

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stunting merupakan gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak akibat kekurangan gizi kronis dan infeksi berulang, yang ditandai dengan panjang atau tinggi badannya berada di bawah standar yang ditetapkan oleh menteri yang menyelenggarakan urusan pemerintah dibidang kesehatan (Perpres,2020). Anak yang mengalami stunting sering terlihat memiliki badan normal yang proporsional, namun sebenarnya tinggi badannya lebih pendek dari tinggi badan normal yang dimiliki anak seusianya. Stunting dapat terjadi sebelum kelahiran dan pola asuh makan disebabkan oleh asupan gizi yang sangat kurang. (Nugrawati 2021).

Stunting menjadi perhatian dunia karena dampak jangka panjangnya terhadap perkembangan anak dan produktivitas masyarakat. Menurut World Health Organization (WHO), lebih dari 150 juta anak di seluruh dunia mengalami stunting pada tahun 2022, dengan tingkat prevalensi tertinggi terjadi di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia.berdasarkan data Riskesdas tahun 2013, prevalensi stunting pada anak sekolah dasar usia 6-12 tahun (TB/U) sebanyak 30,7% terdiri dari 18,4% pendek dan 12,3% sangat pendek, dan menurun sebesar 7,1% pada tahun 2018 yaitu menjadi 23,6% terdiri dari 16,9% pendek dan 6,7% sangat pendek (SSGI) Sedangkan di Sumatera Utara sebesar 36,9% terdiri dari 17,3 sangat pendek dan 19,6% pendek pada tahun 2013, dan menurun pada tahun 2018 sebesar 28,4% terdiri dari 19,2% pendek dan 9,2% sangat pendek. Di Deli Serdang sebesar 25,5% terdiri dari 5,8% sangat pendek dan 19,7% pendek pada tahun 2013,dan meningkat sebesar 0,46% pada tahun 2018 sebesar 19,24% terdiri dari 5,15% sangat pendek dan 14,09 pendek (SSGI)

Anak usia sekolah merupakan salah satu kelompok rawan gizi yang perlu mendapatkan perhatian. Mereka merupakan cikal bakal sumber daya manusia sehingga perlu diperhatikan asupan gizinya sehingga mereka

dapat tumbuh dan berkembang menjadi sumber daya manusia yang berkualitas. Salah satu faktor yang dapat memengaruhi kejadian stunting adalah pola konsumsi makanan, khususnya konsumsi buah dan sayur. Konsumsi buah dan sayur sangat penting untuk menjaga kadar serum vitamin C dan pemenuhan kebutuhan asam folat yang cukup tinggi dalam tubuhnya selama masa pertumbuhan dan perkembangan.(Isnainingsih 2022)

Buah dan sayur mengandung berbagai vitamin yaitu vitamin A dimana mendukung pertumbuhan dan perkembangan sel,meningkatkan sistem kekebalan tubuh, serta menjaga kesehatan mata dan kulit, vitamin D membantu penyerapan kalsium dan fosfor untuk pembentukan tulang dan gigi yang kuat, serta mendukung fungsi sistem kekebalan tubuh, vitamin C membantu pembentukan kolagen untuk pertumbuhan dan perbaikan jaringan tubuh, berperan sebagai antioksidan, dan meningkatkan penyerapan zat besi dari makanan, vitamin B mendukung metabolisme energi,pertumbuhan dan perkembangan sel, serta fungsi sistem saraf. Mineral yang terdapat dalam buah dan sayur yaitu zat besi membentuk hemoglobin dalam sel darah merah, yang membawa oksigen ke seluruh tubuh,serta mendukung pertumbuhan dan perkembangan otak,kalsium pembentukan dan pemeliharaan tulang dan gigi, serta mendukung fungsi otot dan saraf, zink mendukung pertumbuhan dan pembelahan sel,memperkuat sistem kekebalan tubuh serta membantu penyembuhan luka, iodium diperlukan untuk produksi hormon tiroid, yang mengatur pertumbuhan dan perkembangan

Pola makan yang kurang dalam buah dan sayur dapat memberikan kontribusi pada terjadinya stunting. 2,7 juta orang mengalami kematian yang disebabkan oleh kurangnya konsumsi sayur dan buah, rata -rata konsumsi sayur dan buah pada anak usia 5-14 tahun di seluruh dunia adalah 265 gram per harinya, padahal WHO merekomendasikan konsumsi sayur dan buah adalah 400 gram (5 porsi) per harinya untuk semua kelompok usia (Wahyuni & Nugroho, 2021).

Anak sekolah cenderung memiliki perilaku konsumsi buah dan sayur yang tidak stabil karena pada masih dipengaruhi keluarga dan pengaruh teman. Praktik pemberian makan mempengaruhi kejadian stunting pada anak khususnya pemberian makan dengan frekuensi yang rendah, tidak memperhatikan kualitas gizi makanan yang diberikan, tidak memberikan makanan secara lengkap serta cara pemberian makan yang kurang tepat dapat mengakibatkan anak tidak memperoleh asupan energi dan zat gizi yang seimbang dan secara kumulatif akan mengakibatkan terjadinya gangguan pertumbuhan. (Mashar 2021)

Hal ini dapat dikarenakan orangtua kurang terampil dalam penyajian makanan, terutama sayur dan buah. Demi kepraktisan, makanan yang tersaji cenderung sama, rasa makanannya yang kurang enak dan jenisnya tidak bervariasi (Mudatsir & Sumarni, 2023). Anak – anak lebih menyukai makanan cepat saji karena memiliki tampilan menarik, sedangkan sayuran hanya memiliki nuansa hijau yang kurang menarik untuk anak usia sekolah. Sayur dan buah adalah salah satu syarat yang dapat meningkatkan gizi anak, selain itu Indonesia juga termasuk negara penghasil sayur dan buah yang besar. Namun, tidak sedikit yang menyukai sayuran dan buah-buahan dengan alasan tidak suka.

Hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan tingginya angka penduduk usia > 5 tahun yang kurang mengonsumsi sayur dan buah, yaitu sebesar 95,5% (naik dari 93,5%) untuk persentase nasional. Angka kurang mengonsumsi sayur dan buah di Jawa Barat lebih tinggi dibandingkan dengan angka nasional, yaitu hampir mencapai angka 100% (Balikbangkes 2018). Sumatera utara yang kurang konsumsi buah dan sayur sebanyak 10,36%. Sedangkan di Deli Serdang sebanyak 6,35%.

Berdasarkan hasil survei pendahuluan dari 10 siswa yang mengalami stunting ($z\text{-score} < -2\text{ SD}$) terdapat 4 siswa yang mengonsumsi buah dan sayur kurang. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul “ Gambaran Konsumsi Buah dan Sayur dengan kejadian stunting di SD Negeri 105331 Punden Rejo Kecamatan Tanjung Morawa”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran antara konsumsi buah dan sayur dengan kejadian stunting di SD Negeri 105331 Punden Rejo kecamatan Tanjung Morawa?

C. Tujuan penelitian

a. Tujuan umum

Untuk mengetahui gambaran antara konsumsi buah dan sayur dengan kejadian stunting di SD Negeri 105331 Punden Rejo Kecamatan Tanjung Morawa.

b. Tujuan khusus

1. Menilai pola konsumsi buah pada anak di SD Negeri 105331 Punden Rejo Kecamatan Tanjung Morawa.
2. Menilai pola konsumsi sayur pada anak SD Negeri 105331 Punden Rejo Kecamatan Tanjung Morawa.
3. Menilai kejadian stunting pada anak SD Negeri 105331 Punden Rejo Kecamatan Tanjung Morawa.
4. Menilai gambaran konsumsi buah, sayur dengan kejadian stunting di SDN 105331 Punden Rejo.

D. Manfaat

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat dalam Pendidikan baik secara langsung maupun tidak langsung. Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Memberikan informasi yang lebih jelas mengenai gambaran antara konsumsi buah dan sayur dengan kejadian stunting di SDN 105331 Punden Rejo.
- b. Memberikan dasar untuk pengembangan program intervensi gizi di sekolah untuk mencegah kejadian stunting.