

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Makanan yang berkualitas akan dapat meningkatkan kesehatan dan kecerdasan. Konsumsi zat gizi seimbang dan beragam yang didapat dari keanekaragaman bahan pangan, akan menentukan kualitas zat gizi yang dikonsumsi. Salah satu bahan pangan yang mengandung nilai gizi yang tinggi yaitu ikan. Ikan merupakan bahan pangan yang mengandung nutrisi lengkap dan kandungan Omega – 3 sangat baik untuk meningkatkan kecerdasan, menjaga kesehatan dan meningkatkan stamina. Pada umur anak balita, protein sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan tubuh dan perkembangan otak. Kandungan protein ikan tidak kalah dengan protein yang berasal dari daging, susu atau telur. Selain itu ikan adalah salah satu sumber protein hewani yang harganya lebih murah dibandingkan dengan sumber protein hewani lainnya seperti daging sapi dan daging ayam (Apriani, 2010).

Sumberdaya perikanan dapat dimanfaatkan sebagai sumber zat gizi protein hewani. Ikan laut merupakan sumber protein hewani yang bagus yang memiliki mutu cerna (*digestibility*) dan daya manfaat (*utilizable*) tinggi. Protein ikan merupakan sumber mineral fosfor, besi dan kalsium yang tinggi, mengandung iodium dengan konsentrasi tinggi sel-ta asam lemak omega4 (Choo & William, 2003). Indonesia merupakan negara kepulauan terbesar di dunia dengan luas wilayah perairan sebesar 5,8 juta km² yang terbagi atas perairan nusantara sebesar

2,8 juta km², perairan teritorial 0,3 juta km² dan Zona Ekonomi Eksklusif 2,7 km². Sedangkan panjang pantai Indonesia mencapai 14% dari lingkaran bumi (Sutandinata & Surya, 1998). Hasil Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi tahun 2004 merekomendasikan konsumsi protein hewani memberi sumbangan 20% dari angka kecukupan protein. Dari angka tersebut, ikan diharapkan memberikan sumbangan yang paling besar yaitu sebesar 60%.

Ikan merupakan salah satu sumber protein hewani yang sangat dibutuhkan oleh tubuh. Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) V tahun 1993 menganjurkan konsumsi protein pangan hewani (dari produk perikanan dan peternakan) penduduk Indonesia adalah 15 gr yang terdiri atas 6 gr dari peternakan dan 9 gr dari perikanan. Menurut Suhardjo dan Riyadi, (1993), sebagai bahan pangan, ikan mengandung protein hewani yang relatif tinggi. Ikan juga memberikan asam-asam lemak tak jenuh esensial yang diperlukan bagi tubuh. Ikan juga dikenal sebagai sumber asam lemak omega-3 yang dapat mencegah timbulnya penyakit degeneratif.

Rata-rata konsumsi ikan di Sumatra Utara adalah 34 perkapita pertahun, angka tersebut masih di bawah rata-rata Internasional yakni 45 kg/kapita/tahun (www.bkipm.kkp.go.id). Hal ini disebabkan oleh adanya substansi bahan pangan l hewani lain yang memiliki harga relative murah dibandingkan ikan (Suedjana, 1998). Selain itu juga dapat disebabkan oleh kebiasaan makan ikan yang juga dipengaruhi oleh pantangan dan takhayul yang dianut oleh suatu golongan masyarakat (Suhardjo, 2009).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rina, (2012) tentang konsumsi ikan pada anak balita di Kabupaten Pasaman diperoleh bahwa jumlah rata-rata keseluruhan ikan yang dikonsumsi balita adalah 63,75 gr/hari. Dengan persentase anak balita mengkonsumsi ikan adalah 12,43kg/kapita/tahun diketahui tingkat konsumsi ikan pada anak balita tersebut belum memenuhi Angka Kecukupan Gizi (AKG) Widya Karya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG) ke VII tahun 2004 mengatakan, bahwa untuk hidup sehat maka perlu mengkonsumsi ikan sejumlah 35kg/kapita/tahun.

Usia balita merupakan usia yang sangat rawan terhadap status gizi. Makanan bergizi merupakan kebutuhan balita untuk mencapai tumbuh kembang yang optimal *Food Agricultural Organization* (FAO) menyimpulkan bahwa mengkonsumsi ikan akan memperoleh manfaat energi, protein dan sejumlah gizi lain termasuk asam lemak tak jenuh. Sejalan dengan itu menurut Suhardji, (1992) budaya mengkonsumsi ikan sejak usia anak balita perlu mendapat perhatian, mengingat pola makan bagi keluarga dimulai dari kebiasaan makan sejak masih kecil. Anak balita merupakan masa perkembangan dan pertumbuhan otak yang perlu mendapat perhatian khusus. Bahkan, pertumbuhan sel otak manusia juga sangat tergantung pada omega – 3, sejak bayi dalam kandungan sampai anak balita. Jika pada masa usia tersebut cukup tersedia omega -3 nya, maka anak tersebut akan tumbuh dengan potensi kecerdasan maksimal (Madanijah, 2006).

Menurut data Badan Pusat Statistik (BPS), 2012 Kecamatan Sorkam Barat merupakan salah satu kecamatan yang terletak di Kabupaten Tapanuli Tengah, Sumatera Utara yang terdiri 15 kelurahan salah satunya adalah Kelurahan Binasi

luas wilayahnya 36 km² yang lautnya lebih luas daripada daratan. Dengan jumlah penduduk 992 jiwa dimana 70% penduduknya bermata pencaharian sebagai nelayan, 25% petani dan 5% pedagang.

Observasi awal yang dilakukan di lokasi penelitian sebagian besar penduduk bekerja sebagai nelayan untuk memenuhi kebutuhan hidup tidak semua hasil tangkapan dikonsumsi keluarga melainkan dijual ke juragan yang telah memberikan pinjaman kapal dan modal saat melaut. Adapun ikan yang dapat dikonsumsi keluarga nelayan adalah ikan yang telah disortir dan tidak layak jual dikarenakan cacat saat penangkapan atau ikannya masih kecil-kecil yang nilai ekonomisnya kurang/rendah. Jumlah ikan yang dikonsumsi tergantung hasil tangkapan nelayan, dalam seminggu nelayan dua kali melaut dan ikan kembung merupakan ikan yang paling sering di dapat. Ikan yang rusak akan dibelah dan diasinkan untuk mendapatkan tambahan penghasilan. Sebagian istri nelayan juga bekerja untuk menambah penghasilan ada yang bekerja sebagai buruh kebun, sawah maupun buruh ikan asin.

Adanya kasus kurangnya konsumsi ikan di masyarakat perairan khususnya nelayan dan masih sedikitnya informasi tentang konsumsi protein ikan pada balita membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di lokasi ini, maka peneliti mengajukan penelitian dengan judul: **“Kontribusi Konsumsi Ikan Terhadap Kecukupan Protein Hewani Anak Balita pada Keluarga Nelayan di Desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah Sumatera Utara”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka permasalahan yang diteliti dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Bagaimanakah konsumsi ikan pada keluarga nelayan di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah Sumatera Utara?
2. Faktor-faktor apa sajakah yang mempengaruhi keadaan gizi balita di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah Sumatera Utara?
3. Bagaimanakah tingkat kecukupan protein balita di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah Sumatera Utara?
4. Bagaimanakah jumlah dan jenis pangan yang dikonsumsi balita di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah Sumatera Utara?
5. Bagaimanakah kontribusi ikan terhadap kecukupan protein hewani pada balita di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah Sumatera Utara?
6. Bagaimanakah tingkat konsumsi energi dan protein keluarga nelayan di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah Sumatera Utara?
7. Faktor-faktor apakah yang mempengaruhi balita dalam mengkonsumsi ikan di Desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah Sumatera Utara?

C. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah sangat diperlukan yakni untuk mempermudah dan menghindari kemungkinan terjadinya kesalahan dalam penafsiran judul. Maka masalah-masalah ini dibatasi pada:

1. Konsumsi ikan pada balita keluarga nelayan berdasarkan jenis ikan yang terdapat di laut seperti tongkol, cumi-cumi, dencis, ekor kuning, gabus, ikan asin, ikan mas, lele, mayong, mujair, pari, selar, teri, tongkol kakap, kembung, kepiting, kerang, udang, udang kering.
2. Konsumsi ikan pada balita keluarga nelayan berdasarkan jumlah ikan yaitu berapa berat ikan (gram) yang dikonsumsi dalam recall 3 x 24 jam.
3. Konsumsi ikan pada balita keluarga nelayan berdasarkan frekuensi ikan adalah berapa kali balita mengkonsumsi ikan dalam seminggu
4. Kecukupan protein hewani pada balita menurut Widyakarya Nasional Pangan Gizi (WNPG) yaitu 9 gr/hari
5. Kontribusi/sumbangan ikan terhadap kecukupan protein hewani pada balita.
6. Keluarga nelayan merupakan sampel dalam penelitian ini.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti, yaitu:

1. Apakah jenis ikan yang sering dikonsumsi anak balita pada keluarga nelayan di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah?

2. Berapakah jumlah ikan yang dikonsumsi anak balita pada keluarga nelayan di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah?
3. Bagaimanakah frekuensi ikan yang dikonsumsi anak balita pada keluarga nelayan di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah?
4. Bagaimanakah kecukupan protein hewani anak balita pada keluarga nelayan di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah?
5. Bagaimanakah kontribusi ikan terhadap kecukupan protein hewani anak balita pada keluarga nelayan di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah ?

E. Tujuan Penelitian

Setiap penelitian mempunyai tujuan sebagai arah dan sasaran yang ingin dicapai, adapun tujuannya ialah:

1. Untuk mengetahui jenis ikan yang sering dikonsumsi anak balita pada keluarga nelayan di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah.
2. Untuk mengetahui jumlah ikan yang dikonsumsi anak balita pada keluarga nelayan di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah.
3. Untuk mengetahui frekuensi ikan yang dikonsumsi anak balita pada keluarga nelayan di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah.
4. Untuk mengetahui kecukupan protein hewani pada balita di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah.

5. Untuk mengetahui kontribusi ikan terhadap kecukupan protein hewani pada balita di desa Binasi Kecamatan Sorkam Barat Kabupaten Tapanuli Tengah.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat antara lain:

1. Menambah pengetahuan tentang kontribusi/sumbangan kecukupan protein hewani pada balita di desa Binasi.
2. Sebagai informasi kepada masyarakat khususnya keluarga nelayan tentang pentingnya konsumsi protein.
3. Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat menambah referensi dalam memperkaya khasanah ilmu pengetahuan dan dapat dijadikan salah satu bacaan bagi peneliti selanjutnya.
4. Sebagai pengalaman bagi peneliti dalam menerapkan ilmu pengetahuan dan informasi yang telah diperoleh selama pendidikan.