

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pemanfaatan hasil bumi sangat mungkin menjadi pesan utama dalam aturan agar rezeki yang seimbang berubah menjadi masyarakat yang hidup sehat. Untuk secara signifikan mempengaruhi mentalitas masyarakat untuk memiliki pandangan dunia yang kokoh. Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS) didirikan oleh pemerintah Indonesia. GERMAS berpusat pada tiga kegiatan dasar, termasuk pemeriksaan kesehatan rutin, kerja nyata, dan penggunaan makanan berdaun. Untuk membantu GERMAS, Menteri Kesehatan Republik Indonesia mengajak masyarakat untuk mulai membiasakan mengkonsumsi hasil bumi secara konsisten. Pemanfaatan makanan berdaun menjadi salah satu sorotan dalam gerakan isu ini. (Asih Anggraeni & Sudiarti, 2018).

Buah dan sayur ialah makanan yang mudah ditemukan di Indonesia dan sangat baik untuk tubuh karena mengandung banyak nutrisi seperti vitamin, mineral, dan serat yang membantu tubuh mengontrol cara mencerna makanan. Sayuran adalah daun, herba, polong, biji, dan bagian tumbuhan lain yang dapat dimakan yang dapat dimasak. Buah adalah bagian tumbuhan berwarna putih yang berasal dari bunga dan biasanya mengandung biji. Produk dari tanah adalah sumber makanan yang kaya nutrisi dan mineral yang sangat bermanfaat untuk kesejahteraan, perbaikan dan perkembangan. (Fernandes, 2014).

Seperti yang ditunjukkan oleh Permenkes Menurut Pedoman Gizi Seimbang Pasal 41 Tahun 2014, orang dewasa dan remaja di Indonesia harus mengkonsumsi antara 400 hingga 600 gram buah dan sayuran per hari, sedangkan balita dan anak usia sekolah harus mengonsumsi antara 300 hingga 400 gram. . setiap hari. Menurut World Wellbeing Association (WHO) sebagian besar menyarankan penggunaan hasil bumi untuk hidup sehat sebanyak 400 gram per orang/hari, yang terdiri dari 250 gram sayuran (setara dengan 2 porsi atau 2 cangkir sayuran). setelah dimasak dan dikupas) dan 150 gram buah-buahan (sebanding dengan 3 buah pisang ambon ukuran sedang atau 1 buah pepaya ukuran sedang atau 3 buah jeruk ukuran sedang). Sebaiknya masyarakat Indonesia, khususnya balita dan anak usia sekolah, mengonsumsi sayur dan buah sebanyak 300-400 gram per hari, sedangkan dewasa dan remaja sebaiknya mengonsumsi 400-600 gram per hari. Sekitar 66% dari ukuran pemanfaatan yang disarankan adalah sepotong sayuran (Kemenkes RI, 2017).

Dilihat berdasarkan kelompok umur, persentase penduduk yang paling sedikit mengkonsumsi sayuran adalah kelompok balita yaitu 86,2%, dan persentase penduduk yang paling banyak mengkonsumsi sayuran adalah kelompok umur dewasa yaitu 95,8%, sedangkan persentase penduduk yang paling sedikit mengkonsumsi produk organik adalah kelompok usia dewasa muda 28,9% dan kemungkinan masa balita adalah 35,7%. Menurut jenis kelamin, pria dan wanita mengonsumsi 94,8 persen sayuran dalam jumlah yang sama, sementara pria mengonsumsi buah 35,5 persen lebih sedikit daripada wanita. Proporsi penduduk yang mengonsumsi sayuran sebesar 94,8% hampir sama antara perkotaan dan perdesaan jika dilihat dari luas tempat tinggalnya.

Namun menurut Hermina & S (2016), proporsi masyarakat yang mengkonsumsi buah terlihat lebih tinggi di perkotaan, yaitu sebesar 35,9%, dibandingkan dengan 30,5% di pedesaan. (Hermina & S, 2016).

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh penulis ke salah satu banjar di Desa Tunjuk merupakan daerah pedesaan ini dekat dengan wilayah perkotaan, dimana pada anak balita lebih senang mengkonsumsi makanan cepat saji juga snack makanan ringan dibanding dengan mengkonsumsi buah dan sayur. Tak hanya itu belum seluruh orang tua anak balita yang pernah mendapatkan penyuluhan mengenai konsumsi buah dan sayur jadi kurang akan informasi terkait dengan betapa pentingnya untuk mengkonsumsi buah dan sayur.

Berdasarkan deskripsi itu, maka dari itu penulis tertarik guna melaksanakan penelitian tentang “Karakteristik Konsumsi Buah Sayur dan Status Gizi Anak Balita di Desa Tunjuk Tabanan”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini ialah Bagaimanakah Karakteristik Konsumsi Buah Sayur dan Status Gizi Anak Balita di Desa Tunjuk Tabanan ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini ialah guna memahami Karakteristik Konsumsi Buah Sayur dan Status Gizi Anak Balita pada Desa Tunjuk Tabanan.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai status gizi anak balita usia 36 – 60 bulan di Desa Tunjuk Tabanan.
- b. Mengidentifikasi konsumsi buah sayur anak balita usia 36 – 60 bulan di Desa Tunjuk Tabanan.
- c. Mengidentifikasi status gizi berdasarkan karakteristik konsumsi buah sayur anak balita di Desa Tunjuk Tabanan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini disemogakan bisa menambah informasi ke masyarakat mengenai dengan pentingnya untuk perhatian ke konsumsi buah juga sayur yang dapat di implementasikan atas semua masyarakat khususnya pada anak balita yang nantinya jadi penerus bangsa juga bisa memberi kajian mengenai dengan konsumsi buah juga sayur.

2. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini disemogakan bisa memberi bermanfaat bagi masyarakat guna dapat menaikkan pengetahuan pada bidang gizi tentang Karakteristik Konsumsi Buah Sayur dan Status Gizi Anak Balita di Desa Tunjuk Tabanan serta dapat juga menjadi acuan bagi penelitian selanjutnya.