

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Berhasil tidaknya pembangunan suatu bangsa dapat terlihat dari ketersediaan dan peningkatan sumber daya manusia (SDM). Salah satu yang berperan dalam peningkatan kualitas SDM adalah gizi yang baik. Dan yang menjadi penentu status gizi yang baik ialah asupan makanan yang dikonsumsi. Pemenuhan gizi dapat meningkatkan status gizi itu sendiri terutama untuk remaja. Tujuan utama pemenuhan gizi remaja adalah untuk menyediakan zat-zat gizi secara optimal guna mendukung pertumbuhan dan status kesehatannya. Kadangkala tujuan ini tidak dapat tercapai karena dipengaruhi faktor gaya hidup, perilaku dan asupan makan yang tidak seimbang.

Remaja merupakan masa dimana seseorang mengalami masa peralihan menuju dewasa. Masa remaja ini merupakan fase penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan manusia. Oleh karena itu status gizi dan kesehatan merupakan faktor penentu kualitas remaja. Dengan status gizi dan kesehatan yang optimal pertumbuhan dan perkembangan remaja menjadi lebih sempurna. Kondisi seseorang pada masa dewasa banyak ditentukan oleh keadaan gizi dan kesehatan pada masa remaja.

Remaja seringkali menjadi sasaran bagi produsen makanan dan minuman kemasan. Hal ini terlihat dari pesatnya perkembangan media komunikasi dan informasi yang saat ini menyebabkan remaja mampu mengetahui jenis *fast food* dan *soft drink* yang sedang banyak dipromosikan di media masa. Remaja memiliki rasa keingintahuan yang tinggi dan cenderung mudah terpengaruh oleh hal-hal baru.

Remaja harus mampu dengan bijak memilih makanan yang akan dikonsumsinya. Terlebih saat ini remaja lebih tertarik mengkonsumsi *soft drink* dan *fast food*. Dan rasa keingintahuan remaja akan berlanjut sampai akhirnya remaja mengkonsumsi makanan dan minuman tersebut. Makanan yang kita konsumsi haruslah mengandung zat gizi atau unsur kimia yang akan berguna bagi tubuh bila kita konsumsi. Sehingga, penting bagi remaja untuk mengatur perilaku konsumsi makanannya. Perilaku konsumsi makanan yang buruk akan menyebabkan tidak seimbangya pemenuhan kebutuhan gizi akan zat gizi yang diperoleh dari makanan sehingga terjadilah berbagai masalah gizi.

Masalah gizi sering dialami oleh remaja diantaranya yaitu gizi lebih, seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Aini (2013) 50% dari remaja *Urban* (Perkotaan) yang diteliti mengalami gizi lebih, dimana hal ini menunjukkan semakin banyak frekuensi memakan kudapan semakin mudah mengalami gizi lebih. Penelitian oleh Dwiningsih (2013) menunjukkan hasil bahwa kejadian *overweight* lebih tinggi di wilayah *Urban* (Perkotaan) 10,2% daripada di wilayah *Rural* (Pedesaan) yang sebesar 6,6%, dimana salah satu penyebabnya yaitu dominannya konsumsi *fried chicken* oleh remaja di wilayah *Urban* (Perkotaan) (59,2%), dibandingkan wilayah *Rural* (37,8%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Permaisih (dalam Dwiningsih, 2013), prevalensi gizi kurang lebih tinggi di wilayah *Rural* (18,7%) dibandingkan *Urban* (15,4%).

Penelitian yang telah dilakukan sebelumnya juga oleh Setyawati dan Setyawati (2015) menyatakan bahwa Perilaku konsumsi makanan *Urban* dan *Rural* menunjukkan hasil negatif, artinya semua remaja yang menjadi responden

penelitian tersebut belum menjalankan perilaku konsumsi makanan baik sesuai pesan umum gizi seimbang.

Perilaku konsumsi makanan sehari-hari harus sesuai dengan kebutuhan gizi setiap individu untuk hidup sehat dan produktif. Perilaku konsumsi makanan tidak sehat tidak akan memberikan semua zat-zat gizi seperti karbohidrat, lemak, dan protein yang dibutuhkan dalam metabolisme tubuh. Perilaku konsumsi makanan di setiap daerah tentunya berbeda mengingat setiap daerah memiliki kawasan *Urban* dan *Rural*.

Suatu daerah atau provinsi tentunya terdiri dari daerah *Urban* dan juga daerah *Rural*. Pada daerah *Urban* dan daerah *Rural* tentunya terdapat perbedaan, termasuk perbedaan perilaku remaja pada kedua daerah tersebut. Hal ini tentunya berkaitan dengan akses informasi, dimana remaja *Urban* akan lebih cepat mengakses informasi atau pengetahuan dibandingkan dengan remaja yang tinggal di daerah *Rural*. Akses informasi ini juga yang menyebabkan remaja *Urban* tentunya akan cepat menerima *westernisasi* bahkan sudah menjadi bagian dari gaya hidupnya.

Urban merupakan daerah dimana masyarakatnya mempunyai aktifitas yang tinggi, dan tentunya ini mengakibatkan terjadinya pergeseran gaya hidup. Masyarakat Kota, gaya hidupnya cenderung serba cepat dan instan. Hal ini menyebabkan masyarakat Kota lebih mempunyai kegemaran untuk mengkonsumsi makanan instan. Sementara untuk masyarakat Desa yang biasanya mengandalkan hasil pertanian, perikanan, maupun peternakan akan cenderung mengkonsumsi makanan yang mereka olah sendiri.

Meningkatnya pembangunan di Perkotaan juga memicu adanya gaya hidup konsumtif makanan dan minuman yang tidak mengandung asupan gizi seimbang. Hal ini bisa terlihat dari daerah *Urban* yang sudah banyak terdapat *mall*, *cafe*, restoran yang mampu memicu banyaknya konsumsi makanan *fast food*. Terlebih saat ini banyak kita jumpai jajanan gerobak yang banyak terdapat di depan sekolah atau di kaki lima menyediakan jenis makanan beragam yang belum tentu mengandung zat gizi seimbang. Jajanan ini tentunya kurang *hygien* bahkan bisa saja mengandung bahan yang berbahaya bagi kesehatan. Hal ini tentunya bertolak belakang dengan fungsi makanan yang seharusnya mampu menyediakan zat gizi.

Asupan zat gizi karena perilaku konsumsi makanan ini tentunya akan menentukan status gizi remaja tersebut, namun saat ini status gizi remaja belum menjadi perhatian untuk berbagai pihak. Hal ini dapat diketahui dari data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi bahwa banyak Sekolah Menengah Pertama sederajat di Provinsi Gorontalo tidak dilakukan penjarangan pada tahun 2015. Penjarangan hanya dilakukan pada 101 SMP sederajat, dimana Kabupaten Gorontalo dan Kabupaten Gorontalo Utara tidak melakukan penjarangan sama sekali. Selain itu, Kabupaten Pohuwato dan Kota Gorontalo meskipun melakukan penjarangan terhadap siswanya namun tidak ada data untuk status gizi dari sekolah tempat dilakukannya penjarangan tersebut (Dikes Provinsi, 2016).

Dua Kabupaten lainnya yaitu Kabupaten Boalemo dan Kabupaten Bone Bolango data untuk status gizinya dapat diperoleh. Di Kabupaten Boalemo dilakukan penjarangan pada 1837 siswa yang merupakan siswa kelas 1 dari total 2372 jumlah siswa kelas 1 SMP sederajat. Diperoleh hasil status gizi normal

sebanyak 1588 siswa (86,4%), Gemuk sebanyak 114 siswa (6,2%), kurus sebanyak 118 siswa (6,4%) dan yang tidak memiliki keterangan status gizi sebanyak 17 siswa (0,9%). Dan untuk Kabupaten Bone Bolango dilakukan penjarangan pada 514 siswa yang merupakan siswa kelas 1 dari total 574 jumlah siswa kelas 1 SMP sederajat. Diperoleh hasil status gizi normal sebanyak 259 siswa (50,4%), Gemuk sebanyak 21 siswa (4,1%), kurus sebanyak 51 siswa (9,9%) dan yang tidak memiliki keterangan status gizi sebanyak 160 siswa (31,1%) (Dikes Provinsi, 2016).

Sementara itu, menurut sasaran yang ingin dicapai Provinsi Gorontalo seharusnya sekolah yang dilakukan penjarangan yaitu sebanyak 291 SMP sederajat (Dikes Provinsi, 2016). Fungsi adanya penjarangan, agar kita mampu mengetahui status gizi remaja yang ada di Provinsi Gorontalo. Penjarangan ini juga dimaksudkan agar nantinya pihak terkait dalam hal ini sekolah maupun instansi kesehatan dapat melakukan tindak lanjut guna mengatasi masalah gizi yang dialami oleh remaja, misalnya dengan diadakannya penyuluhan mengenai masalah gizi. Status gizi remaja akan menggambarkan masalah gizi yang ada pada remaja dimana ini juga berkaitan dengan perilaku konsumsi makanan itu sendiri.

Alasan peneliti memilih SMP N 7 Kota Gorontalo adalah dikarenakan sekolah ini berada di pusat kota, dimana di sekitarnya juga terdapat beberapa sekolah lainnya dan kampus sehingga tentunya di sekitar sekolah ini kita akan mudah menemui pedagang kaki lima yang menjajakan *fast food & soft drink*. Selain itu, siswa sekolah ini tidak hanya berasal dari ras tertentu sehingga diharapkan mampu mewakili remaja *Urban* secara keseluruhan. Sementara itu SMP N 1 Suwawa Selatan merupakan salah satu sekolah yang dapat dijadikan sekolah yang

mewakili daerah *Rural* dikarenakan sekolah ini bukan hanya terletak di wilayah pedesaan saja, namun sekolah ini memiliki akses, dan juga fasilitas yang jauh berbeda dengan sekolah di daerah *Urban*. Misalnya sekolah ini minim akan tempat jajanan baik yang kantin sekolah, maupun jajanan kaki lima.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian guna mengetahui perbedaan perilaku remaja dari sudut pandang gizi berdasarkan wilayah tempat tinggalnya sehingga judul dalam penelitian ini yaitu **“Perbedaan Perilaku Remaja *Urban* dan *Rural* Dari Sudut Pandang Gizi”**.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Remaja *Urban* (Perkotaan) mengalami kejadian *overweight* 10,2%, lebih tinggi dibandingkan remaja *Rural* (Pedesaan) yang hanya 6,6%. Remaja *Rural* (Pedesaan) memiliki prevalensi gizi kurang lebih tinggi 18,7% dibandingkan remaja *Urban* (Perkotaan) 15,4%.
2. Kegiatan promosi di berbagai media semakin meningkatkan kegemaran remaja untuk mengonsumsi *fast food*.
3. Di wilayah *Urban* (Perkotaan) tempat-tempat jajanan yang menyediakan *fast food* mudah ditemui sehingga konsumsi *fast food* lebih dominan sebanyak 59,2% dibandingkan di wilayah *Rural* (Pedesaan) yang sebesar 37,8%.
4. Dari data status gizi yang diperoleh dari Dikes Provinsi Gorontalo, remaja *Rural* di kabupaten Boalemo dan Bone Bolango juga mengalami gizi kurang yaitu sebanyak 118 siswa (6,4%) dan 51 siswa (9,9%) dari total jumlah siswa SMP sederajat yang sekolahnya dilakukan penjarangan atau pendataan.

1.3 Rumusan Masalah

Adapun masalah pada penelitian ini berdasarkan uraian di atas yaitu:

1. Apakah ada perbedaan pengetahuan gizi remaja di daerah *Urban* dan *Rural*?
2. Apakah ada perbedaan perilaku konsumsi makanan remaja di daerah *Urban* dan *Rural*?
3. Apakah ada perbedaan status gizi pada remaja di daerah *Urban* dan *Rural*?

3.1 Tujuan

3.1.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui perbedaan perilaku remaja *Urban* dan *Rural* dari sudut pandang gizi.

3.1.2 Tujuan khusus

1. Untuk menganalisis perbedaan pengetahuan gizi remaja *Urban* dan *Rural*.
2. Untuk menganalisis perbedaan perilaku konsumsi makanan remaja *Urban* dan *Rural*.
3. Untuk menganalisis perbedaan status gizi remaja *Urban* dan *Rural*.

3.2 Manfaat

3.2.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan ilmu pengetahuan tentang perbedaan perilaku remaja *Urban* (Perkotaan) & *Rural* (Pedesaan) dari sudut pandang gizi dan juga dapat dijadikan rujukan dalam penyusunan penelitian yang sejenis.

3.2.2 Manfaat praktis

1. Bagi Institusi

Dapat digunakan sebagai pedoman pengembangan ilmu dan pengetahuan tentang perilaku remaja dari sudut pandang gizi.

2. Bagi Remaja

Dapat memberikan gambaran kepada remaja mengenai perilaku konsumsi makanan yang baik sehingga remaja akan mampu memperbaiki perilakunya itu sendiri agar dapat memperbaiki status gizi dan kesehatannya.

3. Bagi Penulis

Dapat meningkatkan serta memperdalam lagi pengetahuan dan informasi mengenai perbedaan perilaku konsumsi makanan pada kedua kelompok remaja yaitu remaja *Urban* dan *Rural*.