

## BAB 1. PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa balita adalah masa kritis dalam usaha menciptakan sumber daya yang berkualitas. Dimana dalam masa balita ini, sel-sel otak mengalami pertumbuhan yang optimal dan berpengaruh dalam pembentukan kecerdasan otak (Nurhayati, 2009). Balita merupakan anak yang berusia 0-59 bulan. Masa ini ditandai dengan terjadinya proses tumbuh kembang yang sangat cepat dan membutuhkan nutrisi yang lebih serta berkualitas (Salman *et al.*, 2017).

Anak yang sehat didapatkan dengan memenuhi kebutuhan aspek tumbuh kembangnya dalam mencapai masa depan yang optimal. Kegagalan dalam masa tumbuh kembang terjadi akibat kekurangan zat gizi selama masa tersebut, hal ini akan berdampak negatif dalam kehidupan dimasa depan dan sulit diperbaiki (Niga & Purnomo, 2016). Salah satu dampak dari kurangnya asupan zat-zat gizi dalam waktu yang lama adalah *stunting* (Kemenkes, 2018)

*Stunting* merupakan salah satu keadaan malnutrisi yang berhubungan dengan ketidakcukupan zat gizi dalam kurun waktu yang lama, kondisi *stunting* akan terlihat setelah bayi berusia lebih dari 1 tahun (Agustin & Rahmawati, 2021). *Stunting* atau perawakan pendek (*shortness*) ditentukan berdasarkan pb/u atau tb/u. Hasil pengukuran berada pada ambang batas (*z-score*) < -2 sd sampai dengan -3 sd (pendek/ kerdil) dan < -3 sd (sangat pendek/ *severely stunted*) (Kemenkes, 2020).

Masalah *stunting* adalah masalah baru yang berdampak negatif terhadap masalah gizi Indonesia, karena mempengaruhi aktifitas fisik dan fungsional tubuh anak dan dapat meningkatkan angka kesakitan anak, kejadian *stunting* tersebut telah menjadi perhatian organisasi kesehatan dunia (Munawaroh *et al.*, 2022). Dari 83,6 juta balita *stunting* di Asia, jumlah terbanyak berasal dari Asia Selatan yaitu sebanyak 53,7% kemudian dari Asia Tenggara sebesar 24,7% (Kemenkes, 2020). Menurut hasil Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGI) pada tahun 2021 prevalensi *stunting* sebesar 24,4% dan masih diatas 20%, yang berarti hal ini belum mencapai target WHO yaitu dibawah 20% (Simanullang & Laia, 2022). Hasil survei status gizi

Indonesia pada tahun 2022 prevalensi *stunting* di Kabupaten Jember sebesar 34,9% menduduki peringkat pertama di Jawa Timur (Kemenkes, 2023).

Beragam faktor yang dapat mengakibatkan terjadinya *stunting* pada balita, penyebab langsung yaitu rendahnya asupan energi dan zat gizi, serta penyakit infeksi (Mugianti *et al.*, 2018). Konsumsi protein yang rendah merupakan beberapa penyebab langsung terjadinya *stunting*, hal tersebut dikarenakan protein memiliki peran utama dalam pertumbuhan pada anak balita, asupan protein akan mempengaruhi plasma *insulin growth factor I* (IGF-I), protein matriks tulang, kalsium dan fosfor yang berperan penting dalam pertumbuhan tulang (Aisyah & Yuniarto, 2021). Konsumsi Vitamin A yang rendah, dan kurangnya asupan niasin, riboflavin, tiamin, b6, b12, vitamin C, vitamin D, magnesium, fosfor, dan kalsium adalah salah satu penyebab terjadinya *stunting* (Lander *et al.*, 2010).

Penyebab lain terjadinya *stunting* adalah rendahnya ekonomi keluarga yang berdampak pada rendahnya pemberian makanan bergizi seimbang, rendahnya pengetahuan ibu tentang pemenuhan nutrisi selama hamil dan setelah melahirkan, ibu yang tidak mendapatkan nutrisi yang cukup pada saat hamil akan melahirkan bayi dengan berat badan rendah (BBLR). Bayi yang BBLR lebih berisiko terkena gizi buruk dan pendek. Faktor lingkungan yang dapat menjadi penyebab *stunting* adalah kurangnya ketersediaan air bersih dan sanitasi yang pada akhirnya akan menimbulkan penyakit infeksi (Sutarto *et al.*, 2018).

Beberapa penelitian menyatakan dalam masa pertumbuhan, kebutuhan mineral untuk tulang meningkat, rendahnya konsumsi kalsium dapat berakibat kekurangan mineral matriks deposit tulang baru dan osteoblast kehilangan fungsi. Kekurangan kalsium dapat berakibat pada pertumbuhan linier apabila kandungan kalsium dalam tulang kurang dari 50% kandungan normal, asupan mikronutrien relatif lebih rendah pada anak *stunting* daripada anak tidak *stunting* (Sari *et al.*, 2016). Fosfor dalam cairan ekstraseluler dalam bentuk ion fosfat dan kalsium bekerja sama membentuk ikatan kompleks yang dapat memperkuat tulang, sehingga kekurangan fosfor dapat menghambat pertumbuhan. Kekurangan fosfor jangka panjang dapat menghambat pertumbuhan. Menurut sebuah penelitian di Mesir, anak *stunting* memiliki asupan fosfor yang lebih rendah daripada anak yang tidak *stunting* (Salem

*et al.*, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Agus Kunderwati *et al.*, (2022) menyatakan tidak ada hubungan antara asupan Vitamin A pada kejadian *stunting*, kurangnya konsumsi Vitamin A akan berakibat 0,078 kali lebih besar mengalami *stunting*. Berdasarkan penelitian tersebut didapatkan terdapat hubungan antara asupan *Zink* pada kejadian *stunting*, semakin sedikit konsumsi *Zink* maka berisiko 2,148 kali lebih besar terjadi *stunting*. *Zink* berkaitan dengan sistem imun, dan indra pengecap, kekurangan *zink* dapat menimbulkan penyakit infeksi yang menjadi salah satu faktor terjadinya *stunting*, selain itu kekurangan *zink* dapat berdampak pada menurunnya nafsu makan balita hal tersebut disebabkan oleh penurunan kepekaan lidah akan rasa (Adriyani & Wirjatmadi, 2014)

Meningkatkan konsumsi ikan dapat menjadi salah satu cara dalam mencegah terjadinya *stunting*. Namun konsumsi ikan pada balita tergolong rendah hal ini dikarenakan ikan menjadi sumber protein kedua setelah daging, konsumsi ikan yang rendah pada balita juga disebabkan kurangnya variasi dalam pengolahan ikan (hanya digoreng), dalam meningkatkan konsumsi ikan pada balita membutuhkan kreativitas dalam pengolahan dan penyajiannya. Pengetahuan yang kurang dalam mengolah ikan menjadi salah satu hambatan dalam mengkonsumsi ikan (Martony *et al.*, 2020)

Ikan berperan penting sebagai sumber energi, protein dan berbagai zat gizi esensial yang mengandung sekitar 20% dari semua protein hewani. Produk perikanan menjadi hal yang penting karena sebagai sumber mikronutrien seperti vitamin dan mineral. Hal tersebut terutama berlaku untuk jenis ikan berukuran kecil, yang dikonsumsi secara keseluruhan dari bagian kepala sampai tulang yang dapat menjadi sumber mineral penting seperti yodium, selenium, seng, besi, kalsium, fosfor, tidak lupa vitamin seperti Vitamin A dan vitamin D, serta vitamin Dari kelompok b (Rachim & Pratiwi, 2017)

Penelitian yang dilakukan oleh Asrari *et al.*, (2022) menyatakan bahwa tidak ada korelasi yang signifikan antara konsumsi ikan dengan prevalensi *stunting* di desa Kuta Blang, tetapi terdapat korelasi antara cara pengolahan ikan dengan prevalensi *stunting* di desa tersebut. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ernasari *et al.*, (2022) terdapat korelasi antara angka konsumsi ikan dengan kejadian *stunting*

di desa tana bara. Pada penelitian tersebut juga terdapat korelasi antara teknik pengolahan ikan dengan kejadian *stunting* dimana rata-rata keluarga *stunting* mengolah ikan sesuai kebiasaan mereka yaitu digoreng dan digulai tetapi cara tersebut dapat merusak nilai gizi ikan.

Kecamatan Puger adalah sebuah wilayah dimana sebagian besar penduduknya bekerja sebagai nelayan dengan data yang diperoleh dari pusat informasi pelabuhan perikanan menyatakan bahwa jenis ikan konsumsi yang diperoleh nelayan adalah ikan layang benggol sebanyak 165.143 kg/bulan, tongkol pisang-balaki berjumlah 150.106 kg/bulan, cakalang berjumlah 29.361 kg/bulan (suci *et al.*, 2019). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan dengan menggunakan metode wawancara kepada 10 nelayan yang berada di wilayah kerja Puskesmas Puger didapatkan hasil bahwa 8 dari 10 nelayan membawa sebagian ikan untuk dibawa pulang dan dikonsumsi sendiri.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, hasil *food recall* pada 10 balita yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Puger diperoleh 71% balita mengonsumsi ikan laut dengan olahan digoreng setiap harinya. Hal ini diperkuat dengan data prevalensi *stunting* pada tahun 2022 pada wilayah kerja Puskesmas Puger yaitu 0,4% dan jumlah balita 4.068 dan termasuk dalam angka terendah di Kabupaten Jember. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan konsumsi ikan laut terhadap asupan zat gizi mikro dan kejadian *stunting* pada balita di wilayah kerja Puskesmas Puger

## **1.2 Rumusan masalah**

Apakah terdapat hubungan jumlah konsumsi ikan laut dengan asupan zat gizi mikro dan kejadian *stunting* pada balita di Kecamatan Puger.

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menganalisis Hubungan Konsumsi Ikan Laut Terhadap Asupan Zat Gizi Mikro Dan Kejadian *Stunting* Pada Balita (Studi di Wilayah Kerja Puskesmas Puger).

### 1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi konsumsi ikan laut pada balita di wilayah kerja Puskesmas Puger.
- b. Mengidentifikasi tingkat asupan zat gizi mikro (Vitamin A, kalsium, zink, dan fosfor) pada balita di wilayah kerja Puskesmas Puger
- c. Mengidentifikasi kejadian *stunting* di wilayah kerja Puskesmas Puger
- d. Menganalisis hubungan konsumsi ikan laut dengan asupan zat gizi mikro (Vitamin A, kalsium, zink, dan fosfor) di wilayah kerja Puskesmas Puger
- e. Menganalisis hubungan konsumsi ikan laut dengan kejadian *stunting* di wilayah kerja Puskesmas Puger

## 1.4 Manfaat

### 1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi wawasan dan pengetahuan mengenai pentingnya konsumsi makanan hewani terutama ikan laut serta asupan zat gizi mikro yang menjadi faktor penyebab terjadinya *stunting*

### 1.4.2 Bagi Masyarakat

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai pengetahuan bagi masyarakat mengenai pentingnya konsumsi makanan hewani terutama ikan laut serta asupan zat gizi mikro yang menjadi faktor penyebab terjadinya *stunting*

### 1.4.3 Bagi Intitusi Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan untuk institusi kesehatan dalam melakukan intervensi terhadap konsumsi makanan serta zat gizi yang menjadi faktor kejadian *stunting*