

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

WHO mendefinisikan remaja sebagai suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda-tanda seksual sekundernya (pubertas) sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Selain itu, terjadi peralihan dari ketergantungan sosial dan ekonomi yang penuh kepada orang tua menuju keadaan yang relatif lebih mandiri (Jafar, 2012).

Usia remaja (10-17 tahun) merupakan periode rentan gizi karena berbagai sebab. Pertama, remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi karena peningkatan pertumbuhan fisik dan perkembangan yang drastis. Kedua, perubahan gaya hidup dan kebiasaan makan remaja memengaruhi baik asupan maupun kebutuhan gizinya. Ketiga, aktif dalam olahraga (Almatsier, 2011).

Menurut Aritonang (2009) dalam Meiriasari (2013), mengatakan bahwa kelompok usia ini tergolong dalam fase pertumbuhan yang pesat (Growth Spurt) sehingga dibutuhkan zat gizi yang relatif banyak. Seiring dengan perkembangan zaman, perubahan gaya hidup mengiringi perubahan pola makan dan minum penduduk dunia, terutama remaja. Remaja memiliki karakteristik selalu ingin mencoba sesuatu yang baru. Karakteristik tersebut menginspirasi para produsen makanan dan minuman untuk membuat makanan dan minuman yang praktis dan menyegarkan. Salah satu diantaranya minuman bersoda (Ali dan Asrori, 2011).

Menurut Garrow dan James (2000), minuman bersoda memiliki komposisi air yang diberikan karbondioksida, pemanis berkalori, pewarna, asam phosphor, asam sitrat, kafein, dan pengawet seperti potassium dan sodium benzoat. Untuk minuman soda diet perbedaannya pada penggunaan pemanis buatan saja yang kalorinya lebih rendah seperti sakarin dan siklamat (*American Beverage Association, 2012*).

Masalah gizi remaja perlu mendapat perhatian khusus karena pengaruhnya yang besar terhadap pertumbuhan dan perkembangan tubuh serta dampaknya pada masalah gizi saat dewasa. Selain itu, dewasa ini remaja sangat banyak mengonsumsi berbagai macam jenis minuman yang ditawarkan dipasaran. Akan tetapi, pengetahuan mengenai efek terhadap konsumsi minuman tersebut terhadap kesehatan sangat rendah. Konsumsi minuman ringan adalah komponen lain yang belum banyak diteliti di Indonesia, sementara di Amerika dan negara-negara Eropa penelitian tersebut telah banyak dilakukan (Arofah & WS, 2010).

The National Soft Drink Association (1999) dalam Vartanian *et al.* (2007) melaporkan bahwa selama tahun 1998, remaja di Amerika minum minuman ringan lebih dari 14 miliar galon; dengan demikian, rata-rata mereka minum lebih dari 56 galon minuman ringan per orang. Selain itu, konsumsi harian rata-rata minuman ringan bersoda untuk masing-masing remaja pria dan wanita berusia 12-19 tahun adalah 20,2 L/hari (sekaleng teratur mengonsumsi minuman ringan adalah 200 ml). *United State of Agriculture* menyatakan bahwa tahun 1994-1998 proporsi konsumsi anak-

anak yang minum minuman bersoda usia 11-17 meningkat sebanyak 2,5% (Ralston & Lin, 2003).

Di California, 41% dari anak-anak usia 2-17 minum setidaknya satu jenis soda atau minuman gula lainnya setiap hari di tahun 2011-2012 (Goldstein *et al.*, 2013). Artikel penelitian UCLA *Health Policy Research Brief* (2009) menyatakan di California sebanyak 62% remaja mengonsumsi minuman bersoda 1x sehari, dan 32% mengonsumsi minuman bersoda lebih dari 2x sehari. Dalam penelitian tersebut, terdapat pengaruh orang tua dalam mengonsumsi minuman bersoda pada remaja sebanyak 73%.

Di Indonesia, hasil riset tahun 2008 kerjasama antara *Spire Research & Consulting* dengan majalah *Marketing* di lima kota besar Indonesia (Jakarta, Semarang, Surabaya, Medan, dan Makassar) yang melibatkan 1000 responden berumur 13-18 tahun ditemukan bahwa sedikitnya remaja mengonsumsi 2-4 botol/kaleng minuman bersoda dalam kurun waktu satu minggu (Agungdsp. dalam Prasetya (2008) dalam Meiriasari (2013)). Penelitian yang dilakukan Fauzia (2012) terhadap sejumlah siswa SMP memperlihatkan bahwa 40,3% responden sering mengonsumsi minuman ringan bersoda. Penelitian Nurfitriani (2011) dalam Anggraini (2012) juga menunjukkan bahwa responden yang sering mengonsumsi minuman ringan bersoda sebanyak 56%.

Beberapa studi menunjukkan bahwa perilaku remaja terhadap konsumsi minuman bersoda dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya faktor individu (pengetahuan gizi, uang saku, sumber informasi) dan faktor keluarga (peran orang tua dalam kebiasaan konsumsi minum soda dan

frekuensi konsumsi minum soda orang tua) (Grimm *et al.*, 2004; Vereecken *et al.*, 2005; Bere *et al.*, 2007; Horst *et al.*, 2008; Evans, 2009; Verzeletti *et al.*, 2010; Tak *et al.*, 2011 dalam Fauzia, 2012). Terdapat penelitian yang dilakukan bahwa adanya hubungan antara jenis kelamin dengan frekuensi konsumsi minuman bersoda. Penelitian terhadap lebih dari 7500 remaja di Amerika mengemukakan hasil bahwa sebanyak 33% remaja laki-laki dan 22% remaja perempuan mengonsumsi minuman ringan bersoda ≥ 3 kali/hari (Ranjrit *et al.*, 2010). Penelitian lain menunjukkan bahwa 80% remaja laki-laki (80 responden) dan remaja perempuan 84% (84 responden) mengonsumsi minuman *soft drink* dengan rata-rata frekuensi konsumsi yaitu 6 kali/minggu (Safriani, 2014).

Penelitian yang dilakukan di Cina dengan sampel 824 responden usia 12-14 tahun menunjukkan bahwa adanya hubungan antara uang saku dengan konsumsi minuman ringan berpemanis. Diantara anak laki-laki yang memiliki sosial ekonomi tinggi memiliki uang saku diatas rata-rata sebanyak 21,5% mengonsumsi minuman ringan bersoda setiap hari (Shi *et al.*, 2015). Penelitian Fauzia (2012) menunjukkan sebanyak 50 respondennya (40,3%) menghabiskan uang sakunya untuk membeli minuman bersoda dengan kisaran uang saku yang dimiliki 10.000-15.000 per orang.

Penelitian Gabriel *et al.*, tahun 2014, mengenai perbandingan pengetahuan terhadap frekuensi konsumsi minum soda menyatakan bahwa sebanyak 326 responden lebih sering mengonsumsi minuman *soft drink* adalah responden yang memiliki pengetahuan gizi yang baik mengenai

minuman *soft drink*. Penelitian Saputri (2013), menunjukkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan *soft drink* baik sebanyak 22% (44 responden) lebih sering mengonsumsi minuman *soft drink*.

Konsumsi minuman bersoda di kalangan remaja terkait hubungannya dengan media massa baik cetak maupun elektronik. Televisi merupakan salah satu media massa dengan pengaruh terbesar (Bruijn dan Pute, 2009; Lopez *et al*, 2011). Berdasarkan penelitian yang dilakukan dalam Skriptiana (2009), 25% remaja terpengaruh oleh media massa dalam mengonsumsi minuman bersoda dengan sumber informasi yang biasa responden lihat, baca dan dengar terbanyak pada media televisi (100%).

Alasan pemilihan lokasi di SMP Negeri 181 Jakarta dan SMP Katolik Abdi Siswa adalah belum pernah diadakan penelitian tentang faktor individu dan keluarga terhadap frekuensi konsumsi minuman bersoda pada remaja SMP Negeri dan Swasta di Jakarta tahun 2016. Selain itu, terdapat minimarket dan warung yang menjual minuman bersoda sehingga akses untuk membeli minuman bersoda lebih mudah. Siswa-siswi kelas VII dan VIII dipilih sebagai sampel karena bersedia untuk mengikuti penelitian, kelas IX tidak dapat mengikuti penelitian karena melaksanakan Ujian Akhir Nasional (UAN). Judul skripsi ini dipilih karena baru sedikit orang yang melakukan penelitian tentang faktor individu dan keluarga terhadap frekuensi konsumsi minum soda pada remaja SMP Negeri dan Swasta di Jakarta tahun 2016.

1.2. Identifikasi Masalah

Di Indonesia, tingkat frekuensi konsumsi minum soda masih tergolong tinggi. Berdasarkan hasil penelitian Fauzia (2012) pada penelitian di SMP PB Soedirman, responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 56,2% (63 responden) dan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 23,3% (14 responden) mengonsumsi minuman bersoda dengan frekuensi tinggi. Selain itu, dari 124 responden yang mengikuti penelitian, sebanyak 70,2% (87 responden) ada pengaruh orang tua dalam mengonsumsi minuman bersoda setelah orang tuanya membeli dan meminum minuman bersoda. Responden yang memiliki pengetahuan gizi kurang sebanyak 50,0% (39 responden) mengonsumsi minuman bersoda dengan frekuensi tinggi. Berdasarkan pengaruh media massa terhadap frekuensi konsumsi minuman bersoda, sebanyak 40,3% (50 responden) ada pengaruh media massa dalam mengonsumsi minuman bersoda setelah melihat, mendengar atau membaca iklan minuman bersoda.

Penelitian Meiriasari (2013) terhadap siswa-siswi di SMP Negeri 38 Bekasi menyatakan bahwa, sebanyak 62,9% (107 responden) sering mengonsumsi minuman bersoda dengan frekuensi konsumsi sebanyak ≥ 2 kali/minggu. Responden yang mengikuti penelitian sebanyak 50,6% (86 responden) berjenis kelamin laki – laki dan 49,4% (84 responden) berjenis kelamin perempuan mengonsumsi minuman bersoda. Dalam penelitian tersebut juga terdapat hubungan bahwa anak-anak yang memiliki uang saku terbesar (Rp. 10.000,-) memilih untuk membeli minuman bersoda dengan harga Rp.3000-6000,-.

1.3. Pembatasan Masalah

Karena keterbatasan waktu, biaya dan tenaga maka pengambilan data untuk variabel independen hanya meliputi, faktor individu : jenis kelamin, pengetahuan gizi dan uang saku. Faktor lainnya yaitu sumber informasi, frekuensi konsumsi minuman soda pada siswa-siswi SMP Negeri dan Swasta, pengaruh perilaku orang tua dalam kebiasaan minum soda serta frekuensi konsumsi minuman soda orang tua.

1.4. Perumusan Masalah

Bagaimana faktor individu dan keluarga terhadap frekuensi konsumsi minuman bersoda pada remaja SMP Negeri dan Swasta di Jakarta tahun 2016 ?

1.5. Tujuan Penelitian

1.5.1. Tujuan Umum :

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan dan perbedaan faktor individu dan keluarga terhadap frekuensi konsumsi minuman bersoda pada remaja SMP Negeri dan Swasta di Jakarta tahun 2016.

1.5.2. Tujuan Khusus :

1.5.2.1. Mengidentifikasi faktor individu (jenis kelamin, pengetahuan gizi, uang saku dan sumber informasi) pada remaja di SMP Negeri 181 Jakarta dan SMP Katolik Abdi Siswa.

- 1.5.2.2. Mengidentifikasi faktor keluarga (pengaruh perilaku orang tua dalam kebiasaan minuman bersoda dan frekuensi minuman bersoda) pada remaja di SMP Negeri 181 Jakarta dan SMP Katolik Abdi Siswa.
- 1.5.2.3. Mengidentifikasi frekuensi konsumsi minuman bersoda pada remaja di SMP Negeri 181 Jakarta dan SMP Katolik Abdi Siswa.
- 1.5.2.4. Menganalisis hubungan faktor individu (jenis kelamin dan sumber informasi) berdasarkan frekuensi konsumsi minuman bersoda remaja di SMP Negeri 181 Jakarta dan SMP Katolik Abdi Siswa.
- 1.5.2.5. Menganalisis perbedaan faktor individu (pengetahuan gizi dan uang saku) berdasarkan frekuensi konsumsi minuman bersoda remaja di SMP Negeri 181 Jakarta dan SMP Katolik Abdi Siswa.
- 1.5.2.6. Menganalisis hubungan faktor keluarga (perilaku orang tua dalam kebiasaan konsumsi minuman bersoda) berdasarkan frekuensi konsumsi minuman bersoda remaja di SMP Negeri 181 Jakarta dan SMP Katolik Abdi Siswa.
- 1.5.2.7. Menganalisis perbedaan faktor keluarga (frekuensi konsumsi minuman bersoda orang tua) berdasarkan frekuensi konsumsi minuman bersoda remaja di SMP Negeri 181 Jakarta dan SMP Katolik Abdi Siswa.

1.6. Keterbaruan Penelitian

No.	Judul Penelitian	Tahun Penelitian	Nama Peneliti	Variabel yang diteliti
1.	Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku konsumsi soft drinks pada siswa SMPN 1 Ciputat.	2008	Alfira Dilapangga	Faktor internal (jenis kelamin, uang saku, pengetahuan gizi, kesukaan terhadap <i>soft drinks</i>), frekuensi konsumsi soft drink, pengaruh promosi
2.	Hubungan antara pengetahuan gizi, teman sebaya dan faktor lain dengan konsumsi minuman ringan berkarbonasi pada siswa-siswi SMPIT Nurul Fikri Depok	2009	Noor R. Skriptiana	Faktor internal (Pengetahuan gizi, jenis kelamin) pengaruh teman sebaya, pengaruh media massa, aksesibilitas, pengaruh keluarga, dan frekuensi konsumsi minuman berkarbonasi
3.	Hubungan antara faktor individu dan lingkungan terhadap konsumsi minuman ringan berpemanis pada siswa/i SMA Negeri 1 Bekasi	2012	Suci Ariani Anggraini	Faktor internal (jenis kelamin dan pengetahuan gizi, uang saku, sikap terhadap minuman berpemanis), pengaruh teman sebaya, pengaruh media massa, pengaruh orang tua dan frekuensi konsumsi minum <i>soft drinks</i>
4.	Hubungan antara faktor individu dan faktor lingkungan dengan kebiasaan konsumsi minuman bersoda pada siswa SMP Islam PB Soedirman Jakarta Timur.	2012	Alfa Fauzia	Faktor internal (jenis kelamin, uang saku, pengetahuan gizi, kesukaan terhadap <i>soft drinks</i>), peran orang tua, sikap anak terhadap minuman <i>soft drinks</i> , kebiasaan konsumsi <i>soft drinks</i>
5.	Hubungan antara faktor individu, faktor lingkungan, dan frekuensi konsumsi minuman bersoda pada siswa-siswi di SMP Negeri 38 Bekasi	2013	Meiriasari	Faktor internal (jenis kelamin, uang saku, pengetahuan gizi), waktu konsumsi minuman bersoda, aksesibilitas, frekuensi konsumsi soft drinks
6.	Faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi minuman ringan (<i>soft drinks</i>) pada siswa SMA di Bogor	2014	Fadhillah Safriani	Faktor internal (jenis kelamin, uang saku, pengetahuan gizi), status gizi, pendidikan dan pendapatan orang tua, frekuensi konsumsi minum <i>soft drinks</i>

Beberapa hal yang membedakan dengan penelitian terdahulu yaitu :

- 1.6.1. Penelitian ini membedakan antara faktor individu dengan faktor keluarga terhadap frekuensi konsumsi minuman bersoda.
- 1.6.2. Responden yang diteliti merupakan siswa-siswi SMP Negeri dan SMP Swasta di wilayah Jakarta.
- 1.6.3. Metode semi kuantitatif *Food Frequency Questioner (FFQ)* digunakan dalam penelitian ini untuk mengetahui gambaran kebiasaan minum minuman bersoda pada anak dan orang tua.
- 1.6.4. Penelitian ini menggunakan 2 uji, yaitu uji korelasi *Spearman* dan uji *Mann-Whitney*.

1.7. Manfaat Penelitian

1.7.1. Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai data dan informasi mengenai perbedaan faktor individu dan keluarga terhadap frekuensi konsumsi minuman bersoda pada remaja siswa SMP Negeri dan Swasta di Jakarta tahun 2016. Dengan demikian, informasi dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi pola konsumsi untuk mencegah perilaku konsumsi yang tidak sehat pada remaja yang dapat menyebabkan dampak buruk bagi kesehatan.

1.7.2. Bagi Peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi mengenai hubungan dan perbedaan faktor individu dan lingkungan

terhadap frekuensi konsumsi minuman bersoda pada remaja SMP Negeri dan Swasta.

1.7.3. Bagi Fakultas Ilmu-Ilmu kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk pengembangan pendidikan khususnya mengenai gizi masyarakat dan sebagai sumber informasi dan bahan referensi peneliti lain dalam mengembangkan penelitian – penelitian selanjutnya di Universitas Esa Unggul (UEU).