

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dari sejarah perkembangan ilmu gizi makin banyak bukti yang menunjukkan adanya hubungan antara apa yang di makan dengan kesehatan dan penyakit. Suatu pribahasa kuno yang mengatakan bahwa “ Kamu adalah apa yang kamu makan “ sering dikutip tetapi tidak direnungkan lebih dalam apa maksud pribahasa tersebut. Makanan meskipun enak dan mahal tidak selalu menjadikan tubuh selalu sehat dan produktif, bahkan sebaliknya menimbulkan penyakit misalnya apabila sering makan berlemak dan manis-manis yang menghasilkan energi tinggi tetatp tidak diimbangi dengan kegiatan fisik yang memadai, mendorong orang mudah menjadi gemuk. Apabila kegemukan ini berlanjut dapat berakibat pada berbagai penyakit seperti diabetes, jantung, hipertensi dan sebagainya. Sebaliknya makanan sederhana dan murah bukan berarti tidak bermutu. Banyak pendapat mengenai faktor determinan yang dapat menyebabkan timbulnya masalah gizi pada bayi di antaranya menurut (Schroeder,2001), menyatakan bahwa kekurangan gizi dipengaruhi oleh konsumsi makan makanan yang kurang dan adanya penyakit infeksi sedangkan penyebab mendasar adalah makanan, perawatan (pola asuh) dan pelayanan kesehatan (Ayu, 2008).

Untuk mencapai tumbuh kembang yang optimal dibutuhkan zat-zatgizi yang adekuat melalui pemberian makanan yang sesuai dengantingkat kemampuan konsumsi anak, tepat jumlah (kuantitas) dan tepatmutu (kualitas), oleh karena kekurangan maupun kelebihan zat gizi, akanmenimbulkan gangguan kesehatan, status gizi maupun tumbuh kembang. Selain zat-zat gizi lain, protein sangat

penting padamasa pertumbuhan terutama pada bayi dan balita (1–5 tahun). Padamasa ini proses pembentukan jaringan terjadi secara besar-besaran (Marwanti, 2001).

Pengaruh asupan zat gizi terhadap gangguan perkembangan anak menurut (Cott, 2003) melalui terlebih dahulu menurunnya status gizi. Status gizi yang kurang tersebut akan menimbulkan kerusakan otak, letargi, sakit, dan penurunan pertumbuhan fisik. Keempat keadaan ini akan berpengaruh terhadap perkembangan intelektual. Gangguan perkembangan yang tidak normal antara lain ditandai dengan lambatnya kematangan sel-sel syaraf, lambatnya gerakan motorik, kurangnya kecerdasan dan lambatnya respon sosial (Marwanti, 2001).

Berdasarkan rencana Aksi Nasional Pangan Dan Gizi 2011-2015 proporsi jumlah penduduk dengan rata-rata asupan kalori >1.400 Kkal/orang/hari sebesar $<14,47$ % (Ronald dkk, 1999). Indonesia telah berhasil menurunkan angka kekurangan gizi pada anak balita dari 28% pada 2005 menjadi 17,9% pada 2010. Data BPS tahun 2009 mengungkapkan bahwa jumlah penduduk sangat rawan pangan, yaitu penduduk dengan asupan kalori kurang dari 1.400 kkl /orang/hari mencapai 14,47%. Angka itu meningkat dibandingkan tahun 2008 yang mencapai 11,07% (Chandra, 2010). Prevalensi penyakit infeksi di Indonesia berdasarkan RISKESDAS 2007 ISPA menempati prevalensi tertinggi pada balita (>35 %), prevalensi campak tertinggi pada anak balita (3,4%), prevalensi diare tertinggi terdeteksi pada balita (16,7%). Data tersebut menggambarkan bahwa semua prevalensi tertinggi diderita oleh balita. Dari data (Depkes R.I, 2002) pemantauan pertumbuhan balita dengan melakukan penimbangan, untuk Provinsi Sulawesi

Selatan terdapat 27,2% yang tidak melakukan penimbangan 6 bulan terakhir dan pada tahun 2010 terdapat 34,8%. Di Kabupaten Jeneponto terdapat 27,0% yang tidak melakukan penimbangan 6 bulan terakhir. Pada tahun 2009 dari 30250 balita yang ada di Jeneponto, hanya 22081 balita yang ditimbang, sekitar 72,99%.

Banyak orang yang makanannya sederhana dan murah tetapi menyehatkan. Pengaruh makanan terhadap kesehatan dan penampilan seseorang paling mudah diamati pada wanita hamil, menyusui, bayi dan anak BALITA. Dengan prinsip dasar ilmu gizi dapat memilih bagaimana memilih dan menyusun makanan yang seimbang untuk kecukupan gizi balita (Sediaoetama, 1996).

Salah satu permasalahan yang dihadapi dengan masa balita, kecukupan gizi sangat penting bagi kesehatan balita, dimana seluruh pertumbuhan dan kesehatan balita erat kaitannya dengan masukan makanan yang memadai. Pertumbuhan dan perkembangan yang optimal pada balita memerlukan makanan yang sesuai dengan balita yang sedang tumbuh. Seluruh komponen bangsa, terutama orang tua, harus memperhatikan balita karena balita merupakan generasi penerus dan modal dasar untuk kelangsungan hidup bangsa. Masa balita disebut juga sebagai "*golden period*" atau masa keemasan, dimana terbentuk dasar-dasar kemampuan keinderaan, berfikir, berbicara serta pertumbuhan mental intelektual yang intensif dan awal pertumbuhan moral (Sediaoetama, 1996).

Keadaan gizi anak waktu lahir sangat dipengaruhi oleh keadaan gizi ibu semasa hamil. Ibu yang semasa hamilnya menderita gangguan gizi selain akan melahirkan anak yang gizinya yang tidak baik, juga kemungkinan dapat melahirkan anak dengan berbagai kelainan dalam pertumbuhannya, atau mungkin

anak akan lahir mati ataupun anak akan lahir belum cukup umur (Handrawan, 2003).

Anak balita merupakan kelompok yang menunjukkan pertumbuhan badan yang pesat, sehingga memerlukan zat-zat gizi yang tinggi setiap Kg berat badannya. Anak balita ini justru merupakan kelompok umur yang paling sering menderita akibat kekurangan gizi (Sediaoetama, 1996).

Makanan anak balita dan makanan bayi terutama protein dan vitamin A, disamping kalori dengan jumlah yang cukup, perlulah mendapat perhatian. Sepertiga dari kebutuhan protein sedapat mungkin diambil dari makan yang berasal dari hewani. Anak-anak dalam usia ini sudah lebih banyak dikenalkan dengan makanan-makanan yang disajikan untuk anggota-anggota keluarga lainnya. Adapun hal yang sangat penting yaitu menanamkan kebiasaan memilih bahan makanan yang baik pada usia ini. Lazimnya anak-anak kurang menyukai sayuran dalam makanannya. Dalam hal ini ibu harus bertindak sedemikian rupa untuk mengajak memakan bahan-bahan yang berfaedah. Disamping itu ibu pun harus mengetahui bahwa jumlah bahan makanan yang diperlukan oleh seorang anak akan semakin bertambah dengan bertambahnya usia (Boediman, 2009).

Waktu makan sebaiknya disesuaikan dengan waktu keluarga dan anak diajak makan bersama keluarga. Dengan demikian anak dapat menghabiskan porsi makanan yang seharusnya dia habiskan. Waktu makan yang tidak teratur akan banyak sekali mempengaruhi nafsu makan anak-anak. Tidak ada salah jika kepada anak-anak diberikan makanan selingan berupa kue-kue yang dibuat oleh ibunya

sendiri, asalkan makanan tidak membuat anak terlalu kenyang sehingga anak-anak tidak mau memakan nasi (Boediman, 2009).

Berdasarkan hasil observasi kenyataannya yang ada di posko pengungsian, dan hasil wawancara penulis pada bulan Mei 2014 di Posko Pengungsian Masjid Amal Bhakti Kabupaten Karo, ibu-ibu yang mempunyai balita menyatakan bahwa memberikan makanan pada anak balitanya sama dengan apa yang dimakan oleh orang dewasa. Makanan yang biasa dimakan pada anak balita dan orang dewasa yaitu nasi goreng, telur mata sapi, sambal ikan tongkol, sayur tauco, indomie, gulai sayur jipang, sayur sawi putih manis, goreng ikan asin, sambal ikan asin, sambal terong, tumis sayur kol, sambal ikan dencis, dan gulai ikan tongkol, daun ubi tumbuk. Tetapi untuk makanan sambal ikan dencis, gulai ikan tongkol dan telur goreng tidak bisa setiap hari, karena tergantung dengan donatur yang memberi ikan tersebut kapan datangnya keposko pengungsian masjid amal bhakti. Alasan ibu memberikan makanan anak balita yang sama dengan makanan orang dewasa yaitu dikarenakan keadaan dan ketersediaan bahan makanan yang ada di posko pengungsian terbatas. Adanya kesenjangan diatas mendorong semangat peneliti untuk mengadakan penelitian dengan mengambil satu judul yaitu “

Tingkat Kecukupan Energi & Protein Anak Balita Di Posko Pengungsian Masjid Amal Bhakti Akibat Bencana Erupsi Gunung Sinabung Kabupaten Karo Tahun 2014.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian diatas, maka permasalahan yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana kecukupan energi dan protein anak balita di posko Mesjid Amal Bhakti kabupaten karo?
2. Apakah susunan makanan kecukupan energi dan protein anak di posko Mesjid Amal Bhakti kabupaten karo telah terpenuhi ?
3. Bagaimana perubahan tingkat kesukaan makan anak balita di posko Mesjid Amal Bhakti kabupaten karo ?
4. Apakah ketersediaan makanan selingan dan makanan pokok di posko Mesjid Amal Bhakti Kabupaten Karo untuk anak balita terpenuhi?

C. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah sangat diperlukan yakni untuk mempermudah dan menghindari kemungkinan terjadinya kesalahan dalam penafsiran judul dan mengingat adanya keterbatasan sarana, prasarana, tenaga, waktu, dan biaya, maka masalah-masalah ini dibatasi pada :

1. Kecukupan gizi anak balita adalah jumlah makan yang dikonsumsi anak balita yang diperkirakan cukup untuk memelihara kesehatan pada umumnya di posko pengungsian Mesjid Amal Bhakti kabupaten karo.
2. Protein adalah makanan hewani dan nabati yang dikonsumsi anak balita di Posko Pengungsian Mesjid Amal Bhakti Kabupaten Karo.

3. Energi adalah makanan tinggi kalori yang mengandung karbohidrat, lemak, dan protein, dari bahan makanan pokok, lauk pauk, dan sayuran.
4. Anak balita adalah anak yang berusia 2 – 3 tahun.
5. Posko pengungsian adalah tempat perkumpulan masyarakat yang mengungsi akibat terkena bencana Erupsi Gunung Sinabung.

D. Perumusan Masalah

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

1. Bagaimana makanan anak balita di Posko Pengungsian Mesjid Amal Bhakti Kabupaten Karo ?
2. Bagaimana kecukupan energi dan protein anak balita di posko Pengungsian Mesjid Amal Bhakti Kabupaten Karo ?
3. Menganalisis kecukupan energi dan protein balita di posko Pengungsian Mesjid Amal Bhakti Kabupaten Karo ?

E. Tujuan Penelitian

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

1. Untuk mengetahui makanan yang di konsumsi anak balita selama di posko Mesjid Amal Bhakti Kabupaten Karo.
2. Untuk mengetahui kecukupan energi dan protein anak balita di posko Pengungsian Mesjid Amal Bhakti Kabupaten Karo.

3. Untuk mengetahui kecukupan energi dan protein anak balita di posko Pengungsian Masjid Amal Bhakti Kabupaten Karo ?

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat antara lain :

1. Bahan masukan dan sekaligus pemikiran bagi ibu dari anak balita di posko Pengungsian Masjid Amal Bhakti kabupaten karo.
2. Sebagai bahan masukan bagi mahasiswa dalam meneliti masalah yang sama pada lokasi yang berbeda.
3. Untuk menambah pengetahuan dan meningkatkan wawasan berfikir peneliti khususnya dalam bidang penelitian.