

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Tujuan pembangunan kesehatan adalah upaya yang dilaksanakan semua komponen bangsa Indonesia dalam meningkatkan kesadaran, keamanan, kemampuan hidup sehat bagi setiap orang agar terwujud derajat kesehatan masyarakat yang optimal (Purwita, Kencana, & Kusumajaya, 2018). Permasalahan umum yang selalu terjadi pada setiap komunitas desa maupun kota adalah perubahan dan penambahan pengetahuan serta perubahan perilaku kesehatan. Kurangnya pengetahuan masyarakat desa tentang kesehatan serta perilaku masyarakat kota yang mengikuti perkembangan jaman menyebabkan upaya program kesehatan tidak berjalan lancar (Ismainar, 2015).

Obesitas merupakan salah satu masalah kesehatan yang dijumpai dalam pembangunan kesehatan Indonesia. Obesitas atau kegemukan didefinisikan sebagai suatu kelainan atau penyakit, yang ditandai dengan penimbunan jaringan lemak tubuh secara berlebihan. Obesitas merupakan kondisi medis yang ditandai dengan berat badan di atas normal atau melebihi rata-rata indeks masa tubuh (IMT). Secara ilmiah, obesitas terjadi akibat mengonsumsi kalori lebih banyak dari yang diperlukan oleh tubuh. Obesitas terjadi karena banyak faktor. Faktor utama adalah ketidakseimbangan asupan energi dengan keluaran energi. Asupan energi tinggi bila konsumsi makanan

berlebihan sedangkan keluaran energi jadi rendah bila metabolisme tubuh dan aktifitas fisik rendah (Adriani, 2012)

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah mendeklarasikan obesitas sebagai epidemik global. Prevalensinya meningkat tidak saja di negara maju tetapi di negara berkembang. Pada tingkat dunia prevalensi obesitas di luar negeri pada anak usia 6-18 tahun di Rusia yaitu 10% di Cina 3,4%, di Singapura meningkat dari 9% menjadi 19% dan di Inggris 10-17 % bergantung usia dan jenis kelamin (Yussac et al., 2007). Di Indonesia beberapa survei yang dilakukan secara terpisah di beberapa kota besar menunjukkan bahwa prevalensi obesitas pada anak sekolah mencapai 9,7% di Yogyakarta dan 15,8% di Denpasar (Adriani, 2012). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas 2018) menunjukkan prevalensi obesitas di Indonesia terus meningkat. Tahun 2007 prevalensi obesitas sebanyak 10,5%, menjadi 14,8%, di tahun 2013 dan meningkat menjadi 21,8% di tahun 2018. Prevalensi obesitas di Bali tahun 2018 melebihi prevalensi nasional yaitu sekitar 22,2%.

Pola makan merupakan faktor pencetus terjadinya obesitas karena mengonsumsi makanan dalam porsi besar, makanan tinggi energi, makanan tinggi lemak, tinggi karbohidrat sederhana dan rendah serat. Tindakan memilih makanan yang siap saji, makanan dalam kemasan dan minuman ringan perilaku yang menyimpang (Iswati, Desyarti, & Nurlaila, 2018). Pada anak usia sekolah cenderung menyukai makanan yang mengandung gula tinggi, berlemak dan tinggi karbohidrat. Pola makan tersebut berakibat menurunnya konsumsi serat dan meningkatnya konsumsi energi yang

berdampak pada kesehatan tubuh (Permana,dkk 2015 dalam Dewi, Srimiati, & Septiani, 2019). Makanan yang mengandung serat tinggi biasanya terdapat pada sayur dan buah, dan serat memiliki kandungan lemak yang rendah sehingga dapat menurunkan densitas energi (Lestari & fillah fithra dieny, 2016)

Program pemerintah dalam meningkatkan kesadaran masyarakat untuk mengonsumsi sayur dan buah tertuang dalam program GERMAS yang telah disosialisasikan oleh Departemen Kesehatan (Depkes RI, 2017). Pemerintah juga telah berupaya untuk meningkatkan kesadaran masyarakat untuk konsumsi buah dan sayur, yaitu melalui peraturan Presiden Nomor 42 tahun 2013 tentang Gerakan Nasional Perbaikan Gizi (Kemenkes RI, 2017).

Sayur dan buah merupakan sumber berbagai vitamin, mineral, dan serat pangan yang penting bagi kesehatan tubuh (Kemenkes RI, 2017). Konsumsi sayur dan buah merupakan salah satu syarat dalam memenuhi gizi seimbang pada semua umur termasuk anak usia sekolah (Wulansari & Chandra, 2019). Konsumsi serat rendah merupakan salah satu faktor yang menyebabkan terjadinya obesitas. Menurut penelitian (Siagian, 2017) ada hubungan konsumsi buah dan sayur dengan kejadian obesitas pada anak sekolah dasar, sampel yang kurang mengonsumsi sayur memiliki risiko obesitas sebesar 7 kali dan sampel yang kurang mengonsumsi buah memiliki risiko obesitas sebesar 13 kali.

Badan Kesehatan Dunia (WHO) secara umum menganjurkan konsumsi sayuran dan buah-buahan untuk hidup sehat sejumlah 400 gram per orang per

hari, yang terdiri dari 250 gram sayur dan 150 gram buah. Bagi masyarakat Indonesia terutama balita dan anak usia sekolah dianjurkan mengonsumsi sayuran dan buah-buahan 300-400 gram per orang per hari. Kurangnya konsumsi buah dan sayur pada anak sekolah akan menimbulkan risiko di kemudian hari (Kemenkes, 2017).

Alenia baru Riskesdas, 2013 menunjukkan bahwa sebanyak 93,6% anak usia lebih dari 10 tahun kurang mengonsumsi buah dan sayur. Hanya 6,4% anak Indonesia usia 10-14 tahun yang mengonsumsi sayur dan buah 5 porsi per hari (Kemenkes, 2017). Menurut (Purwita et al., 2018) gambaran konsumsi sayur dan buah pada remaja SMP N 3 Abiansema Badung yang mengonsumsi sayur kurang sebanyak 95,12% dan yang mengonsumsi buah cukup sebanyak 56,10% sedangkan status gizi gemuk sebanyak 14,63% dan obesitas sebanyak 9,76%. Rendahnya konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah cenderung meningkatkan prevalensi obesitas pada anak sekolah.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk menulis tentang kejadian obesitas berdasarkan konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah melalui penelusuran pustaka atau literature review.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah dalam penelusuran pustaka ini adalah “ Bagaimanakah gambaran kejadian obesitas berdasarkan konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dasar ? ”

## **C. Tujuan Penelusuran Pustaka**

### **1. Tujuan umum**

Mengetahui gambaran kejadian obesitas berdasarkan konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dasar.

### **2. Tujuan khusus**

- a. Mempelajari tentang status gizi anak sekolah berdasarkan konsumsi sayur dan buah
- b. Mempelajari tentang tingkat pengetahuan sayur dan buah anak sekolah.
- c. Mempelajari tentang gambaran konsumsi sayur dan buah anak sekolah
- d. Mempelajari tentang gambaran tingkat pengetahuan dengan konsumsi sayur dan buah anak sekolah
- e. Mempelajari tentang gambaran keterkaitan obesitas dengan konsumsi sayur dan buah anak sekolah.

## **D. Manfaat Penelusuran Pustaka**

### **1. Manfaat teoritis**

Hasil pengkajian pustaka ini diharapkan memberikan tambahan pengetahuan terutama mengenai gambaran kejadian obesitas berdasarkan konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah.

### **2. Manfaat praktis**

Hasil pengkajian pustaka ini diharapkan dapat diterapkan sebagai acuan atau pedoman dalam perilaku konsumsi sayur dan buah serta diharapkan dapat menunjang program germas khususnya konsumsi sayur dan buah.