

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berdasarkan data World Instant Noodles Association (WINA) tahun 2020, angka konsumsi mi instan di dunia sebesar 116,56 miliar porsi. Negara dengan konsumsi mi instan terbanyak di dunia adalah Cina atau Hongkong dengan konsumsi sebanyak 46,35 miliar porsi sedangkan Indonesia berada di posisi kedua dunia sebagai negara terbanyak mengonsumsi mi instan yaitu sebesar 12,64 miliar porsi. Sementara itu, diurutkan ketiga konsumsi mi instan terbanyak di dunia ada Vietnam sebesar 7,03 miliar porsi, diikuti oleh India sebesar 6,73 miliar porsi, lalu Jepang sebesar 5,97 miliar porsi. Dari tahun 2016 sampai tahun 2020, angka konsumsi mi instan di dunia terus mengalami kenaikan (WINA, 2020).

Pada tahun 2016 hingga tahun 2020, Indonesia selalu menduduki posisi kedua konsumsi mi instan tertinggi di dunia. Pada tahun 2016 konsumsi mi instan sebesar 13,01 miliar porsi, pada tahun 2017 turun menjadi 12,62 miliar porsi, pada tahun 2018 turun sebesar 12,54 miliar porsi, pada tahun 2019 turun kembali menjadi 12,52 miliar porsi, dan pada tahun 2020 mengalami kenaikan menjadi sebesar 12,64 miliar porsi (WINA, 2020).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, untuk data proporsi kebiasaan konsumsi mi instan/ makanan instan lainnya pada penduduk ≥ 3 tahun dengan frekuensi 1-6 kali per minggu posisi pertama diduduki oleh Jawa Barat sebesar 65,1%. Lalu posisi kedua Banten sebesar 64,1% . Ketiga Sumatera Selatan sebesar 63,8%, Keempat Bangka Belitung sebesar 63,2%, dan kelima Kepulauan Riau sebesar 62,2% . Provinsi DKI Jakarta sendiri memiliki angka yang cukup tinggi yaitu sebesar 60,3% (Riskesdas, 2018).

Data Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) tahun 2020 menunjukkan tingkat partisipasi konsumsi mi instan di daerah perkotaan dan pedesaan pada bulan Maret 2019 sebesar 72,74 dan pada bulan Maret 2020 mengalami kenaikan menjadi 73,03. Data rata-rata konsumsi per kapita sebulan mi instan sebesar 3,626 satuan bungkus $\pm$ 80 gram pada bulan Maret 2020 (SUSENAS, 2020).

Konsumsi mi instan juga sangat umum dikalangan mahasiswa Indonesia. Hal ini dibuktikan dengan penelitian yang menunjukkan bahwa sebesar 64,86% mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat Udana Kupang mengonsumsi mi instan seminggu ≤ 2 per minggu serta masuk ke dalam kategori jarang dan sebesar 13,51% mengonsumsi mi instan ≥ 3 per minggu serta masuk dalam kategori sering (Rochmawati, 2015). Penelitian lain terhadap mahasiswa Universitas Diponegoro Semarang, sebesar 51,4% mahasiswa mengonsumsi mi instan ≥ 3 per minggu serta masuk dalam kategori sering dan 48,6% mahasiswa mengonsumsi mi instan ≤ 2 per minggu serta masuk ke dalam kategori jarang (Qodariyah., Sulistiyan., and Darundiati, 2017).

Sebagian besar mahasiswa berada pada masa remaja akhir dengan rentang usia (18-25 tahun) yang merupakan periode penting bagi perkembangan perilaku makan. Perilaku makan yang terbentuk selama periode ini akan berlanjut ke kehidupan selanjutnya (Jauziyah et al, 2021).

Terdapat berbagai faktor yang mungkin berhubungan dengan konsumsi makanan pada individu. Faktor lingkungan seperti pendidikan orang tua dan budaya, serta faktor individu seperti alasan pemilihan makanan, kebiasaan makan, jenis kelamin, dan citra tubuh dapat dikaitkandengan perilaku konsumsi makan pada remaja. Selain itu, perilaku atau kebiasaan makan pada remaja dipengaruhi oleh faktor lain yaitu pengetahuan dan sikap internal. Faktor eksternal yaitu ketersediaan pangan, teman sebaya, media massa, dan uang saku (Arza., Yulastri. and Fridayati, 2018).

Kondisi ini sejalan dengan temuan penelitian yang dilakukan oleh Arza, Yulastri, dan Fridayati (2018) yang menunjukkan bahwa faktor eksternal seperti ketersediaan pangan dan aksesibilitas makanan merupakan salah satu determinan utama yang mempengaruhi perilaku konsumsi makanan pada remaja. Penelitian tersebut menyatakan bahwa remaja cenderung memilih makanan yang mudah dijangkau, praktis, dan terjangkau secara ekonomi, tanpa terlalu memperhatikan nilai gizi dari makanan tersebut. Hal ini diperkuat oleh penelitian Story, Neumark-Sztainer, dan French (2002) yang menemukan bahwa 35-40% dari total asupan makanan harian remaja berasal dari makanan yang dikonsumsi di sekolah, sehingga lingkungan sekolah memiliki peran strategis dalam membentuk

kebiasaan makan siswa.

Selain itu, penelitian Cutler, Flood, Hannan, dan Neumark-Sztainer (2011) menunjukkan bahwa teman sebaya memiliki pengaruh signifikan terhadap pilihan makanan remaja. Siswa yang melihat temannya mengonsumsi mie instan atau junk food di kantin sekolah cenderung akan mengikuti kebiasaan tersebut. Ketersediaan mie instan dan junk food di lingkungan sekolah juga dapat menguatkan persepsi siswa bahwa makanan tersebut aman dan dapat dikonsumsi secara rutin, meskipun mereka telah memperoleh informasi mengenai dampak negatifnya terhadap kesehatan.

Temuan observasi ini mengindikasikan bahwa lingkungan sekolah SMA Negeri 1 Parbuluan belum sepenuhnya mendukung upaya pembentukan perilaku makan sehat siswa. Kelima kantin yang menjual mie instan dan junk food sebagai menu andalan dapat menjadi faktor pendorong utama konsumsi berlebihan makanan tidak sehat di kalangan siswa. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Ramli, Suryani, dan Wijaya (2021) yang menyatakan bahwa konsumsi mie instan yang tinggi pada remaja tidak hanya dipengaruhi oleh faktor individu, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh ketersediaan makanan olahan di lingkungan sekitar dan kebiasaan makan yang sudah mengakar dalam budaya masyarakat. Mie instan dan junk food bukan hanya soal kenyamanan dan harga murah, tetapi juga telah menjadi bagian dari gaya hidup sehari-hari yang sulit untuk diubah.

Hasil penelitian Insani et al tahun 2021 didapatkan bahwa ada hubungan antara sering konsumsi mi instan dengan kejadian hipertensi. Berdasarkan penelitian Huh et al tahun 2017 menunjukkan hasil bahwa seringnya konsumsi mi instan dapat dikaitkan dengan peningkatan faktor risiko kardiometabolik di antara mahasiswa yang tampaknya sehat berusia 18-29 tahun. Dalam penelitian ini juga ditemukan hubungan positif antara frekuensi konsumsi mi instan dan kadar trigliserida plasma, tekanan darah diastolik, dan kadar glukosa darah puasa pada mahasiswa di Korea Selatan. Penelitian lain menunjukkan konsumsi mi instan dikaitkan dengan peningkatan prevalensi obesitas abdominal dan hiperglikemia pada wanita. Penelitian lain menunjukkan adanya hubungan konsumsi mi instan dengan risiko metabolik (Yoen and Bae, 2016).

Dari hasil data dan masalah diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang gambaran pengetahuan sikap dan tindakan tentang bahaya mie instan terhadap Kesehatan di SMA Negeri I Parbuluan

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan peneliti di lingkungan SMA Negeri 1 Parbuluan, ditemukan bahwa terdapat 5 kantin yang menjual mie instan di sekolah tersebut dengan berbagai varian rasa dan harga. tingginya minat mengonsumsi mie instan di kalangan siswa SMA Negeri 1 Parbuluan yang tidak terlepas dari ketersediaan mie instan di lingkungan sekolah, ditambah dengan adanya 5 kantin yang menjual mie instan dengan berbagai varian rasa dan harga yang sangat terjangkau, menunjukkan bahwa konsumsi mie instan masih menjadi masalah kesehatan yang perlu ditangani secara serius. konsumsi mie instan yang berlebihan telah terbukti dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan seperti hipertensi, obesitas, diabetes, dan gangguan metabolik. Selain itu, terdapat kesenjangan antara pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa yang dapat memperburuk dampak kesehatan jangka panjang. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan, sikap, dan tindakan siswa SMA Negeri 1 Parbuluan tentang bahaya mie instan terhadap kesehatan.

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana Gambaran pengetahuan pelajar di SMA Negeri 1 Parbuluan tentang bahaya konsumsi mie instan terhadap kesehatan?
2. Bagaimana Gambaran sikap pelajar di SMA Negeri 1 Parbuluan tentang bahaya mie instan terhadap kesehatan?
3. Bagaimana Gambaran Tindakan pelajar di SMA Negeri 1 Parbuluan tentang bahaya mie instan terhadap Kesehatan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum
 - Untuk mengetahui Gambaran pengetahuan siswa SMA Negeri 1 Parbuluan tentang bahaya mie instan terhadap kesehatan.
 - Untuk mengetahui Gambaran sikap siswa SMA Negeri 1 Parbuluan tentang bahaya mie instan terhadap kesehatan.
 - Untuk mengetahui Gambaran tindakan siswa SMA Negeri 1 Parbuluan tentang bahaya mie instan terhadap kesehatan.
2. Tujuan Khusus
 - Untuk mengetahui Gambaran pengetahuan siswa SMA Negeri 1 Parbuluan tentang bahaya mie instan terhadap kesehatan.

- Untuk mengetahui Gambaran sikap siswa SMA Negeri 1 Parbuluan tentang bahaya mie instan terhadap kesehatan.
- Untuk mengetahui Gambaran tindakan siswa SMA Negeri 1 Parbuluan tentang bahaya mie instan terhadap kesehatan.

C. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

Menjadi referensi tambahan dan berkontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya terkait perilaku siswa mengenai bahaya mie instan terhadap kesehatan di SMA Negeri 1 Parbuluan

2. Bagi Responden (Siswa)

Meningkatkan pengetahuan siswa dalam memilih makanan yang mendukung kesehatan tubuh mereka.

3. Bagi Peneliti

Memberikan pemahaman tentang sikap siswa terkait dampak bahaya mie instan terhadap kesehatan di SMA Negeri 1 Parbuluan.