

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang

Fast food merupakan makanan yang dalam proses memasaknya tidak membutuhkan waktu yang lama. *World Health Organization* (WHO) secara serius membahas mengenai dampak buruk makanan fast food dan junk food. 10 golongan yang termasuk dalam makanan *fast food* dan *junk food*, yaitu, asinan, makanan kalengan, gorengan, daging yang diproses, mie instant, makanan yang dibakar atau dipanggang, keju olahan, manisan beku (*ice cream, cake* beku), daging berlemak dan jeroan yang mengandung lemak jenuh dan kolesterol (Kurdanti, 2015).

Sudah sejak lama disadari bahwa faktor perilaku dan sosial budaya sangat berpengaruh terhadap terjadinya masalah gizi. Perilaku negatif berupa pantangan makanan tertentu masih kita jumpai di beberapa daerah, terutama daerah yang miskin akan informasi. Namun dengan derasnya arus informasi, khususnya di kota, dapat juga mengubah perilaku yang tidak sesuai, terutama mengarah ke pola makanan kebarat-baratan, "*Fast Food*". Hal ini juga dapat menimbulkan masalah baru yaitu kecenderungan munculnya berbagai penyakit degeneratif seperti penyakit jantung, hipertensi dan diabetes melitus (Supariasa, 2014).

Usia 15–34 tahun adalah konsumen terbanyak yang memilih mengonsumsi *fast food*. Golongan usia ini memiliki aktivitas yang tinggi, makin tingginya aktivitas mengakibatkan seseorang melakukan pemilihan makanan dan mengonsumsi makanan secara praktis. Kegemaran terhadap *fast food* disebabkan karena *fast food* mudah ditemukan dan bisa dikonsumsi dalam kondisi apapun (Kurdaningsih, 2016).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Ebadi *et al*, 2018) di Universitas Ilmu Medis, Tehran di Iran bahwa prevalensi mahasiswa yang mengonsumsi *fast food* didapatkan laki-laki sebesar 50.5% dan perempuan sebesar 49.5%.

Berdasarkan penelitian (Afifah, 2017), observasi yang telah dilakukan selama 3 hari pada bulan Mei 2017 dengan pengukuran berat badan dan tinggi badan pada pengunjung KFC dan *McD* di Mall Citra Land Semarang menunjukkan bahwa dari 100 pengunjung, didapatkan 15 pengunjung status gizi obesitas.

Menurut penelitian Nurhanifah (2018) pada mahasiswa di Kota Medan, mahasiswa yang mengonsumsi minuman berkarbonasi atau *soft drink* rata-rata dilakukan dengan frekuensi lima kali dalam seminggu, sementara itu pengetahuan remaja tentang minuman berkarbonasi sebagian besar sudah dalam kategori baik. Kebiasaan remaja yang suka mengonsumsi *fast food* dan *soft drink* berdampak pada rendahnya asupan serat seperti rendahnya konsumsi buah dan sayur.

Dampak yang ditimbulkan apabila terjadi perubahan pola dan frekuensi konsumsi *fast food* secara berlebihan pada remaja yang sering mengonsumsi *fast food* minimal 3 kali/minggu mempunyai resiko menjadi obesitas. Hal ini karena setiap mengerjakan tugas kelompok, mereka pasti pergi ke tempat-tempat yang menyediakan aneka jenis *fast food*. Selain itu, di sekitar sekolah juga banyak yang menjajakan makanan jenis *fast food* lokal, baik itu di kantin sekolah maupun di luar sekolah seperti pedagang kaki lima. Semakin sering seseorang mengonsumsi *fast food*, maka akan meningkatkan risikonya untuk mengalami obesitas (Kurdanti, 2015).

Lingkar pinggang (LP) merupakan indikator risiko kesehatan yang berhubungan dengan kelebihan lemak di daerah sekitar abdominal. Pengukuran lingkar pinggang menggambarkan penumpukan lemak tubuh bagian atas atau *upper body obesity*, dan berhubungan dengan lemak pada intra abdominal (*visceral fat*). Dari berbagai variabel antropometri, lingkar pinggang menunjukkan korelasi yang baik dengan lemak viseral dibanding dengan Indeks massa tubuh (IMT). Selain itu lingkar pinggang memiliki hubungan yang kuat dengan faktor risiko kardiovaskuler, dan sebagai prediktor yang baik dalam menentukan risiko sindrom metabolik (Rizki, 2017).

Pengukuran lingkaran pinggang dapat digunakan untuk memprediksi adanya timbunan lemak pada daerah intra abdomen atau sering disebut dengan obesitas sentral, yang merupakan salah satu penanda risiko penyakit kardiovaskular. Cara pengukuran lingkaran pinggang yang tepat, dapat dilakukan pada titik tengah antara tulang rusuk terakhir dengan *iliac crest*. Pita pengukur harus menempel pada kulit, namun tidak sampai menekan. Sebaiknya pengukuran lingkaran pinggang dilakukan pada akhir respirasi (Yuhara, 2016).

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Konsumsi *Fast Food* Terhadap Lingkaran Pinggang Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2018 Di Universitas Islam Sumatera Utara”.

1.2. Rumusan Masalah

- a. Bagaimana hubungan pola konsumsi *fast food* terhadap lingkaran pinggang pada mahasiswa fakultas kedokteran angkatan 2018 di Universitas Islam Sumatera Utara ?
- b. Bagaimana hubungan frekuensi konsumsi *fast food* terhadap lingkaran pinggang pada mahasiswa fakultas kedokteran angkatan 2018 di Universitas Islam Sumatera Utara ?

1.3. Tujuan Penelitian

1. Mengetahui frekuensi konsumsi *fast food* pada mahasiswa fakultas kedokteran angkatan 2018 Universitas Islam Sumatera Utara.
2. Mengetahui ukuran lingkaran pinggang pada mahasiswa fakultas kedokteran angkatan 2018 Universitas Islam Sumatera Utara.
3. Mengetahui hubungan Konsumsi *fast food* terhadap lingkaran pinggang pada mahasiswa fakultas kedokteran angkatan 2018 di Universitas Islam Sumatera Utara.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Dengan penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan informasi kepada kita semua terkait data pengaruh konsumsi *fast food* terhadap lingkaran pinggang pada mahasiswa fakultas kedokteran angkatan 2018 di Universitas Islam Sumatera Utara sehingga kedepannya penelitian ini bisa dipakai sebagai bahan rujukan dalam melakukan perbaikan pola dan frekuensi konsumsi *fast food* pada mahasiswa yang memiliki interpretasi lingkaran pinggang diatas normal dan menjadi acuan dalam hal metode penelitian bagi peneliti lain dalam mengembangkan penelitian dengan tema yang sama.

1.4.2. Manfaat Aplikatif

Dengan penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan evaluasi dan monitoring terhadap mahasiswa yang memiliki imterpretasi lingkaran pinggang diatas normal terkait pola dan frekuensi konsumsi *fast food*.