

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Penelitian**

Pola makan buruk merupakan faktor penyebab munculnya permasalahan gizi. Umumnya masyarakat cenderung mengonsumsi makanan hingga melebihi batas asupan yang dianjurkan (Shrestha *et al.*, 2023). Hal ini dapat menyebabkan permasalahan status gizi, seperti obesitas. Obesitas dapat dipicu oleh tingginya kandungan gula dalam minuman. Frekuensi konsumsi minuman tinggi gula berkorelasi positif dengan prevalensi kejadian obesitas karena padatnya kandungan energi dan tingginya komposisi gula (Bahar, 2022).

Sebanyak 160 juta remaja usia 5-19 tahun di dunia pada tahun 2022 mengalami obesitas (WHO, 2022). Sebesar 12,1% remaja Indonesia berusia 13 hingga 15 tahun mengalami kelebihan berat badan pada tahun 2023, dimana 4,1% dari jumlah tersebut mengalami obesitas (Kemenkes, 2023). Pemerintah Indonesia memberi pernyataan bahwa di tahun 2020, Indonesia menempati posisi ketiga dengan konsumsi minuman manis kemasan terbanyak di Asia Tenggara. Kondisi ini cukup mengkhawatirkan karena dapat memicu terjadinya kejadian obesitas dan *diabetes mellitus* (BPKN, 2023). Provinsi Jawa Barat menempati peringkat ke 6 dari 38 provinsi dengan kejadian obesitas tertinggi di Indonesia. Kasus obesitas remaja berusia 13 hingga 15 tahun di Jawa Barat meningkat sebanyak 1,2 kali lipat dari tahun 2018 sebesar 4,9% menjadi 5,2% tahun 2023 (Risdesdas, 2018; Kemenkes, 2023).

Seseorang dengan status berat badan lebih atau obesitas cenderung memiliki kebiasaan konsumsi makanan dan minuman kemasan secara berlebih (Malik & Hu, 2020). Minuman kemasan memiliki kandungan gula yang cukup tinggi dengan jenis gula sukrosa yang akan dipecah menjadi fruktosa. Fruktosa dalam hati akan dirombak menjadi gliserol dan terjadi penumpukan lipid yang akan mengakibatkan obesitas (Damayanti *et al.*, 2023). Minuman kemasan memiliki jenis yang cukup beragam, mulai dari minuman berkarbonasi, minuman teh kemasan, minuman kopi kemasan, minuman susu berperisa, minuman berenergi, minuman rasa buah, dan minuman olahraga (Sari *et al.*, 2021).

Sabrina Gani Anggrahini, 2025

**KORELASI PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK PENGGUNAAN LABEL GIZI MINUMAN KEMASAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA (STUDI KASUS DI SMP NEGERI 9 BANDUNG DAN SMP ANGKASA LANUD HUSEIN SASTRANEGARA)**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Sebanyak 50,7% remaja usia 10-15 tahun sering mengonsumsi minuman manis kemasan lebih dari 1 kali per hari (Kemenkes, 2023). Minuman manis ukuran 300-500 mL dalam kemasan mengandung gula sebanyak 37 gram hingga 54 gram, sedangkan konsumsi gula per harinya yang diatur dalam Permenkes Nomor 30 Tahun 2013 tidak dianjurkan melebihi 4 sendok makan atau setara 50 gram (Permenkes, 2013). Tingginya konsumsi jajanan kemasan pada remaja diakibatkan oleh kurangnya pemahaman dalam membaca label gizi kemasan (Kristiandi *et al.*, 2025).

Label gizi pada kemasan menjadi sumber informasi bagi konsumen untuk menentukan pilihan minuman yang sesuai dengan kebutuhan gizi (Fitri *et al.*, 2020). Saat ini, Singapura telah menetapkan "*Nutri-Grade Labelling*" dimana konsumen dapat mengatur asupan gula pada produk kemasan untuk mengontrol kejadian *diabetes mellitus* (Shin *et al.*, 2023). Berbeda dengan Indonesia, sebagian besar konsumen kurang peduli dalam membaca label gizi pada kemasan. Hal ini ditandai dengan rendahnya persentase konsumen yang membaca label gizi. Sebanyak 36,5% masyarakat Indonesia cenderung memperhatikan label halal, 34,9% fokus mengamati tanggal kedaluwarsa, dan 20,6% mengamati identitas produk. Sementara itu, hanya 7,9% konsumen yang membaca kandungan nilai gizi pada label kemasan makanan dan minuman (BPKN, 2013). Rendahnya angka literasi dalam membaca label gizi pada remaja dapat diakibatkan oleh beberapa hal, diantaranya kesulitan pemahaman, harga, tingkat pendidikan, pengetahuan gizi, dan status sosial ekonomi (Hoteit *et al.*, 2022).

Berdasarkan temuan awal yang telah dilakukan di Dinas Kesehatan Kota Bandung mengenai data obesitas remaja usia 13-15 tahun di Kota Bandung Tahun 2022/2023, didapatkan data bahwa daerah Pasirkaliki memiliki prevalensi kejadian obesitas tertinggi di Kota Bandung, yaitu sebesar 14,3% atau 303 kasus dari jumlah 2123 kasus. Remaja merupakan kelompok usia rentan mengalami obesitas. Salah satu penyebabnya adalah rendahnya tingkat literasi label gizi terhadap minuman kemasan di kalangan remaja (Al Hidayah & Soeyono, 2023).

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti ingin melakukan studi dengan judul "Korelasi Pengetahuan, Sikap, dan Praktik Penggunaan Label Gizi Minuman

Sabrina Gani Anggrahini, 2025

**KORELASI PENGETAHUAN, SIKAP, DAN PRAKTIK PENGGUNAAN LABEL GIZI MINUMAN KEMASAN DENGAN STATUS GIZI REMAJA (STUDI KASUS DI SMP NEGERI 9 BANDUNG DAN SMP ANGKASA LANUD HUSEIN SASTRANEGARA)**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Kemasan dengan Status Gizi Remaja (Studi Kasus di SMP Negeri 9 Bandung dan SMP Angkasa Lanud Husein Sastranegara).”

## **1.2 Rumusan Masalah Penelitian**

Merujuk pada uraian latar belakang sebelumnya, diperoleh rumusan masalah “Apakah terdapat korelasi antara pengetahuan, sikap, dan praktik dalam penggunaan label gizi minuman kemasan dengan status gizi melalui frekuensi konsumsi minuman kemasan siswa-siswi SMP Negeri dan SMP Swasta?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Secara umum, penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui korelasi pengetahuan, sikap, dan praktik penggunaan label gizi minuman kemasan dengan frekuensi konsumsi minuman kemasan dan implikasinya pada status gizi siswa-siswi SMP Negeri dan SMP Swasta.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Penelitian ini secara khusus mencakup beberapa hal, diantaranya:

- a. Melihat gambaran status sosial ekonomi, frekuensi konsumsi minuman kemasan, pengetahuan, sikap, dan praktik dalam penggunaan label gizi minuman kemasan pada siswa-siswi SMP Negeri dan SMP Swasta.
- b. Mengetahui korelasi antara frekuensi konsumsi minuman kemasan dengan status gizi siswa-siswi SMP Negeri dan SMP Swasta.
- c. Mengetahui korelasi antara pengetahuan dalam penggunaan label gizi minuman kemasan dengan frekuensi konsumsi minuman kemasan siswa-siswi SMP Negeri dan SMP Swasta.
- d. Mengetahui korelasi antara pengetahuan dalam penggunaan label gizi minuman kemasan dengan status gizi SMP Negeri dan SMP Swasta.
- e. Mengetahui korelasi antara sikap dalam penggunaan label gizi minuman kemasan dengan frekuensi konsumsi minuman kemasan siswa-siswi SMP Negeri dan SMP Swasta.

- f. Mengetahui korelasi antara sikap dalam penggunaan label gizi minuman kemasan dengan status gizi siswa-siswi SMP Negeri dan SMP Swasta.
- g. Mengetahui korelasi antara praktik dalam penggunaan label gizi minuman kemasan dengan frekuensi konsumsi minuman kemasan siswa-siswi SMP Negeri dan SMP Swasta.
- h. Mengetahui korelasi antara praktik dalam penggunaan label gizi minuman kemasan dengan status gizi siswa-siswi SMP Negeri dan SMP Swasta.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Praktik**

#### **a. Siswa**

Siswa-siswi yang turut serta dalam penelitian ini diharapkan mampu menjadi lebih peduli akan pentingnya penggunaan label gizi minuman kemasan, batasan asupan konsumsi minuman kemasan, dan diharapkan juga siswa-siswi dapat menerapkan perilaku makan yang sehat.

#### **b. Lembaga Pendidikan**

Diharapkan bahwa penelitian ini akan menjadi referensi untuk upaya meningkatkan pemahaman mengenai kesehatan di kalangan anak muda, khususnya kaitan antara pengetahuan, sikap, dan praktik penggunaan label gizi minuman kemasan terhadap asupan gula dan status gizi remaja.

#### **c. Penyusun Kebijakan**

Penelitian ini dapat memberikan masukan bagi penyusun kebijakan dalam merumuskan regulasi yang lebih efektif mengenai penampilan dan informasi pada label gizi minuman kemasan.

### **1.4.2 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini berpotensi memperkaya teori yang ada mengenai pendidikan gizi, khususnya mengenai bagaimana pengetahuan, sikap, dan praktik remaja terhadap label gizi minuman kemasan memengaruhi perilaku

makan dan status gizi. Penelitian ini kedepannya dapat dijadikan acuan literatur untuk peneliti berikutnya dengan topik penelitian sejenis.

### **1.5 Ruang Lingkup Penelitian**

Cakupan penelitian difokuskan untuk remaja usia 13-15 tahun dengan responden yang berjumlah 60 orang, terdiri dari masing-masing 30 responden dari SMP Negeri dan SMP Swasta. Penelitian yang dilakukan membahas tentang korelasi pengetahuan, sikap, dan praktik penggunaan label gizi minuman kemasan dengan status gizi remaja. Variabel yang akan diteliti meliputi pengetahuan penggunaan label gizi, sikap penggunaan label gizi, praktik penggunaan label gizi, frekuensi konsumsi minuman kemasan, dan status gizi. Cakupan lokasi penelitian ini terbatas pada lingkungan salah satu SMP Negeri dan Swasta yang telah ditentukan. Penelitian ini dimulai dari bulan Agustus 2024 - April 2025. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan *purposive sampling* sebagai teknik pengambilan sampel.