

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Minuman ringan (*soft drink*) adalah minuman berkarbonasi yang diberi tambahan berupa bahan perasa dan pemanis seperti gula. Minuman berkarbonasi atau sering disebut minuman bersoda banyak beredar di lingkungan masyarakat, disamping harganya murah, pemanis buatan dapat memberikan rasa manis yang berlipat ganda dibandingkan dengan sukrosa dan kalangan remaja cenderung senang mengonsumsi minuman ini. Konsumsi *soft drink* juga dapat dipengaruhi oleh faktor pengetahuan dimana keterbatasan pengetahuan memiliki pengaruh terhadap perkembangan perilaku (Adhawiyah 2019). Minuman ringan atau *soft drink* saat ini sudah tersedia dalam berbagai varian dan sangat mudah untuk ditemukan. Beberapa contoh minuman ringan, seperti minuman bersoda, jus buah kemasan, kopi kemasan, minuman berenergi, sehingga minuman pengganti elektrolit tubuh setelah olahraga. *Soft drink* mengandung bahan tambahan, seperti pemanis, perasa, pewarna, pengawet, dan kafein. Konsumsi minuman ringan (*soft drink*) bisa menyebabkan masalah pada gigi (karies), obesitas dan diabetes. Tetapi faktanya banyak siswa sekolah yaitu usia 15-18 tahun mengonsumsi minuman ringan tanpa memperhatikan dampaknya.

Angka konsumsi minuman ringan pada remaja masih cukup tinggi. Penelitian di Amerika Serikat menunjukkan bahwa sebanyak 67,4% remaja rentang usia 12–18 tahun mengonsumsi minuman berpemanis secara rutin dengan rincian: 33,9% mengonsumsi 1–2 kali per hari dan 33,5% mengonsumsi  $\geq 2$  kali per hari. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) di Indonesia Tahun 2018 menunjukkan bahwa sebanyak 56,4% remaja rentang usia 15–19 tahun mengonsumsi minuman berpemanis  $\geq 1$  kali per hari. Penelitian yang dilakukan pada kalangan remaja di Jakarta menunjukkan bahwa sebanyak 62,6% siswa mengonsumsi minuman berpemanis tingkat tinggi, yang artinya lebih tinggi dari prevalensi konsumsi minuman berpemanis tingkat nasional. Dan hasil penelitian di Jawa Timur terdapat 0,3% terkena GGK, 0,7% batu ginjal dan 11% terkena penyakit sendi karena mengonsumsi minuman ringan (Muthmainah, 2012)

Berdasarkan hasil study pendahuluan yang dilakukan di SMA Laboratorium Malang pada tanggal 20 Januari 2023 melalui kuesioner google form dengan 30 siswa kelas 10 dari jurusan IPA, IPS dan IBB, didapatkan hasil 30 siswa semuanya mengonsumsi *soft drink*. 20 siswa masih memiliki kebiasaan mengonsumsi soft drink dengan frekuensi  $>1x$ /hari. Hal ini membuat peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai *soft drink* di SMA Laboratorium Malang.

Tingginya konsumsi minuman berpemanis di Indonesia dipengaruhi oleh beberapa faktor, yaitu lemahnya sistem regulasi di Indonesia yang mengatur tentang penjualan minuman manis, terjangkau harga minuman manis di Indonesia, gencarnya pemasaran minuman pemasaran

minuman manis salah satunya melalui iklan media massa. Mengonsumsi minuman ringan (*soft drink*) secara rutin dan berlebihan dapat menyebabkan dampak yang buruk terhadap peminumnya. Konsumsi minuman ringan (*softdrink*) yang mengandung gula pemanis memiliki hubungan dengan terjadinya peningkatan angka kegemukan (*obesitas*), kencing manis, gigi berlubang, keropos tulang (*osteoporosis*) dan rendahnya kadar zat gizi (Ramdhani 2010). Whitney dan Rolfes (2005) mengemukakan bahwa, remaja yang mengonsumsi minuman ringan (*soft drink*) secara regular memiliki intake energi yang besar dan rendah kalsium daripada remaja yang tidak mengonsumsi *soft drink*. Akibat kelebihan kalori yang terjadi. Lebih jauh, kesadaran dan tingkat pengetahuan masyarakat masih ditaraf sedang yang berarti masih belum secara penuh mengetahui bahaya konsumsi minuman ringan secara berlebihan (Tania, 2016). Walaupun dampak buruk dari konsumsi tidak secara langsung terjadi akan tetapi lambat laun dampak tersebut akan dapat dirasakannya.

Untuk meningkatkan pengetahuan dan dapat mengurangi kebiasaan siswa kelas 10 SMA Laboratorium Malang dalam mengonsumsi *soft drink*, salah satunya dengan cara penyuluhan kesehatan tentang dampak yang akan terjadi akibat konsumsi *Soft Drink*, Membatasi kantin sekolah untuk mengonsumsi *soft drink* dan peneliti akan merekomendasikan alternatif minuman yang sehat dan enak untuk mengganti *soft drink* seperti *infused water* dan *lemon tea*. Berdasarkan uraian dan latar belakang diatas peneliti tertarik melakukan penelitian gambaran pengetahuan siswa kelas 10 tentang minuman ringan (*soft drink*) di SMA Laboratorium Malang.

### 1.1. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran pengetahuan siswa kelas 10 tentang minuman ringan (*soft drink*) di SMA Laboratorium Malang?

### 1.2. Tujuan Penelitian

Mengetahui gambaran pengetahuan siswa kelas 10 tentang minuman ringan (*soft drink*) di SMA Laboratorium Malang.

### 1.3. Manfaat penelitian

#### 1.3.1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan masukan bagi perkembangan ilmu pengetahuan teknologi ilmu keperawatan. Dan dari hasil penelitian ini diharapkan juga dapat memberikan informasi bagi para pengajar, mahasiswa, dan peneliti selanjutnya khususnya tentang pengetahuan siswa kelas 10 tentang konsumsi minuman ringan (*soft drink*).

#### 1.3.2. Manfaat Praktis

##### 1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil dari penelitian dapat digunakan sebagai tambahan referensi dan pengembangan penelitian pengetahuan siswa tentang konsumsi minuman ringan (*soft drink*) bagi kesehatan.

##### 2. Bagi Responden

Memberikan informasi pada siswa tentang minuman ringan (*soft drink*).

##### 3. Bagi Tempat Penelitian

Hasil yang diperoleh dari penelitian dapat dijadikan informasi untuk sekolah mengenai pengetahuan siswa tentang konsumsi

minuman ringan bagi kesehatan.

#### **4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan atau dikembangkan lebih lanjut, serta referensi terhadap penelitian yang sejenis.

