BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Berlandaskan data World Health Organization (WHO), pada tahun 2022, lebih dari 390 juta anak-anak serta remaja berusia 5 sampai 19 tahun mendapati obesitas. Studi di Bangladesh membuktikan bahwasannya siswa yang mengonsumsi makanan cepat saji selama lebih dari dua hari seminggu berisiko 2,2 kali lebih besar mendapat obesitas.

Tak hanya itu, temuan lain membuktikan bahwasannya 90% remaja mengonsumsi makanan cepat saji, 22,45% mendapat pre-obesitas, serta 9,52% mendapat obesitas. Sejumlah 54,40% siswa menyukai makanan cepat saji, serta lebih dari 60% tidak sadar bahwasannya itu adalah makanan yang tidak sehat (Pamelia, 2018). Adapun Data SKI 2023 tercatat bahwa remaja provinsi Sumatera Utara dengan usia 13-15 tahun mempunyai prevelensi obesitas sejumlah 2,8% serta pada usia 16-18 tahun sejumlah 2,2%.

Data SKI 2023 mengonfirmasi bahwasannya remaja di provinsi Sumatera Utara dengan usia antara tiga belas dan lima belas tahun memiliki prevelensi obesitas sebesar 2,8% dan 2,2% pada usia enam belas sampai delapan belas tahun. Jika trend ini terus berlanjut, masalah obesitas akan berlanjut sampai dewasa. Menurut data World Health Organization (WHO), pada tahun 2022, lebih dari 390 juta anak-anak serta remaja berusia 5 sampai 19 tahun mendapati obesitas.

Pengamatan di Bangladesh mendapat bahwasannya siswa yang mengonsumsi makanan cepat saji selama lebih dari dua hari setiap minggu berisiko 2,2 kali mendapati obesitas. Tak hanya itu, temuan lain menemukan bahwasannya 54,40% remaja menyukai makanan cepat saji, 22,45% mendapati pre-obesitas, serta 9,52% mendapati obesitas. Tak hanya itu, temuan lain menemukan bahwasannya 90% remaja yang mengonsumsi makanan cepat saji tidak menyadari bahwa itu ialah makanan yang tidak sehat (Pamelia, 2018).

Pengetahuan tentang bahaya yang ditimbulkan oleh konsumsi *fast food* sangat penting bagi masyarakat, terutama bagi remaja karena akan berhubungan dengan kebiasaan mereka dalam mengonsumsi makanan ini. Pengetahuan tentang apa itu *fast food*, jenisnya, serta bahaya yang bisa dimunculkan sangat penting.

Dengan pengetahuan ini, kita bisa mengurangi jumlah makanan yang dikonsumsi. Dan ada hubungan antara pengetahuan serta keinginan untuk makan *fast food* jika diperhatikan secara serius. Untuk menghindari masalah ini, pendidikan gizi harus ditingkatkan dengan meningkatkan pemahaman remaja tentang nutrisi dan frekuensi konsumsi makanan cepat saji. Media harus mendukung edukasi gizi ini (Aiga Nurkhalilah Pasaribu, Aidha and Tanjung, 2024).

Saat ini, media sosial sangat penting dan memengaruhi kesehatan dalam berbagai cara, seperti memberikan bantuanSaat ini, TikTok adalah alat jejaring sosial yang nyata yang mendorong pengguna untuk membuat dan berbagi video yang menghibur lainnya. Aplikasi ini mempunyai rating 4,6 dari 5 terbaik di *playstore*, dan sekitar 27,827 orang di seluruh dunia menggunakannya. Saat ini, media sosial sangat penting dan memengaruhi kesehatan dalam berbagai cara, seperti memberikan bantuan (Pamilasari, Desi and Purba, 2022).

Penelitian (Pamilasari, Desi and Purba, 2022) menemukan bahwa pengetahuan gizi seimbang individu sebelum dan sesudah penyuluhan menggunakan aplikasi Tiktok berbeda secara signifikan (p=0,001). Selain itu, video di TikTok yang digunakan untuk mengajarkan gizi pada remaja putri mungkin berdampak pada pemahaman mereka tentang gizi seimbang.

Oleh karena itu, temuan ini memberi penegasan pada pemakaian media video sebagai alat yang inovatif untuk mengajarkan gizi. Penyampaian informasi terkait bahaya *fast food* menjadi lebih menarik serta efektif dengan memanfaatkan manfaat media audiovisual, seperti video. Metode ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman remaja terkait makanan cepat saji dan sikap mereka terhadapnya, sehingga mengurangi pengaruh negatif konsumsi makanan cepat saji pada kesehatan remaja (Al Rahmad and Annisa, 2025).

Berlandaskan paparan di atas, bisa dipahami bahwasannya tujuan pengamatan ini adalah guna mengukur manfaat edukasi gizi dengan memakai akun Tiktok untuk mengukur pengetahuan remaja SMA Negeri 2 Lubuk Pakam tentang bahaya *fast food* dan frekuensi makan *fast food* mereka.

Berlandaskan paparan di atas, bisa diketahui bahwasannya tujuan pengamatan ini adalah guna mengukur manfaat edukasi gizi dengan memakai akun

Tiktok untuk mengukur pengetahuan remaja SMA Negeri 2 Lubuk Pakam tentang bahaya *fast food* dan frekuensi makan *fast food* mereka.

Hal berikut diakibatkan oleh observasi yang dilaksanakan oleh penulis di SMA Negeri 2 Lubuk Pakam didapat kemudahan akses dan terdapat 4 kantin yang dilengkapi dengan jualan jajanan *fast food* seperti goreng-gorengan, nasi goreng, mie, bakso, ayam goreng, dan makanan cepat saji lainnya. Tidak hanya itu diluar lingkungan sekolah juga terdapat 6 tukang jualan jajanan *fast food* seperti es, sosis, dimsum, dan lainnya yang memiliki kecenderungan dan peluang yang tinggi guna mengonsumsi makanan cepat saji.

Peneliti melakukan wawancara pada siswa kelas XI dengan bertanya tentang *fast food* kepada 15 orang siswa secara singkat. Dari data yang diperoleh menunjukkan 10 dari 15 orang kurang mengetahui tentang *fast food*, 8 dari 15 orang memiliki kebiasaan setiap hari konsumsi *fast food* dengan frekuensi 1-2×/hari. Sedangkan 7 dari 15 orang mempunyai kebiasaan makan makanan cepat saji tiga kali seminggu.

Maka dari itu, peneliti ingin meneliti "Pengaruh Edukasi Bahaya *Fast Food* dengan Media Video melalui akun Tiktok terhadap Pengetahuan dan Frekuensi Konsumsi *Fast Food* pada Siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam" Tujuan dari pengamatan ini ialah guna meningkatkan pengetahuan terkait pengaruh kesehatan pada tingkat pengetahuan terkait bahaya *fast food* serta frekuensi konsumsi *fast food* oleh remaja, khususnya siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah pengaruh edukasi bahaya *fast food* dengan media video TikTok pada pengetahuan dan frekuensi konsumsi *fast food* pada siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh edukasi bahaya *fast food* dengan media video TikTok pada pengetahuan serta frekuensi konsumsi *fast food* pada siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus pada pengamatan ini ialah :

a) Menilai pengetahuan siswa terkait bahaya *fast food* sebelum serta sesudah diberi edukasi melalui media video TikTok di SMA Negeri 2 Lubuk Pakam.
b) Menilai frekuensi konsumsi *fast food* pada siswa sebelum serta setelah diberikan edukasi melalui media video TikTok di SMA Negeri 2 Lubuk Pakam.
c) Menganalisis pengaruh edukasi bahaya *fast food* dengan media video TikTok terhadap pengetahuan pada siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam,
d) Menganalisis pengaruh edukasi bahaya fast food dengan media video TikTok terhadap frekuensi konsumsi *fast food* pada siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan pengetahuan peneliti guna pembelajaran penelitian ilmiah sekaligus mengaplikasi ilmu yang telah diperoleh selama perkuliahan.

2. Bagi Responden

Merubah pengetahuan serta frekuensi konsumsi *fast food* tentang *fast food* pada siswa SMA Negeri 2 Lubuk Pakam

3. Bagi Sekolah

Sebagai referensi tentang pengetahuan serta frekuensi konsumsi *fast food* siswa sebelum serta setelah diberikannya edukasi terkait bahaya *fast food* dengan memakai media video TikTok.

.