

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi mempengaruhi gaya hidup masyarakat terutama remaja untuk memenuhi kebutuhan air di dalam tubuh. Media masa sangat mudah mempengaruhi cara berpikir dan gaya hidup para remaja. Remaja di abad 20 mengkonsumsi minuman seperti air putih, teh, susu, namun remaja di abad 21 sekarang banyak yang mengkonsumsi minuman ringan. Kegemaran remaja mengkonsumsi minuman bersoda berhubungan dengan tingkat pengetahuan yang dimilikinya, beberapa remaja dengan konsumsi tinggi terhadap minuman bersoda memiliki pengetahuan gizi yang rendah mengenai minuman bersoda (Prasetya, 2007 dalam Alfa, 2012).

Penelitian yang dilakukan dinegara Amerika Serikat mengenai bahaya minuman berkarbonasi terhadap 3256 orang yang mereka rutin mengkonsumsi minuman bersoda minimal 2 kali sehari. Hasilnya sebanyak 30% responden mengalami kerusakan ginjal dan penurunan fungsinya, serta 87% diantaranya mengalami peningkatan risiko terjadinya kanker *pancreas* (Aulia, 2011). Menurut Harnack, et al (1999) dalam Noor (2009), mengemukakan bahwa jika dibandingkan dengan anak prasekolah (2-5 tahun) dan anak sekolah (6-12 tahun remaja merupakan kelompok yang memiliki prevalansi konsumsi minuman ringan tertinggi yaitu 82,5%. Sebanyak 50,9% remaja pria Norwegia di Belanda lebih sering mengkonsumsi minuman

ringan dibandingkan remaja wanita. Perilaku konsumsi minuman ringan tersebut dipengaruhi oleh beberapa hal, diantaranya pengetahuan mereka tentang minuman ringan, aksesibilitas mereka untuk memperoleh minuman ringan, teman sebaya serta pengaruh media masa dan lain-lain.

Penjualan minuman bersoda setiap tahunnya mengalami peningkatan baik di dunia maupun di Indonesia. Selama 5 tahun (2003-2008), penjualan minuman bersoda di Amerika Serikat meningkat dengan rata-rata per tahun 2004 hingga 2009 mencapai 4,5% per tahun. Sementara di Indonesia rata-rata penjualan minuman bersoda antara tahun 2004 hingga 2009 mencapai 7,2% per tahun (*Business Information*, 2009 dalam Alfa, 2012). Kemudian pada tahun 2010 penjualan minuman bersoda di Indonesia mengalami peningkatan sebesar 3,3 miliar dolar dengan pertumbuhan 160,2% selama lebih dari 8 tahun (*Asia Food Journal*, 2010 dalam Alfa, 2012).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SMP Yaspen Tugu Ibu Depok Jakarta tentang frekuensi siswa yang mengonsumsi softdrink, menunjukkan bahwa 33% siswa mengonsumsi *softdrinks* berkarbonasi 1-5 kali dalam sehari, 48,7% siswa mengonsumsi 1-6 kali dalam seminggu dan 18,4% tidak pernah mengonsumsi *softdrinks* (Alfira, 2008). Sedangkan dari hasil Riset Kesehatan Dasar didapatkan data di Propinsi Jawa Timur terdapat 0,3% terkena GSK, 0,7% Batu ginjal, dan 11,1% menderita penyakit sendi dan asam urat. Bila orang dewasa dan remaja mengonsumsi minuman ini sebanyak 420-450 kalori per hari, itu berarti lebih dari 20% kebutuhan kalori tubuh berasal dari minuman bersoda, sedangkan menurut WHO hanya 10% dari total kalori yang digunakan oleh tubuh sehari-hari (Muthmainah, 2012).

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan di wilayah STM 1 Bakti Ponorogo, peneliti menjumpai banyak remaja terutama pelajar yang sekolah disitu yang mengkonsumsi minuman bersoda dan minuman berenergi saat jam istirahat atau setelah berolahraga di kantin sekolah.

Menurut Aulia dalam sebuah kliping Unpad (2011), menyebutkan bahwa minuman berkarbonasi (*sparkling beverage*), secara harafiah diartikan sebagai minuman yang mengandung karbonat, di Indonesia dikenal dengan sebutan minuman bersoda. Komposisi dari minuman berkarbonasi terdiri dari air, pemanis atau pemanis buatan, gas karbondioksida, zat aditif (tambahan) untuk memberi cita rasa, pewarna, asam fosfat, dan kafein. Minuman yang mengandung karbonat merupakan proses penginjeksian gas-gas CO₂ (karbon dioksida) ke dalam minuman sehingga memiliki penampakan bergelembung-gelembung yang memberi kesan segar.

Selama ini remaja yang gemar mengkonsumsi minuman bersoda sering mengabaikan bahwa dibalik kesegarannya ternyata berdampak pada masalah kesehatan jika dikonsumsi secara berlebihan. Sebagaimana yang dikutip dari *Method of Healing* dalam sebuah bacaan Analisa Kesehatan bahwa terdapat 10 efek berbahaya bagi tubuh apabila seseorang meminum soda. Efek dari mengkonsumsi minuman bersoda yaitu dapat menaikkan berat badan, tidak ada nilai gizi dalam soda, meningkatkan risiko diabetes, menyebabkan osteoporosis bila pada lansia dan osteopenia pada anak-anak, merusak gigi, kerusakan ginjal, menimbulkan dehidrasi, mengacaukan sistem pencernaan, dapat memicu penyakit maag, dan bila diet menggunakan soda sangat berbahaya (Firman, 2014).

Minuman berkarbon yang memiliki kadar asam fosfat tinggi menyebabkan peningkatan asupan fosfor dalam tubuh. Hal ini menyebabkan penyerapan kalsium menjadi terhambat dan menyebabkan kalsium menjadi tidak larut yang menyebabkan pengeroposan tulang, batu ginjal dan gagal ginjal. Selain itu kandungan Fruktosa menstimulasi pembentukan asam urat melalui senyawa antara katabolisme purin, sehingga menyebabkan obesitas, diabetes dan resiko penyakit jantung. Penemuan terbanyak yang ditemukan pada minuman bersoda adalah bahan sulfit dan sulfur dioksida yang bisa menyebabkan sakit kepala dan diare juga mengiritasi lambung serta mengakibatkan orang menjadi *hipersalivasi* atau banyak mengeluarkan air liur (Sijani,2012).

Berdasarkan penelitian terbaru yang dilakukan oleh *American Academy of Neurology*, bahwa orang yang mengkonsumsi minuman bersoda setidaknya 4 kaleng per hari memiliki kemungkinan mengalami depresi hingga 30% dibandingkan orang yang tidak mengkonsumsi minuman bersoda sama sekali. Hal ini disebabkan karena kandungan aspartam yang ditemukan dalam minuman soda dapat menyebabkan munculnya sakit kepala dan bahkan perubahan *mood* (Sutanto, 2013).

Menurut Evita (2014), menyebutkan bahwa Pakar Gastroenterologi dari Universitas Indonesia menyatakan mengkonsumsi minuman berkarbonasi oleh seseorang dalam kondisi yang sehat dalam jumlah yang wajar tidak akan menimbulkan gangguan terhadap kesehatan. Sehingga petugas kesehatan perlu memberikan penyuluhan kesehatan tentang dampak buruk mengonsumsi minuman berkarbonasi. Sehingga masyarakat terutama

remaja dapat mengetahui dampak buruk yang diakibatkan dari mengonsumsi minuman berkarbonasi supaya remaja bisa mengonsumsi minuman tersebut dalam batasan normal, tidak menjadikannya sebagai minuman sehari-hari pengganti air putih sehingga tidak menimbulkan dampak buruk dikemudian hari. Berdasarkan fenomena diatas peneliti tertarik untuk meneliti bagaimana pengetahuan remaja tentang dampak buruk minuman berkarbonasi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah, “Bagaimana Pengetahuan Remaja Tentang Minuman Berkarbonasi Pada STM 1 Bakti Ponorogo?”

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengetahuan Remaja Tentang Minuman Berkarbonasi STM 1 Bakti Ponorogo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan kesehatan, terutama tentang dampak buruk minuman berkarbonasi bagi kesehatan.

1.4.2 Manfaat praktisi

1. Bagi Peneliti

Meningkatkan ilmu dan pengetahuan peneliti tentang dampak minuman berkarbonasi, serta menambah pengalaman dan wawasan peneliti tentang minuman berkarbonasi.

2. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan masyarakat tentang dampak buruk minuman berkarbonasi.

3. Bagi Institusi

Sebagai pengetahuan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan medikal bedah.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian tentang dampak minuman berkarbonasi.

1.5 Keaslian Penulisan

1.5.1 Andriyono, Gigih (2012). Dengan judul Pengetahuan Masyarakat

Dalam Mengkonsumsi Minuman Berkafein. Desain penelitian ini adalah deskriptif untuk mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat dalam mengkonsumsi minuman berkafein, dengan populasi seluruh masyarakat yang mengkonsumsi minuman berkafein sebanyak 80 orang. Jumlah sampel 67 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data menggunakan deskriptif statik. Dari hasil penelitian terhadap 67 responden pada pengetahuan masyarakat dalam mengkonsumsi minuman berkafein didapatkan hasil baik (43,2%) atau 29 responden, sedangkan pengetahuan buruk 38 responden (56,7%). Perbedaan dengan penelitian yang sedang peneliti laksanakan yaitu terletak pada judul dan jumlah responden.

1.5.2 Alfira (2008) dengan judul Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Konsumsi Soft Drinks pada Siswa SMP Negeri 1 Ciputat tahun 2008. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain studi *cross sectional* yang membahas tentang faktor-faktor alasan yang membuat siswa SMP Negeri 1 Ciputat yang mengkonsumsi minuman soft Drinks. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 78 siswa terdapat 45 (57,7%) siswa yang memiliki perilaku konsumsi *soft drinks* kategori sering dan 33 (42,3%) siswa yang memiliki kategori jarang. Perbedaan dengan penelitian yang peneliti laksanakan yaitu terletak pada judul, lokasi penelitian, metode yang digunakan, dan jumlah responden.