BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Buah merupakan sumber berbagai vitamin dan mineral. Vitamin dan mineral sangat diperlukan dalam proses metabolisme energi di dalam tubuh. Selain itu vitamin dan mineral juga berfungsi sebagai antioksidan serta mencegah kerusakan sel, konsumsi buah sangat penting untuk dikonsumsi sejak usia anak-anak, karena pada usia tersebut merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan bagi anak-anak buah juga mengandung serat yang berfungsi untuk memperlancar pencernaan dan dapat menghambat perkembangan sel kanker pada usus besar selain itu, dengan konsumsi buah maka kenormalan tekanan darah dan kadar kolesterol terjaga, serta mencegah penyakit kronis seperti penyakit jantung kronis, diabetes dan beberapa jenis kanker (Syam dkk,2019).

Anak usia sekolah merupakan masa yang sangat menentukan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang sangat baik mental maupun fisik asupan zat Gizi dan pangan penting untuk menjamin tumbuh kembang anak yang sehat dan aktif di dalam satu pesan dari pedoman Gizi Seimbang, pesan diantaranya memperbanyak konsumsi buah yang cukup. Oleh karna itu, asupan Gizi Seimbang yaitu konsumsi buah juga mengandung vitamin,mineral yang berguna sebagai sistem imun atau sistem pertahanan tubuh dari radikal bebas (Mohammad dan Madanijah,2018)

Perkembangan anak usia sekolah disebut juga perkembangan masa pertengahan dan akhir anak yang merupakan kelanjutan dari masa awal anak. Permulaan masa pertengahan dan akhir anak ini yang ditandai dengan terjadinya perkembangan fisik motorik, kognitif, dan psikosial anak. Pada masa ini anak berada pada proses perkembangan namun

merupakan masa penting dalam kehidupannya. Masa ini seluruh potensi yang dimiliki anak perlu didorong agar berkembang secara optimal dan supaya tidak ada masalah gizi pada masa anak. Kebutuhan gizi pada anak sekolah disesuaikan dengan banyaknya aktivitas yang dilakukan hal ini sangat mempengaruhi kebutuhan akan zat gizi (Adrian,Wirjatmadji 2012).

Manfaat yang terdapat pada buah adalah mencegah penyakit kronis seperti jantung, kanker, diabetes, dan obesitas serta untuk pemberantasan kekurangan zat gizi mikro (FAO, 2016). Manfaat buah pada anak menurut memberikan manfaat kesehatan pencernaan bagi anak sehingga meningkatkan daya serat terhadap nutrisi pada anak, imbasnya daya tahan tubuh pun meningkat dan bisa mencegah berbagai penyakit di masa yang akan datang,menambahkan selain bermanfaat untuk daya tahan tubuh, buah memberikan manfaat positif seperti membantu berkonsentrasi dan memperbaiki memori jangka panjang (Frieda, 2016).

Kebiasaan atau perilaku konsumsi buah pada anak tidak lepas dan peran orang tua khususnya ibu dalam mengendalikan ketersediaan dan memberikan makanan yang berhubungan dengan asupan buah. Apa bila ibu memberi anak sesuai dengan pola menu seimbang dan membiasakan asupan variasi buah secara berulang yang secara tidak langsung membentuk kebiasaan makan yang baik pada anak. Karena pada masa anak dibiasakan yang tidak sehat mempengaruh, pertumbuhan dan perkembangannya kedepannya (Handayani,2019).

Konsumsi buah yang rendah dapat menyebabkan beberapa masalah gizi pada anak,salah satunya adalah obesitas pada anak usia sekolah ada hubungan antara konsumsi buah terhadap kejadian obesitas pada anak usia sekolah. Anak yang kurang konsumsi serat

dapat mengalami gangguan saluran pencernaan, seperti mengalami konstipasi dan kegemukan (Mindo Lupiana,2017).

Menurut Badan Kesehatan Dunia (WHO) konsumsi buah dianjurkan sebesar 400 gram per orang per hari, yang terdiri dari 150 gram buah, dilihat dari Gizi Seimbang konsumsi 3 sampai 4 porsi per hari. Hal ini menunjukan konsumsi buah penting untuk dilakuksn, konsumsi buah sebesar 300-400 gram yang terdiri dari 150 gram buah sama juga dengan 3-2 porsi buah (Kemenkes RI.2016).

Hasil Riskesdas 2018. pada anak usia ≥5 tahun ke atas di temukan bahwa jumlah konsumsi buah kurang dari 5 prosi, mengalami peningkatan pada tahun 2018 dengan jumlah 95,5%. Jika dibandingkan dengan pada tahun 2013 yang berjumlah 93,5% (Riskesdas 2018).

Menurut data Riskesdas 2018. konsumsi buah per hari dalam seminggu pada anak usia ≥5 ditemukan yang tidak konsumsi buah sebanyak 8,8%, pada 1-2 porsi makan buah per hari dalam seminggu sebanyak 62,2%, pada 3-4 porsi makan buah perhari dalam seminggu sebanyak 21,1% pada 5 porsi makan buah perhari dalam seminggu sebanyak 8,0% (Riskesdas 2018).

Anak usia sekolah memiliki perilaku dalam konsumsi buah dapat dipengaruhi oleh faktor individu yaitu pengetahuan dan sikap faktor social ekonomi keluarga yaitu kesejahteraan keluarga, ketersediaan buah, pendidikan ibu, dukungan keluarga, dan frekuensi makan bersama dalam keluarga, serta faktor demografi yaitu etnis, umur, dan jenis kelamin (Hidayati, 2017).

Berbagai faktor berpengaruh terhadap pola dan perilaku konsumsi buah di masyarakat. ketika anak memasuki usia sekolah, anak mulai mendapat pengaruh dari lingkungan luar,

teman, dan juga adanya pengaruh dari media. Pengaruh tersebut dapat dikelompokkan ke dalam faktor internal dan eksternal. Faktor internal terdiri atas faktor-faktor yang berpengaruh positif dan negatif terhadap konsumsi buah yang berasal dari pengetahuan dan sikap. Faktor eksternal merupakan peluang dan hambatan yang berpengaruh terhadap konsumsi buah yang berasal dari luar diri seperti ketersediaan pangan buah , pendidikan ibu (orang tua), pendapatan keluarga, dan media sosialisasi (Aswatini,2018).

Dari hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti dengan wawancara kepada 5 responden (orang tua) jadi ada 3 orang tua menyatakan bahwa anaknya konsumsi buah dalam 1 minggu bisa 3 kali konsumsi, konsumsi buah banyak seperti pisang,mangga, nanas,nangka, karnah buah-buah tersebut tidak di beli lagi, ini hasil dari kebun sendiri. Sedangkan 2 orang tua menyatakan bahwa jarang anaknya konsumsi buah dalam 1 minggu.

Dari hasil survey yang di lakukan oleh peneliti kepada 10 anak. dari 10 Anak itu menyatakan bahwa mereka menyukai buah tetapi tidak semua buah yang mereka suka, karena mereka memilih buah yang tertentu sesuai dengan kesukaan mereka, 10 anak juga menyukai buah berbeda-beda.

Ada anak yang menyukai buah tetapi buah tersebut cuman ada pada musiman dari itu ibu tidak tersedia buah di rumah, dan ada juga buah yang anak menyukai tetapi tidak tersedia oleh ibu di rumah. Ada buah yang disediakan oleh ibu di rumah.

Berdasarkan latar belakang ini, maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul : Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi buah pada anak usia sekolah umur 9-12 tahun di Desa Waiheru.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan di atas dapat di rumuskan masalah, apa saja Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi buah pada anak usia sekolah 9-12 tahun di Desa Waiheru.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor apakah yanag berhubungan dengan konsumsi buah pada anak usia sekolah 9-12 tahun di Desa Waiheru.

2. Tujuan Khusus

a. Untuk mengetahui hubungan pengetahuan anak dengan konsumsi buah pada anak usia sekolah 9-12 Tahun di Desa Waiheru.
b. Untuk mengetahui hubungan ketersediaan buah dengan konsumsi buah pada anak usia sekolah 9-12 Tahun di Desa Waiheru
c. Untuk mengetahui hubungan kesukaan buah pada anak dengan konsumsi buah pada anak usia sekolah 9-12 Tahun di Desa Waiheru.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian ini yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dalam bidang ilmu Kesehatan Masyarakat.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Sebagian bahan dan acuan untuk penelitian lebih lanjut bagi mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Kristen Indonesia Maluku. Sebagai pendambah wawasan dan pengetahuan terkait dengan konsumsi buah pada anak usia sekolah 9-12 tahun.

b. Bagi Petugas Kesehatan

Diharapkan bahwa hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan dalam penatalaksaan program kesehatan anak di Desa Waiheru.

c. Bagi Masyarakat

Khususnya bagi anak usia sekolah 9-12 tahun Memberikan informasi faktor-faktor apa saja yang berhubungan dengan konsumsi buah.