

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa balita merupakan masa penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan manusia. Perkembangan dan pertumbuhan pada saat itu menentukan berhasil tidaknya tumbuh kembang anak pada periode berikutnya. Dimasa tersebut pertumbuhan serta perkembangan anak sedang bertumbuh dengan cepat, karena itu sering disebut dengan masa emas atau lebih dikenal *golden age* (Kartikasari dan Nuryanto, 2014). Balita merupakan kelompok umur yang paling sering menderita kekurangan gizi dan gizi buruk (Notoatmodjo, 2010). Kekurangan gizi merupakan penyebab dasar gangguan pertumbuhan anak oleh karena itu, harus dicegah supaya tidak terjadi gangguan pertumbuhan, meskipun gangguan pertumbuhan fisik anak masih dapat diperbaiki dikemudian hari dengan peningkatan asupan gizi yang baik (Pratiwi dan Dian, 2018).

Keragaman pangan merupakan salah satu permasalahan gizi utama di negara berkembang seperti Indonesia. Rata-rata asupan makannya didominasi oleh makanan sumber kalori dan kurangnya asupan makanan sumber hewani, buah dan sayur (Ocholo dan Masibo, 2014). Berdasarkan data Kemenkes RI (2011) balita dengan pertumbuhan tinggi badannya normal rata-rata mengonsumsi makanan yang cukup beragam dengan skor perhitungan dari Pola Pangan Harapan (PPH) sebesar 96,6, sedangkan anak-anak yang *stunting* skor PPH sebesar 88,5. Berdasarkan data Riskesdas (2018) mengenai proporsi makanan beragam yang dikonsumsi anak umur 6-23 bulan di Indonesia mencapai 46,6%, untuk Provinsi Jawa Barat mencapai 55,4%.

Konsumsi makanan yang beranekaragam setiap hari, dapat melengkapi keunggulan susunan zat gizi jenis makanan lain sehingga diperoleh asupan zat gizi yang seimbang. Sebaliknya mengonsumsi hanya satu jenis makanan dalam jangka waktu relatif lama, dapat mengakibatkan berbagai penyakit kekurangan zat gizi atau gangguan kesehatan (Badan Ketahanan Pangan, 2008).

Konsumsi sayur dan buah sangat penting dalam kehidupan sehari-hari karena berfungsi sebagai zat pengatur, mengandung zat gizi seperti vitamin dan mineral, memiliki kadar air yang cukup tinggi, sumber serat makanan, antioksidan dan dapat

menyeimbangkan kadar asam basa dalam tubuh, manfaat tersebut dapat mencegah terjadinya berbagai penyakit (Sekarindah, 2008).

Secara umum, sayuran dan buah-buahan merupakan sumber vitamin, mineral, dan serat pangan. Sebagian vitamin dan mineral yang terkandung dalam sayuran dan buah-buahan berperan sebagai antioksidan atau penangkal senyawa jahat dalam tubuh (Kemenkes RI, 2014). Sayuran dan buah-buahan merupakan makanan penting yang harus selalu dikonsumsi setiap kali makan. Tidak hanya penting bagi orang dewasa, mengonsumsi sayur dan buah juga sangat penting bagi anak-anak untuk membantu pertumbuhan dan perkembangannya (Santoso dan Ranti, 2009).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 mengenai proporsi sayur buah per hari dalam seminggu pada anak usia 5-9 tahun khususnya yang tidak mengonsumsi sayur buah di Indonesia mencapai 10,7%, untuk Jawa Barat mencapai 14,2% sedangkan proporsi yang kurang konsumsi sayur dan buah di Indonesia mencapai 95,4% dan untuk wilayah Jawa Barat mencapai 98,1%. Data balita yang tidak konsumsi sayur buah per hari dalam seminggu khususnya yang rentang umurnya sekitar 5-9 tahun mencapai 17% dan data balita yang kurang konsumsi sayur buah per hari dalam seminggu yang rentang umurnya 5-9 tahun mencapai 96,9% (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan hasil SSGI tahun 2021, angka prevalensi balita *stunting* di Indonesia tahun 2021 masih tinggi sebesar 24,4%. Meskipun angka tersebut mengalami penurunan dari prevalensi tahun 2019 sebesar 27,7%. Hasil data SSGI 2021 prevalensi balita *stunting* di Provinsi Jawa Barat sebesar 24,5%. Data Dinkes Jawa Barat tahun 2021 menyebutkan bahwa prevalensi balita *stunting* di Kota Tasikmalaya sebesar 15,46%. Berdasarkan data Dinkes Kota Tasikmalaya tahun 2021 menyebutkan bahwa di Puskesmas Parakannyasag prevalensi balita *stunting* sebesar 23,15% yang berjumlah 203 balita dan menjadi ketiga tertinggi dalam kasus *stunting* di Kota Tasikmalaya.

Berdasarkan hasil wawancara dengan ahli gizi Puskesmas, diketahui bahwa masih banyak balita di Wilayah Kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya yang memiliki masalah dengan status gizi karena pola makan dan kebiasaan makan yang kurang baik terutama dalam keragaman konsumsi pangan, serta kurang dalam mengonsumsi sayur dan buah. Perlu diketahui bagaimana keragaman pangan,

konsumsi sayur buah dan status gizi pada balita usia 12-59 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya agar dapat mengetahui dan memantau status gizi serta meningkatkan keragaman pangan serta konsumsi sayur buah pada balita. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran keragaman pangan, konsumsi sayur buah dan status gizi pada balita usia 12-59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan di atas, masih banyak balita yang memiliki masalah dengan status gizi karena pola makan dan kebiasaan makan yang kurang baik terutama dalam keragaman konsumsi pangan, serta kurang dalam mengonsumsi sayur dan buah di Wilayah Kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya. Pertanyaan yang akan dijawab dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Keragaman Pangan, Konsumsi Sayur Buah dan Status Gizi pada Balita Usia 12-59 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran keragaman pangan, konsumsi sayur buah dan status gizi pada balita usia 12-59 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran karakteristik responden balita usia 12-59 bulan, meliputi jenis kelamin dan usia di wilayah kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya.
- b. Mengetahui gambaran status gizi berdasarkan indikator BB/U, TB/U atau PB/U dan BB/TB atau BB/PB balita usia 12-59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya.
- c. Mengetahui gambaran keragaman pangan pada balita usia 12-59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya.
- d. Mengetahui gambaran konsumsi sayur buah pada balita usia 12-59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang terkait, antara lain:

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi peneliti sendiri untuk menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman nyata dalam melaksanakan penelitian dibidang gizi dan masyarakat mengenai gambaran keragaman pangan, konsumsi sayur buah dan status gizi pada balita usia 12-59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya.

2. Bagi Institusi Terkait

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan melengkapi kepustakaan mengenai gambaran keragaman pangan, konsumsi sayur buah dan status gizi pada balita usia 12-59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Parakannyasag Kota Tasikmalaya.

3. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan memberikan informasi terkait gambaran keragaman pangan, konsumsi sayur buah dan status gizi pada balita sehingga dapat meningkatkan keragaman pangan (segi kuantitas maupun kuantitas) dan dapat memperbaiki asupan sayur dan buah sesuai anjuran.