

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Minuman kemasan berpemanis merupakan jenis minuman ringan yang dikemas dan terdapat penambahan bahan dalam kandungan dalam minuman tersebut yaitu pemanis berkalori (Juliyanti et al., 2021). Terdapat beberapa jenis minuman ringan berpemanis yang umum ditemukan seperti minuman dengan rasa buah, minuman olahraga, minuman berenergi, minuman pengganti elektrolit, minuman kopi dan teh (CDC, 2018).

Remaja merupakan salah satu konsumen minuman kemasan berpemanis terbesar di tingkat global. Menurut hasil penelitian dari Haughton et al. (2018), di Amerika Serikat remaja dengan umur 12 hingga 17 tahun sebanyak 67% sering minum minuman kemasan berpemanis, dengan rincian sebanyak 33,9% remaja mengonsumsi minuman kemasan berpemanis 1 sampai 2 kali per hari, dan sebanyak 33,5% remaja mengonsumsi minuman kemasan berpemanis lebih dari 2 kali per hari.

Hasil dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2018, menunjukkan bahwa populasi Indonesia yang memiliki kebiasaan konsumsi minuman berpemanis sebanyak 61,27% penduduk mengonsumsi lebih dari 1 kali per hari, dan sebanyak 30,2% penduduk mengonsumsi 1 sampai 6 kali per minggu, dan hanya 8,5% penduduk yang mengonsumsinya kurang dari 3 kali per bulan. Pada remaja dengan rentang usia 15-19 tahun di Indonesia, sebesar 56,43% remaja mengonsumsi minuman kemasan berpemanis lebih dari 1 kali per hari, dan sebanyak 37% remaja mengonsumsi minuman kemasan berpemanis 1 sampai 6 kali per minggu, kemudian sebanyak 6,57% remaja mengonsumsi minuman kemasan berpemanis kurang dari 3 kali per bulan (Kemenkes, 2018).

Remaja yang suka mengonsumsi minuman kemasan berpemanis dalam jangka waktu panjang, cenderung memiliki dampak pada kesehatan tubuhnya. Jumlah kalori yang terkandung dalam minuman kemasan berpemanis memiliki pengaruh kepada jumlah kalori yang dikonsumsi oleh remaja setiap hari. Konsumsi minuman berpemanis yang berlebihan meningkatkan risiko diabetes,

obesitas, hipertensi, penyakit jantung, dan bahkan kematian dini (Kemenkes, 2019).

Teman sebaya dan kemudahan mendapatkan minuman kemasan berpemanis adalah beberapa alasan mengapa remaja sering mengonsumsinya. Teman sebaya mempengaruhi remaja mengonsumsi minuman kemasan berpemanis karena untuk solidaritas pertemanan agar dapat diterima di kelompok pertemanan tersebut. Faktor selanjutnya adalah akses yang mudah terhadap minuman kemasan berpemanis, akses yang mudah menyebabkan kecenderungan seseorang untuk lebih banyak mengonsumsi minuman kemasan berpemanis (Masri, 2018). Faktor lainnya adalah karakteristik individu yaitu jenis kelamin dan uang saku, selain itu juga bisa dipengaruhi oleh kebiasaan membaca informasi nilai gizi.

Tingginya konsumsi minuman berpemanis pada remaja dapat dipengaruhi dari jenis kelamin hal ini merujuk dari hasil penelitian Fachruddin et al. (2022), Remaja laki-laki lebih sering minum minuman kemasan berpemanis daripada remaja perempuan. Selain jenis kelamin juga dapat dipengaruhi oleh uang saku, berdasarkan hasil penelitian dari Cahyaningtyas et al. (2016), Siswa dengan uang saku lebih sedikit cenderung lebih banyak mengonsumsi minuman kemasan berpemanis daripada siswa dengan uang saku lebih banyak.

Kebiasaan membaca informasi nilai gizi juga dapat mempengaruhi tingginya konsumsi minuman kemasan berpemanis. Informasi tentang nilai gizi, yang mencakup informasi tentang isi dan kandungan gizi dari makanan dan minuman kemasan, membantu konsumen dalam memilih makanan dan minuman kemasan yang sehat. Pada penelitian yang dilakukan oleh Fachruddin et al. (2022), responden dengan kategori kebiasaan membaca informasi nilai gizi kurang atau rendah, cenderung lebih banyak mengonsumsi minuman berpemanis kemasan daripada responden dengan kategori cukup dalam kebiasaan membaca informasi nilai gizi.

Penelitian akan dilakukan dengan mengambil subjek remaja yang sedang masuk Sekolah Menengah Atas (SMA) di SMAN Arjasa Jember, yang umumnya memiliki rentang usia 16-18 tahun. Berdasarkan temuan dari

penelitian pendahuluan yang dilakukan di SMAN Arjasa Jember dan SMA Negeri 2 Jember ditemukan bahwa siswa di SMAN Arjasa Jember lebih banyak mengonsumsi minuman kemasan berpemanis dibandingkan dengan siswa di SMA Negeri 2 Jember. Pada SMAN Arjasa Jember, 42% siswa tidak membaca informasi nilai gizi ketika membeli minuman kemasan berpemanis, sedangkan di SMA Negeri 2 Jember hanya 25%. Selain itu, pengetahuan gizi siswa di SMA Negeri 2 Jember cenderung lebih baik dibandingkan dengan SMAN Arjasa Jember. Uang saku yang diterima oleh siswa di SMAN Arjasa Jember rata-rata tidak lebih dari 500.000 rupiah per bulan. Dalam hasil studi pendahuluan terkait seberapa sering siswa/siswi membaca informasi nilai gizi di SMAN Arjasa Jember didapatkan hasil bahwa 8% sering membaca, 50% kadang-kadang membaca, 25% jarang membaca, dan 17% tidak pernah membaca. Dari hasil penelitian pendahuluan sebelumnya, peneliti tertarik untuk meneliti di SMAN Arjasa Jember untuk mengetahui hubungan karakteristik individu (usia dan jenis kelamin) dan kebiasaan membaca informasi nilai gizi dengan frekuensi konsumsi minuman kemasan berpemanis pada siswa di SMAN Arjasa Jember.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini, berdasarkan latar belakang yang telah diberikan, adalah “Apakah ada Hubungan Karakteristik Individu dan Kebiasaan Membaca Informasi Nilai Gizi dengan Frekuensi Konsumsi Minuman Kemasan Berpemanis pada siswa di SMAN Arjasa Jember?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui hubungan karakteristik individu dan kebiasaan membaca informasi nilai gizi dengan frekuensi konsumsi minuman kemasan berpemanis pada siswa di SMAN Arjasa Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mendeskripsikan karakteristik individu (jenis kelamin, uang saku), kebiasaan membaca informasi nilai gizi dan Frekuensi konsumsi minuman kemasan berpemanis.

2. Menganalisis hubungan jenis kelamin dengan frekuensi konsumsi minuman kemasan berpemanis pada siswa di SMAN Arjasa Jember.
3. Menganalisis hubungan uang saku dengan frekuensi konsumsi minuman kemasan berpemanis pada siswa di SMAN Arjasa Jember.
4. Menganalisis hubungan kebiasaan membaca label informasi nilai gizi dengan frekuensi konsumsi minuman kemasan berpemanis pada siswa di SMAN Arjasa Jember.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan

Hasil yang diharapkan dari penelitian ini adalah informasi terbaru mengenai hubungan karakteristik individu dan kebiasaan membaca informasi nilai gizi dengan frekuensi konsumsi minuman berpemanis pada siswa di SMAN Arjasa Jember. Diharapkan informasi tersebut dapat dijadikan referensi tambahan di perpustakaan dan dapat dimanfaatkan seluruh mahasiswa, khususnya mahasiswa Gizi Klinik Politeknik Negeri Jember.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Penelitian ini bermanfaat sebagai sumber pengetahuan tentang hubungan karakteristik individu dan kebiasaan membaca informasi nilai gizi dengan frekuensi konsumsi minuman berpemanis pada siswa di SMAN Arjasa Jember.

1.4.3 Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat memperluas pengetahuan, kemampuan, keterampilan dan pengalaman bagi peneliti. Selain itu, penelitian ini memungkinkan penulis untuk menerapkan informasi yang diperoleh selama proses pendidikan.