

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

Dalam bab ini menjelaskan mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, pertanyaan penelitian, dan manfaat dari penelitian.

### **1.1 Latar Belakang**

Buah dan sayur memiliki banyak vitamin, serat pangan, dan mineral. Beberapa zat gizi yang terdapat pada buah dan sayur ini memiliki fungsi sebagai antioksidan atau penangkal senyawa jahat dalam tubuh. Fruktosa serta glukosa merupakan jenis karbohidrat yang terkandung dalam buah. Dari beragam kajian ditemukan hasil bahwa dengan mengonsumsi buah dan sayur yang sesuai dengan kebutuhan tubuh maka dapat menjaga tekanan darah, kolesterol darah, dan kadar gula tetap normal serta menurunkan risiko sembelit atau susah dalam eliminasi fekal (BAB) serta obesitas. Hal tersebut menunjukkan jika dengan mengonsumsi buah serta sayur yang sesuai dengan kebutuhan tubuh maka dapat mencegah penyakit tidak menular kronik. Dengan cukup mengonsumsi buah dan sayur adalah tahapan dari menciptakan gizi seimbang (Kemenkes RI, 2017).

World Health Organisation (WHO) tahun 2017 menganjurkan untuk mengonsumsi buah serta sayur per hari sebanyak 400 gr per individu, yaitu 250 gr sayur atau sama seperti dua gelas sayur matang, kemudian tiriskan setelah itu 150 gr buah sama seperti tiga buah pisang berukuran sedang atau buah pepaya berukuran kecil dan sama dengan tiga buah jeruk yang memiliki ukuran sedang.

Masyarakat Indonesia terutama balita dan anak sekolah dianjurkan agar mengonsumsi sayuran serta buah-buahan sebanyak 300-400 gr untuk satu orang dalam satu hari, bagi remaja atau orang dewasa dapat mengonsumsi 400-600 gr bagi satu orang dalam satu hari. Dari anjuran tersebut perkiraan dua pertiga dari anjuran tersebut adalah sayur (Kemenkes RI, 2017).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, terdapat banyak masyarakat belum mengonsumsi buah-buahan serta sayur-sayuran yang cukup (sekitar 93,6%), dan proporsi untuk mengonsumsi sayur serta buah harus di atas lima porsi untuk satu hari, namun hal ini masih terbilang rendah karena proporsi yang dikonsumsi penduduk di Indonesia sebesar 3,3%, sedangkan mengonsumsi sayuran serta buah-buahan adalah hal penting untuk menciptakan kebutuhan gizi yang terpenuhi (Kemenkes RI, 2018). Mengonsumsi buah dan sayur setiap hari sebanyak tiga hingga empat porsi sayur serta dua hingga tiga porsi buah per hari, atau untuk setiap kali makan harus dipenuhi buah dan sayur pada setengah bagian piring, dan untuk porsi sayur harus lebih banyak (Kemenkes RI, 2018).

Rata-rata masyarakat di Maluku dalam mengonsumsi buah serta sayur yaitu sebesar 7,78 kg per kapita pertahun, hal ini sangat jauh dari target yang telah ditetapkan oleh organisasi pangan dan pertanian dunia, Food and Agriculture Organization (FAO), yakni sebesar 75 kg per kapita per tahun (Badan Pusat Statistik, 2018).

Penduduk di Indonesia hanya mengonsumsi sebanyak 35 kg sayuran per kapita per tahun, hal ini jauh dari target yang ditetapkan oleh organisasi pangan dan pertanian dunia (FAO) yakni 75 kg per kapita per tahun, selain meningkatkan derajat kesehatan, juga meningkatkan pendapatan petani (BPS Provinsi Maluku, 2015).

Kota Ambon juga memiliki potensi menghasilkan buah dan sayur yang tidak stabil, untuk setiap tahunnya selalu ada peningkatan serta penurunan. Terbukti dengan data yang ada dari kantor Biro Pusat Statistik (BPS) provinsi Maluku untuk kota Ambon pada tahun 2010 hingga 2013 terkait luas area, luas panen serta hasil produksi buah dan sayur, produksi tanaman hortikultura yang ada di kota Ambon pada tahun 2010-2013 untuk komoditi sayuran adanya peningkatan yang tinggi yaitu sebesar 60,75% pada angka 11.149,77 ton dari tahun yang sebelumnya. Terjadi penurunan produksi sayuran pada tahun 2011, sehingga yang tercatat adalah sebanyak 6.679,29 ton. Produksi sayuran kembali mengalami peningkatan sebanyak 60 persen dari total produksi yang dihasilkan oleh petani, kemudian di tahun 2013 kembali terjadi penurunan sebesar 20,78 persen dan sebanyak 49,91 persen (BPS Provinsi Maluku, 2015).

Sehingga peneliti dapat meneliti mengenai Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Konsumsi Buah dan Sayur dalam Keluarga di Kota Ambon, Maluku.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Perilaku konsumsi buah serta sayur pada masyarakat Maluku sebanyak 7,78 kg per kapita pertahun hal ini sangat jauh dari hasil yang diharapkan oleh organisasi pangan dan pertanian dunia *Food and Agriculture Organization*/(FAO), yaitu 75 kg per kapita per tahun, adanya beberapa faktor yang dapat memengaruhi hal ini, faktor pengetahuan masyarakat kota Ambon yang belum mengerti memahami tentang pentingnya perilaku konsumsi buah dan sayur dan juga berdasarkan Badan Pusat Statistik (BPS) Kota Ambon, (2015) faktor ketersediaan buah dan sayur di kota Ambon masih kurang karena lahan untuk pertanian yang tidak digunakan maksimal oleh para petani dan akomodasi buah dari luar daerah yang terbatas sehingga mempengaruhi perilaku konsumsi buah dan sayuran dalam keluarga di kota Ambon.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui faktor-faktor yang memengaruhi perilaku konsumsi buah dan sayur dalam keluarga di kota Ambon, Maluku.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1) Mengetahui gambaran faktor ketersediaan buah dan sayur dalam keluarga di Kota Ambon.
- 2) Mengetahui gambaran faktor pengetahuan pentingnya buah dan sayur dalam keluarga di Kota Ambon.



- 3) Mengetahui gambaran perilaku konsumsi buah dan sayur dalam keluarga di Kota Ambon.
- 4) Mengetahui hubungan faktor ketersediaan buah dan sayur dalam keluarga dengan perilaku konsumsi buah dan sayur dalam keluarga di Kota Ambon.
- 5) Mengetahui hubungan faktor pengetahuan mengenai pentingnya buah dan sayur dengan perilaku konsumsi buah dan sayur dalam keluarga di Kota Ambon.

#### **1.4 Hipotesa Penelitian**

- H1 : 1. Adanya Hubungan antara Faktor Ketersediaan konsumsi buah dan sayur dengan Perilaku konsumsi buah dan sayur dalam keluarga di Kota Ambon.
2. Adanya Hubungan antara Faktor Pengetahuan konsumsi buah dan sayur dengan Perilaku konsumsi buah dan sayur dalam keluarga di Kota Ambon

#### **1.5 Pertanyaan Peneliti**

- 1) Bagaimana gambaran perilaku konsumsi buah dan sayur dalam keluarga di Kota Ambon ?
- 2) Bagaimana faktor ketersediaan dan faktor pengetahuan memengaruhi perilaku konsumsi buah dan sayur dalam keluarga di Kota Ambon ?

#### **1.6 Manfaat Penelitian**

- 1) Bagi Puskesmas: Sebagai bahan referensi bagi puskesmas di Kota Ambon untuk mengembangkan program mengenai pentingnya mengonsumsi buah dan sayur dalam keluarga.



- 2) Bagi keluarga di kota Ambon: sebagai Informasi tambahan mengenai pentingnya konsumsi buah dan sayur dalam keluarga.
- 3) Bagi penelitian selanjutnya: sebagai bahan referensi untuk peneliti selanjutnya yang akan menilai tentang apa saja yang Memengaruhi Konsumsi Buah dan Sayur dalam Keluarga.

