

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Makanan cepat saji didefinisikan sebagai makanan tertentu yang dianggap bernilai gizi rendah, juga mengandung bahan-bahan yang tidak sehat jika dikonsumsi secara teratur atau sering. Dari segi rasa, fast food tinggi lemak, garam dan gula, termasuk zat aditif sintetis dan zat adiktif, dapat menyebabkan berbagai penyakit ringan hingga berat seperti obesitas, diabetes, rematik, tekanan darah tinggi, serangan jantung, stroke dan kanker. Hal ini diikuti dengan perubahan pola hidup manusia yang sangat cepat, membuat manusia menginginkan apapun mulai dari barang hingga makanan dengan segera (Widyastuti, 2017).

Beberapa masalah gizi pada remaja akan berdampak negatif pada tingkat kesehatannya. Timbulnya masalah gizi pada masa remaja pada dasarnya dikarenakan perilaku gizi yang salah, yaitu ketidakseimbangan antara konsumsi gizi dengan kebutuhan gizi yang dianjurkan (Sulistyoningsih, 2016). Saat ini keinginan masyarakat untuk memenuhi kebutuhannya sendiri semakin meningkat, sehingga masyarakat mengabaikan kesehatannya dengan mengonsumsi fast food yang tidak sesuai dengan gaya hidup sehat. Jenis makanan cepat saji yang paling banyak diminati adalah restoran cepat saji, seperti hamburger, pizza, ayam goreng, kentang goreng dan soda, karena makanan jenis ini memiliki rasa yang enak, tampilan yang menarik, aroma yang harum, serta harga yang ekonomis, instan dan relatif murah untuk konsumen mengkonsumsinya (Anshari, 2019).

Berdasarkan hasil survei Litbang Kompas, mayoritas atau sebanyak 45,7% masyarakat Indonesia menyukai gorengan. Selain gorengan, masyarakat Indonesia

juga menyukai mi instan dengan persentase sebesar 43,1%. Kemudian, sebanyak 21,7% masyarakat Indonesia menyukai *fast food* berupa roti, burger, dan pizza. Lalu, sebanyak 19,6% responden mengatakan menyukai makanan beku (Mutia, 2022). Hasil survey yang dilakukan oleh Nielsen pada tahun 2008, menghasilkan data bahwa sebesar 69% masyarakat kota di Indonesia mengonsumsi makanan cepat saji. Dalam data tersebut, 33% menyatakan mengonsumsi makanan cepat saji sebagai pilihan makan siang, kemudian diikuti dengan pilihan sebagai makan malam sebanyak 25%. Sebanyak 9% lainnya mengonsumsinya sebagai selingan, dan terakhir sebanyak 2% memilihnya sebagai 5 sarapan (Rachmat, 2019). Dari sekian banyak restoran cepat saji di Indonesia, mayoritas anak muda (46,6%) lebih memilih *McDonald's*, Juga (30,7%) memilih *Kentucky Fried Chicken* sebagai restoran terfavorit. Sementara yang lain (9,8%) memilih *Richeese Factory*, dan juga *Burger King* (5%). Sedangkan sisanya (7,9%) memilih banyak jawaban berbeda (Azkiya, 2021). Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 14 Februari 2023 didapatkan data dari sebagian siswa kelas 10 SMA Islam Malang bahwa 7 dari 10 siswa sering mengonsumsi makanan cepat saji walaupun sebagian dari mereka telah mengetahui dampak dari makanan cepat saji. Setelah dilakukan wawancara mereka mengatakan mengonsumsi fast food juga dapat menghemat waktu, juga dapat meningkatkan mood karena yang mereka ingin makan dapat disajikan dengan segera contohnya dapat memesan lewat aplikasi grab food. Namun, beberapa dari siswa tersebut mengalami dampak negatif setelah mengonsumsi makanan cepat saji seperti mie gacoan, seblak, ayam geprek dll, mereka mengeluh sakit perut ketika sering mengonsumsi

makanan yang pedas. Hal ini menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan pelajar terhadap efek buruk terlalu sering mengonsumsi makanan cepat saji masih rendah. Siswa mengatakan sering membeli jajanan maupun makanan diluar. Mereka bisa mengonsumsi makanan cepat saji lebih dari 4 kali dalam satu minggu.

Berdasarkan kebiasaan makan remaja, makanan cepat saji dipilih karena banyaknya rencana atau kegiatan, terlambat bangun dan malas sarapan. Selain itu, pilihan makanan remaja tidak lagi didasarkan pada nilai gizi, tetapi untuk sosialisasi, kenikmatan, dan kebutuhan konten. Oleh karena itu, mereka memilih makanan cepat saji karena penyajiannya cepat, hemat waktu, bisa dihidangkan kapan saja, di mana saja, harga terjangkau, jenis makanan berselera tinggi, makanan kelas atas, makanan modern, juga makanan gaul untuk anak muda. Apabila anak tidak dapat membatasi konsumsi makanan fast food, akan menimbulkan dampak negatif di tubuh anak. Makanan manis, asin, dan berlemak terkait dengan penyakit tidak menular kronis seperti diabetes melitus, tekanan darah tinggi, dan penyakit jantung.

Munculnya masalah kesehatan bukan hanya karena kecerobohan individu. Ketidaktahuan masyarakat bermula dari kurangnya informasi yang benar tentang penyakit tersebut (Adhawiyah, 2019). Rendahnya pengetahuan masyarakat khususnya remaja tentang mengonsumsi makanan cepat saji merupakan penyebab utama timbulnya masalah tersebut. Oleh karena itu, perlu dibangun upaya agar anak tidak sering mengonsumsi makanan cepat saji dengan cara merencanakan menu makan dirumah, mengonsumsi cukup serat dan protein, memberikan gambaran bahwa makanan fast food tidak sehat. Berdasarkan hal

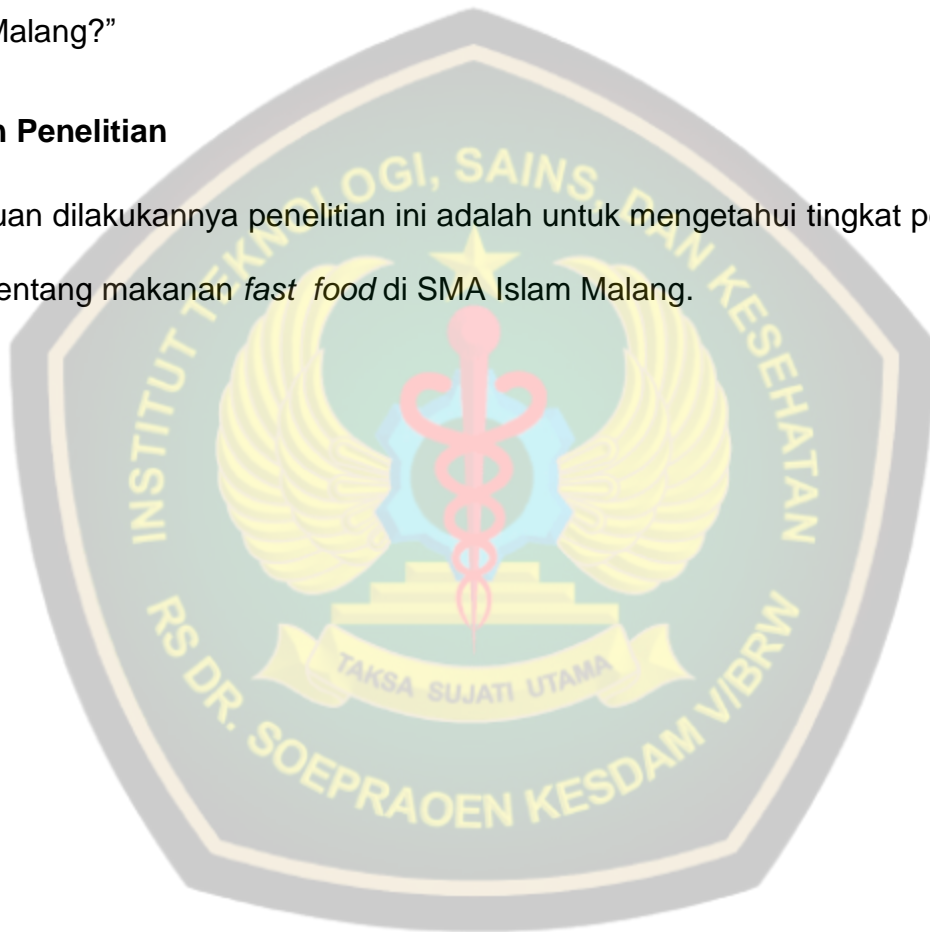
tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti “Gambaran Tingkat Pengetahuan Siswa Kelas X Tentang Makanan Fast Food di SMA Islam Malang”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana Tingkat Pengetahuan Siswa Tentang Makanan *Fast Food* di SMA Islam Malang?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan siswa tentang makanan *fast food* di SMA Islam Malang.



1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat terhadap perkembangan ilmu keperawatan khususnya mengenai makanan *fast food* (cepat saji).

Manfaat Praktis

1. Bagi Ilmu Keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan masukan bagi profesi keperawatan dalam mengembangkan perencanaan keperawatan yang akan dilakukan tentang mengkonsumsi makanan *fast food*.

2. Bagi Instansi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan tambahan kepada instansi tentang pentingnya meningkatkan pengetahuan siswa tentang mengkonsumsi makanan *fast food* sehingga dapat meminimalisir dampak negatif dari makanan *fast food*.

3. Bagi peneliti

Dapat menambah dan memperluas pengetahuan penulis tentang konsep makanan *fast food* dan sebagai bahan atau dasar bagi peneliti selanjutnya khususnya mengenai makanan *fast food*.