

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang Masalah

Remaja merupakan golongan yang paling mudah terkena pengaruh budaya dari luar karena mereka sedang mengalami masa pencarian identitas diri akibat periode transisi yang dilalui. Pengaruh yang terjadi bukan hanya tampak pada penampilan fisik, seperti juga pada perubahan kebiasaan makan anak remaja khususnya. Adanya kecenderungan perubahan kebiasaan makan pada remaja yang terjadi dewasa ini, tidak lepas dari pengaruh peningkatan sosial ekonomi dan banyaknya restoran. Restoran-restoran ini menjual berbagai produk olahan dan dikenal sebagai makanan modern (fast food) ala barat (Heryanti, 2009).

Makanan cepat saji (fast food) merupakan makanan yang mengandung tinggi kalori, tinggi lemak dan rendah serat. Makanan cepat saji (fast food) seperti fried chicken dan french fries, sudah menjadi jenis makanan yang biasa dikonsumsi remaja pada waktu makan siang dan makan malam di Indonesia. Salah satunya di kota Medan, berdasarkan penelitian yang dilakukan Heryanti (2009), 15-18% dari 471 remaja di Medan memiliki kebiasaan makan mengonsumsi fried chicken dan burger sebagai makan siang dan 1-5% mengonsumsi hotdog, pizza, dan sepagetti. Makanan cepat saji (fast food) bila dikonsumsi secara terus menerus akan menimbulkan masalah gizi pada remaja dan pemenuhan gizi remaja (Heryanti, 2009).

Menurut Danone (2013), pemenuhan gizi seimbang merupakan suatu cara dimana susunan makan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan

jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh sudah terpenuhi untuk proses pertumbuhan dan kesehatan badan (Danone, 2013).

Pemenuhan gizi seimbang yang baik sangat dibutuhkan anak remaja untuk proses pertumbuhannya, tetapi pada zaman sekarang banyak remaja yang mengalami masalah gizi akibat pemenuhan gizi seimbangnya tidak terpenuhi, seperti penurunan konsentrasi belajar, penurunan kesegaran jasmani, Anemia, dan penurunan IMT dibawah batas normal atau kurus, overweight ( kelebihan berat badan). Banyak faktor yang mempengaruhi masalah pemenuhan gizi seperti banyaknya mengkonsumsi makanan fast food, akibat diet yang sering dilakukan anak remaja, dan faktor pendapatan orang tua anak remaja tersebut (Pramono, 2009).

Desa Talun Kenas Kecamatan STM Hilir Kabupaten Deli Serdang merupakan salah satu desa yang dekat dengan kota Medan, pada tanggal 13 Agustus 2013 penulis melakukan observasi dan wawancara kepada anak remaja di Desa Talun Kenas. Disini penulis melakukan wawancara dengan remaja putri berusia 16-18 tahun. Alasan penulis mengambil remaja putri karena remaja putri yang lebih banyak memiliki kebiasaan makan mengkonsumsi makanan siap saji (fast Food). Berdasarkan hasil observasi tersebut beberapa anak remaja putri di Desa Talun Kenas menyatakan memiliki kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji seperti bakso, mie instan, burger, fried chicken, dan mie balap, karena dengan mengkonsumsi makanan cepat saji tersebut mereka sudah merasa kenyang. Jika hal ini dibiarkan secara terus menerus, akan berdampak buruk terhadap pemenuhan gizi seimbang remaja putri Desa Talun Kenas, dan akan

mengakibatkan remaja putri Desa Talun Kenas tersebut mudah terkena Anemia, konsentrasi belajarnya kurang, mudah lelah, dan kesegaran jasmaninya juga mudah menurun.

Berdasarkan hal tersebut maka perlu dilakukan penelitian ini dengan judul “Hubungan Kebiasaan Makan Anak Remaja dengan Pemenuhan Gizi Seimbang di Desa Talun Kenas Kabupaten Deli Serdang”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat dikemukakan identifikasi masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana Karakteristik sosial ekonomi keluarga anak remaja putri umur 16 tahun-18 tahun (Pendidikan orang tua, Pekerjaan orang tua, Pendapatan orang tua, besar keluarga, dan besar uang saku remaja) didesa Talun Kenas Kabupaten Deli Serdang?
2. Bagaimana Kebiasaan Makan anak remaja putri umur 16 tahun – 18 tahun didesa Talun Kenas Kabupaten Deli Serdang ?
3. Bagaimana Analisis pemenuhan gizi seimbang anak remaja putri umur 16 tahun – 18 tahun didesa Talun Kenas Kabupaten Deli Serdang ?
4. Bagaimana Hubungan kebiasaan makan anak remaja putri umur 16 tahun-18 tahun dengan pemenuhan gizi seimbang didesa Talun Kabupaten Deli Serdang ?
5. Faktor – faktor apa saja yang mempengaruhi anak remaja putri umur 16- 18 tahun mengkonsumsi makanan siap saji ( fast food) didesa Talun Kenas Kabupaten Deli Serdang?

6. Bagaimana konsumsi pangan anak remaja putri umur 16 tahun – 18 tahun didesa Talun Kenas Kabupaten Deli Serdang ?

### **C. Pembatasan Masalah**

Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Karakteristik sosial ekonomi keluarga anak remaja putri umur 16 tahun-18 tahun (Pendidikan orang tua, Pekerjaan orang tua, Pendapatan orang tua, besar keluarga, dan besar uang saku remaja).
2. Kebiasaan Makan anak remaja putri umur 16 tahun – 18 tahun.
3. Analisis pemenuhan gizi seimbang anak remaja putri umur 16 tahun – 18 tahun.
4. Hubungan kebiasaan makan anak remaja putri umur 16 tahun-18 tahun dengan pemenuhan gizi seimbang.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana Karakteristik sosial ekonomi keluarga anak remaja umur 16 tahun- 18 tahun (Pendidikan orang tua, Pekerjaan orang tua, Pendapatan orang tua, besar keluarga, dan besar uang saku remaja)?
2. Bagaimana Kebiasaan Makan anak remaja putri umur 16 tahun – 18 tahun.
3. Bagaimana analisis pemenuhan gizi seimbang anak remaja putri umur 16 tahun- 18 tahun.

4. Bagaiman hubungan kebiasaan makan anak remaja putri umur 16 tahun – 18 tahun dengan pemenuhan gizi seimbang.

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini untuk :

1. Mengidentifikasi Karakteristik sosial ekonomi keluarga anak remaja usia 16 tahun- 18 tahun (Pendidikan ayah dan ibu, Pekerjaan ayah dan ibu, Pendapatan ayah dan ibu, besar keluarga, dan besar uang saku remaja).
2. Menganalisis Kebiasaan Makan anak remaja putri usia 16-18 tahun.
3. Menganalisis pemenuhan gizi seimbang anak remaja putri usia 16 – 18 tahun.
4. Menganalisis Hubungan kebiasaan makan anak remaja putri usia 16 - 18 tahun dengan pemenuhan gizi seimbang.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat Memberi informasi kepada anak remaja putri mengenai kebiasaan makan dan pemenuhan gizi seimbang yang baik, Memberi informasi kepada orang tua tentang kebiasaan makan yang baik agar orang tua lebih memperhatikan kebiasaan makan remaja putrinya agar pemenuhan gizi seimbangnya terpenuhi, Sebagai bahan acuan pemberi kebijakan dalam melakukan penyuluhan kepada orang tua agar lebih memperhatikan kebiasaan makan anak remaja putrinya.