

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja berasal dari kata latin *adolensence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolensence* mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik (Hurlock, 1992).

Populasi remaja saat ini mengalami peningkatan. Data demografi menunjukkan bahwa remaja merupakan populasi yang besar dari penduduk dunia menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 1995 sekitar seperlima dari penduduk dunia adalah remaja berumur 10-19 tahun. Sekitar 900 juta berada dinegara sedang berkembang. Data demografi di Amerika Serikat (1990) menunjukkan jumlah remaja berumur 10-19 tahun sekitar 15% populasi. Jumlah penduduk di Asia Pasifik merupakan 60% dari penduduk dunia, seperlimanya adalah remaja umur 10-19 tahun. Menurut Biro Pusat Statistik (1999) di Indonesia kelompok umur 10-19 tahun adalah sekitar 22%, yang terdiri dari 50,9% remaja laki-laki dan 49,1% remaja perempuan (Seotjiningsih, 2004).

Masa remaja adalah fase individu yang mengalami perkembangan sehingga dapat mencapai kematangan secara mental, emosional, sosial serta fisik. Pada masa ini remaja cenderung labil dan mudah sekali terpengaruh oleh

lingkungan dan orang-orang terdekat, mudah mengikuti alur zaman seperti mode dan tren yang sedang berkembang di masyarakat. Pengaruh tren ini membuat remaja mempunyai ragam makanan apa yang dikonsumsi. Pilihan makanan yang tidak tepat akan berdampak buruk pada kesehatan remaja (Kristianti, 2009). Pola hidup remaja yang beragam membuat kebutuhan hidup remaja semakin meningkat. Di sisi lain, kesibukan-kesibukan dalam berbagai aktivitas seringkali membuat remaja menomorduakan kebutuhan-kebutuhan pokok, seperti makanan. Hal tersebut rupanya disadari oleh berbagai pengelola badan usaha sebagai peluang untuk mencari keuntungan. Semakin hari badan usaha semakin berlomba-lomba untuk memproduksi bahan makanan instan. Banyaknya produk makanan instan yang beredar di pasaran semakin memanjakan konsumen apalagi untuk kalangan remaja.

Remaja yang sedang berada pada masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa kian sibuk dengan hal-hal yang baru mereka kenal sehingga timbul pola hidup konsumtif yang terkadang berlebihan. Dalam sehari seorang remaja mampu mengonsumsi beberapa jenis makanan instan dari makanan ringan sampai makanan pokok yang digantikan dalam bentuk instan. Makanan instan seakan telah mendarah daging dalam diri mereka. Bahkan ada yang menjadikannya sebagai makanan sehari-hari. Berdasarkan hasil survei yang dilakukan oleh Nilsen tahun 2008, didapatkan data bahwa 69% masyarakat kota di Indonesia mengonsumsi fast food, sebanyak 33% menyatakan sebagai makan siang, 25% makan malam, 9% menyatakan makanan selingan dan 2% memilih untuk makan pagi. Menurut Heryanti

tahun 2009, didapatkan hasil tingkat konsumsi fast food tertinggi adalah golongan pelajar yaitu sebesar (83,3%). Pengonsumsian makanan instan yang berlebihan dapat membuat remaja mengabaikan pola makan yang sehat. Padahal pengonsumsian makanan instan dalam jumlah banyak dan jangka waktu yang lama dapat menimbulkan penimbunan zat aditif yang terkandung dalam makanan instan pada tubuh mereka. Saat ini banyak remaja yang menderita penyakit gastritis, radang, dan berbagai penyakit yang menyerang alat pencernaan. Hal ini tentu tidak lepas dari kebiasaan mereka mengonsumsi makanan instan. Lalu kandungan apa saja yang ada di dalam makanan instan? apa dampak dari mengonsumsi makanan instan terlalu sering? Bagaimana pengetahuan remaja mengenai makanan instan?

Berdasarkan data tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Gambaran Pengetahuan Siswa kelas X dan XI Mengenai Makanan Instan di SMA Negeri 3 Cimahi” dengan letak dan keadaan sekolah yang strategis berpengaruh pada gaya hidup dan pola konsumsi yang lebih memilih makanan siap saji. Peneliti berharap apabila remaja mengetahui dampak mengonsumsi makanan instan terlalu sering maka remaja tersebut dapat merubah pola makannya dan menjaga kesehatan tubuhnya.

1.1 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dapat dirumuskan permasalahan penelitian yaitu: “Bagaimana gambaran pengetahuan siswa kelas X dan XI mengenai makanan instan di SMA Negeri 3 Cimahi ? ”

1.2 Tujuan Penelitian

1.2.1 Tujuan umum

Mengetahui gambaran pengetahuan siswa kelas X dan XI mengenai makanan instan di SMA Negeri 3 Cimahi.

1.2.2 Tujuan khusus

- a. Mengetahui pengetahuan siswa kelas X dan XI mengenai pengertian makanan instan
- b. Mengetahui pengetahuan siswa kelas X dan XI mengenai jenis-jenis makanan instan
- c. Mengetahui pengetahuan siswa kelas X dan XI mengenai dampak mengkonsumsi makanan instan

1.3 Manfaat Penelitian

1.3.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi, pengembangan ilmu keperawatan dan dapat memperkuat teori mengenai gambaran pengetahuan remaja mengenai makanan instan.

1.1.1 Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dan pengaplikasian dari pengetahuan remaja dalam mengkonsumsi makanan instan terhadap kesehatan sehingga dapat menjadi masukan bagi para remaja untuk berkomitmen dalam membatasi mengkonsumsi makanan instan dan memperbaiki pola makannya.

b. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi untuk melakukan intervensi berikutnya dengan memunculkan mata ajaran khusus yang berfokus pada masalah gizi remaja khususnya dalam menanggulangi atau menambah informasi terkait pengetahuan remaja mengenai makanan instan

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi untuk penelitian selanjutnya dalam mengoptimalkan pengetahuan remaja yang gemar mengkonsumsi makanan instan.

d. Bagi Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pengembangan ilmu keperawatan dan informasi sebagai untuk mengedukasi mengenai makanan instan dikalangan remaja.