

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Minuman bagi manusia mempunyai peranan yang sangat penting, salah satunya adalah untuk memenuhi kebutuhan tubuh agar tidak terjadi dehidrasi, minuman juga harus memberikan pengaruh yang menyehatkan bagi manusia, oleh karena itu minuman harus terjaga kualitasnya, sehingga konsumen dapat terhindar dari penyakit akibat suatu olahan minuman, terlebih lagi minuman yang mengandung bahan pengawet.

Minuman ringan adalah minuman yang tidak mengandung alkohol, merupakan minuman olahan dalam bentuk bubur atau cair yang mengandung bahan makanan atau bahan tambahan lainnya, baik alami maupun sintesis yang dikemas dalam kemasan siap saji. Pada minuman ringan sering ditambahkan pengawet dan pemanis buatan yang kadarnya perlu diperhatikan, karena apabila konsumsinya berlebihan dapat membahayakan kesehatan. Di samping harganya murah, pemanis buatan dapat memberikan rasa manis yang berlipat ganda dibandingkan dengan sukrosa (Pridayanti, 2013)

Pemanis buatan ini tidak menghasilkan energy, oleh karena itu digunakan oleh mereka yang membatasi konsumsi gulanya atau oleh pasien diabetes mellitus. Tetapi, karena harganya lebih murah dari gula, sering digunakan oleh pedagang dalam produk-produknya. Pemanis buatan yang sering banyak digunakan di Indonesia adalah sakarin, siklamat, dan aspartame. Daya kemanisan sakarin adalah lima ratus kali manis gula sukrosa. Penggunaannya banyak menimbulkan perbedaan pendapat di masyarakat.(Almatsier, 2003).

Pemanis sakarin, siklamat, dan aspartam pernah diragukan tingkat keamanannya. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sakarin dan siklamat dapat menyebabkan kanker pada hewan coba, sehingga diduga tidak aman dikonsumsi untuk manusia. Adanya pemanis berlebihan dapat juga menyebabkan kenaikan berat badan dan akan mempengaruhi penampilan seseorang, selain itu dapat juga menyebabkan berbagai penyakit degeneratif seperti tekanan darah tinggi (hypertensi), jantung koroner dan diabetes melitus. Selain pemanis juga terdapat natrium benzoat, konsumsi natrium benzoat secara berlebih dapat menyebabkan kram perut dan kanker (Pridayanti, 2013).

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi mempengaruhi gaya hidup masyarakat terutama remaja untuk memenuhi kebutuhan air di dalam tubuh. Media masa sangat mudah mempengaruhi cara berpikir dan gaya hidup para remaja. (Nurmala, 2018).

Masa remaja merupakan suatu masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa dengan batasan usia 10-19 tahun, dimana secara fisik akan mengalami perubahan yang spesifik dan secara psikologik akan mulai mencari identitas diri. Perubahan fisik pertumbuhan yang terjadi akan mempengaruhi status kesehatan dan gizinya. Ketidakseimbangan antara asupan kebutuhan atau kecukupan akan menimbulkan masalah gizi (Nurmala, 2018).

Remaja di abad 20 mengkonsumsi minuman seperti air putih, teh, susu, namun remaja di abad 21 sekarang banyak yang mengkonsumsi minuman ringan. Perilaku konsumsi minuman ringan tersebut dipengaruhi oleh beberapa hal, diantaranya pengetahuan mereka tentang minuman ringan, aksesibilitas mereka untuk memperoleh minuman ringan, teman sebaya serta pengaruh media masa dan lain-lain.

Siswa sebagai bagian dari masyarakat Indonesia khususnya sebagai generasi penerus bangsa diharapkan memiliki perilaku hidup sehat. Aktifitas yang padat serta kehidupan sosial siswa sangat mempengaruhi perilaku hidup sehatnya khususnya pola makannya sehari-hari seperti sering mengkonsumsi minuman ringan. Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan dengan perilaku konsumsi minuman ringan pada siswa SMA di bogor menunjukkan bahwa 81.5% contoh sering mengonsumsi minuman ringan dan mengonsumsi lebih dari 1000 ml (64%). Sebanyak 85% contoh memiliki pengetahuan yang baik tentang minuman ringan, 51.5% contoh terpengaruh teman sebaya dan 68% tidak terpengaruh media massa dalam mengonsumsi minuman ringan. sebanyak 54% contoh memiliki persepsi negatif tentang konsumsi minuman ringan dan 73% contoh memiliki status gizi normal. Hasil uji korelasi Spearman menunjukkan tidak terdapat hubungan ($p > 0.05$) antara uang saku contoh dengan frekuensi konsumsi minuman ringan, namun berhubungan dengan jumlah konsumsi minuman ringan ($p > 0.05$) antara pengetahuan tentang minuman ringan, pengaruh teman sebaya, pengaruh media massa dan persepsi tentang minuman ringan dengan frekuensi dan jumlah konsumsi minuman ringan (Safriani, 2014).

Sekolah tempat paling strategis untuk memperoleh data mengenai konsumsi minuman ringan oleh remaja. Karena disekolah siswa dapat mengkonsumsi minuman sesuka hati tanpa pengetahuan orang tua. Disekolah pulalah sering tersedia minuman ringan, hal tersebut dikarenakan waktu istirahat yang relative singkat sehingga penyiapan minuman harus singkat pula.

MTS Swasta Al-Arifin yang bertempat di Rahuning, Kabupaten Asahan, Sumatera Utara merupakan lokasi yang tepat bagi peneliti untuk dijadikan lokasi penelitian. Disana terlihat para siswa saat istirahat lebih memilih mengkonsumsi minuman ringan yang dianggap kurang sehat daripada mengonsumsi air putih, Maka dari itu, peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang “Gambaran Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Tentang Konsumsi Minuman ringan pada Siswa MTs Swasta Al-Arifin Rahuning Kabupaten Asahan”.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka yang menjadi rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana pengetahuan, sikap dan tindakan siswa / siswi MTs Swasta Al-Arifin Rahuning Kabupaten Asahan tentang konsumsi minuman ringan.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk Mengetahui pengetahuan, sikap dan tindakan siswa MTs Swasta Al-Arifin Rahuning Kabupaten Asahan tentang konsumsi minuman ringan.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan tentang konsumsi minuman ringan pada siswa / siswi MTS Al-Arifin Rahuning Kabupaten Asahan
- b. Untuk mengetahui tingkat Sikap tentang konsumsi minuman ringan pada siswa / siswi MTs Swasta Al-Arifin Rahuning Kabupaten Asahan
- c. Untuk mengetahui tingkat Tindakan tentang konsumsi minuman ringan pada siswa / siswi MTs Swasta Al-Arifin Rahuning Kabupaten Asahan

1.4 Manfaat Penelitian

Memberikan masukan dan informasi kepada siswa MTs Swasta Al-Arifin Rahuning Kabupaten Asahan mengenai perilaku konsumsi minuman ringan dan dampaknya terhadap kesehatan.