

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1. Latar Belakang**

Salah satu penyebab utama kematian di seluruh dunia adalah penyakit degeneratif. WHO menyatakan bahwa penyakit degeneratif, yang menyebabkan 8,5 juta kematian setiap tahunnya, adalah penyakit paling mematikan di Asia Tenggara. Penyakit degeneratif adalah kondisi yang berkembang akibat sel, jaringan, dan organ tubuh tidak berfungsi sebagaimana mestinya. Konsumsi makanan cepat saji, konsumsi alkohol, merokok, dan perilaku tidak sehat lainnya merupakan beberapa faktor yang berkontribusi terhadap terjadinya penyakit degeneratif. (Barasi, 2009). Menurut data statistik Riskesdas (2018) pada tahun 2013 dan 2018, Indonesia memiliki prevalensi penyakit degeneratif seperti penyakit jantung (1,5%), kanker (1,4% hingga 1,8%), gagal ginjal kronis (2% hingga 3,8%), diabetes (3% hingga 5,37%), stroke (7% hingga 10,9%), obesitas (14,8% hingga 21,8%), dan hipertensi (25,8% hingga 34,1%).

Konsumsi buah dan sayur meningkat seiring waktu karena kesadaran penduduk akan manfaatnya untuk menjaga kesehatan. Dalam beberapa tahun terakhir, telah terjadi peningkatan pasokan sayuran dan buah-buahan. Berbagai kajian kesehatan menetapkan banyak manfaat dalam mengonsumsi sayur dan buah secara teratur, WHO menyarankan 400 gram sayur dan buah per orang per hari (Ebert, 2014). Jumlah populasi yang besar akan berdampak pada kuantitas makanan yang dikonsumsi setiap individu, terutama pada skala kecil seperti rumah tangga (Sugiyanto dkk., 2022). Upaya untuk memberagamkan dan meminimalkan kerawanan pangan telah mengarah pada penemuan sumber alternatif berbagai tanaman pangan fungsional, seperti *microgreen*.