

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar belakang**

Masa remaja merupakan fase penting dalam perkembangan individu menuju kedewasaan, yang ditandai dengan meningkatnya kebutuhan akan kemandirian, baik secara emosional, sosial, maupun keterampilan hidup sehari-hari. Salah satu indikator kemandirian remaja adalah kemampuan mengurus diri sendiri, termasuk keterampilan dasar dalam memenuhi kebutuhan pokok, seperti memasak. Keterampilan memasak bukan hanya sebatas aktivitas rumah tangga, tetapi juga terkait erat dengan gaya hidup sehat, literasi pangan, dan bahkan dapat menjadi peluang karier di bidang kuliner (Widartika, 2025).

Namun, fenomena yang terjadi di era modern menunjukkan bahwa banyak remaja lebih terbiasa mengonsumsi makanan instan atau membeli makanan siap saji dibandingkan memasak sendiri. Tren ini terlihat jelas di kota metropolitan seperti Surabaya, di mana pola hidup praktis dan mobilitas tinggi sering kali membuat keterampilan memasak kurang mendapat perhatian. Di sisi lain, meningkatnya eksposur konten memasak di media sosial, berkembangnya tren gaya hidup sehat, serta maraknya kursus dan pelatihan kuliner justru membuka ruang baru bagi remaja untuk menumbuhkan minat terhadap memasak. Hal ini menimbulkan pertanyaan apakah remaja Surabaya memandang keterampilan memasak sebagai kebutuhan penting, sekadar hobi, atau justru sebagai keterampilan yang kurang relevan dalam kehidupan sehari-hari (Firman dkk., 2024).

Dari sisi akademik, terdapat gap penelitian yang perlu diisi. Sejauh ini, kajian tentang remaja lebih banyak berfokus pada pola konsumsi makanan sehat atau perbedaan persepsi terhadap makanan tradisional dan modern (Hardikna Sempati, 2016). Akan tetapi, penelitian yang menyoroti secara khusus tingkat persepsi remaja terhadap keterampilan memasak, terutama dalam konteks kota besar dengan dinamika sosial, ekonomi, dan budaya seperti Surabaya, masih sangat terbatas. Padahal, keterampilan memasak dapat menjadi salah satu aspek

penting dalam pembentukan kemandirian remaja serta strategi pencegahan perilaku konsumsi tidak sehat.

Urgensi penelitian ini terletak pada pentingnya memetakan persepsi remaja terhadap keterampilan memasak. Hasil penelitian diharapkan dapat: (1) memberikan gambaran sejauh mana remaja menilai memasak sebagai keterampilan hidup, gaya hidup sehat, atau hiburan semata; (2) mengidentifikasi potensi peran pendidikan gizi berbasis praktik kuliner dalam meningkatkan literasi pangan; serta (3) menjadi dasar bagi pengembangan program edukasi maupun kampanye publik yang relevan dengan kebutuhan remaja di kota besar. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memiliki kontribusi akademis dalam mengisi kekosongan literatur, tetapi juga memiliki manfaat praktis bagi pembuat kebijakan pendidikan, institusi pelatihan kuliner, maupun keluarga dalam mendukung kemandirian remaja di Surabaya.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, rumusan masalah dapat diuraikan:

- 1) Bagaimana tingkat persepsi remaja di Surabaya terhadap keterampilan memasak, baik sebagai kebutuhan hidup, gaya hidup sehat, maupun sekadar hobi?
- 2) Sejauh mana keterampilan memasak dipersepsikan remaja sebagai faktor pendukung kemandirian dalam kehidupan sehari-hari di kota metropolitan Surabaya?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Menganalisis tingkat persepsi remaja di Surabaya terhadap keterampilan memasak dalam berbagai dimensi (kebutuhan, gaya hidup, dan hiburan).
2. Mengidentifikasi hubungan antara persepsi remaja terhadap keterampilan memasak dengan kemandirian mereka dalam menghadapi tantangan hidup sehari-hari di perkotaan

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1) Manfaat Teoritis

- a. Memberikan kontribusi pada pengembangan kajian psikologi perkembangan remaja, khususnya terkait peran keterampilan hidup (*life skills*) dalam membentuk kemandirian.
- b. Menambah literatur ilmiah di bidang pendidikan kuliner dan literasi pangan, dengan menyoroti persepsi remaja terhadap keterampilan memasak dalam konteks kota besar.
- c. Menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya untuk memperluas studi tentang hubungan antara keterampilan memasak, gaya hidup sehat, dan kemandirian remaja di Indonesia.

### 1) Manfaat Praktis

- a. Bagi remaja, meningkatkan kesadaran akan pentingnya keterampilan memasak sebagai bagian dari gaya hidup sehat dan bekal kemandirian.
- b. Bagi keluarga, menjadi masukan dalam membimbing remaja untuk lebih aktif mengembangkan keterampilan hidup sehari-hari, termasuk memasak.
- c. Bagi institusi pendidikan, memberikan dasar pertimbangan dalam merancang kurikulum *life skills* atau program pendidikan gizi berbasis praktik kuliner di sekolah/komunitas.
- d. Bagi masyarakat dan pembuat kebijakan, menjadi acuan dalam menyusun program kampanye literasi pangan dan promosi gaya hidup sehat yang relevan dengan generasi muda perkotaan.