

## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Gizi seimbang merupakan susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, perilaku hidup bersih, aktivitas fisik, serta memantau berat badan secara teratur untuk mencegah timbulnya masalah gizi. Salah satu prinsip dalam gizi seimbang yaitu konsumsi makanan yang beragam, yaitu terdiri dari makanan pokok, lauk pauk, sayur, dan buah. Konsumsi sayur dan buah merupakan salah satu pesan penting dalam pedoman gizi seimbang. Sayur dan buah merupakan bahan pangan sumber vitamin, mineral dan serat pangan. Vitamin dan mineral pada sayur dan buah ini merupakan senyawa bioaktif yang digolongkan kedalam antioksidan, yang berfungsi untuk mencegah kerusakan sel. Sedangkan serat sendiri memiliki fungsi untuk memperlancar pencernaan dan dapat mencegah serta menghambat perkembangan sel kanker usus besar (Kemenkes RI, 2014).

Konsumsi buah dan sayur oleh masyarakat Indonesia masih tergolong rendah, berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2019, secara nasional konsumsi buah dan sayur sebesar 209,98 gram per kapita sehari. Berdasarkan data dari RISKEDAS tahun 2013 diketahui bahwa prevalensi konsumsi buah dan sayur kurang dari 5 porsi sehari di Indonesia pada penduduk umur lebih dari 10 tahun sebesar 93,5%. Sedangkan, pada data RISKESDAS tahun 2018 diketahui bahwa prevalensi konsumsi buah dan sayur kurang dari 5 porsi sehari di Indonesia pada penduduk umur  $\geq 5$  tahun sebesar 95,5%. Pada daerah Jawa Timur sendiri diketahui bahwa prevalensi konsumsi buah dan sayur kurang dari 5 porsi sehari pada penduduk umur  $\geq 5$  tahun masih lebih dari 90% (Kemenkes RI, 2018).

Dari hasil penyebaran kuesioner pada 31 keluarga di Dusun Sidonganti diketahui bahwa 71% dari total responden tidak mengonsumsi buah dan sayur setiap hari. Bahkan dari 17 balita usia 6-59 bulan diketahui bahwa sebesar

88,2% tidak konsumsi sayur dan buah setiap hari. Infodatin (2020) menyebutkan bahwa pada daerah pedesaan cenderung sudah cukup konsumsi sayur namun kurang dalam konsumsi buah, sedangkan di wilayah perkotaan kebalikannya.

Berdasarkan uraian diatas, maka praktek kerja lapang manajemen intervensi gizi ini bertujuan untuk memberikan informasi penduduk Dusun Sidonganti mengenai sayur dan buah serta meningkatkan konsumsi sayur dan buah demi mencegah timbulnya masalah gizi.

## **B. Rumusan Masalah**

Apa masalah gizi yang ditemukan serta bagaimana intervensi yang dilakukan pada masyarakat di Dusun Sidonganti, Desa Kraton, Kecamatan Kencong, Kabupaten Jember?

## **C. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Melakukan intervensi terhadap permasalahan gizi dan kesehatan di Dusun Sidonganti, Desa Kraton, Kecamatan Kencong, Kabupaten Jember.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Melakukan analisis situasi pada masyarakat di Desa Kraton.
- b. Melakukan identifikasi masalah gizi dan penyebabnya di Desa Kraton.
- c. Melakukan analisis prioritas masalah gizi di Desa Kraton.
- d. Melakukan analisis partisipasi terkait masalah gizi di Desa Kraton.
- e. Melakukan analisis penyebab masalah gizi di Desa Kraton.
- f. Melakukan analisis tujuan untuk merencanakan program gizi di Desa Kraton.
- g. Melakukan analisis alternatif untuk mencaai tujuan dalam merencanakan program gizi di Desa Kraton.
- h. Melakukan perencanaan program gizi terhadap masalah gizi di Desa Kraton.
- i. Melakukan kegiatan intervensi terkait masalah gizi di Desa Kraton.
- j. Melakukan monitoring dan evaluasi kegiatan intervensi di Desa Kraton

#### **D. Manfaat**

##### **1. Bagi Lahan PKL**

Kegiatan PKL ini dapat menambah informasi terkait permasalahan gizi dan cara penanggulangan serta mengevaluasi tercapainya program-program yang telah dijalankan sehingga dapat dijadikan perbaikan untuk program yang akan datang.

##### **2. Bagi Program Studi Gizi Klinik**

Kegiatan PKL ini dapat menambah informasi bagi mahasiswa selanjutnya yang akan melaksanakan PKL MIG.

##### **3. Bagi Mahasiswa**

Kegiatan PKL ini dapat melatih mahasiswa untuk melakukan komunikasi yang baik dengan masyarakat dan melatih mahasiswa untuk membantu menyelesaikan suatu permasalahan disekitar tempat tinggal.