

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) dimasa yang akan datang ditentukan oleh kualitas anak masa kini. Pembangunan generasi yang akan datang dimulai dengan pembinaan anak masa sekarang. Untuk mempersiapkan SDM yang memiliki kualitas yang baik pada masa yang akan datang maka perlu mempersiapkan anak agar mampu tumbuh dan berkembang secara optimal sesuai dengan kemampuannya.

Pertumbuhan dan perkembangan seorang anak merupakan hasil interaksi antara faktor-faktor genetik-herediter-konstitusi dengan faktor lingkungan, baik lingkungan *prenatal* maupun *postnatal*. Yang sangat berpengaruh terhadap pemberian segala macam kebutuhan yang merupakan kebutuhan dasar anak dalam mendukung tumbuh dan berkembangnya yaitu faktor lingkungan. Gizi pada masa anak-anak akan berpengaruh terhadap tumbuh kembang anak pada masa remaja. Oleh karena itu diperlukan upaya peningkatan gizi anak, agar tumbuh kembang secara optimal dan menjadi generasi penerus bangsa yang sehat jasmani, mental dan sosial serta berguna bagi nusa dan bangsa. (Ikatan Dokter Anak Indonesia,2002: 23-43).

Tumbuh kembang anak menjadi dewasa pasti melalui fase remaja. Siswa SMP Negeri 2 Purworejo dan siswa SMP Negeri 3 Purworejo termasuk dalam kategori remaja awal yaitu usia 11-13 tahun. Perkembangan pada masa remaja

tidak hanya pada perkembangan fisik melainkan perkembangan aspek sosial dan aspek psikologisnya. Perubahan tersebut membuat seorang remaja mengalami perubahan gaya hidup, perilaku, kebiasaan, dan tidak terkecuali pengalaman dalam menentukan makanan apa yang akan dikonsumsi. Penentuan makan oleh remaja inilah yang akan berpengaruh terhadap keadaan gizi seorang remaja. (Khomsan, 2002: 12).

Masa remaja mulai memasuki tahap independensi dalam aspek pemilihan makanan hal tersebut perlu diperhatikan dikarenakan para remaja dapat memilih makanan yang mereka gemari, bahkan cenderung tidak berselera lagi makan bersama keluarga di rumah. Kebiasaan makan pada saat remaja dapat mempengaruhi kesehatan pada masa kehidupan berikutnya (setelah dewasa dan berusia lanjut). Kekurangan zat gizi berdampak pada terjadinya anemia yang menyebabkan kelelahan, sulit konsentrasi, dan menurunnya produktivitas.

Aktivitas di luar rumah yang padat membuat seorang remaja sering dipengaruhi teman sebaya. Dasar pemilihan makanan tidak lagi berdasarkan kandungan gizi tetapi sekedar bersosialisasi, untuk kesenangan, dan supaya tidak kehilangan status. Hal tersebut yang menyebabkan remaja termasuk dalam *nutritionally vulnerable group*. Pada masa remaja teman sebaya atau kelompok memiliki pengaruh yang besar dari pada keluarga hal tersebut tercermin pada survei di AS yang melibatkan 766 remaja, yang menyatakan selama akhir pekan remaja lebih memanfaatkan waktunya untuk berkumpul bersama teman sebayanya daripada menghabiskan akhir pekan bersama keluarganya (Khomsan, 2002:120-121).

Kehadiran *fast food* di kabupaten Purworejo masih sedikit *fast food* yang hadir di Kabupaten Purworejo meliputi *fried chicken, hamburger, pizza*. Hal tersebut berdampak pada pola makan siswa khususnya bagi remaja dengan pendapatan orang tua menengah ke atas, *fast food* dan restoran merupakan tempat yang tepat untuk bersantai. Makanan di restoran *fast food* menawarkan harga yang terjangkau dengan uang saku mereka, servisnya cepat dan jenis makanannya memenuhi selera. *Fast food* adalah gaya hidup remaja kota. *Fast food* pada umumnya mengandung kalori tinggi, rendah serat, tinggi lemak, gula dan sodium (Na) juga tinggi. Kandungan gizi yang tidak seimbang ini bila terlanjur menjadi pola makan, akan berdampak buruk terhadap status gizi dan kesehatan remaja.

Dalam penelitian ini faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan siswa di SMP Negeri 2 Purworejo dan SMP Negeri 3 Purworejo yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang mempengaruhi pemilihan makanan remaja adalah faktor psikologis dan fisiologis (E. Barasi :2007). Faktor internal yang mempengaruhi pola makan adalah faktor fisik. Perubahan fisik pada remaja khususnya berat badan dan bentuk tubuh menimbulkan meningkatnya kecemasan seseorang terhadap berat badannya (Neumark & Sztainer, 2000).

Sedangkan faktor eksternal dalam pemilihan makanan remaja yaitu budaya, agama, keputusan etis, faktor ekonomi, norma sosial, pendidikan/kesadaran tentang kesehatan, media dan periklanan (E. Barasi: 2007). Faktor Eksternal yang mempengaruhi pola makan adalah keputusan etis. Keputusan etis/sikap disebabkan karena siswa menyadari bahwa sikap yang baik

dalam pemilihan makan dan minum dapat memelihara serta meningkatkan kesehatan dimasa yang akan datang (Nurjanah R, 2017).

Kebiasaan makan remaja dipengaruhi beberapa faktor yaitu faktor keluarga, faktor lingkungan, faktor teman dan faktor sosial. Diantara beberapa faktor tersebut faktor yang mempengaruhi kebiasaan makan remaja yaitu faktor keluarga, ketika kebiasaan makan remaja terbentuk didalam keluarga dengan keluarga yang menerapkan pola makan yang sehat, akan berdampak pada kehidupan remaja dimasa yang akan datang khususnya terhadap pola makan anak pada remaja tersebut, dikarenakan pola makan yang salah yaitu pola makan yang hanya ingin makan yang disukai bukan yang dibutuhkan.

Pada tanggal 10 Januari 2018 penulis melakukan obeservasi di SMP Negeri 2 dan SMP Negeri 3 Purworejo menunjukkan bahwa sebagian besar siswa di SMP Negeri 2 Purworejo dan SMP Negeri 3 Purworejo mengkonsumsi sarapan pagi dengan berbagai macam menu, diantaranya mie goreng dengan telur, *Shandwich*, bubur ayam dan nasi goreng. Namun kebanyakan dari mereka tidak membawa bekal untuk dibawa ke sekolah, mereka cenderung jajan di kantin sekolah dengan berbagai menu diantaranya, siomay, batagor, nasi bungkus, es campur, es cendol, bakso, mie ayam, dan soto yang mana makanan tersebut memiliki kalori tinggi dan rendah kandungan gizi. Berdasarkan hasil observasi penulis tersebut dapat di ambil kesimpulan pola makan siswa SMP Negeri 2 Purworejo dan siswa SMP Negeri 3 Purworejo termasuk dalam kategori pola makan tidak sehat.

Siswa siswi kelas VII SMP Negeri 2 dan SMP Negeri 3 Purworejo termasuk dalam kategori remaja usia 13-14 tahun. SMP Negeri 2 Purworejo berdiri sejak

tahun 1917, dan dibangun oleh pemerintah Hindia Belanda. SMP Negeri 2 Purworejo terletak di jantung kota Purworejo sekolah ini adalah ex: RSBI (Rintisan Sekolah Bertaraf Internasional) dan menduduki posisi teratas sebagai sekolah terfavorit bagi masyarakat Purworejo. Berdasarkan arsip statistik Penerimaan Peserta Didik Baru SMP Kabupaten Purworejo periode 2016/2017 nilai masuk PPDB 2016/2017 *passing grade* terbawah untuk dapat diterima di SMP Negeri 2 Purworejo yaitu siswa lulusan SD harus mempunyai nilai UN 277,50 dan *passing grade* tertinggi 311,00 dengan rata-rata 284,99. Siswa-siswi SMP Negeri 2 Purworejo berjumlah 640 siswa, dengan rincian kelas VII berjumlah 192 siswa, kelas VIII 224 siswa dan kelas IX 224 siswa. SMP Negeri 3 Purworejo yang terletak di Jl. Mardihusodo No. 3 Kutoarjo, Kecamatan Kutoarjo, Kabupaten Purworejo berdiri sejak tanggal 1 Maret 1950 dengan SK dari Menteri PP dan K bagian urusan Sekolah-sekolah dengan No 4305 / B tanggal 14 Juni 1951 dijadikan SMP Filial dari SMP Negeri II Purworejo di Kutoarjo.

Berdasarkan arsip statistik Penerimaan Peserta Didik Baru SMP Kabupaten Purworejo periode 2016/2017 nilai masuk PPDB 2016/2017 *passing grade* terbawah untuk dapat diterima di SMP Negeri 3 Purworejo yaitu siswa lulusan SD harus mempunyai nilai UN 273,00 dan *passing grade* tertinggi 306,50 dengan rata-rata 282,36. Siswa-siswi SMP negeri 3 Purworejo berjumlah 528 siswa, dengan rincian kelas VII berjumlah 180 siswa, kelas VIII 156 siswa, dan kelas IX berjumlah 192 siswa. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan penulis pada tanggal 12 Januari 2018, menunjukkan bahwa penghasilan ayah dan ibu siswa kelas VII SMP Negeri 2 Purworejo sebesar 23,03 % termasuk kedalam kategori ekonomi menengah keatas yaitu dengan pendapatan sebesar 5.000.000-10.000.000/bulan.

Sedangkan berdasarkan hasil observasi penulis pada tanggal 17 Januari 2018 SMP Negeri 3 Purworejo dengan jumlah siswa kelas VII sejumlah 180 siswa, menunjukkan bahwa penghasilan ayah dan ibu siswa kelas VII di SMP Negeri 3 Purworejo sebesar 56 % termasuk dalam kategori miskin yaitu dengan pendapatan sebesar 650.000-2.000.000/bulan. Semakin tinggi status ekonomi keluarga, semakin banyak jumlah dan jenis makanan yang diperoleh. Sebaliknya, orang yang hidup dengan tingkat ekonomi rendah atau berpenghasilan rendah memiliki kesempatan yang terbatas untuk memilih makanan. Namun keluarga dengan pendapatan rendah tetap mampu memenuhi pola makan yang sehat pada keluarganya, mereka mampu memenuhi makanan yang sehat untuk keluarganya dengan cara memanen hasil sayur-sayuran yang beraneka ragam dari kebun sendiri.

Berdasarkan hasil observasi penulis pada tanggal 10 Januari 2018 di SMP Negeri 2 Purworejo dan SMP Negeri 3 Purworejo penulis menemukan bahwa pola makan siswa di SMP Negeri 2 Purworejo dan di SMP Negeri 3 Purworejo termasuk dalam pola makan yang tidak sehat atau pola makan yang salah, dikarenakan mereka mengkonsumsi makanan yang mereka sukai bukan yang mereka butuhkan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Kebiasaan pola makan remaja yang tidak sehat akan berdampak pada kesehatan dimasa mendatang.
2. Timbulnya masalah kesehatan bagi remaja karena pola makan yang kurang baik.
3. Perilaku makan siswa SMP Negeri 2 Purworejo dan siswa SMP Negeri 3 Purworejo yang cenderung mengarah kepada perilaku makan yang tidak seimbang karena lebih banyak mengonsumsi jajanan yang tinggi karbohidrat.
4. Timbulnya masalah kesehatan bagi remaja karena pola makan yang kurang baik.
5. Faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan remaja di SMP Negeri 2 Purworejo dan SMP Negeri 3 Purworejo belum diketahui.

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan hasil identifikasi di atas maka penelitian ini dibatasi pada faktor internal dan faktor eksternal yang mempengaruhi pola makan siswa di SMP Negeri 2 dan SMP Negeri 3 Purworejo.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apa saja faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan siswa di SMP Negeri 2 Purworejo dan SMP Negeri 3 Purworejo?

2. Bagaimana pola makan siswa di SMP Negeri 2 Purworejo dan SMP Negeri 3 Purworejo?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini untuk mendapatkan gambaran tentang:

1. Mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan siswa di SMP Negeri 2 dan SMP Negeri 3 Purworejo
2. Mengetahui pola makan siswa di SMP Negeri 2 dan SMP Negeri 3 Purworejo.

### **F. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis
  - a. Penelitian ini dapat memberikan informasi tentang faktor-faktor yang mempengaruhi pola makan siswa.
  - b. Penelitian ini dapat memberikan gambaran tentang pola makan siswa.
2. Manfaat Praktis
  - a. Bagi keluarga siswa dapat dijadikan masukan dalam memilih makanan sehingga mampu memenuhi kebutuhan gizi siswa.
  - b. Bagi masyarakat penelitian ini dapat dijadikan pengetahuan tentang semua hal yang berkaitan dengan faktor eksternal yang mempengaruhi pola makan siswa.