

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Prioritas sasaran program gizi adalah pada kelompok masyarakat yang mempunyai risiko tinggi, salah satunya adalah kelompok remaja. (Sediaoetomo,1999). Kelompok remaja termasuk ke dalam kelompok yang mempunyai risiko tinggi karena pertumbuhan anak remaja pada umur ini sangat pesat, selain itu juga kegiatan-kegiatan fisik remaja sedang pada kondisi puncaknya. Oleh sebab itu, apabila konsumsi makanan tidak seimbang dengan kebutuhan kalori untuk pertumbuhan dan kegiatan-kegiatannya, maka akan terjadi defisiensi yang akhirnya dapat menghambat pertumbuhannya (Notoatmodjo,1997).

Masa remaja merupakan masa yang paling baik untuk memaksimalkan kepadatan tulang karena pada masa ini terjadi lebih banyak pembentukan massa tulang daripada resorpsi yaitu sekitar 45% atau lebih (Niklas dalam Mulyani), 2009). Penyimpanan kalsium juga empat kali lebih banyak pada masa remaja daripada masa anak-anak dan masa dewasa. Finn dalam Mulyani (2009) menyatakan bahwa, sekitar 91% volume tulang orang dewasa dibentuk pada usia remaja. Pada masa remaja penyerapan kalsium dari makanan mencapai 75%. Lalu menurun hingga 20-40% begitu menginjak dewasa. Oleh

karena itu sangat penting untuk mengoptimalkan konsumsi kalsium pada masa remaja. Sumber kalsium terbaik terdapat pada makanan. Bahan-bahan makanan sumber kalsium harus dikonsumsi setiap hari untuk mencukupi kebutuhan kalsium harian (Mulyani, 2009).

Susu merupakan sumber utama kalsium masyarakat di negara-negara Barat, sedangkan di negara-negara berkembang seperti Indonesia, susu masih dianggap sebagai bahan pangan mahal, sehingga hanya mampu dijangkau oleh masyarakat golongan ekonomi menengah ke atas. Menurut Khomsan (2006), di negara-negara Barat, kebiasaan minum susu telah mendarah daging sejak anak masih kecil hingga dewasa, sedangkan di negara-negara berkembang upaya penggalakan minum susu masih menghadapi kendala status ekonomi penduduk yang umumnya rendah.

Hasil survei *The International Data Base (IDB)* tahun 2004 menunjukkan, dalam setahun Indonesia mampu mengkonsumsi susu 425 miliar liter. Sementara India mampu mengkonsumsi susu sebanyak 44,8 triliun liter, Amerika 22,8 triliun liter dan Cina 8,8 triliun liter. Artinya di Indonesia rata-rata per kapita hanya mengkonsumsi 1,8 liter per tahun, India 42,1 liter, Amerika 78,1 liter dan Cina 6,8 liter. Berdasarkan data konsumsi susu menurut propinsi tahun 2002-2004, DKI Jakarta menempati urutan ketiga terbanyak yang mengkonsumsi susu setelah Jawa Barat (281,440 ton) dan Jawa timur (238,208 ton) yaitu sebanyak 200,236 ton, sedangkan di propinsi lainnya konsumsi susu masih sangat rendah. Di DKI Jakarta sendiri, terjadi

peningkatan konsumsi susu sejak tahun 2000 hingga tahun 2004, yaitu sebesar 184,829 ton (2000) menjadi 200,236 ton (2004).

Menurut Khomsan (2004), ada dua alasan mengapa budaya minum susu di Indonesia masih sangat rendah. Pertama, yaitu susu masih dianggap sebagai barang yang mewah dengan harga yang mahal. Ditengah kehidupan yang semakin sulit akibat krisis yang berkepanjangan, dapat dimaklumi jika sebagian besar masyarakat Indonesia lebih mementingkan membeli pangan sumber karbohidrat daripada pangan sumber protein atau mineral. Sedangkan alasan kedua adalah, takutnya masyarakat dengan masalah lactose intolerance. Padahal, peneliti AS membuktikan bahwa konsumsi susu 1-2 cangkir pada penderita lactose intolerance tidak mendatangkan masalah.

Saat ini tingkat konsumsi susu di Indonesia masih sangat rendah, yaitu 7 liter/kapita/tahun atau 435 mL/orang/hari. Ini artinya orang Indonesia masih kalah dari Negara Malaysia yang konsumsi susunya telah mencapai lebih dari 20 liter per kapita per tahun (Khomsan,2004).

Jika ditelusuri kecenderungan konsumsi susu sejak tahun 1970 hingga tahun 1995, tampaknya memang ada kemajuan, walaupun kemajuan tersebut relatif lambat. Pada tahun 1970, konsumsi susu penduduk Indonesia hanya 1,82 kg/kap/tahun, sepuluh tahun kemudian meningkat menjadi 4,36 kg/kap/tahun 1980, dan puncaknya konsumsi susu pada tahun 1995 yaitu 6,99 kg/kap/tahun. Namun, krisis ekonomi memberikan dampak buruk pada kemampuan masyarakat untuk membeli susu. Puncak konsumsi susu telah

dicapai pada tahun 1995 terus merosot hingga 5,10 kg/kap/tahun pada tahun 1998 (Khomsan, 2004).

Mengingat usia remaja adalah usia pada masa perkembangan dan pertumbuhan maka untuk itu diperlukan upaya untuk memperkenalkan susu kepada remaja. Hasil penelitian Komarudin (2000) pada remaja di Bogor, ada beberapa faktor yang berhubungan dengan konsumsi susu pada remaja yaitu pendapatan orangtua perbulan, pendidikan orangtua, pekerjaan orangtua, uang saku remaja, pengetahuan gizi remaja dan sikap remaja. Dari faktor-faktor tersebut, yang menunjukkan hubungan yang signifikan dengan konsumsi susu adalah pendidikan orangtua, baik pendidikan ayah maupun pendidikan ibu dan juga sikap. Sedangkan faktor-faktor yang lainnya tidak menunjukkan hubungan yang signifikan.

Dimulainya masa remaja tidaklah sama antar individu dan antar jenis kelamin. Begitu juga dengan kebutuhan gizinya antara remaja laki-laki dan perempuan berbeda. Biasanya, kebutuhan gizi untuk remaja laki-laki lebih tinggi dibandingkan dengan remaja perempuan, seperti pada kebutuhan energi dan protein. Dalam hal perilaku makan, remaja laki-laki memiliki perilaku makan yang lebih baik daripada remaja perempuan. Hal tersebut karena remaja perempuan lebih mementingkan penampilannya sehingga membatasi diri untuk tidak memakan makanan yang akan membuat dirinya gemuk.

Jenis kelamin menentukan besar kecilnya kebutuhan gizi bagi seseorang. Pertumbuhan dan perkembangan individu sangat berbeda antara laki-laki dan perempuan Worthington (2000). Pengetahuan juga dapat

mempengaruhi konsumsi sumber kalsium pada remaja. Harel et al. (1998) menyatakan bahwa mereka yang mengetahui pentingnya kalsium, mengonsumsi lebih banyak daripada mereka yang tidak mengetahui pentingnya kalsium. Faktor sosial-ekonomi juga mempengaruhi asupan kalsium pada remaja. Tingkat sosial ekonomi tinggi mempengaruhi keragaman jenis makanan atau minuman sumber kalsium daripada remaja dengan status sosial-ekonomi rendah. Sumber utama kalsium untuk masyarakat dengan tingkat sosial ekonomi tinggi adalah susu dan hasil olahannya yang mengandung sekitar 1150 mg kalsium per liter.

Sehubungan dengan itu maka penulis tertarik untuk mempelajari bagaimana konsumsi susu dikalangan remaja serta melihat faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi susu pada remaja. Pengambilan data ini dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 181 Jakarta Pusat. Alasan pemilihan lokasi tersebut adalah karena sekolah tersebut merupakan sekolah negeri yang termasuk unggulan dan lokasinya berada di tengah kota sehingga diharapkan siswa-siswi memiliki perilaku konsumsi susu baik dan juga dilihat dari segi ekonominya, tergolong kedalam ekonomi menengah keatas. Dengan melihat keadaan ekonominya yang sebagian besar menengah keatas, maka diharapkan konsumsi susu para remaja tersebut baik, karena orang tuanya mampu membelikan mereka susu. Selain itu juga, pada lokasi tersebut belum pernah dilakukan penelitian tentang konsumsi susu pada remaja.

## **B. Identifikasi Masalah**

Di Indonesia, Menurut Khomsan (2004), saat ini tingkat konsumsi susu di Indonesia masih sangat rendah, yaitu 7 liter/kapita/tahun atau 435 mL/orang/hari. Ini artinya orang Indonesia masih kalah dari Negara Malaysia yang konsumsi susunya telah mencapai lebih dari 20 liter per kapita per tahun.

## **C. Pembatasan Masalah**

Ada beberapa macam faktor yang mempengaruhi jumlah konsumsi susu, diantaranya adalah faktor sosial-ekonomi, pengetahuan gizi, jenis kelamin, sikap, pantangan konsumsi susu, dan uang saku. Untuk mempermudah didalam memahami skripsi ini, peneliti membatasi apa saja Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Jumlah Konsumsi Susu Pada Siswa-Siswi SMPN 181 Jakarta Pusat Tahun 2013. Peneliti membatasi variabel independen meliputi jenis kelamin, pengetahuan tentang susu dan osteoporosis, dan uang saku serta jenis susu yang dikonsumsi. Variabel dependen yaitu jumlah konsumsi susu meliputi jumlah dan frekuensi.

## **D. Perumusan Masalah**

Penelitian dilakukan pada siswa-siswi SMP Negeri 181 Jakarta untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan jumlah konsumsi susu pada remaja. Lokasi penelitian dilakukan di SMP Negeri 181 Jakarta Pusat tahun 2013. Apakah faktor-faktor yang berhubungan dengan jumlah konsumsi susu pada siswa-siswi SMP Negeri 181 Jakarta pada tahun 2013?

## **E. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan jumlah konsumsi susu pada siswa-siswi SMP Negeri 181 Jakarta Pusat tahun 2013.

### **2. Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi karakteristik responden, meliputi jenis kelamin, uang saku, jenis susu yang dikonsumsi dan alasan mengonsumsi susu pada siswa-siswi di SMPN 181 Jakarta Pusat tahun 2013.
2. Mengidentifikasi pengetahuan tentang susu dan osteoporosis siswa-siswi SMPN 181 Jakarta Pusat tahun 2013.
3. Menganalisis perbedaan rata-rata jumlah konsumsi susu berdasarkan jenis kelamin pada siswa-siswi SMPN 181 Jakarta Pusat tahun 2013.
4. Menganalisis hubungan antara pengetahuan tentang susu dan osteoporosis dengan jumlah konsumsi susu pada siswa-siswi SMPN 181 Jakarta Pusat tahun 2013.
5. Menganalisis hubungan antara uang saku dengan jenis susu yang dikonsumsi pada siswa-siswi SMPN 181 Jakarta Pusat tahun 2013.
6. Menganalisis hubungan antara uang saku dengan jumlah konsumsi susu pada siswa-siswi SMPN 181 Jakarta Pusat tahun 2013.

## **F. Manfaat Penelitian**

Dilihat dari manfaat secara aplikatif, penelitian ini diharapkan bermanfaat kepada:

### **1. Bagi Responden**

Dalam penelitian ini responden yang dimaksud adalah siswa-siswi SMP Negeri 181 Jakarta. Setiap responden dapat meningkatkan kesehatannya dengan penerapan konsumsi susu yang memenuhi kecukupannya.

### **2. Bagi Sekolah**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai data dasar bagi pihak sekolah untuk memberikan pengarahan kepada siswa, setelah mendapatkan gambaran mengenai perilaku konsumsi susu siswa.

### **3. Bagi Penulis**

Menambah pengetahuan, wawasan dan cara berpikir kritis bagi penulis dalam rangka mengaplikasikan ilmu yang diperoleh terutama dalam menangani masalah gizi yang terjadi di masyarakat.