

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1.Latar Belakang Masalah

Menurut Brown masa remaja terjadi peningkatan masa tubuh (otot, tulang, lemak dan berat badan) serta perubahan-perubahan biokimiawi hormonal yang merupakan hasil dari pubertas. Dengan ciri spesifik itu, kebutuhan energi dan zat gizi di usia remaja ditujukan untuk deposisi jaringan tubuhnya. Total kebutuhan energi dan zat gizi remaja juga lebih tinggi dibandingkan dengan rentang usia sebelumnya dan sesudahnya. Masa remaja merupakan tahap transisi penting pertumbuhan dari masa anak-anak menuju dewasa.

Jajanan adalah makanan yang dipersiapkan dan dijual oleh pedagang kaki lima di jalanan dan tempat-tempat keramaian umum lain yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut. Istilah jajanan tidak jauh dari istilah *junk food*, *fast food*, dan *street food* karena istilah tersebut merupakan bagian dari istilah jajanan (Adriani dan Wirjatmadi, 2012)

Jajanan seringkali lebih banyak mengandung unsur karbohidrat dan hanya sedikit mengandung protein, vitamin, atau mineral. Karena ketidaklengkapan gizi dalam jajanan, maka pada dasarnya jajanan tidak dapat mengganti sarapan pagi atau makan siang. Dampak positif dari jajanan itu sendiri dapat menggantikan energi yang hilang saat beraktifitas di sekolah, adapun dampak negatif dari jajanan yaitu timbulnya diare dan keracunan akibat kebersihan kurang terjamin. (Khomsan, 2006)

Hasil penelitian Pramono (2014) yang dilakukan di Semarang, remaja mendapatkan asupan energi jajanan cukup tinggi dan kontribusi energi dari jajanan dan aktivitas fisik merupakan faktor risiko kejadian obesitas pada remaja. Kontribusi jajanan terhadap konsumsi sehari siswa berkisar antara 10-20%. (Shintya, dkk, 2017)

FAO mendefinisikan jajanan sebagai makanan dan minuman yang disajikan dalam wadah atau sarana penjualan di pinggir jalan, tempat umum atau tempat lainnya, yang terlebih dahulu sudah dipersiapkan atau dimasak di tempat produksi, di rumah atau di tempat berjualan. Jajanan dapat berupa minuman atau makanan dengan jenis, rasa, dan warna yang bervariasi dan memikat. Variasi rasa, jenis dan terutama warna yang memikat dan menarik minat siswa untuk membeli jajanan. Sekarang ini, jajanan menjadi sebagai kebiasaan siswa sepulang sekolah. Dikutip dari buletin

InfoPOM, kebiasaan orang tua memberikan uang jajan dan tidak menjadikan bekal adalah salah satu alasan terbentuknya kebiasaan jajan pada remaja.

Jajanan juga dikenal sebagai *street food*, adalah jenis makanan yang dijual di kaki lima, pinggiran jalan, di stasiun, di pasar, tempat pemukiman serta lokasi yang sejenis. Jajanan sudah menjadi bagian tidak terpisahkan dari kehidupan masyarakat, baik di perkotaan maupun di pedesaan. Budaya jajan menjadi bagian dari keseharian hampir semua kelompok usia dan kelas sosial, termasuk anak usia sekolah dan golongan remaja. Konsumsi akan jajanan di masyarakat terus meningkat mengingat dengan makin terbatasnya waktu anggota keluarga untuk mengolah makanan sendiri. Keunggulan jajanan adalah murah dan mudah didapat, serta cita rasanya yang enak dan cocok dengan selera kebanyakan masyarakat. Jajanan banyak sekali jenisnya serta sangat bervariasi dalam bentuk, keperluan dan harga (Winarno, 2014).

Hasil penelitian yang dilakukan Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia (BPOM RI) dan Institut Pertanian Bogor. Jajanan dapat dibagi menjadi empat kelompok yaitu, pertama makanan utama contohnya nasi rames, nasi rawon, nasi pecel dan sebagainya; kedua penganan atau snack contohnya bakso tusuk, onde-onde, pisang goreng, tempura, otak-otak dan sebagainya; ketiga adalah golongan minuman contohnya es teller, es buah, teh kopi, dawet dan sebagainya; dan yang keempat adalah buah-buahan contohnya mangga, jambu air, dan sebagainya. (BPOM, 2008).

MAN 1 Semarang adalah salah satu Madrasah Aliyah di Provinsi Jawa Tengah. Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti, beberapa siswa di sekolah ini memanfaatkan jajanan yang ada di kantin sekolah. Saat jam istirahat atau pulang dapat ditemui kantin sekolah dipenuhi siswa untuk membeli jajanan. Setiap siswa rata-rata membeli jajan antara 2 sampai 3 jenis jajanan setiap kali membeli. Jenis jajanan yang siswa beli mie lidi, tahu bakso, siomay, tempura, onde-onde, tempe mendoan, Cireng, permen, wafer, bolu nabati, malkist craker, pisang coklat, coklat bar, kerupuk pedes, batagor, bakso mie, makaroni, donat, sosis gulung mie, biskuit, cilor, coklat pasta, baso goreng, susu kotak, es teh, es kopi dan susu kental manis.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka perumusan masalah adalah” Berapa besar peranan konsumsi jajanan dalam pemenuhan kebutuhan energi dan protein pada remaja MAN 1 Semarang?”.

### **1.3. Tujuan**

#### **1.3.1. Tujuan umum**

Mengetahui peranan konsumsi jajanan dalam pemenuhan kebutuhan energi dan protein pada remaja MAN 1 Semarang.

#### **1.3.2. Tujuan khusus**

- a. Mendeskripsikan besar sumbangan energi jajanan dalam tingkat kecukupan energi remaja.
- b. Mendeskripsikan besar sumbangan protein jajanan dalam tingkat kecukupan protein remaja.
- c. Menganalisis peran jajanan dalam pemenuhan kebutuhan energi dan protein remaja.

### **1.4. Manfaat Penelitian**

#### **Bagi peneliti**

Menambah wawasan serta pemahaman mengenai peranan konsumsi jajanan dalam pemenuhan kebutuhan energi dan protein pada remaja.

#### **Bagi sekolah**

Hasil penelitian akan disampaikan kepada MAN 1 Semarang sebagai bahan masukan untuk mengendalikan perilaku siswanya dalam konsumsi jajanan di sekolah. Kegiatan ini diharapkan dapat dilakukan melalui kerjasama dengan Puskesmas di wilayahnya.

#### **Bagi Siswa**

Hasil penelitian ini akan dipublikasikan kepada siswa MAN 1 Semarang, agar dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran siswa tentang jajanan sehat. Siswa dapat lebih memahami peranan jajanan dalam pemenuhan kebutuhan energi protein.

