



BAB I

PENDAHULUAN

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam beberapa dekade terakhir, sistem pangan global telah mengalami perubahan nyata karena kemajuan dalam teknik pengolahan makanan. Konsumsi makanan ultra-olahan (UPF) tampaknya merupakan konsekuensi dari perubahan sistem pangan global yang mengarah pada pergeseran pola makan yang berbasis makanan tradisional. Kebiasaan makan yang buruk, seperti peningkatan konsumsi produk ultra-olahan, mempunyai dampak terhadap status kesehatan dan merupakan tantangan serius bagi kesehatan masyarakat. Semakin banyak bukti menunjukkan bahwa tingginya konsumsi makanan ultra-olahan (UPF) pada remaja akan mengakibatkan perubahan kebiasaan pola makan remaja di masa depan, dimana makanan yang dikonsumsi cenderung tinggi lemak, karbohidrat, natrium dan tinggi gula (Pagliai *et al.*, 2021; Azam *et al.*, 2022; Khomilah, 2023).

Tren ini mengkhawatirkan karena makanan ultra proses mengandung gula, lemak, kolesterol, garam yang tinggi namun rendah serat pangan dan vitamin hal ini membawa konsekuensi terhadap kejadian perubahan status gizi seseorang. Menurut data Riskesdas 2018, dua pertiga (66,7 persen) anak-anak dan remaja dalam kelompok usia ini mengonsumsi minuman berpemanis gula, kebanyakan adalah minuman dengan gula tambahan (61,8 persen) dibandingkan dengan minuman berkarbonasi atau minuman ringan (3,2 persen) dan minuman berenergi (1,7 persen) dan sekitar setengah dan sepertiga anak dan remaja masing-masingnya mengonsumsi permen (50,5 persen) dan makanan ringan asin (31,6 persen) sekali

atau lebih per hari, sementara sebagian besar (96,7 persen) kurang mendapatkan asupan buah dan sayuran (kurang dari yang direkomendasikan sebesar lima porsi per hari). Data dari Survei Riset Kesehatan Dasar Nasional 2018 menunjukkan konsumsi mie instan hampir setiap hari sebesar 63.3%. Kondisi ini akan menghasilkan dampak ekonomi yang substansial terhadap sistem perawatan kesehatan karena biaya yang terkait dengan perawatan penyakit tidak menular (PTM) (Colozza, 2019; Kemenkes RI, 2022).

Studi eksperimental menunjukkan bahwa makanan ultra-olahan menyebabkan respons glikemik tinggi dan memiliki potensi rasa kenyang yang rendah, serta menciptakan lingkungan usus yang menyeleksi mikroba yang mendorong beragam bentuk penyakit inflamasi. Studi tersebut juga menemukan peningkatan konsumsi *highly processed* atau *ultra processed* telah membuat orang makan lebih banyak, dan hal tersebut meningkatkan kejadian obesitas dan diabetes tipe 2. Berdasarkan bukti dari Studi cross-sectional dan longitudinal menunjukkan bahwa peningkatan porsi makanan ultra-olahan mengakibatkan penurunan kualitas nutrisi dari makanan secara keseluruhan yang telah diolah (Monteiro *et al.*, 2018, 2019).

Setelah meninjau beberapa penelitian sebelumnya makanan ultra-olahan (UPF) dilaporkan berkorelasi dengan status gizi. Maka tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui Hubungan Konsumsi Makanan Olahan Ultra Proses dengan Status Gizi pada Siswa SMA Muhammadiyah 2 Sidoarjo. Selain itu penelitian ini menambahkan komposisi makanan olahan ultra proses mana yang paling berhubungan dengan status gizi dan mengkonfirmasi kebenaran penelitian sebelumnya.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, adapun rumusan masalah yaitu Bagaimanakah Hubungan Konsumsi Makanan Olahan Ultra Proses dengan Status Gizi pada Siswa SMA Muhammadiyah 2 Sidoarjo?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Konsumsi Makanan Olahan Ultra Proses dengan Status Gizi pada Siswa SMA Muhammadiyah 2 Sidoarjo.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Untuk Mengetahui Frekuensi Konsumsi Makanan Olahan Ultra Proses Pada Siswa SMA Muhammadiyah 2 Sidoarjo
2. Untuk Mengetahui Gambaran Status Gizi Pada Siswa SMA Muhammadiyah 2 Sidoarjo
3. Analisis Hubungan Konsumsi Makanan Olahan Ultra Proses dengan Status Gizi pada Siswa SMA Muhammadiyah 2 Sidoarjo

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang seberapa besar pengaruh konsumsi makanan olahan ultra proses terhadap status gizi pada remaja, sehingga dapat memberikan pengetahuan mengenai status gizi dan menjadi informasi tambahan bagi penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat praktis

1. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi pihak SMA Muhammadiyah 2 Sidoarjo dalam mengambil kebijakan untuk rekomendasi pencegahan konsumsi makanan olahan ultra proses guna meningkatkan kualitas kesehatan.
2. Diharapkan bahwa hasil penelitian ini nantinya dapat menjadi sumber informasi dan bahan bacaan tambahan yang dapat memperluas wawasan pengetahuan, khusus bagi siswa maupun masyarakat umum.

