

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah tahap transisi krusial dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan, yang ditandai dengan berbagai perubahan besar dalam hal fisik, biologis, kognitif, dan emosional.. Individu digolongkan dalam kategori remaja apabila berada dalam rentang usia antara 10 hingga 19 tahun. Pada fase ini, individu mengalami pertumbuhan fisik, perubahan psikologis, serta proses pembentukan identitas diri sebagai bagian dari peralihan menuju kedewasaan (Almeida et al., 2016).

Masa remaja adalah tahap kehidupan yang cukup rentan terhadap masalah kecukupan gizi. Keseimbangan asupan zat gizi pada periode ini sangat diperlukan guna menunjang pertumbuhan, perkembangan, serta meningkatnya aktivitas fisik yang terjadi selama masa remaja. Namun, tidak sedikit remaja yang mengabaikan kebutuhan gizinya, baik karena keinginan menjaga bentuk tubuh dan menghindari kegemukan, maupun karena kurangnya selera terhadap makanan bergizi. Pola makan remaja umumnya tidak teratur, cenderung bervariasi, dikonsumsi dalam porsi kecil, serta tidak mencakup zat gizi secara lengkap dalam setiap waktu makan.

Indonesia merupakan negara berkembang dengan kisaran tingkat pendapatan masyarakat yang sangat beragam, mulai dari kelompok ekonomi rendah, menengah, hingga tinggi. Perbedaan tersebut dipengaruhi oleh beragam faktor, antara lain tingkat pendidikan, jenis pekerjaan, letak geografis, serta akses terhadap peluang ekonomi. Kesenjangan dalam distribusi pendapatan merupakan persoalan umum yang terjadi di negara maju maupun berkembang. Ketimpangan pendapatan dapat menimbulkan berbagai masalah sosial yang berdampak luas, termasuk ketidakstabilan ekonomi. Semakin tinggi tingkat ketimpangan pendapatan, maka semakin besar pula risiko munculnya

ketidakadilan sosial dan gangguan terhadap stabilitas perekonomian (Shinetiara & Adry, 2023)

Salah satu penyebab utama rendahnya pendapatan keluarga adalah jumlah pengangguran. Menurut data yang dirilis oleh Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, jumlah pengangguran terbuka di Indonesia sebesar 5,45%. Tingkat pengangguran ini berdampak langsung terhadap kestabilan ekonomi rumah tangga. Keluarga yang mengalami pengangguran umumnya mengalami penurunan daya beli dan kesulitan memenuhi kebutuhan dasar, termasuk kebutuhan pangan yang berkualitas (Zaqiah et al., 2023)

Pemenuhan gizi anak sangat dipengaruhi oleh penghasilan orang tua, karena penghasilan merupakan sumber utama keuangan keluarga. Dengan penghasilan yang memadai, orang tua memiliki kapasitas untuk mengakses dan menyediakan asupan bergizi, baik dari sisi mutu maupun jumlahnya, guna memenuhi kebutuhan gizi seluruh anggota keluarga, terutama anak (Rahmah, 2019). Pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal sangat erat kaitannya dengan pemenuhan kebutuhan gizi yang adekuat. Kecukupan asupan gizi tidak hanya ditentukan oleh perilaku dan pola pengasuhan, tetapi juga sangat bergantung pada ketersediaan pangan yang bernutrisi dan mudah dijangkau, serta budaya dalam mengolah makanan.

Pendapatan orang tua sangat berkaitan dengan daya beli. Daya beli adalah kemampuan rumah tangga dalam membeli barang dan jasa, termasuk pangan. Penghasilan keluarga memiliki peran dalam menentukan langsung terhadap daya beli makanan, baik dari segi kualitas maupun kuantitas. Keluarga dengan pendapatan tinggi cenderung memiliki akses yang lebih baik terhadap beragam jenis makanan bergizi, sehingga kebutuhan gizi seluruh anggota keluarga dapat terpenuhi. Sebaliknya, keluarga dengan pendapatan rendah memiliki keterbatasan dalam membeli bahan makanan yang bergizi, yang pada akhirnya dapat memengaruhi asupan gizi dan status gizi anggota keluarga, terutama anak-anak (Ayuningtyas et al., 2022)

Pengetahuan remaja mengenai pola konsumsi makanan yang sehat dan seimbang merupakan salah satu faktor penting dalam mempertahankan keseimbangan status gizi. Umumnya, tingkat pengetahuan ini dipengaruhi oleh latar. Sebaliknya, kurangnya pemahaman tentang gizi dapat mendorong kebiasaan konsumsi makanan yang kurang sehat, sehingga berdampak negatif terhadap kesehatan dalam jangka panjang (Afriyani Rahmawati et al., 2020).

Anak usia sekolah cenderung memiliki perilaku makan yang tidak stabil, seperti pemilihan makanan yang kurang tepat dan kebiasaan menghabiskan lebih banyak waktu di luar rumah. Kondisi ini menyebabkan anak memerlukan pengawasan dan bimbingan yang konsisten dalam membentuk pola makan yang sehat dan seimbang (Jayanti et al., 2022). Makanan yang dikonsumsi oleh anak usia sekolah memegang peranan penting dalam proses pertumbuhan fisik mereka. Oleh karena itu, keterlibatan orang tua sangat diperlukan untuk mengontrol dan memantau pola makan anak secara tepat. guna memastikan kecukupan asupan gizi dan mencegah risiko gangguan Kesehatan (Afriyani Rahmawati et al., 2020).

Melalui survei awal di SMP Negeri 2 Lubuk Pakam, diketahui bahwa, dengan menggunakan pemilihan sampel secara acak didapatkan pengetahuan tentang pola makan pada 10 siswa yang menggunakan kusioner terdapat 4 orang (40%) siswa yang pengetahuan nya tentang pola makan masih rendah. Berdasarkan penjelasan tersebut, peneliti bermaksud untuk mengetahui seperti apa tinjauan atau gambaran mengenai tingkat pendapatan orang tua dan pengetahuan tentang pola makan pada anak SMP Negeri 2 Lubuk Pakam. Sekolah ini dipilih karena dapat mewakili kondisi umum yang ada di banyak sekolah negeri lainnya di kawasan tersebut. Dengan jumlah siswa yang beragam dan latar belakang keluarga yang berbeda, penelitian ini dapat memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai bagaimana pendapatan orang tua mempengaruhi pengetahuan pola makan di kalangan siswa SMP pada umumnya.

B. Rumusan masalah

Bagaimana gambaran kondisi ekonomi orang tua serta pemahaman siswa tentang pola makan di SMP Negeri 2 Lubuk Pakam.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menilai gambaran tingkat pendapatan orang tua dan pengetahuan tentang pola makan siswa di SMP Negeri 2 Lubuk Pakam.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat pendapatan orang tua siswa di SMP Negeri 2 Lubuk Pakam
- b. Mengidentifikasi tentang pengetahuan pola makan siswa di SMP Negeri 2 Lubuk Pakam
- c. Mengetahui gambaran tingkat pendapatan orang tua dan pengetahuan tentang pola makan di SMP N 2 Lubuk Pakam

D. Manfaat Penelitian

a. Bagi Penulis

Sebagai media untuk meningkatkan kemampuan dan memperluas wawasan penulis dalam menyusun karya tulis ilmiah mengenai gambaran tingkat pendapatan orang tua dengan pengetahuan pola makan di SMP N 2 Lubuk Pakam

b. Bagi Siswa

Memberikan pemahaman Mengenai urgensi pola makan yang sehat serta pengaruhnya terhadap kondisi kesehatan.

c. Bagi Pihak Sekolah

Memberikan informasi bagi pihak sekolah tentang gambaran tingkat pendapatan dan pengetahuan tentang pola makan siswa di SMP N 2 Lubuk Pakam