

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stunting merupakan kondisi kronis yang menggambarkan terhambatnya pertumbuhan karena malnutrisi jangka panjang. *Stunting* menurut WHO *Child Growth Standart* didasarkan pada indeks panjang badan dibanding umur (PB/U) atau tinggi badan dibanding umur (TB/U) dengan batas (*z-score*) kurang dari -2 SD.¹

Pertumbuhan masa kanak-kanak (*growth spurt I*, umur 1-9 tahun) berlangsung dengan kecepatan lebih lambat daripada pertumbuhan bayi, tetapi kegiatan fisiknya meningkat. Oleh karena itu, dengan pertimbangan terhadap besarnya tubuh, kebutuhan zat gizi tetap tinggi. Menyediakan pangan yang mengandung protein, kalsium dan fosfor sangat penting.²

Gizi buruk, terutama pertumbuhan yang terhambat, merupakan sebuah masalah kesehatan masyarakat yang utama di Indonesia. Untuk mengatasi tantangan itu, UNICEF mendukung sejumlah inisiatif untuk menciptakan lingkungan nasional yang kondusif untuk gizi. Ini meliputi peluncuran Gerakan Sadar Gizi Nasional (*Scaling Up Nutrition – SUN*) dan mendukung pengembangan regulasi tentang pemberian ASI eksklusif, rencana nasional untuk mengendalikan gangguan kekurangan iodine, panduan tentang pencegahan dan pengendalian parasit intestinal dan panduan tentang suplementasi multi-nutrient perempuan dan anak di beberapa wilayah di Indonesia. Manajemen masyarakat

tentang gizi buruk akut dan pemberian makan bayi dan anak menjelma menjadi sebuah paket holistik untuk menangani gizi buruk, sementara pengendalian gizi anak dan malaria ditangani bersama untuk mencegah pertumbuhan yang terhambat (*stunting*).³

Stunting pada balita perlu menjadi perhatian khusus karena dapat menghambat perkembangan fisik dan mental anak. *Stunting* berkaitan dengan peningkatan risiko kesakitan dan kematian serta terhambatnya pertumbuhan kemampuan motorik dan mental.⁴ Balita yang mengalami *stunting* memiliki risiko terjadinya penurunan kemampuan intelektual, produktivitas, dan peningkatan risiko penyakit degeneratif di masa mendatang.⁵ *Stunting* juga meningkatkan risiko obesitas, karena orang dengan tubuh pendek berat badan idealnya juga rendah. Kenaikan berat badan beberapa kilogram saja bisa menjadikan Indeks Massa Tubuh (IMT) orang tersebut naik melebihi batas normal. Keadaan *overweight* dan obesitas yang terus berlangsung lama akan meningkatkan risiko kejadian penyakit degeneratif.⁴

Riset Kesehatan Dasar 2013 mencatat prevalensi *stunting* nasional mencapai 37,2 persen, meningkat dari tahun 2010 (35,6%) dan 2007 (36,8%). Artinya, pertumbuhan tak maksimal diderita oleh sekitar 8 juta anak Indonesia, atau satu dari tiga anak Indonesia. Prevalensi *stunting* di Indonesia lebih tinggi daripada negara-negara lain di Asia Tenggara, seperti Myanmar (35%), Vietnam (23%), dan Thailand (16%). Indonesia menduduki peringkat ke lima dunia untuk jumlah anak dengan kondisi *stunting*. Lebih dari sepertiga anak berusia di bawah lima tahun di Indonesia tingginya berada di bawah rata-rata.⁶

Pada tahun 2012, WHO dalam *World Health Assembly* mencanangkan *Global Nutrition Targets* yang salah satunya adalah penurunan angka *stunting* sebesar 40% pada tahun 2025. Kejadian *stunting* disebabkan oleh empat faktor utama, yaitu faktor maternal dan lingkungan, faktor tidak adekuatnya *complementary feeding*, faktor hambatan dalam pemberian ASI, dan faktor infeksi. Salah satu poin yang berkontribusi dalam faktor tidak adekuatnya *complementary feeding* adalah kurangnya keragaman makanan khususnya pangan yang bersumber dari pangan hewani.²⁴

Sebagai negara maritim dan kepulauan yang sebagian besar wilayahnya terdiri atas perairan, Indonesia memiliki kekayaan sumber daya ikan yang sangat melimpah. Namun demikian, limbah sumber daya ikan tersebut masih belum dimanfaatkan secara optimal.⁷ Wilayah laut Indonesia mencakup tiga perempat luas Indonesia atau 5,8 juta km² dengan garis pantai terpanjang di dunia sebesar 81.000 km, sedangkan luas daratannya hanya 1,9 juta km². Perairan laut Indonesia memiliki sekitar 3.000 jenis ikan.⁸ Dengan potensi wilayah laut yang sangat luas dan kekayaan sumber daya alam yang dimiliki Indonesia, sesungguhnya kelautan merupakan sektor yang mempunyai keunggulan komparatif dalam kiprah pembangunan nasional.⁹

Tabel 1. Konsumsi Ikan/Kapita/Tahun dari 2010-2014

Indikator	Tahun					Pertumbuhan (%)	
	2010	2011	2012	2013	2014	2010-2014	2013-2014
Konsumsi ikan per kapita (Kg/Kapita)	30,48	32,25	33,89	35,21	37,89	5,60	7,61

Sumber : Ditjen P2HP KKP 2014

Berdasarkan tabel 1 di atas, terlihat bahwa setiap tahun selama periode 2010-2014, tingkat konsumsi ikan per kapita nasional terus meningkat. Hal tersebut mengindikasikan bahwa program-program peningkatan konsumsi ikan yang dilaksanakan berhasil meningkatkan konsumsi ikan masyarakat. Meskipun demikian upaya meningkatkan konsumsi ikan tetap harus dilaksanakan dan ditingkatkan, terutama di daerah-daerah yang konsumsi ikannya masih rendah mengingat tingkat konsumsi ikan masyarakat belum merata.¹⁰

Pada tahun 2014, capaian sementara rata-rata konsumsi ikan per kapita nasional adalah sebesar 37,89 kg/kapita, atau tercapai 100,24% dari target yang telah ditetapkan. Rata-rata konsumsi ikan per kapita nasional pada tahun 2014 ini meningkat sebesar 7,61% apabila dibandingkan dengan rata-rata konsumsi ikan per kapita nasional pada tahun 2013, yakni sebesar 35,21 kg/kapita. Sedangkan selama kurun periode Renstra (2010-2014), rata-rata konsumsi ikan per kapita nasional meningkat rata-rata sebesar 5,6% per tahun, yakni dari 30,48 kg/kapita pada tahun 2010 menjadi 37,89 kg/kapita pada tahun 2014.¹⁰

Ikan memiliki peran penting sebagai sumber energi, protein dan variasi nutrien essensial yang menyumbang sekitar 20% dari total protein hewani. Protein dari ikan merupakan komponen nutrisi yang penting bagi negara yang memiliki jumlah penduduk tinggi (pada penduduk) di mana kecukupan proteinnya berada pada level rendah/kurang. Mengonsumsi ikan sangat penting selama masa kehamilan dan dua tahun pertama kehidupan serta dapat membantu menurunkan resiko kematian akibat serangan jantung. Sektor perikanan juga berperan penting

dalam menyediakan lapangan pekerjaan dan pendapatan, tercatat menyumbang 10-12 persen dari pendapatan penduduk dunia.¹¹

Satu porsi 150 gram ikan dapat menyediakan sekitar 50-60 persen dari kebutuhan protein harian orang dewasa. Pada tahun 2010, ikan menyumbang 16,7 persen dari asupan protein hewani populasi global dan 6,5 persen dari seluruh protein yang dikonsumsi. Selain itu, ikan menyediakan hampir 20 persen asupan protein hewani pada lebih dari 2,9 miliar orang, dan sekitar 15 persen dari protein tersebut pada 4,3 miliar orang. Protein ikan dapat mewakili komponen gizi penting dalam beberapa penduduk negara berkembang di mana terdapat kemungkinan memiliki tingkat asupan protein total yang rendah.¹²

Perhatian yang lebih besar berfokus pada produk perikanan sebagai sumber mikronutrien seperti vitamin dan mineral. Hal ini terutama berlaku untuk spesies ikan berukuran kecil yang dikonsumsi seluruh mulai dari bagian kepala hingga tulang, yang dapat menjadi sumber mineral penting yang sangat baik seperti yodium, selenium, seng, besi, kalsium, fosfor dan kalium, dan juga vitamin seperti vitamin A dan vitamin D, dan beberapa vitamin dari kelompok B. Ada dapat variasi yang signifikan antara spesies dan antara bagian-bagian yang berbeda dari ikan. Komposisi gizi yang unik dari ikan tidak hanya meliputi asam lemak, amino asam dan mikronutrien (vitamin dan mineral) - studi lainnya mengatakan bahwa nutrisi seperti taurin dan kolin menunjukkan kemungkinan manfaat kesehatan tambahan. Ikan merupakan sumber protein yang sangat baik, tapi yang membuat ikan unik adalah semua nutrisi tambahan yang terkandung terdapat dalam jumlah yang banyak pada ikan.¹²

Jika dikaji lebih lanjut, produk perikanan memiliki keunggulan yang tidak dimiliki oleh produk hewani/ternak lainnya, seperti: (1) variasi produk perikanan sangat banyak sehingga konsumen tidak akan pernah bosan (sesungguhnya) dengan mengonsumsi hasil perikanan, (2) harga produk perikanan relatif lebih murah dibandingkan dengan produk peternakan seperti daging ayam, daging kambing, atau daging sapi, (3) dapat memenuhi kebutuhan protein hewani.⁸ Protein ikan menyediakan lebih kurang 2/3 dari kebutuhan protein hewani yang diperlukan oleh manusia dan kandungan protein ikan relatif besar yaitu antara 15 – 25 % per 100 gram daging ikan. Disamping menyediakan protein hewani yang relatif tinggi, ikan juga mengandung lemak (minyak ikan) antara 0,2 – 24 % terutama asam lemak esensial termasuk omega-3 (yang masuk dalam kelompok omega-3 adalah asam linolenat, Eicosa Pentaenoic Acid (EPA), dan Docosa Heksaenoic Acid (DHA). Ketiganya ini disebut asam lemak esensial karena sangat penting bagi pertumbuhan normal tubuh dan karena asam lemak esensial tidak dapat dibentuk di dalam tubuh maka harus dipenuhi dari diet.⁹

Berdasarkan hal yang telah dipaparkan di atas, perlu adanya perhatian khusus pada asupan nutrisi anak usia dini untuk meminimalkan risiko *stunting* yang disebabkan oleh malnutrisi. Di Indonesia, belum ditemukan penelitian mengenai hubungan konsumsi ikan dengan kejadian *stunting*. Padahal terdapat kemungkinan bahwa kandungan protein ikan berperan pada pertumbuhan dan perkembangan anak usia dini. Melalui penelitian ini diharapkan dapat diketahui tentang hubungan konsumsi ikan dengan kejadian *stunting* pada anak usia 2-5 tahun di Indonesia, khususnya Semarang.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara konsumsi makan ikan dengan kejadian *stunting* pada anak usia 2-5 tahun?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan umum

Menganalisis hubungan konsumsi ikan terhadap kejadian *stunting* pada anak usia 2-5 tahun

1.3.2 Tujuan khusus

1.3.2.1 Menganalisis hubungan frekuensi konsumsi ikan terhadap kejadian *stunting* pada anak usia 2-5 tahun

1.3.2.2 Menganalisis hubungan konsumsi jenis ikan terhadap kejadian *stunting* pada anak usia 2-5 tahun

1.3.2.3 Menganalisis hubungan status ekonomi terhadap kejadian *stunting* pada anak usia 2-5 tahun

1.3.2.4 Menganalisis hubungan tingkat pendidikan ibu terhadap kejadian *stunting* pada anak usia 2-5 tahun

1.3.2.5 Menganalisis hubungan riwayat pemberian ASI terhadap kejadian *stunting* pada anak usia 2-5 tahun

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat untuk ilmu pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan mengenai faktor nutrisi khususnya ikan terkait kejadian *stunting*

1.4.2 Manfaat untuk pelayanan kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi bagi para tenaga medis dalam mengusahakan pencegahan atau penekanan angka *stunting*, dan dapat memberikan pelayanan kesehatan yang baik.

1.4.3 Manfaat untuk penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan referensi untuk penelitian tentang kejadian *stunting* selanjutnya

1.4.4 Manfaat untuk masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadikan masyarakat menyadari dan memahami tentang pentingnya pemenuhan nutrisi demi menunjang pertumbuhan anak usia dini

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 2. Penelitian – penelitian yang hampir serupa

No	Penelitian	Desain/subjek	Variabel	Hasil
1	Suryati; 2008; Kebiasaan Makan Ikan Serta Hubungan Dengan Status Gizi Anak Usia 6 - 59 Bulan Pada Keluarga Nelayan Harian di Pulau Tidung Kecamatan Kepulauan Seribu Selatan Kabupaten Administratif Kepulauan Seribu Tahun 2008	Desain : cross sectional Subjek : 42 anak usia 6-59 bulan pada keluarga nelayan harian di Pulau Tidung Kepulauan Seribu	Variabel bebas : Kebiasaan makan ikan Variabel terikat : Status gizi anak usia 6-59 bulan	Ada hubungan antara pemberian ASI dengan status gizi dengan indeks BB/U.

2	Putri A; 2012; Hubungan Tingkat Pendidikan Ibu, Pendapatan Keluarga, Kecukupan Protein & Zinc dengan Stunting (Pendek) pada Balita Usia 6 – 35 Bulan di Kecamatan Tembalang Kota Semarang	Desain : <i>cross sectional</i> Subjek : ibu dengan balita stunting usia 6-35 bulan yang tinggal di Kelurahan Tembalang, Bulusan dan Rowosari, Kota Semarang yang berjumlah 33 responden	Variabel bebas : Tingkat Pendidikan Ibu, Pendapatan Keluarga, Kecukupan Protein & Zinc Variabel terikat : Stunting (Pendek) pada Balita Usia 6 – 35 Bulan	Kesimpulan penelitian ini adalah semakin sedikit tingkat kecukupan protein dan zinc, maka resiko anak menjadi pendek semakin besar.
2	Mentari C, Etti S, Albiner S; 2014; Hubungan Konsumsi Ikan dengan Prestasi Belajar Anak di Sekolah Dasar Swasta Brigjend Katamso II Kecamatan Medan Marelan Kota Medan	Desain : cross-sectional study Subjek : 68 murid SD Swasta Brigjend Katamso II Kec. Medan Marelan Kota Medan dengan <i>proportional stratified random sampling</i>	Variabel bebas : Konsumsi Ikan Variabel tergantung : prestasi belajar anak	Terdapat hubungan bermakna ($p=0,036$) antara jumlah konsumsi terhadap prestasi belajar. Terdapat pula hubungan bermakna ($p=0.012$) antara frekuensi konsumsi ikan dengan prestasi belajar

Penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya, yaitu dari segi karakteristik subjek penelitian. Di samping itu, variabel bebas pada penelitian ini adalah pola konsumsi ikan dan variabel terikatnya adalah kejadian *stunting* pada anak usia 2-5 tahun. Tempat pelaksanaan penelitian ini adalah wilayah kerja Puskesmas Rowosari, Semarang.