

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Menurut data WHO terdapat sekitar 1,7 juta atau 2,8% kematian di seluruh dunia akibat rendahnya konsumsi sayur dan buah. Rendahnya konsumsi sayur dan buah juga merupakan salah satu faktor risiko terjadinya kematian secara global dan diperkirakan menyebabkan sekitar 14% kematian akibat kanker gastrointestinal, 11% akibat penyakit jantung iskemik dan sekitar 9% akibat stroke (WHO, 2014a). Proporsi penduduk Indonesia yang kurang mengonsumsi sayur dan buah sebesar 93,5% (Kemenkes RI, 2013). Selain itu, jumlah wanita usia subur yang mengonsumsi sayur dan buah kurang dari lima porsi per hari sebesar 89,3% (Kanungsukkasem *dkk.*, 2009). Rata-rata konsumsi sayur dan buah penduduk Indonesia sebanyak 30-35 kg per kapita per tahun, jumlah ini masih setengah dari rekomendasi FAO yaitu 65,75 kg per kapita per tahun (Dimiyati dan Sri, 2006). Penduduk Indonesia rata-rata mengonsumsi serat makanan sebanyak 10,5 gram per hari, jumlah ini masih dibawah anjuran kecukupan konsumsi serat makanan yaitu sekitar 20-35 gram per hari (Depkes RI *dalam Saputra dkk.*, 2013).

Sayur dan buah mempunyai peran penting dalam menjaga kesehatan manusia karena merupakan sumber vitamin, mineral, dan serat makanan. Mengonsumsi serat makanan memberikan banyak manfaat seperti menurunkan tekanan darah, meningkatkan kontrol glukosa darah pada orang dengan diabetes, meningkatkan fungsi kekebalan tubuh, mengurangi risiko terjadinya penyakit

jantung koroner, stroke, hipertensi, diabetes, penyakit gastrointestin tertentu, obesitas, dan membantu dalam penurunan berat badan (Anderson *dkk.*, 2009).

Prevalensi orang dewasa dengan berat badan berlebih sebesar 35% selain itu, prevalensi obesitas 11% dengan jumlah obesitas pada wanita mencapai angka hampir 300 juta di seluruh dunia (WHO, 2014b). Menurut data Riskesdas (2013) prevalensi wanita usia subur (WUS) di Indonesia yang mengalami obesitas sebesar 32,9% dan prevalensi WUS dengan kondisi kekurangan energi kronis (KEK) sebesar 20,8% (Kemenkes, 2013a). Menurut data Dinas Kesehatan Kota Malang menunjukkan bahwa di Kecamatan Kedungkandang prevalensi WUS dengan KEK adalah 4,2%, prevalensi WUS yang mengalami kelebihan berat badan sebesar 41,51% dan yang mengalami obesitas sebesar 32,08% di Kota Malang (BAPPEDA, 2013).

Status gizi pada wanita usia subur merupakan hal yang penting karena memiliki beberapa peran yang berpengaruh terhadap masalah kesehatan dan gizi terhadap diri mereka sendiri, anak-anak dan anggota keluarga lainnya (FAO, 1997). Wanita usia subur adalah semua wanita yang berusia diantara 15-49 tahun tanpa mempertimbangkan status perkawinannya (Kemenkes RI, 2011a). Kekurangan gizi pada wanita usia subur dapat menyebabkan gangguan perkembangan dan pertumbuhan tubuh, kematian pada ibu hamil, kelahiran bayi dengan berat badan rendah, dan meningkatkan angka kematian bayi (Chatterjee dan Julian, 1990). Orang dengan kelebihan berat badan dan obesitas lebih berisiko terkena diabetes mellitus tipe dua yang merupakan penyebab utama kematian dini, penyakit jantung, penyakit ginjal, stroke dan kebutaan, dan pada wanita dapat menyebabkan gangguan kesuburan, reproduksi, hipertensi dan penyakit kardiovaskuler lainnya (WHO, 2014c).

Analisis pola konsumsi makanan merupakan salah satu pendekatan yang dapat digunakan untuk menilai hubungan antara pengaturan pola dan konsumsi makanan terhadap risiko penyakit kronis (Hu, 2002). Salah satu metode yang digunakan pada analisis pola konsumsi makan adalah *semi qualitative food frequency questionnaire* (SQFFQ) yang merupakan kuesioner dari daftar kombinasi bahan makanan spesifik. Kuesioner ini dapat digunakan sebagai prediktor dari asupan zat gizi maupun non gizi karena komponen zat gizi terpusat pada grup makanan tertentu (Fahmida dan Dillon, 2007).

Kecamatan Kedungkandang merupakan salah satu dari lima kecamatan yang ada di Kota Malang. Luas wilayah Kecamatan Kedungkandang adalah 38,89 kilometer persegi dan merupakan wilayah dengan pertanian dan perkebunan yang paling luas (BPS, 2013a). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Muslihah (2013) di Kecamatan Kedungkandang diperoleh hasil rata-rata konsumsi serat makanan penduduk Kedungkandang hanya sebesar 8,5 gram per hari. Jumlah ini masih cukup jauh dari anjuran konsumsi serat makanan penduduk Indonesia.

Suku Madura merupakan suku yang senang merantau dan Kota Malang merupakan salah satu daerah tujuan migran Madura (Jonge, 1989 dalam Soetjipto, 2008). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Wirawan (2013) ditemukan bahwa prevalensi obesitas pada Suku Madura adalah 65,9%, sedangkan prevalensi obesitas pada Suku Jawa adalah 35,8%. Oleh karena itu, peneliti ingin meneliti mengenai hubungan antara konsumsi serat makanan sayur dan buah dengan status gizi wanita usia subur Suku Madura di Kecamatan Kedungkandang.

## 1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah hubungan antara konsumsi serat makanan sayur dan buah dengan status gizi wanita usia subur Suku Madura di Kecamatan Kedungkandang?

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara konsumsi serat makanan sayur dan buah dengan status gizi wanita usia subur Suku Madura di Kecamatan Kedungkandang.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Mengetahui jumlah rata-rata konsumsi serat makanan pada sayur dan buah wanita usia subur Suku Madura di Kecamatan Kedungkandang.

1.3.2.2 Mengetahui pola konsumsi sayur dan buah wanita usia subur Suku Madura di Kecamatan Kedungkandang.

1.3.2.3 Mengetahui hubungan antara konsumsi serat makanan sayur dan buah dengan status gizi wanita usia subur Suku Madura di Kecamatan Kedungkandang.

## 1.4 Manfaat

### 1.4.1 Bagi Ilmu Pengetahuan

Memberikan informasi mengenai hubungan antara konsumsi serat makanan sayur dan buah dengan status gizi wanita usia subur Suku Madura di Kecamatan Kedungkandang.

#### 1.4.2. Bagi Masyarakat

1.4.2.1 Memberikan informasi pada masyarakat mengenai pentingnya asupan serat yang terdapat pada sayur dan buah.

1.4.2.2. Memberikan informasi mengenai bahan makanan sumber serat.

#### 1.4.3 Bagi Bidang Gizi

Memberikan informasi mengenai pola konsumsi serat makanan yang terdapat pada buah dan sayur di masyarakat.

