

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Istilah *adolescence* atau remaja berasal dari kata Latin *adolescere* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolescence* yang digunakan pada saat ini mempunyai arti yang lebih luas, mencakup kematangan mental emosional, sosial, dan fisik. Pandangan ini diungkapkan oleh Piaget (dalam Hurlock, 1990, hlm 206) mengatakan bahwa secara psikologis masa remaja merupakan masa dimana anak sudah dapat berintegrasi dengan masyarakat dewasa dan sudah tidak merasa berada di bawah tingkat orang yang lebih tua. Pada fase ini remaja akan mengalami banyak perubahan dan salah satu perubahan yang paling mencolok adalah perubahan intelektual. Perubahan intelektual dapat terlihat dari cara berpikir remaja yang sudah mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa, yang merupakan ciri khas yang umum dari periode perkembangan ini.

Pada umumnya masa remaja dianggap dimulai pada saat anak-anak mengalami kematangan seksual dan akan berakhir ketika ia mencapai usia matang secara hukum. Namun, penelitian tentang perubahan perilaku, sikap dan nilai – nilai sepanjang masa remaja tidak hanya menunjukkan bahwa setiap perubahan terjadi lebih cepat pada awal masa remaja, tetapi juga menunjukkan bahwa perubahan perilaku yang terjadi berbeda dengan perubahan perilaku pada akhir masa remaja. Dengan merujuk penelitian tersebut masa remaja dibagi menjadi dua bagian yaitu awal masa remaja dan akhir masa remaja. Awal masa remaja berlangsung pada umur tiga belas tahun sampai dengan enam belas tahun, dan masa akhir remaja berlangsung dari enam belas tahun sampai dengan delapan belas tahun. (Hurlock, 1980, hlm.206).

Remaja membutuhkan asupan beragam zat gizi yang berkualitas untuk mendukung pertumbuhan remaja pada fase *growth spurt*. *Growth spurt* merupakan fase pertumbuhan cepat dimana remaja akan mengalami pertumbuhan maksimal. Kebutuhan gizi remaja dapat dipenuhi dengan mengikuti anjuran makan sehari.

Menurut Pedoman Gizi Seimbang (2014, hlm 55) remaja putri pada umur 13 – 15 tahun dianjurkan untuk mengkonsumsi susu sebanyak 200 gram dalam sehari untuk memenuhi kecukupan gizi mereka. Pada umumnya remaja putri mengalami fase *growth spurt* lebih cepat bila dibandingkan dengan remaja putra. Purbaningsih (2011, hlm 15) menyatakan bahwa puncak *growth spurt* pada remaja putri terjadi berlangsung pada usia 12-14 tahun sedangkan remaja putra biasanya mengalami fase ini dua tahun kemudian. Selain itu, bila dibandingkan dengan remaja putra, remaja putri membutuhkan asupan kalsium yang lebih tinggi, hal tersebut berkaitan dengan kehamilan. Pada saat mengandung, perempuan membutuhkan asupan gizi yang lebih tinggi untuk mendukung perkembangan janin terutama kalsium. Kalsium dibutuhkan oleh janin sebagai bahan dasar pembentukan tulang. Bila kebutuhan tersebut tidak terpenuhi, maka janin akan diberikan kalsium yang terdapat pada tulang sang ibu, oleh karena itu remaja putri dianjurkan untuk memenuhi kecukupan susu untuk mendukung proses pertumbuhan tubuh pada fase *growth spurt*, terutama untuk membantu proses pembentukan tulang dan sebagai cadangan saat mereka menjadi calon ibu untuk menghindari penyakit tulang seperti *osteoporosis*.

Susu mengandung banyak zat gizi yang dapat mendukung pertumbuhan remaja seperti protein dan kalsium. Kalsium merupakan salah satu zat gizi yang berperan penting dalam pembentukan tulang. Kalsium dibutuhkan untuk pembentukan tulang dan gigi yang kuat. Pada masa pertumbuhan, terutama pada masa *growth spurt*, Kalsium merupakan zat gizi yang penting untuk diperhatikan. AKG kalsium untuk remaja dan dewasa muda adalah 600-700 mg per hari untuk perempuan. Kalsium dapat diperoleh dari berbagai macam jenis makanan seperti ikan, kacang-kacangan, sayuran hijau dan lain-lain, akan tetapi sumber kalsium yang paling baik adalah susu dan hasil olahannya (Jafar, 2012).

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 (Hasibuan dkk, 2012, hlm. 2). Menurut Khomsan (dalam Hasibuan dkk, 2012, hlm. 2), 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

Menurut Kementerian Pertanian (2016, hlm. 12) konsumsi susu perkapita rakyat Indonesia hanya 11.8 liter per tahun atau sekitar 32.3 ml/hari. Angka ini sangat rendah bila dibandingkan dengan negara tetangga seperti Malaysia mencapai 36.2 liter per tahun,

Myanmar 26.7 liter per tahun dan Thailand 22.2 liter per tahun. Khomsan (dalam Hasibuan dkk, 2012, hlm. 2) menyatakan bahwa konsumsi susu di Indonesia hanya setengah gelas per minggu setiap orang. Dari data ini dapat disimpulkan bahwa konsumsi susu rakyat Indonesia masih sangat rendah. Hal ini dapat menimbulkan masalah untuk remaja karena kurangnya konsumsi susu yang tinggi akan kalsium dapat menghambat perkembangan remaja. Menurut Tongchan (dalam Suptijah, 2012, hlm. 2) kekurangan konsumsi kalsium dapat menyebabkan defisiensi kalsium yang akan berdampak pada tulang, gigi, darah, syaraf dan metabolisme tubuh.

Bupati Bandung Barat Drs. H. Abu Bakar, M.Si., menyadari pentingnya konsumsi susu, dan dengan demikian beliau mengajak masyarakat Kabupaten Bandung Barat untuk minum susu dengan mengadakan kegiatan “Gerakan Gemar Minum Susu”. Kegiatan yang diadakan merupakan kegiatan yang ditujukan untuk mengajak masyarakat untuk mengkonsumsi susu dan juga untuk meningkatkan kesadaran masyarakat akan pentingnya konsumsi susu (Bayun, 2018, 3 Januari). Acara tersebut ditujukan untuk masyarakat umum dan tidak mencakup masyarakat dengan kebutuhan khusus seperti masyarakat yang memiliki kondisi *Lactosa Intoleran* yang menyebabkan mereka tidak dapat mengkonsumsi susu. Dengan demikian penelitian ini akan dilakukan pada masyarakat umum yang tidak memiliki kasus tertentu.

Oleh karena itu saya sebagai mahasiswa Departemen Pendidikan Kesejahteraan Keluarga program studi Pendidikan Tata Boga konsentrasi Dietetika tertarik untuk meneliti “Konsumsi Susu Pada Remaja Putri Di Kecamatan Padalarang Kabupaten Bandung Barat”. Karena susu dibutuhkan sebagai sumber kalsium untuk mendukung masa *growth spurt* pada remaja. Saya mengambil Kecamatan Padalarang Kabupaten Bandung Barat sebagai tempat penelitian karena acara gerakan minum susu yang berlangsung di kantor Bupati Bandung Barat berada di Kecamatan Padalarang, dengan demikian akan dapat terlihat bagaimana konsumsi susu di daerah tersebut setelah diadakannya acara tersebut.

Menurut Ahmad dan Hermiyetti (2007, hlm. 407) bahwa analisis konsumsi susu dapat dilakukan dengan memperhitungkan Frekuensi minum susu, jumlah konsumsi susu dan jenis susu yang dikonsumsi. Secara umum menurut menurut Utami (2009, hlm. 11-14) jenis susu yang beredar di pasaran diantaranya adalah susu cair, susu bubuk dan susu kental manis, akan tetapi menurut BPOM susu kental manis tidak dapat dikategorikan sebagai susu, sehingga susu kental manis tidak termasuk dalam penelitian ini.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Firqin Tsabit Dzakadyana, 2019

KONSUMSI SUSU PADA REMAJA PUTRI DI KECAMATAN PADALARANG KABUPATEN BANDUNG BARAT

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

Berdasarkan latar belakang penelitian yang telah diuraikan diatas maka penulis menentukan rumusan masalah penelitian sebagai berikut : Bagaimanakah konsumsi susu pada remaja putri di kecamatan Padalarang kabupaten Bandung Barat ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk memperoleh informasi atau gambaran mengenai Konsumsi susu remaja putri di kecamatan Padalarang kabupaten Bandung Barat.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran konsumsi susu remaja putri di kecamatan Padalarang kabupaten Bandung Barat yang meliputi:

1. Jenis susu yang biasa dikonsumsi remaja putri
2. Frekuensi konsumsi susu remaja putri
3. Jumlah konsumsi susu remaja putri
4. Tingkat Pemenuhan kalsium dari susu

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis diharapkan memberikan dorongan bagi remaja putri dan orang tua siswi untuk memenuhi kebutuhan asupan susu setiap hari.

2. Manfaat Praktik

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk berbagai pihak :

- a) Manfaat bagi masyarakat, diharapkan dapat menjadi dorongan untuk memenuhi kebutuhan tubuh para remaja yang akan menjadi calon penerus bangsa.
- b) Manfaat bagi peneliti yaitu menambah pengalaman pengetahuan dalam bidang penelitian dan penulisan karya ilmiah mengenai “Analisis Konsumsi Susu Pada Remaja Putri Di Kecamatan Padalarang Kabupaten Bandung Barat”.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Sistematika penulisan sebagai gambaran isi dari penelitian adalah sebagai berikut :

1. BAB I Pendahuluan: latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi.
2. BAB II Kajian Pustaka: teori utama serta turunannya dalam bidang yang dikaji.

3. BAB III Metode Penelitian: penjabaran rinci mengenai metode penelitian yang digunakan, desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian dan analisis data.
4. BAB IV Temuan dan Pembahasan: menyampaikan temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dengan berbagai kemungkinan sesuai dengan urutan rumusan permasalahan dan pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan.
5. BAB V Simpulan dan Rekomendasi: menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian sekaligus mengajukan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian.
6. Daftar Pustaka: sumber tertulis (buku, artikel, jurnal, dokumen resmi atau sumber lain dari internet).
7. Daftar Lampiran: semua dokumen yang digunakan dalam penelitian dan penulisan hasil-hasil penelitian.