

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Konsumsi buah dan sayur merupakan hal yang sangat penting bagi tubuh, karena buah dan sayur secara alamiah mengandung berbagai macam vitamin, mineral, serat pangan dan senyawa fitokimia yang bermanfaat untuk mencegah penyakit dan menjaga tubuh tetap sehat.⁽¹⁾

Dalam *The World Health Report 2002*, disebutkan bahwa rendahnya konsumsi buah dan sayur diperkirakan menyebabkan sekitar 19% kanker gastrointestinal, 31% penyakit jantung iskemik, dan 11% stroke di seluruh dunia. Rendahnya konsumsi buah dan sayur juga merupakan salah satu dari 10 faktor risiko utama kematian di dunia.⁽²⁾

Adanya peningkatan konsumsi buah dan sayur terbukti menurunkan risiko terjadinya penyakit. Boeing, dkk tahun 2012 dalam hasil penelitiannya menyebutkan ada fakta yang meyakinkan bahwa peningkatan konsumsi buah dan sayur mengurangi risiko hipertensi, penyakit jantung koroner, dan stroke. Dalam sebuah studi meta-analisis yang dilakukan oleh Hu, dkk tahun 2014 disebutkan bahwa risiko stroke berkurang 32% setiap penambahan 200 gram konsumsi buah dan berkurang 11% setiap penambahan 200 gram konsumsi sayur. Begitu juga dalam sebuah penelitian yang dilakukan oleh Bhupathiraju, dkk tahun 2013 disebutkan bahwa konsumsi buah dan sayur lebih dari 5 porsi per hari memiliki risiko 17% lebih rendah terkena Penyakit Jantung Koroner.⁽³⁻⁵⁾

World Health Organization (WHO) secara umum menganjurkan konsumsi buah dan sayur untuk hidup sehat sejumlah 400 gram perorang perhari, yang terdiri dari 250 gram sayur dan 150 gram buah. Bagi orang Indonesia dianjurkan konsumsi buah dan sayur 300-400 gram perorang perhari bagi anak balita dan anak usia sekolah, dan 400-600 gram perorang perhari bagi remaja dan orang dewasa.⁽⁶⁾

Ternyata konsumsi buah dan sayur masih menjadi masalah di berbagai negara di dunia. Sebuah kajian yang dilakukan oleh Kanungsukkasem, dkk tahun 2009 tentang konsumsi buah dan sayur orang dewasa dari 9 daerah di 5 negara Asia menyebutkan bahwa konsumsi buah dan sayur yang tidak cukup terjadi di semua daerah penelitian. Bahkan ada 2 daerah yang tidak ada sama sekali penduduknya yang cukup konsumsi buah dan sayurnya.⁽⁷⁾

Masalah kurang konsumsi buah dan sayur ini juga terjadi di Indonesia. Berdasarkan data Riskesdas, pada tahun 2007 masyarakat Indonesia yang berumur >10 tahun yang kurang konsumsi buah dan sayur sebesar 93,6%, sedangkan pada tahun 2013 sebesar 93,5%.^(8, 9)

Provinsi Sumatera Barat termasuk yang terendah kedua konsumsi buah dan sayurnya pada tahun 2007, dengan prevalensi kurang konsumsi buah dan sayur sebesar 97,8%. Kemudian pada tahun 2013 angka ini mengalami peningkatan menjadi 98,5%.^(8, 10) Hal ini menunjukkan bahwa rendahnya konsumsi buah dan sayur merupakan masalah yang besar, baik di tingkat internasional, nasional, maupun di Provinsi Sumatera Barat.

Ada berbagai faktor yang dapat mempengaruhi konsumsi buah dan sayur pada seseorang. Salah satu faktor yang banyak berpengaruh dan sudah diteliti adalah ketersediaan buah dan sayur. Seperti yang terdapat dalam penelitian yang dilakukan

oleh Rasmussen, dkk tahun 2006, ditemukan faktor yang paling mendukung konsumsi buah dan sayur pada anak-anak dan remaja yaitu umur, gender, keadaan sosial-ekonomi, preferensi, konsumsi orangtua, dan ketersediaan di rumah. Pearson, dkk tahun 2008 dalam penelitiannya juga mengatakan bahwa ada hubungan positif antara ketersediaan di rumah, kebiasaan keluarga, dukungan orangtua dan konsumsi buah dan sayur pada anak-anak.^(11, 12)

Dalam penelitian lainnya yang dilakukan oleh Farisa tahun 2012, ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara sikap, pengetahuan, ketersediaan buah dan sayur dan keterpaparan media massa dengan konsumsi buah dan sayur pada siswa SMP N 8 Depok. Kurangnya ketersediaan ini dalam Teori Unicef juga disebutkan sebagai penyebab kurangnya konsumsi, selain adanya penyebab lain yaitu pola asuh dan juga infeksi.^(13, 14)

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa ketersediaan buah dan sayur merupakan salah satu faktor yang cukup berpengaruh terhadap konsumsi buah dan sayur seseorang. Buah dan sayur yang tersedia dan mudah didapat tentu memiliki peluang yang lebih besar untuk dikonsumsi, sehingga dengan semakin tersedianya buah dan sayur tentu akan meningkatkan konsumsi buah dan sayur itu sendiri.

Masalah kurangnya ketersediaan buah dan sayur dapat diatasi dengan memanfaatkan pekarangan rumah untuk ditanami buah dan sayur, sehingga pada waktu-waktu tertentu buah dan sayur tidak perlu dibeli, tapi cukup diambil dari pekarangan saja. Meskipun hasil yang diperoleh dari pekarangan ini tidak dalam jumlah yang besar, tetapi jika diperhitungkan untuk jangka waktu setahun, cukup membantu dalam meningkatkan gizi keluarga.⁽¹⁵⁾

Dalam rangka mendukung optimalisasi pemanfaatan pekarangan tersebut, maka Pemerintah Republik Indonesia melalui Kementerian Pertanian telah membuat sebuah program yang diberi nama Kawasan Rumah Pangan Lestari (KRPL). Optimalisasi pemanfaatan pekarangan ini dilakukan sejak tahun 2011 melalui upaya pemberdayaan wanita untuk mengoptimalkan pemanfaatan pekarangan sebagai sumber pangan dan gizi keluarga.^(16, 17)

Salah satu tujuan utama yang diharapkan dari adanya program KRPL ini adalah meningkatnya konsumsi buah dan sayur pada masyarakat melalui peningkatan ketersediaan buah dan sayur dari hasil pekarangan. Sehingga diperlukan sebuah evaluasi terhadap pelaksanaan program KRPL ini untuk menilai apakah program ini sudah berjalan sesuai dengan pedoman yang ada dan agar tujuan yang diharapkan dapat tercapai.

Berdasarkan pada data Riskesdas Provinsi Sumatera Barat, pada tahun 2007 daerah yang memiliki cakupan kurang konsumsi buah dan sayur yang paling rendah adalah Kabupaten Lima Puluh Kota yaitu sebesar 89,5%. Namun pada tahun 2013, cakupan ini mengalami peningkatan yang cukup tinggi yaitu 10,2% menjadi 99,7%.^(10, 18) Peningkatan ini merupakan yang paling tinggi dibandingkan dengan daerah lainnya di Provinsi Sumatera Barat dan merupakan sebuah masalah yang besar. Hal inilah yang membuat penulis tertarik untuk melakukan penelitian di Kabupaten Lima Puluh Kota.

Kelompok Wanita Tani (KWT) Saiyo Sakato merupakan salah satu kelompok wanita yang menerima bantuan KRPL di Kabupaten Lima Puluh Kota sejak tahun 2015. KWT ini berada di Nagari Bukik Sikumpa Kecamatan Lareh Sago Halaban dan merupakan salah satu kelompok yang aktif di Kabupaten Lima Puluh Kota.⁽¹⁹⁾

Oleh karena itu, dengan adanya program KRPL di KWT Saiyo Sakato Kabupaten Lima Puluh Kota ini, penulis ingin mengevaluasi pelaksanaan KRPL di KWT Saiyo Sakato dan mengetahui dampaknya terhadap konsumsi buah dan sayur pada anggota KWT tersebut.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka diperoleh rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu Bagaimana pelaksanaan KRPL di KWT Saiyo Sakato dan bagaimana dampaknya terhadap konsumsi buah dan sayur pada anggota KWT ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini secara umum adalah diketahuinya secara mendalam pelaksanaan program KRPL dan dampaknya terhadap konsumsi buah dan sayur pada anggota KWT Saiyo Sakato Kabupaten Lima Puluh Kota.

1.3.2 Tujuan Khusus

Secara khusus, tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Diketahuinya secara mendalam mengenai *input* (masukan) dari pelaksanaan program KRPL di KWT Saiyo Sakato Kabupaten Lima Puluh Kota.
2. Diketahuinya secara mendalam mengenai *process* (proses) dari pelaksanaan program KRPL di KWT Saiyo Sakato Kabupaten Lima Puluh Kota.
3. Diketahuinya secara mendalam mengenai *output* (keluaran) dari pelaksanaan program KRPL di KWT Saiyo Sakato Kabupaten Lima Puluh Kota.

4. Diketuainya dampak dari pelaksanaan program KRPL terhadap konsumsi buah dan sayur pada anggota KWT Saiyo Sakato Kabupaten Lima Puluh Kota.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis.

Menambah wawasan ilmu kesehatan masyarakat terutama di bidang pangan dan gizi.

2. Manfaat Praktis.

Menjadi bahan evaluasi bagi pemerintah dan juga masyarakat dalam mengembangkan program KRPL di Kabupaten Lima Puluh Kota.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dibatasi pada pelaksanaan KRPL yang dilakukan oleh KWT Saiyo Sakato Kabupaten Lima Puluh Kota. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2017 – Juni 2018 dengan menggunakan metode kombinasi (*mixed methods*). Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya konsumsi buah dan sayur pada masyarakat. Sehingga dengan adanya program KRPL dari pemerintah, peneliti ingin mengevaluasi pelaksanaannya di KWT Saiyo Sakato dan mengetahui dampaknya terhadap konsumsi buah dan sayur pada anggota KWT tersebut.