

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Konsumsi makanan dan minuman manis telah menjadi bagian dari gaya hidup masyarakat global, khususnya di Indonesia. Menurut World Health Organization (WHO), dalam (sousa et al., 2020). Mendefinisikan makanan dan minuman manis sebagai semua produk yang mengandung gula tambahan, mulai dari minuman ringan berkarbonasi, jus buah kemasan, minuman energi, hingga teh dan kopi siap minum. Dan makanan cepat saji seperti kue, dan snacks Yang mudah diakses dan maraknya promosi menyebabkan produk-produk ini dikonsumsi secara luas diberbagai kalangan remaja dan masyarakat. Kebiasaan mengonsumsi makan dan minuman manis dengan gula dan kalori yang tinggi dalam jangka waktu lama tidak membuat seseorang merasa kenyang dan tidak memberikan nutrisi yang cukup bagi tubuh (Sakinah & Nurdianty Muhdar, 2022).

Di Indonesia fenomena ini tercermin dari data Survei Sosial Ekonomi Nasional (SUSENAS) tahun 2019 yang menunjukkan bahwa makanan dan minuman jadi memiliki tingkat partisipasi konsumsi tertinggi mencapai 99,32 (Badan Pusat Statistik RI, 2023). Lebih spesifik, konsumsi minuman seperti kopi susu, teh, dan susu coklat mencapai 58,82%, bahkan konsumsi minuman manis di Indonesia menempati peringkat ketiga di Asia Tenggara, yaitu sebanyak 20,23 liter per orang per tahun (Ferretti & Marina, 2020). Tingginya angka konsumsi ini

mengindikasikan bahwa makan minum manis telah menjadi komoditas yang sangat populer.

Popularitas makan dan minum tidak hanya terjadi pada orang dewasa, tetapi juga sangat tinggi dikalangan remaja, termasuk pelajar. Penelitian menunjukkan bahwa kelompok mahasiswa atau pelajar merupakan konsumen terbanyak untuk merek minuman manis ternama, seperti Chatime (85%) dan share tea (80%) (Khairuna & Manggabarani, 2020). Tingginya konsumsi pada kelompok ini didorong oleh berbagai faktor. Pengetahuan yang rendah mengenai dampak buruk gula preferensi terhadap rasa manis, besarnya uang jajan, pengaruh teman sebaya, gempuran iklan, serta ketersediaan produk yang tinggi menjadi faktor utama peningkatan konsumsi makanan dan minuman manis pada remaja (Masir, 2021).

Kebiasaan mengonsumsi makanan dan minuman tinggi gula dalam jangka panjang membawa konsekuensi serius bagi kesehatan. (Malik, 2020). Menyatakan bahwa Makanan dan minuman yang tinggi gula dan kalori tidak memberikan rasa kenyang yang optimal serta minim nutrisi penting bagi tubuh. Semakin sering, konsumsi gula berlebih berkontribusi pada peningkatan risiko penyakit tidak menular seperti obesitas, diabetes, dan penyakit jantung (Rahmawati et al., 2023). Menemukan bahwa makanan dengan indeks glikemik tinggi dapat memicu fluktuasi gula darah yang berujung pada gangguan tidur atau insomnia. Proses biologis seperti lonjakan gula darah diikuti hipoglikemia reaktif dan

peningkatan sitokin inflamasi dapat mengganggu fungsi otak dan kualitas tidur.

Mengingat besarnya resiko tersebut, pengetahuan remaja tentang makan dan minum manis menjadi faktor penting. Pengetahuan tentang makanan, tidak sehat dan siap saji menjadi aspek krusial dalam membentuk perilaku konsumsi sehari-hari. Makanan tidak sehat didefinisikan sebagai makanan yang tinggi gula, garam dan lemak, tetapi rendah serat, vitamin, dan mineral. Kategori ini meliputi makanan cepat saji (*fast food*), makanan ringan kemasan (*snacks*), minuman manis serta berbagai produk olahan ultra-proses. Remaja berada dalam masa transisi dimana mereka mulai memiliki keinginan dalam memilih makanan dan minuman, namun belum memiliki kemampuan kritis untuk memahami dampak jangka panjang dari pilihan mereka (Anggorowati et al., 2023). Remaja dengan pengetahuan yang baik tentang bahaya makan dan minum manis cenderung lebih selektif dalam memilih makanan dan minuman yang sehat. Sebaliknya, kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan mereka mengabaikan pencegahan dan terus mengonsumsi produk tidak sehat pengetahuan dipengaruhi oleh berbagai hal, termasuk pendidikan, lingkungan, dan budaya sosial.

Selain faktor internal seperti pengetahuan, faktor eksternal seperti kondisi sosial ekonomi keluarga juga memegang peranan penting. Status sosial ekonomi, yang mencerminkan tingkat pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan orang tua, turut membentuk pola konsumsi dan karakter anak

(Sari et al., 2024). Anak dari keluarga dengan status ekonomi lebih tinggi mungkin memiliki akses dan kemampuan lebih untuk membeli makan dan minuman manis, namun disisi lain, mereka juga berpotensi memiliki akses Lebih baik terhadap informasi tentang pola makan sehat. Penelitian oleh (A. T. Astuti, 2019), serta (Kasingku & Mantow, 2022) menunjukkan bahwa status sosial ekonomi dapat mempengaruhi perkembangan karakter dan perilaku siswa di sekolah, yang mengindikasikan bahwa latar belakang keluarga turut membentuk kebiasaan sehari-hari, termasuk kebiasaan makan.

Menurut hasil penelitian terdahulu yang dilakukan (Lestari, et al. 2022) di Jakarta menemukan hasil yang sedikit berbeda. Dalam studinya, pengetahuan tentang dampak buruk gula ternyata tidak selalu berbanding lurus dengan perilaku konsumsi pada remaja. Faktor lingkungan teman sebaya dan paparan iklan justru lebih dominan memengaruhi keputusan remaja untuk membeli minuman manis, meskipun mereka sebenarnya tahu risikonya. Penelitian mengenai dampak status ekonomi sosial keluarga dan pendidikan orang tua terhadap perkembangan karakter anak juga menunjukkan bahwa kedua faktor tersebut berpengaruh. Ketika status ekonomi sosial meningkat, pembentukan karakter anak dalam menerapkan nilai-nilai persatuan juga meningkat. Namun penelitian yang dilakukan oleh Ogunshola sebelumnya menunjukkan hasil yang berbeda, di mana status ekonomi sosial dan pendidikan orang tua tidak memiliki hubungan dengan perkembangan karakter siswa hal ini juga diperkuat oleh (A. T.

Astuti, 2019), yang menyatakan bahwa sekolah dapat menjadi tempat bagi siswa dari berbagai latar belakang dan kondisi sosial ekonomi, sehingga status ekonomi sosial dapat berpengaruh terhadap perkembangan siswa, termasuk dalam hal pembentukan karakter.

Menurut hasil studi oleh (Handayani, S., & Prasetya, 2020) Yogyakarta menunjukan bahwa status sosial ekonomi keluarga, khususnya pendapatan orang tua dan besaran uang saku, berkorelasi positif dengan perilaku konsumsi makanan cepat saji dan minuman kemasan pada siswa SMP. Semakin tinggi uang saku, semakin tinggi pula frekuensi konsumsinya, (*research gap*) Dengan demikian, meskipun penelitian terdahulu telah mengkaji pengaruh pengetahuan atau sosial ekonomi secara terpisah, masih sedikit penelitian yang mengkaji hubungan kedua faktor tersebut secara simultan dengan perilaku konsumsi makanan dan minuman manis pada remaja, khususnya di wilayah dengan karakteristik sosial ekonomi seperti Kabupaten Grobogan.

Kabupaten Grobogan menjadi konteks yang menarik untuk meneliti fenomena ini. Berdasarkan data BPS Kabupaten Grobogan (2022), angka kemiskinan di wilayah ini mencapai 11,80%, lebih tinggi dari rata-rata provinsi Jawa Tengah (10,93%) dan nasional (9,54%). Tingginya angka kemiskinan ini mengindikasikan adanya tantangan ekonomi yang dihadapi banyak keluarga. Data Susenas Maret 2025, yang akan datang direncanakan untuk melihat proporsi pengeluaran rumah tangga, termasuk untuk konsumsi makanan tidak sehat seperti makanan olahan dan cepat saji.

Kondisi ini memunculkan pertanyaan tentang bagaimana remaja di kabupaten Grobogan, dengan latar belakang sosial ekonomi yang beragam, berperilaku dalam mengonsumsi makanan dan minuman manis.

Studi Pendahuluan telah dilakukan pada bulan Oktober 2025 di SMP Islam walisongo, Kecamatan Penawangan. Berdasarkan yang dilakukan peneliti melalui metode wawancara langsung dengan 10 siswa-siswi yang sedang jajan dikantin sekolah, dengan diberi pertanyaan mengenai pengetahuan tentang risiko konsumsi jajan dan minuman manis dengan gula berlebih, Data tersebut diperkuat dengan berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti terhadap kepala sekolah SMP Islam Walisongo Penawangan, didapatkan data dari total siswa kelas VIII yang terbagi dalam dua kelas, sebanyak 51 murid dengan rentang usia 13-15 tahun. Diantaranya dari 10 siswa hanya 3 yang memahami perilaku konsumsi jajan dan minum manis tinggi gula dapat meningkatkan risiko penyakit kronis seperti obesitas, kerusakan gigi, diabetes tipe 2, dan penyakit jantung yang dapat dimulai sejak usia dini dan berlanjut hingga dewasa. Selain itu, hampir seluruh siswa membeli jajanan manis (seperti permen, coklat, kue, es teh manis, dan minuman kemasan) di lingkungan sekolah setiap hari. Tingginya konsumsi ini berbanding terbalik dengan tingkat pengetahuan mereka. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan (gap) antara pengetahuan dan perilaku yang perlu diteliti lebih lanjut. Dari hasil wawancara, penelitian ini dilakukan karena adanya kesenjangan antara konsumsi manis yang tinggi dengan pengetahuan yang rendah dan di SMP

Islam Walisongo belum pernah mendapatkan penyuluhan ataupun pengetahuan secara khusus membahas mengenai risiko yang diakibatkan terlalu sering konsumsi gula berlebih. Kondisi sosial ekonomi Grobogan yang angka kemiskinannya diatas rata-rata perlu diteliti kedua faktor ini secara bersamaan. Kelebihan uang saku juga membuat banyak siswa lebih memilih untuk membeli makanan dan minuman manis, serta belum ada penelitian yang mengkaji kedua faktor ini secara bersamaan di lokasi tersebut, sebagai upaya pencegahan penyakit kronis sejak dini pada remaja.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Hubungan antara pengetahuan dan Sosial Ekonomi dengan perilaku konsumsi makan minum manis pada Siswa SMP Islam Walisongo Penawangan”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijabarkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan pengetahuan dan sosial ekonomi dengan perilaku konsumsi makan minum manis pada remaja SMP Islam Walisongo Kecamatan penawangan Grobogan”.

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan pengetahuan dan sosial ekonomi (Pendapatan keluarga) dengan perilaku konsumsi makan minum manis pada Siswa SMP Islam walisongo Kecamatan Penawangan Grobogan.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi pengetahuan siswa tentang makanan manis dan minuman manis serta dampaknya pada siswa SMP Islam walisongo Kecamatan Penawangan Grobogan.
- b. Mengidentifikasi sosial ekonomi keluarga pada siswa (meliputi pendapatan orang tua) di SMP Islam Walisongo Kecamatan Penawangan Grobogan.
- c. Mengidentifikasi perilaku konsumsi makan minum manis pada siswa (frekuensi, jenis, dan jumlah) di SMP Islam Walisongo Kecamatan Penawangan Grobogan.
- d. Mengidentifikasi hubungan antara pengetahuan dengan perilaku konsumsi makan minum manis pada siswa SMP Islam Walisongo Kecamatan Penawangan Grobogan.
- e. Mengidentifikasi hubungan antara sosial ekonomi (Pendapatan keluarga) dengan perilaku konsumsi makan minum manis pada siswa SMP Islam Walisongo Kecamatan Penawangan Grobogan.

D. Manfaat

Dengan menulis karya tulis ilmiah ini diharapkan memberikan manfaat, diantaranya yaitu:

1. Manfaat Teoritis

Sebagai ilmu dan referensi untuk menerapkan ilmu yang didapat dalam hal hubungan pengetahuan dan sosial ekonomi terhadap perilaku konsumsi makan minum manis pada siswa usia 13-15 Tahun. tentang

resiko sering konsumsi makan dan minum manis dalam jangka panjang untuk kesehatan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Tenaga kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi kepada instalasi Kesehatan tentang pentingnya pengetahuan, dalam membuat program intervensi bahaya makan minum manis dan promosi kesehatan yang lebih efektif untuk siswa.

b. Bagi remaja

Meningkatkan kesadaran akan pentingnya memilih makanan dan minuman sehat serta mengurangi konsumsi gula berlebih.

c. Bagi orang tua

memberikan pemahaman tentang bagaimana tingkat sosial ekonomi dan Pendidikan keluarga berpengaruh terhadap pola konsumsi anak.

d. Bagi sekolah

Dapat digunakan sebagai dasar dalam penyusunan program edukasi “Hidup Sehat Tanpa gula berlebih”

E. Sistematika Penulisan

Proposal Penulisan karya tulis ilmiah ini terbagi menjadi III BAB yang di susun dengan sistematik penulisan berikut :

Tabel 1. 1 Sistematika Penulisan

BAB DATA	KONSEP PENGAMBILAN
BAB I	Pendahuluan , berisi tentang latar belakang, perumusan masalah, tujuan penulisan, manfaat, sistematika penulisan dan penelitian terkait.
BAB II	Tinjauan pustaka , konsep teori yang berhubungan dengan tema penulisan / variabel dalam penelitian serta kerangka teori dalam penelitian;
BAB III	Metodelogi penelitian , berisi tentang variabel penelitian, kerangka konsep dan hipotesis, konsep metodologi mulai dari jenis, design dan rancangan penelitian, populasi, sampel, tempat dan waktu penelitian, definisi operasional, metode pengumpulan data, instrumen penelitian, uji intrumen, pengolahan data dan analisa data serta etika dalam penelitian;
BAB IV	Hasil Penelitian , berisi mengenai hasil penelitian yang didapatkan dari pengumpulan data penelitian (Hasil uji statistik).
BAB V	Pembahasan , Mengenai pembahasan hasil penelitian sesuai tujuan peneliti ataupun menjawab hipotesis penelitian.
BAB VI	Penutup , berisi simpulan dan saran.

F. Penelitian Terkait

Tabel 1.2 Penelitian terkait

No	Peneliti, Tahun	Variabel Independen, Dependen	Desain	Sampel	Hasil	Perbedaan
1	Lindra Anggorowati (2022).	Independen: Peningkatan pengetahuan Variable remaja tentang bahaya konsumsi Makan dan minum manis. Variable Dependen: Resiko atau Determinan penyakit Diabetes Militus di usia Muda.	Pretest dan posttest.	Siswa Siswi, di SMP IT Mutiara Hati Semarang.	Hasil penelitian perbedaan pengetahuan ($p < 0,000$) pada siswa SMP IT Mutiara Hati. kegiatan ini terbukti efektif dalam meningkatkan nilai pengetahuan siswa awalnya Skor pengetahuan sebelum penyuluhan sebesar $71,86 \pm 8,24$ meningkat menjadi $82,58 \pm 9,78$ setelah penyuluhan. tentang faktor -faktor risiko diabetes dan	Penelitian sebelumnya tidak mempertimbangkan factor Sosial Ekonomi, sedangkan penelitian selanjutnya menambahkan Sosial Ekonomi dengan perilaku konsumsi makan minum manis didalamnya.

						bahaya makan minum manis.	
2	Ira Marti Ayu dan Namira W Sangadji (2023).	Variable Independen: Edukasi tentang pengaruh kebiasaan mengonsumsi makanan dan minuman manis secara berlebih bagi kesehatan. Variabel Dependen: Pengetahuan sikap ,atau perilaku responden (misalnya keluarga atau siswa) terkait konsumsi makanan dan minuman manis.	Pre-test dan post-test.		Ditujukan pada Masyarakat.	Hasil dari kuesioner yang dibagikan dengan frekuensi mengonsumsi makanan manis mencapai 4 kali dalam sehari Sebagian besar peserta menggunakan gula dengan takaran 3 hingga 4 sendok. Temuan ini menunjukkan bahwa orang-orang yang terlibat dalam kegiatan ini telah terbiasa dengan konsumsi makanan dan minuman yang manis. Penelitian lain juga menemukan bahwa sekitar 54,5% responden yang berusia 18 tahun ke atas di Kabupaten Semarang memiliki kebiasaan menyukai makanan dan minuman manis.	Perbedaan dari Penelitian sebelumnya yaitu pada lokasi penelitian dan rentang usia, yang dituju penelitian sebelumnya pada masyarakat. untuk penelitian selanjutnya memberikan mengetahui pada remaja SMP.

3	Salma Syakira dan Rida Yanna Primanita (2025).	Variabel Independen: Psikoedukasi dan token ekonomi. Variabel Dependen: Pengaruh konsumsi gula secara berlebih.	Eksperimental one group pretest-posttest design.	Mahasiswa.	Hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa pemahaman subjek mengenai risiko konsumsi gula berlebihan meningkat secara signifikan setelah psikoedukasi dilakukan ($p=0.011$). Sebaliknya, penggunaan token ekonomi tidak menunjukkan perubahan yang signifikan dalam konsumsi gula ($p=0.655$). Penelitian ini memberi panduan untuk pengembangan strategi kesehatan berdasarkan psikologi yang mendukung perubahan perilaku dalam jangka panjang.	Pada penelitian ini Juga meneliti dan mengukur Tingkat ekonomi keluarga, untuk mengetahui apakah ada hubungan dengan perilaku remaja sering mengkonsumsi makan minum manis.
4	Juwinner Dedy Kasingku,	Variabel Independen :Setatus sosial ekonomi	kuantitatif, dengan statistika	Siswa Siswi, Kelas XI Sekolah Menengah Atas Unklab.	Hasil uji korelasi yang dilakukan adalah Rank Spearman. Untuk mengukur pembentukan	Penelitian sebelumnya berfokus pada pembentukan karakter secara umum, sementara

	Ardian Mantow (2022).	Variabel Dependen: deskriptif mean. Pembentukan karakter siswa SMP.				karakter siswa, kuesioner yang digunakan diadaptasi Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pendapatan orang tua siswa kelas XI SMA Unklab Airmadidi tergolong sangat tinggi, sementara tingkat pendidikan mereka berada dalam kategori tinggi. Selain itu, ditemukan tidak ada hubungan yang signifikan antara status sosial ekonomi dan pembentukan karakter siswa.	penelitian ini akan mengkaji secara spesifik perilaku konsumsi makanan dan minuman manis pada remaja SMP.
5	Asriati dan Helen Tri Juniasty (2023).	Variabel Independen : Perilaku Konsumsi makan dan minum manis. Variabel Dependen : Prediabetes pada remaja.	survey cross sectional.	Pada remaja		Terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku konsumsi makan minum manis, dengan kejadian obesitas pada remaja. ($p=0,032$), dan tidak terdapat hubungan yang	Penelitian ini, tidak menambahkan sosial Ekonomi dengan perilaku remaja konsumsi makan minum manis.

signifikan antara
pengetahuan,
perilaku makanan manis
Dengan kejadian
overweight pada remaja.
