

GAMBARAN PENGETAHUAN SISWA SMA TERHADAP JUNK FOOD DI RW.05 PULAU KELAPA 2 KEPULAUAN SERIBU

Rosita M. Lubis¹, Hermiyati²

¹ Akper Husada Karya Jaya

* Email: rositalubis@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Junk food merupakan istilah informal makanan yang di anggap memiliki bahan-bahan yang tidak sehat ketika dimakan secara terus menerus, memiliki nilai gizi sedikit atau tidak ada, atau makanan yang dianggap tidak sehat untuk dikonsumsi sama sekali yang di tujukan untuk beberapa makanan yang tidak memiliki kandungan gizi yang baik untuk kesehatan. Pengabdian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja terhadap junk food, Manfaat: Dapat mengetahui apakah di RW.05 pulau kelapa 2, pengetahuan remaja terhadap junk food sudah baik, cukup, atau kurang. penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dekskriptif Jumlah sample dalam penelitian ini sebanyak 24 responden remaja di RW.05 Pulau Kelapa 2 Kepulauan Seribu. Penelitian ini membedakan umur, jenis kelamin, dan pendidikan. Pengumpulan data dilakukan secara langsung terhadap responden dengan lembar kuesioner dengan 20 pernyataan. Analisis statistic didapatkan hasil, dari 24 responden terdapat 4 responden berpengetahuan baik (17%), 5 responden berpengetahuan cukup (21%) dan 15 responden berpengetahuan kurang (63%) Kesimpulan: Secara analisis dapat disimpulkan bahwa Gambaran Pengetahuan Remaja Terhadap Junk Food Di RW.05 Pulau Kelapa 2 Kepulauan Seribu masih kurang.

Kata Kunci: Tingkat Pengetahuan, Remaja, *Junk food*

1. Latar Belakang

Junk food merupakan istilah informal makanan yang di anggap memiliki bahan-bahan yang tidak sehat ketika di makanan secara terus menerus, memiliki nilai gizi sedikit atau tidak ada, atau makanan yang di anggap tidak sehat untuk di konsumsi sama sekali yang di tujukan untuk beberapa makanan yang tidak sehat memiliki kandungan gizi yang baik untuk kesehatan (Ami Ima, 2011).

Menurut *World Health Organization* (WHO 2016) menyatakan bahwa junk food merupakan makanan yang mengandung jumlah lemak yang besar, garam, gula, kalori, dan rendah nutrisi, vitamin,

mineral, dan serat. Makanan tersebut seperti fast food, gorengan, makanan kaleng, *soft drink*, permen, asinan, hingga snack makanan ringan. Berdasarkan data market size di beberapa faktor sektor industri di Indonesia (SWA 01/Februari 2010) pada tahun 2010 pertumbuhan industri makanan di Indonesia mencapai 19,4% hal ini mengindikasikan bahwa konsumen makanan *junk food* semakin meningkat setiap tahunnya. Dari data survey ACNielsen Online Customer tahun 2010 mendapatkan hasil bahwa 28% masyarakat Indonesia mengkonsumsi junk food minimal satu minggu sekali, 33% diantaranya mengkonsumsi saat makan siang. Tidak heran jika Indonesia menjadi

negara yang paling banyak masyarakatnya mengkonsumsi *junk food*.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan fatima baidi (2019) Gambaran pengetahuan anak kelas 4-5 tentang bahaya makanan *junk food* di SDN 30 kota gorontalo. Hasil penelitian ini didapatkan responden berpengetahuan baik 56(54,4%), dan berpengetahuan kurang 31 (35,6%) responden. Mayoritas responden berpengetahuan baik

2. Metode Pengabdian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan metode analisa secara deskriptif yang bertujuan untuk melihat gambaran fenomena yang terjadi didalam suatu populasi tertentu dan dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* dimana data yang menyangkut variable, akan dikumpulkan dalam waktu yang bersamaan.

Populasi dalam penelitian ini remaja di RW05 Pulau Kelapa 2 Kepulauan seribu. Pada penelitian ini menggunakan sampel dengan tehnik total sampling, tehnik pengambilan ini paling sederhana dimana seluruh populasi diambil sebagai sampel dan jumlah subjek telah teridentifikasi (Hidayat, 2013). Pada penelitian ini sampel yang ditetapkan adalah siswa SMA, sebanyak 24responden.

3. Hasil Pengabdian

Pada penelitian ini jumlah responden sebanyak 24 siswa SMA. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jenis kelamin siswa SMA rata-rata berjenis kelamin perempuan sebesar 54,2% (13 remaja), sedangkan siswa SMA yang berjenis kelamin laki-laki sebesar 45,8% (11 remaja). Gambaran pengetahuan siswa SMA Terhadap pengertian *junk food* lebih banyak Siswa SMA yang berpengetahuan kurang sebesar 46%

(11 responden). Sedangkan siswa SMA yang berpengetahuan cukup sebesar 33% (8 responden). Dan siswa SMA yang berpengetahuan kurang sebesar 21% (5 responden). Gambaran pengetahuan remaja Terhadap dampak negatif *junk food* lebih banyak remaja yang berpengetahuan kurang yaitu sebesar 54% (13 responden). Sedangkan siswa SMA yang berpengetahuan cukup sebesar 29% (7 responden). Dan siswa SMA yang berpengetahuan baik sebesar 17% (4 responden).

Gambaran pengetahuan remaja Terhadap jenis makanan *junk food* hasilnya lebih banyak siswa SMA yang berpengetahuan kurang sebesar 42% (10 responden) sedangkan siswa SMA yang berpengetahuan cukup sebesar 33% (8 responden). Sedangkan yang berpengetahuan baik sebesar 25% (6 responden). Gambaran pengetahuan remaja Terhadap jenis penyakit yang ditimbulkan dari jangka panjang mengkonsumsi *junk food* siswa SMA lebih banyak siswa SMA yang berpengetahuan kurang sebesar 64% (16 responden). Sedangkan siswa SMA yang berpengetahuan cukup sebesar 17% (4 responden). Sama dengan siswa SMA yang berpengetahuan baik sebesar 17% (4 responden).

Didapatkan hasil bahwa keseluruhan Gambaran pengetahuan siswa SMA terhadap *junk food* di RW.05 Pulau Kelapa 2 kepulauan Seribu lebih banyak siswa SMA yang berpengetahuan kurang sebesar 62% (15 responden). Sedangkan siswa SMA yang berpengetahuan cukup sebesar 21% (5 responden). Dan siswa SMA yang berpengetahuan baik sebesar 17% (4 responden)

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M. & Wirjatmadi, B. (2012) Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan. Jakarta:Kencana.
- Aneka Kuliner. 2013, Sepuluh Makanan yang perlu dihindari. Diperoleh 6 November 2013 dari <http://anekakuliner.com/resep/resep-khas-daerah/10-makanan-sampah-yang-perlu--dihindari.html>.
- Arikunto, S. 2010. Manajemen Penelitian. Jakarta: Rineke Cipata.
- Boenga, 2011. Fenomena Makanan Siap Saji dan Dampaknya Bagi Kesehatan. www.unpad.ac.id
- Fatima Baidi. 2019. Gambaran Pengetahuan Anak Kelas 3-4 Tentang Bahaya Makanan Junk Food Sdn 30 Kota Gorontalo. Skripsi: UNG Gorontalo
- Hidayat. 2013. Metodologi penelitian keperawatan dan teknik analisa data. Jakarta: Salemba Medika.
- Ima, Ami. (2011). Apa sih makanan junk food. dalam <http://armylookfashion.com/2011/09/20/apa-sih-makanan-junk-food.html/>
- Krori, Smitha Deb. (2011). Developmental spuchology dalam hameopthic journal: volume 4 issue, 3 januari 2011 tersedia: <http://www.homerzon.com/homeopathic:articles/psychologi/depelopmental.psychologi>.
- Masturoh, I., & Anggita, N. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan (1st ed.; B.A. Damanto & N. Suwarno, Eds.). Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mulyatiningsih, E. 2011. Metode Penelitian Terapan Bidang Pendidikan. Yogyakarta: Alfabeta
- Nuranie. (2010). Gambaran tentang junk food. Dalam <http://www.scribde.com>.
- Notoadmojo. 2010. Metodologi Riset Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipata
- Notoadmodjo, S. 2012. Metodologi penelitian kesehatan. jakarta: PT Rineka Cipta
- Octavia, Li, 2018 Dampak Konsumsi Junkfood Jangka Panjang . <Tersedia di : <http://www.yankes.kemendes.go.id/read-dampak-konsumsi-junkfoodjangka-panjang-3958.html>>
- Pertiwi, Indah. (2010). Dampak dari junk food. Dalam <http://www.terbaca.com>.
- Sari Rw. Dangerous junk penebar swadaya food: bahan makanan cepat saji dan gaya hidup sehat: Yogyakarta, 2008
- Sarwono, 2011, Psikolog Remaja. Jakarta :EGCSetiadi
- (2013). konsep dan praktek penulisan riset keperawatan (Ed:2). Yogyakarta: graha ilmu
- Sugyono. 2013. Metodologi penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D. Bandung Alfabeta
- Suhardin. (2016). Pengaruh Perbedaan Jenis Kelamin Dengan Pengetahuan Tentang Konsep Dasar Ekologi Terhadap Kepedulian Lingkungan: Study Expost Facto Di SMA Negeri 7 Depok Tahun 2015. Jurnal penelitian pendidikan agama dan keagamaan 14(1), 122-123..
- Sulistyoningsih H. 2012. Gizi untuk kesehatan ibu dan anak. Yogyakarta: Graha ilmu.
- World Health Organization (WHO). (2015). Adolescent Development: topicts at glance: diunduh dari <http://www.who.int/maternal.childadolescnet/topicts/adolescent/dev/en>.