

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia balita merupakan periode penting dalam proses kehidupan manusia. Pada usia ini pertumbuhan dan perkembangan akan menjadi penentu keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak di periode selanjutnya (Adriani dan Wirjatmadi, 2014, hlm. 162). Di masa ini balita mengalami percepatan pertumbuhan atau sering di kenal *growth sprut*. Pada saat balita mengalami *growth spurt*, sel-sel dalam tubuh akan berkembang lebih cepat sehingga pemilihan makanan penting untuk pemenuhan gizi agar menunjang proses *growth spurt*. Masa balita perkembangan otak harus diperhatikan dengan serius, dalam bukunya yang berjudul *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan* Adriani dan Wirjatmadi (2014, hlm. 167) menjelaskan bahwa balita yang mengalami gizi kurang maka perkembangan otak tidak optimal sehingga menghasilkan sumber daya manusia yang tidak berguna. Berbeda dengan balita yang mendapatkan gizi cukup maka perkembangan sel otaknya akan seoptimal perkembangan tubuhnya sehingga anak akan tumbuh sebagai anak cerdas dan produktif yang menjadi cikal bakal sumber daya manusia yang tinggi dan akan menjadi aset bangsa. Oleh karena itu masa balita merupakan masa penting atau *golden age* yang pertumbuhan dan perkembangannya akan sangat berpengaruh terhadap kualitas diri pada saat dewasa kelak.

Kurang gizi pada masa balita dapat mengakibatkan balita mengalami *stunting* (kerdil). Menurut Kemenkes (2018) *Stunting* merupakan kondisi dimana balita memiliki tinggi badan lebih pendek dari anak-anak diusianya. *Stunting* dalam jangka pendek mengakibatkan terganggunya perkembangan otak, kecerdasan, gangguan pertumbuhan fisik, dan gangguan metabolisme dalam tubuh, sedangkan dalam jangka panjang menimbulkan penurunan kemampuan kognitif dan prestasi belajar, menurunnya kekebalan tubuh sehingga mudah sakit, dan resiko tinggi untuk munculnya penyakit diabetes, kegemukan, penyakit jantung dan pembuluh darah, kanker, stroke, dan disabilitas pada usia tua (Departemen Kesehatan, 2017, hlm. 8). Dalam penelitian Anindita (2012) menunjukkan bahwa kecukupan protein berpengaruh pada kejadian *stunting* pada balita.

Akibat kekurangan konsumsi protein yang lain menyebabkan *kwashiorkor* yaitu suatu kondisi dimana komposisi gizi makanan tidak seimbang terutama dalam hal protein. Gejala *kwashiorkor* adalah pertumbuhan terhambat, otot-otot berkurang dan melemah, endema, muka bulat seperti bulan dan gangguan psikomotor. *Kwashiorkor* lebih sering ditemukan pada anak usia 2-3 tahun sedangkan pada orang dewasa jarang ditemukan (Almatsier, 2013, hlm. 103).

Protein dapat didefinisikan sebagai salah satu zat gizi yang memiliki peran penting dalam proses pertumbuhan. Protein terlibat dalam berbagai fungsi biologis; antara lain menjadi bagian penting enzim, hormon, dan sistem imun (antibodi). Protein juga terlibat dalam proses transportasi dan penyimpanan dalam tubuh, seperti hemoglobin, myoglobin, dan lipoprotein. Peran penting protein lainnya adalah sebagai penyusun struktur mekanis seperti keratin, kolagen, elastin, dan jaringan tubuh lainnya seperti; kulit, rambut, kuku, gigi, tulang, dan lain-lain (Hariyadi,P. 2015).

Balita memiliki kebutuhan protein lebih banyak dari pada orang dewasa maupun remaja, yaitu 2,5 – 3 g/kg BB (Merryana & Bambang, 2012). Protein yang diberikan sebaiknya mengandung semua jenis asam amino esensial dalam jumlah yang cukup, mudah dicerna dan diserap oleh tubuh, maka protein yang diberikan harus sebagian berupa protein yang berkualitas tinggi seperti protein hewani.

Bahan makanan hewani merupakan sumber protein yang baik. Mutu protein bahan makanan hewani lebih tinggi dari makanan nabati, karena didalamnya mengandung semua jenis asam amino esensial dalam proporsi yang sesuai untuk keperluan pertumbuhan. Untuk menjamin mutu protein dalam makanan sehari-hari, dianjurkan sepertiga bagian protein yang dibutuhkan berasal dari protein hewani (Almatsier 2013).

Menurut FAO, (2014), konsumsi protein hewani di Indonesia 16 g/kap/hari hal ini masih tergolong rendah apabila di bandingkan dengan Negara berkembang lainnya seperti, Malaysia 42 g/kap/hari dan Thailand 23 9/kap/hari. Angka konsumsi protein hewani penduduk Indonesia semakin kalah bila dibandingkan dengan beberapa negara maju seperti Korea Selatan (42 g/kap/hari), Jepang (49 g/kap/hari) , Jerman (62 gkap/hari), Australia (69 g/kap/hari) ataupun Amerika

Serikat (75 g/kap/hari). Oleh karena itu, perlu upaya untuk meningkatkan konsumsi protein hewani yang sesuai dengan anjuran pangan gizi seimbang. Selain alasan zat gizi, bahan pangan hewani dapat meningkatkan selera makan. Dengan selera makan yang baik, maka asupan gizi dapat terpenuhi dengan lebih baik.

Salah satu sumber makanan hewani adalah ikan. Ikan merupakan salah satu sumber makanan hewani yang memiliki harga yang umumnya lebih murah dibanding daging sapi maupun daging ayam. Ikan mengandung protein tinggi, yang sangat dibutuhkan oleh tubuh karena mengandung asam amino dengan pola yang hampir sama dengan asam amino yang terdapat dalam tubuh manusia (Suhartini dan Hidayat, 2005). Kandungan protein ikan sebesar 13-20% yang dapat membantu pertumbuhan sel otak (Adriani, M & Wirjatmadi, B, 2014, hlm.180). Selain itu absorpsi protein ikan lebih tinggi dibandingkan dengan produk hewani lain seperti daging sapi dan ayam, karena daging ikan mempunyai serat-serat protein lebih pendek dari pada serat-serat protein daging sapi atau ayam (Pandit, 2008) jadi balita mudah mencerna ikan dikarenakan serat proteinya lebih pendek. Ikan juga mengandung omega 3 yang dibutuhkan untuk tumbuh kembang sel-sel neuron otak yang berdampak pada kecerdasan anak.

Berdasarkan data dari survei konsumsi makanan individu atau SKMI tahun 2014 dalam skala nasional, konsumsi ikan provinsi jawa barat masih rendah. Provinsi jawa barat berada di posisi 3 terbawah dalam skala nasional yaitu 43,7 g/individu/tahun, sedangkan konsumsi nasional sebesar 78,4 gram/individu/tahun. Provinsi Jawa Barat memiliki beberapa daerah budidaya atau penghasil ikan salah satunya desa Batujajar di Kabupaten Bandung Barat, namun tingkat konsumsi masyarakat Kabupaten Bandung Barat masih tergolong rendah yaitu hanya 19 kg/tahun jauh dibawah angka nasional 38 kg/tahun.

Kelurahan Batujajar Timur merupakan salah satu desa di Kabupaten Bandung Barat. Berdasarkan hasil studi pendahuluan peneliti mendapatkan bahwa di desa Batujajar Timur terdapat tempat budidaya ikan lele dan beberapa tempat pemancingan. serta jumlah balitanya cukup banyak yaitu 1.075 jiwa.

Peneliti mencoba melakukan penelitian mengenai tingkat kecukupan protein hewani khususnya konsumsi ikan pada anak usia 1-4 tahun karena pada usia ini

sangat dibutuhkan asupan gizi yang cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan. Dipilihnya daerah ini sebagai objek penelitian dikarenakan lokasi yang berada di Kabupaten Bandung Barat sebagai daerah perikanan budidaya air tawar namun tingkat konsumsinya rendah.

Berdasarkan uraian tersebut penulis sebagai mahasiswa Program Studi Pendidikan Tata Boga Departemen Pendidikan Kesejahteraan Keluarga FPTK UPI, memiliki ketertarikan untuk Meneliti tingkat kecukupan konsumsi protein hewani pada anak bawah lima tahun dengan rentang usia 1-4 tahun di kelurahan Batujajar timur.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan dapat dirumuskan masalah yaitu bagaimana tingkat kecukupan konsumsi protein hewani anak bawah lima tahun di kelurahan batujajar timur?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecukupan konsumsi protein hewani anak bawah lima tahun di kelurahan batujajar timur.

2. Tujuan Khusus

Secara khusus tujuan yang hendak dicapai pada penelitian ini adalah untuk mengetahui:

- a. Frekuensi konsumsi ikan pada balita
- b. Jenis ikan yang dikonsumsi oleh balita
- c. Kontribusi ikan terhadap kecukupan protein balita

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan informasi mengenai tingkat kecukupan konsumsi ikan anak bawah lima tahun di kelurahan batujajar timur.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk berbagai pihak, diantaranya:

- a. Bagi penulis diharapkan dengan penulisan skripsi dapat dijadikan pengalaman belajar dalam melaksanakan sebuah penelitian.
- b. Bagi ibu balita diharapkan memperoleh informasi dari hasil penelitian Tingkat kecukupan konsumsi ikan pada balita.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Sistematika penulisan sebagai gambaran isi dari penelitian adalah sebagai berikut :

1. BAB I Pendahuluan: latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi.
2. BAB II Kajian Pustaka: teori utama serta turunannya dalam bidang yang dikaji.
3. BAB III Metode Penelitian: penjabaran rinci mengenai metode penelitian yang digunakan, desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian dan analisis data.
4. BAB IV Temuan dan Pembahasan: menyampaikan temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan dan analisis data dengan berbagai kemungkinan sesuai dengan urutan rumusan permasalahan dan pembahasan temuan penelitian untuk menjawab pertanyaan penelitian yang telah dirumuskan.
5. BAB V Simpulan, Implikasi dan Rekomendasi: menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian sekaligus mengajukan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian.
6. Daftar Pustaka: sumber tertulis (buku, artikel, jurnal, dokumen resmi atau sumber lain dari internet).
7. Daftar Lampiran: semua dokumen yang digunakan dalam penelitian dan penulisan hasil-hasil penelitian.

