

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang perlu mendapatkan perhatian khusus. Dalam beberapa tahun terakhir prevalensi anemia sudah mengalami penurunan meskipun prevalensinya masih cukup tinggi. Anemia adalah suatu keadaan dengan kadar hemoglobin darah yang lebih rendah daripada normal sebagai akibat ketidakmampuan jaringan pembentuk sel darah merah dalam produksinya guna mempertahankan kadar hemoglobin pada tingkat normal. Menurut WHO (1968) seorang wanita dikatakan anemia jika kadar hemoglobinnya kurang dari 12 gr/dl. (Andriani & Wirjatmadi, 2012).

Menurut Beard (2000) pada remaja, data prevalensi anemia di dunia diperkirakan 46% (Briawan, 2016). Prevalensi anemia di Indonesia masih cukup tinggi. Anemia menduduki urutan keempat dalam sepuluh penyakit di Indonesia. Adapun dalam dua puluh lima besar penyakit yang banyak diderita perempuan anemia juga berada di urutan keempat (Depkes, 2011). Prevalensi anemia berdasarkan jenis kelamin didapatkan bahwa porposi anemia pada perempuan lebih tinggi dibandingkan pada laki-laki yaitu 23,9%. Jika dibandingkan berdasarkan tempat tinggal didapatkan bahwa anemia di perdesaan (22,8%) lebih tinggi dibandingkan dengan perkotaan (20,6%) (Kemenkes RI, 2013).

Dampak anemia pada kesehatan remaja putri antara lain dapat menurunkan kemampuan belajar dan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan sehingga tinggi badan tidak cukup optimal, menurunkan kemampuan fisik dan kebugaran serta menurunkan daya tahan tubuh sehingga meningkatkan resiko terkena penyakit infeksi dan mudah sakit (Aritonang, 2015).

Upaya perbaikan gizi masyarakat bertujuan untuk meningkatkan mutu gizi perseorangan dan masyarakat, serta dilakukan secara bertahap dan berkesinambungan. Sasaran jangka panjang akan dicapai adalah masalah gizi tidak menjadi masalah kesehatan masyarakat (Depkes RI, 2003).

Pola makan yang miskin zat besi, tingginya prevalensi kecacangan dan tingginya prevalensi malaria di daerah endemis merupakan faktor-faktor yang sering dikaitkan dengan tingginya defisiensi besi di negara berkembang. Zat besi pada pangan hewani disebut besi heme (*heme iron*), yang mudah diserap tubuh (Kemenkes RI, 2015).

Kekurangan konsumsi sayur dan buah sebagai sumber serat, vitamin dan mineral dapat memicu terjadinya obesitas dan penyakit tidak menular. Masih rendahnya konsumsi sayur dan buah penduduk sesuai dengan hasil Riskesdas 2010 dan 2013 yang menunjukkan bahwa pola makan sayur dan buah penduduk usia  $\geq 10$  tahun sebanyak 93,5% kurang mengkonsumsi sayur dan buah (2010) dan tidak ada perubahan yang berarti tahun 2013 (93,0%) (Kemenkes RI, 2013).

Hasil Riskesdas 2013 menunjukkan bahwa dari 10 indikator PHBS yang dikumpulkan, proporsi rumah tangga yang mengonsumsi sayur dan buah setiap hari masih rendah (10,7%). Kondisi ini diakibatkan pengetahuan gizi masyarakat terutama tahu manfaat sayur dan buah pada semua kelompok umur masih rendah (<30%). Perilaku makan masyarakat yang mengonsumsi makanan yang beraneka ragam yaitu mengonsumsi lauk hewani, sayur dan buah selama lima hari dalam seminggu dalam rumah tangga untuk semua kelompok umur masih rendah (<20%). Persentase perilaku konsumsi makan kurang beragam paling rendah adalah pada anak sekolah (12,5%). Masih rendahnya perilaku konsumsi makanan yang beragam pada anak usia sekolah (5-12 tahun) dan masih rendahnya konsumsi sayur dan buah pada anak remaja (13-18 tahun) ada kaitannya dengan masih rendahnya pengetahuan mereka tentang manfaat sayur dan buah (Aditianti, dkk, 2016).

Pengetahuan gizi dan kesehatan pada anak sekolah dan remaja tidak terlepas dari lingkungan sekolah. Untuk meningkatkan pengetahuan siswa tentang sayur dan buah peneliti membuat Kebun Hijau di SMP Meranti Mustika. Kebun hijau ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan siswa tentang sayur dan buah sehingga siswa mengonsumsi sayur dan buah yang cukup setiap hari agar hidup lebih sehat.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, maka dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan kebun hijau dengan pengetahuan dan perilaku siswa dalam mengonsumsi sayur dan buah di SMP Meranti Mustika dan SMPN 6 Sampit.

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Adanya kebun hijau di SMP Meranti Mustika yang dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku siswa dalam mengonsumsi sayur dan buah.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya hubungan kebun hijau dengan pengetahuan gizi siswa di SMP Meranti Mustika dan SMPN 6 Sampit.
- b. Diketuinya hubungan kebun hijau dengan perilaku siswa dalam mengonsumsi sayur dan buah di SMP Meranti Mustika dan SMPN 6 Sampit.
- c. Diketuinya hubungan pengetahuan gizi dengan perilaku siswa dalam mengonsumsi sayur dan buah di SMP Meranti Mustika dan SMPN 6 Sampit.

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

#### a. Bagi peneliti

Bagi peneliti sendiri dapat menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman dalam melaksanakan penelitian di bidang gizi.

#### b. Bagi Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Yogyakarta

Dengan penelitian dapat memperoleh informasi guna menambahkan referensi tentang pengaruh kebun hijau terhadap pengetahuan dan perilaku siswa dalam mengonsumsi sayur dan buah.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi SMP Meranti Mustika dan SMPN 6 Sampit

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan siswa mengenai makanan yang bergizi seimbang, memberikan pengertian dan pengetahuan mengenai manfaat mengonsumsi sayur dan buah serta hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi wacana pihak sekolah untuk membuat kebijakan-kebijakan terkait masalah gizi anak didiknya.

#### b. Bagi Pemegang Program Gizi Puskesmas Mentaya Seberang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif sebagai bahan edukasi dan intervensi gizi di masyarakat dalam upaya mencapai pola konsumsi masyarakat yang sehat sesuai anjuran gizi seimbang.

## E. Keaslian Penelitian

1. Fristianti, (2017) yang berjudul “Hubungan Pengetahuan dan Sikap Anak Sekolah dengan Konsumsi Sayur dan Buah pada Anak Sekolah Dasar Negeri Godean I Kabupaten Sleman”. Jenis penelitian adalah penelitian observasional dengan desain penelitian *cross sectional*. Sampel yang diteliti adalah anak SDN Godean I kelas V di Kabupaten Sleman yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Variabel bebas pada penelitian tersebut adalah pengetahuan gizi dan sikap anak tentang sayur dan buah. Variabel terikatnya adalah konsumsi sayur dan buah pada anak sekolah. Untuk mengetahui hubungan antar variabel digunakan uji *chi-square*. Hasil dari penelitian ini adalah ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan konsumsi konsumsi sayuran pada anak ( $p = 0,031$ ). Tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan konsumsi buah pada anak ( $p = 1$ ), sikap dengan konsumsi sayur pada anak ( $p = 0,529$ ), sikap konsumsi buah pada anak ( $p = 0,538$ ) dan tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan sikap pada konsumsi buah ada anak ( $p = 0,637$ ).

Perbedaan dengan penelitian sebelumnya adalah variabel bebas ada dua yaitu pengetahuan dan sikap anak sekolah. Sedangkan dalam penelitian ini menggunakan variabel bebas yaitu kebun hijau.

2. Bahria dan Triyanti, (2010) yang berjudul “Faktor-Faktor yang Terkait dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di 4 SMA Jakarta Barat”. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross*

*sectional* dengan jumlah sampel penelitian sebesar 214 orang. Data yang dikumpulkan meliputi karakteristik remaja (jenis kelamin, pengetahuan gizi, kesukaan dan uang jajan), orang tua (pendidikan, pekerjaan, kebiasaan, dan dukungan dalam mengonsumsi buah dan sayur) dan lingkungan (ketersediaan buah dan sayur di rumah, keterpaparan informasi dan pengaruh teman sebaya). Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebesar 92,1 % remaja kurang mengonsumsi buah dan 77,1% kurang mengonsumsi sayur. Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi buah yaitu uang jajan, kebiasaan orang tua mengonsumsi buah dan ketersediaan buah di rumah. Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi sayur yaitu kebiasaan orang tua mengonsumsi sayur, ketersediaan sayur di rumah dan kesukaan terhadap sayur.

Perbedaan dengan penelitian sebelumnya adalah meneliti faktor-faktor yang mempengaruhi konsumsi buah dan sayur, sedangkan dalam penelitian ini mengetahui pengaruh kebun hijau terhadap perilaku siswi dalam mengonsumsi sayur dan buah.

3. Farisa, (2012) yang berjudul “Hubungan Sikap, Pengetahuan, Ketersediaan dan Keterpaparan Media Massa dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa SMPN 8 Depok Tahun 2012”. Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional*. Penelitian dilakukan pada bulan Februari sampai Juni dengan jumlah sampel 160 siswa dari kelas 7 dan 8. Teknik pengumpulan sampel dengan menggunakan teknik *systematic random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan

bahwa sebanyak 57,5% responden mengonsumsi buah dan sayur memenuhi 400 gram perhari. Dari hasil bivariat menggunakan uji *chi-square* terdapat hubungan yang bermakna antara sikap (OR=4,5; CI=1,2-17,4), pengetahuan (OR=2,6; CI=1,3-4,9), ketersediaan buah dan sayur di rumah (OR=4,5; CI=1,2-17,4) dan keterpaparan media massa (OR=4,5; CI=1,2-17,4) dengan konsumsi buah dan sayur.

Perbedaan dengan penelitian sebelumnya adalah penelitian meneliti hubungan sikap, pengetahuan, ketersediaan dan keterpaparan media massa dengan konsumsi buah dan sayur, sedangkan pada penelitian ini meneliti pengaruh kebun hijau terhadap pengetahuan dan perilaku dalam mengonsumsi sayur dan buah.