

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kualitas sumber daya manusia (SDM) merupakan faktor utama yang diperlukan untuk melaksanakan pembangunan nasional. Faktor gizi memegang peranan penting dalam mencapai SDM berkualitas (Depkes RI, 2005). Gizi yang baik akan menghasilkan SDM yang berkualitas yaitu sehat, cerdas dan memiliki fisik yang tangguh serta produktif. Perbaikan gizi diperlukan pada seluruh siklus kehidupan, mulai sejak masa kehamilan, bayi dan anak balita, pra sekolah, anak SD dan MI, remaja dan dewasa sampai usia lanjut (Terati, dkk., 2011).

Pada umur ini anak lebih banyak aktivitasnya, baik di sekolah maupun diluar sekolah, sehingga anak perlu energi lebih banyak. Pertumbuhan anak lambat tetapi pasti, sesuai dengan banyaknya makanan yang dikonsumsi anak. Sebaiknya anak diberikan makanan pagi sebelum ke sekolah, agar anak dapat berkonsentrasi pada pelajaran dengan baik dan berprestasi (Soetjningsih, 2012).

Gizi seimbang dapat dipenuhi salah satunya dengan mengonsumsi sayur dan buah. Sayur dan buah sangat penting untuk dikonsumsi sejak usia anak-anak, karena kaya akan vitamin dan mineral yang sangat bermanfaat bagi kesehatan, perkembangan, dan pertumbuhan (Dajesetya, 2016). Salah satu manfaat konsumsi sayur dan buah cukup yaitu mencegah terjadinya penyakit degeneratif seperti obesitas, sehingga dapat mempengaruhi terhadap status gizi. Serat yang terkandung pada sayur dan buah akan memberikan rasa kenyang dengan waktu yang cukup lama. Rasa kenyang ini dapat membantu mencegah seseorang berlebihan dalam asupan makanannya, sehingga dapat mempengaruhi pada status gizi (Yuliarti, 2008).

Berdasarkan hasil data Riskesdas tahun 2018 proporsi konsumsi sayur/buah perhari dalam seminggu pada penduduk umur ≥ 5 tahun di Indonesia sebesar 10,7% tidak mengonsumsi sayur/buah, 66,5% konsumsi sayur/buah sebanyak 1-2 porsi, 18,3% konsumsi sayur/buah sebanyak 3-4 porsi, dan 4,6% konsumsi sayur/buah mengonsumsi ≥ 5 porsi. Proporsi

konsumsi sayur/buah perhari dalam seminggu pada penduduk umur ≥ 5 tahun di Jawa Barat sebesar 14,2% tidak mengonsumsi sayur/buah, 73,2% konsumsi sayur/buah sebanyak 1-2 porsi, 10,6% konsumsi sayur/buah sebanyak 3-4 porsi, dan 1,9% konsumsi sayur/buah mengonsumsi ≥ 5 porsi. Proporsi konsumsi sayur/buah perhari dalam seminggu pada penduduk umur ≥ 5 tahun di Kabupaten Tasikmalaya sebesar 14,42% tidak mengonsumsi sayur/buah, 76,80% konsumsi sayur/buah sebanyak 1-2 porsi, 8,48% konsumsi sayur/buah sebanyak 3-4 porsi, dan 0,30% konsumsi sayur/buah mengonsumsi ≥ 5 porsi (Kemenkes RI, 2018).

Seseorang yang cenderung mengonsumsi makanan kayak lemak dan tidak melakukan aktivitas fisik yang seimbang akan mengalami obesitas. Hasil Riskesdas (2018) menyatakan bahwa adanya kenaikan proporsi aktivitas kurang pada penduduk umur ≥ 10 tahun dari 2,6% menjadi 33,5% (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan hasil data Riskesdas tahun 2018 di Indonesia Prevalensi status gizi berdasarkan indeks IMT/U pada anak umur 5-12 tahun dengan persentase sangat kurus adalah 2,4%, kurus 6,8%, normal 70,8%, gemuk 10,8%, dan *obesitas* sebesar 9,2%. Prevalensi status gizi di Provinsi Jawa Barat, menurut hasil data Riskesdas (2018), anak usia 5-12 tahun persentase masalah gizi sangat kurus sebesar 1,9%, kurus 7,1%, normal 71,6%, gemuk 11,7% dan *obesitas* sebesar 9,6%. Prevalensi status gizi dengan indeks IMT/U di Kabupaten Tasikmalaya berdasarkan hasil data Riskesdas (2018) sangat kurus sebesar 0,67%, kurus 4,5%, normal 76,33%, gemuk 10,25% dan *obesitas* sebesar 8,89% (Kemenkes RI, 2018).

Di Kabupaten Tasikmalaya, persoalan masalah gizi salah satunya *stunting* atau gagal tumbuh pada anak akibat kekurangan gizi menjadi tantangan yang belum terpecahkan hingga saat ini. Bahkan Bupati Tasikmalaya telah mengeluarkan Surat Keputusan Tahun 2022 tentang penetapan desa lokasi khusus konvergensi intervensi *stunting*. Di Kabupaten Tasikmalaya masih terdapat 21 Kecamatan dan 67 Desa yang menjadi lokasi khusus *stunting*. Salah satunya yaitu di Desa Sukajadi, Kecamatan Cisayong terdapat 91 jumlah anak balita *stunting* dengan prevalensi sebesar 30,74%.

Studi pendahuluan perlu dilakukan untuk mengetahui status gizi anak kelas V di SDN 3 Sukajadi, berdasarkan hasil studi pendahuluan diperoleh jumlah sebanyak 173 siswa, yang terdiri dari 95 siswa laki-laki dan 78 perempuan. Berdasarkan hasil survei di lingkungan SDN 3 Sukajadi terdapat penjual buah yaitu manisan mangga dengan frekuensi penjualan yang tidak menentu, sedangkan untuk penjual sayuran tidak ditemukan di lingkungan SDN 3 Sukajadi. Hal tersebut bisa menjadi pemicu kurangnya asupan konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah dasar di SDN 3 Sukajadi.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian gambaran konsumsi sayur buah, aktivitas fisik dan status gizi pada Anak Kelas V SDN 3 Sukajadi Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran konsumsi sayur buah, aktivitas fisik dan status gizi pada Anak Kelas V SDN 3 Sukajadi Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran konsumsi sayur buah, aktivitas fisik dan status gizi pada Anak Kelas V SDN 3 Sukajadi Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran konsumsi sayur buah pada Anak Kelas V SDN 3 Sukajadi Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya.
- b. Mengetahui gambaran aktivitas fisik pada Anak Kelas V SDN 3 Sukajadi Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya.
- c. Mengetahui gambaran status gizi pada Anak Kelas V SDN 3 Sukajadi Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya.
- d. Mengetahui gambaran konsumsi sayur dan status gizi pada Anak Kelas V SDN 3 Sukajadi Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya.
- e. Mengetahui gambaran aktivitas fisik dan status gizi pada Anak Kelas

V SDN 3 Sukajadi Kecamatan Cisayong Kabupaten Tasikmalaya.

D. Manfaat Penelitian

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

1. Aspek Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan bagi pemangku kebijakan dan perencanaan prog dalam rangka upaya perbaikan status gizi, peningkatan konsumsi sayur buah dan aktivitas fisik pada Anak Kelas V SDN 3 Sukajadi di Kecamatan Cisayong, Kabupaten Tasikmalaya.

2. Aspek Praktis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah wawasan ilmu pengetahuan serta pengalaman mengenai gambaran konsumsi sayur buah, aktivitas fisik dan status gizi pada Anak Kelas V SDN 3 Sukajadi di Kecamatan Cisayong, Kabupaten Tasikmalaya.

b. Bagi Orang Tua/Wali

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk memberikan informasi dan pemahaman terkait pentingnya konsumsi sayur dan buah bagi anak sekolah dasar sehingga dapat diaplikasikan di kehidupan sehari-hari untuk penyediaan sayur dan buah sesuai dengan anjuran.

c. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sarana untuk menambah sumber pustaka mengenai konsumsi sayur buah, aktivitas fisik dan status gizi pada anak sekolah dasar sehingga dapat menjadi dasar dalam melakukan penelitian lanjutan.