

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Gizi Seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh. Gizi Seimbang disusun dalam bentuk Pedoman Gizi Seimbang. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No.41 Tahun 2014, Pedoman Gizi Seimbang baru ini sebagai penyempurnaan pedoman-pedoman yang lama. Pedoman Gizi Seimbang mempunyai empat pilar yaitu mengonsumsi makanan beragam, membiasakan perilaku hidup bersih, melakukan aktivitas fisik, mempertahankan dan memantau berat badan dalam batas normal. Empat pilar tersebut menjadi bagian dari 'Pola Hidup' dan upaya perbaikan gizi (Febrinsa dkk, 2016). Gizi seimbang perlu diperhatikan oleh semua kelompok usia terutama kelompok balita karena masa ini menentukan tumbuh kembang kedepannya.

Balita atau anak dibawah lima tahun adalah anak yang telah menginjak usia 0-59 bulan. Para ahli menggolongkan usia balita sebagai tahapan perkembangan anak yang cukup rentan terhadap berbagai serangan penyakit, termasuk penyakit yang disebabkan oleh kekerungan atau kelebihan asupan nutrisi jenis tertentu. Setiap tahun lebih dari sepertiga kematian anak di dunia berkaitan dengan masalah kurang gizi. Berikut beberapa masalah kesehatan termasuk penyakit yang sering terjadi pada balita yaitu kurang energi protein (KEP), Kurang asupan vitamin A (KVA), Obesitas, ISPA, Pneumonia (Kemenkes RI, 2015).

Berdasarkan hasil Riskesdas 2018 untuk proporsi konsumsi buah/sayur per hari dalam seminggu pada penduduk umur  $\geq 5$  Tahun yang kurang mengonsumsi sayur dan buah menurut rata-rata Nasional sebesar 95,4%, untuk prevalensi yang kurang mengonsumsi sayur dan buah menurut Provinsi Jawa Timur sebesar 93,9% dan untuk prevalensi yang tidak konsumsi sayur dan buah menurut Kabupaten Probolinggo sebesar 12,72% (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan hasil kuisioner diketahui bahwa frekuensi konsumsi buah atau sayur pada balita dalam seminggu yaitu 76%. Dampak yang ditimbulkan karena kurang mengonsumsi buah dan sayur yaitu terganggunya pertumbuhan dan perkembangan

anak pada tahap kehidupan berikutnya. Apabila hal ini tidak segera mendapat perhatian khusus dari berbagai pihak maka akan menimbulkan risiko perilaku diet yang tidak seimbang dan dapat meningkatkan masalah-masalah akibat gangguan nutrisi pada anak (Candrawati dkk, 2014).

Berdasarkan hasil wawancara dengan responden diketahui bahwa balita yang tidak mengonsumsi sayur disebabkan karena rasanya yang pahit, sedangkan yang tidak menyukai buah disebabkan karena balita belum terbiasanya dengan rasa buah tersebut seperti buah pepaya. Namun saat balita tidak menyukai sayur dan buah, ibu tidak memberikan menu lain untuk membuat anak menjadi gemar mengonsumsi sayur dan buah. Berdasarkan latar belakang tersebut penulis mengambil permasalahan utama yaitu kurangnya konsumsi buah dan sayur pada balita di Kecamatan Kraksaan Rw.02 Kabupaten Probolinggo.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah di susun maka rumusan masalah dalam penulisan laporan ini yaitu bagaimana intervensi mengenai cara meningkatkan konsumsi sayur dan buah dengan membuat pangan berbasis sayur dan buah lokal bagi balita di Kecamatan Kraksaan Kabupaten Probolinggo.

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menyusun rencana program, implementasi dan penilaian / evaluasi program untuk mengatasi masalah kesehatan masyarakat yang telah diprioritaskan di Kecamatan Kraksaan, Kabupaten Probolinggo.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk meningkatkan pengetahuan ibu balita mengenai permasalahan gizi yaitu pentingnya konsumsi sayur dan buah pada balita di Kecamatan Kraksaan Kabupaten Probolinggo .
2. Untuk mengatasi permasalahan yang ada yaitu kurangnya konsumsi sayur dan buah pada balita di Kecamatan Kraksaan Kabupaten Probolinggo.

3. Untuk memberikan solusi berupa konseling, sosialisasi, dan pengolahan pangan berdasarkan permasalahan gizi di Kecamatan Kraksaan Kabupaten Probolinggo.

### **1.5 Manfaat**

1. Manfaat bagi lahan PKL
  - a. Meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat mengenai permasalahan yang terjadi melalui solusi dan intervensi.
  - b. Meningkatkan kemampuan berfikir masyarakat dalam praktik pemberian konsumsi sayur dan buah pada balita
2. Manfaat bagi program Studi Gizi Klinik
  - a. Mengembangkan ilmu pengetahuan kepada mahasiswa dengan adanya umpan balik
  - b. Menjalinkan kerja sama dengan pemerintah atau instansi terkait lainnya dalam pengupayakan status kesehatan masyarakat yang lebih baik
3. Manfaat bagi mahasiswa
  - a. Meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam menganalisis kondisi masyarakat secara langsung dilapangan
  - b. Menumbuhkan sikap empati dan kepedulian terhadap kesehatan masyarakat