

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anak sekolah merupakan investasi bangsa karena mereka adalah generasi penerus bangsa. Kualitas bangsa di masa depan ditentukan oleh kualitas anak-anak saat ini. Upaya peningkatan kualitas tersebut harus dilakukan sejak dini secara sistematis dan berkesinambungan. Tumbuh dan berkembangnya anak sekolah yang optimal tergantung pada pemberian gizi dengan kualitas dan kuantitas yang baik. Pemberian gizi tersebut berupa makanan seimbang yang dibutuhkan oleh tubuh untuk dapat meningkatkan derajat kesehatan (Dewantari & Widiani, 2011).

Demi terealisasinya peningkatan derajat kesehatan, pemerintah mencanangkan program Indonesia Sehat yang didukung oleh program sektoral lainnya yaitu Program Indonesia Pintar, Program Indonesia Kerja, dan Program Indonesia Sejahtera. Program Indonesia Sehat selanjutnya menjadi program utama Pembangunan Kesehatan yang kemudian direncanakan pencapaiannya melalui Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019, yang ditetapkan melalui Keputusan Menteri Kesehatan R.I. Nomor HK.02.02/Menkes/52/2015 (Kemenkes RI, 2016).

Pilar pertama program Indonesia Sehat adalah upaya mengubah pola pikir masyarakat agar memiliki paradigma sehat. Penerapan paradigma sehat dilaksanakan melalui dua upaya, yakni melalui Pendekatan Keluarga dan karena sektor kesehatan tidak mampu bekerja sendiri, maka dilaksanakan pula upaya lintas sektor melalui Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS). Tahun 2017 ini, GERMAS berfokus pada tiga aktifitas utama, yaitu memeriksa kesehatan secara

rutin, melakukan aktivitas fisik, dan mengonsumsi sayur dan buah (Kemenkes RI, 2017).

Guna mendukung GERMAS, Menteri Kesehatan RI mengajak masyarakat untuk mulai membiasakan diri mengonsumsi sayur dan buah setiap hari. Peringatan Hari Gizi Nasional 2017 mengangkat tema Peningkatan Konsumsi Sayur dan Buah Nusantara Menuju Masyarakat Hidup Sehat dengan slogan Ayo Makan Sayur dan Buah Setiap Hari (Kemenkes RI, 2017).

Hasil penelitian riset kesehatan dasar atau Riskesdas menyatakan masih banyak penduduk yang tidak cukup mengonsumsi sayuran dan buah-buahan. Data (Riskesdas, 2013) menyebutkan sebanyak 93,5% penduduk usia > 10 tahun mengonsumsi sayuran dan buah-buahan di bawah anjuran. Padahal, konsumsi sayuran dan buah-buahan merupakan salah satu bagian penting dalam mewujudkan Gizi Seimbang (Kemenkes RI, 2017).

Sayuran dan buah-buahan merupakan sumber berbagai vitamin dan mineral. Vitamin dan mineral sangat diperlukan dalam proses metabolisme energi di dalam tubuh. Selain itu vitamin dan mineral juga berfungsi sebagai antioksidan serta mencegah kerusakan sel. Sayuran dan buah-buahan juga mengandung serat yang berfungsi untuk memperlancar pencernaan dan dapat menghambat perkembangan sel kanker pada usus besar (Kemenkes RI, 2017).

Setiap orang dianjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan 300–400 gram perorang perhari bagi anak balita dan anak usia sekolah, dan 400–600 gram perorang perhari bagi remaja dan orang dewasa. Sekitar dua-pertiga dari jumlah

anjaran konsumsi sayuran dan buah–buahan tersebut adalah porsi sayur (Kemenkes RI, 2017).

Berdasarkan urian di atas, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai hubungan konsumsi sayur dan buah dengan status gizi anak sekolah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dirumuskan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana hubungan konsumsi sayur dan buah dengan status gizi anak sekolah dasar?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan konsumsi sayur dan buah dengan status gizi anak sekolah dasar.

2. Tujuan Khusus

- a. Menghitung porsi konsumsi sayur dan buah anak sekolah dasar di kabupaten Gianyar.
- b. Mengidentifikasi jenis sayur dan buah yang dikonsumsi anak sekolah dasar di kabupaten Gianyar.
- c. Mengidentifikasi frekuensi konsumsi sayur dan buah anak sekolah dasar di kabupaten Gianyar.

- d. Menilai tingkat konsumsi vitamin A, vitamin C, mineral Ca dan Fe dari konsumsi sayur dan buah anak sekolah dasar di kabupaten Gianyar.
- e. Menilai status gizi anak sekolah dasar.
- f. Menganalisis hubungan konsumsi vitamin A, vitamin C, mineral Ca dan Fe dari sayur dan buah dengan status gizi anak sekolah.

D. Manfaat

1. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat memberikan informasi dan masukan kepada orang tua anak sekolah dasar mengenai hubungan konsumsi sayur dan buah dengan status gizi anak.

2. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya dibidang gizi anak sekolah sehingga dapat dijadikan acuan bagi penelitian sejenis.