

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY)

1. Pengertian gangguan akibat kekurangan yodium (GAKY)

Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY) merupakan masalah gizi yang serius di Indonesia. GAKY terjadi ketika tubuh kekurangan yodium dalam jangka waktu yang cukup lama. Yodium adalah mineral penting yang dibutuhkan oleh tubuh untuk produksi hormon tiroid yang berperan dalam regulasi pertumbuhan, perkembangan otak, dan fungsi metabolisme. Prevalensi GAKY yang tinggi akan memiliki dampak negatif yang signifikan pada potensi sumber daya manusia (Rahmadayani, 2019).

2. Penyebab GAKY

Defisiensi yodium merupakan penyebab utama terjadinya Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY) karena yodium dibutuhkan dalam produksi hormon tiroid, seperti tiroksin. GAKY tidak hanya menyebabkan pembesaran kelenjar gondok, tetapi juga memiliki dampak yang jauh lebih luas. Salah satu akibat yang serius dari GAKY adalah rendahnya prestasi belajar anak sekolah. Kekurangan yodium pada masa pertumbuhan dan perkembangan anak dapat menghambat perkembangan kognitif dan kecerdasan (Utami A. H., 2014).

3. Penanggulangan GAKY

Penanggulangan GAKY memang merupakan salah satu prioritas pemerintah Indonesia dalam upaya meningkatkan derajat kesehatan dan status gizi masyarakat. Kurangnya persediaan garam beryodium di suatu daerah merupakan salah satu tantangan yang perlu ditangani dengan meningkatkan sosialisasi mengenai pentingnya konsumsi garam beryodium. Pemerintah Indonesia telah melakukan berbagai upaya dalam penanggulangan GAKY. Dalam RPJMN 2015-2019, terdapat sasaran yang ingin dicapai dalam Program Indonesia Sehat yakni meningkatkan derajat kesehatan dan status gizi masyarakat dengan melakukan upaya kesehatan dan pemberdayaan masyarakat (Utami S. , 2021). Konsumsi garam beryodium oleh masyarakat. Pada tahun 1996, persentase rumah tangga yang mengonsumsi garam beryodium sebesar 20%, sedangkan pada tahun 2003 persentasenya meningkat menjadi 70%. Universal Salt Iodization (USI) adalah strategi yang efektif dalam penanggulangan Gangguan Akibat Kekurangan Yodium (GAKY). Dengan memperkaya garam konsumsi dengan yodium, dapat memastikan bahwa masyarakat secara keseluruhan mendapatkan asupan yodium yang cukup. Terdapat informasi tentang rumah tangga yang mengonsumsi garam beryodium di atas 30 ppm dan informan penelitian yang terdiri dari anggota tim penanggulangan GAKY (BAPPEDA, Dinas Kelautan dan Perikanan, Dinas Kesehatan, Dinas Perindustrian dan Perdagangan) serta pelaku garam di Kabupaten Jepara. Ini mungkin mengindikasikan bahwa penelitian memiliki tujuan yang lebih spesifik dan hanya memperhatikan rumah tangga yang mengonsumsi garam dengan kadar beryodium di bawah 30 ppm (Widiyatni, 2015).

B. Mineral Yodium

1. Pengertian yodium

Yodium adalah mineral yang penting bagi tubuh manusia meskipun diperlukan dalam jumlah yang relatif kecil. Fungsi utama yodium dalam tubuh adalah untuk membantu produksi hormon tiroksin dan triiodotironin oleh kelenjar tiroid. Hormon ini penting untuk pengaturan metabolisme, pertumbuhan, perkembangan fisik, dan fungsi normal sistem saraf. Kekurangan yodium dapat menyebabkan gangguan kesehatan yang serius. Beberapa efek kekurangan yodium yang umum termasuk: Pembesaran kelenjar tiroid, Gangguan pertumbuhan dan perkembangan fisik, dan Gangguan pada kehamilan. (Safitri,2019). Konsumsi dengan yodium yang cukup yaitu ≥ 30 ppm dan untuk konsumsi kandungan yodium < 30 ppm merupakan konsumsi yodium kurang.

2. Kecukupan yodium

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) telah menetapkan kebutuhan asupan yodium harian pada usia 0 hingga 6 bulan sebesar 50 $\mu\text{g}/\text{hari}$, pada usia 6 bulan hingga 6 tahun kebutuhannya adalah 90 $\mu\text{g}/\text{hari}$ pada usia satu tahun. Anak usia 6 hingga 12 tahun membutuhkan 120 mcg/hari, remaja dan dewasa 150 mcg/hari dan wanita hamil/menyusui 200 mcg/hari. WHO membagi kekurangan yodium menjadi tiga kriteria: kategori ringan jika asupan 50-90 $\mu\text{g}/\text{hari}$, kategori sedang jika asupan 20-50 $\mu\text{g}/\text{hari}$, dan kategori berat jika asupan < 20 $\mu\text{g}/\text{hari}$. (Fitri, 2016).

C. Garam Beryodium

Memperkaya garam dengan yodium merupakan langkah yang penting dalam memastikan asupan yodium yang cukup untuk pertumbuhan dan kecerdasan. Namun, seperti yang Anda sebutkan, yodium dalam garam bisa hilang akibat cara penggunaan yang tidak tepat dan penyimpanan yang kurang baik. Cara penggunaan yang benar untuk memaksimalkan manfaat yodium dalam garam adalah dengan menambahkan garam beryodium ke dalam makanan saat masih hangat-hangat kuku. Hal ini karena panas dapat mempengaruhi stabilitas yodium, dan jika garam ditambahkan pada makanan yang sudah terlalu panas atau saat memasak yang berlangsung dalam waktu lama, sebagian yodium dapat hilang (Utami S. ,2021).

Penanggulangan masalah GAKY akan lebih efektif dan efisien apabila disertai dengan upaya menghasilkan produk garam konsumsi beryodium yang berkualitas sesuai dengan persyaratan Standar Nasional Indonesia (SNI) oleh para pengusaha industri garam beryodium. Sesuai Standar Nasional Indonesia nomor 01-3556-2000, garam beryodium adalah garam konsumsi yang mengandung komponen utama Natrium Klorida 94,7%, kadar air maksimal 7%, kadar yodium minimal 30mg/kg, kadar Logam timbal(Pb) maksimal 10mg/kg, kadar Logam tembaga (Cu) maksimal 10 mg/kg, kadar Logam air raksa (Hg) maksimal 0,1mg/kg, kadar Logam arsen (As) maksimal 0,1 mg/kg, kadar Logam Kalsium (Ca) maksimal 0,1%, kadar Kalium ferisianida maksimal 15mg/kg, kadar bahan tambahan makanan (antikempa) maksimal 1,0% (Sasmi, 2022).

D. Bahan Makanan Sumber Yodium

Sumber utama yodium dalam makanan adalah makanan laut seperti ikan, cumi, udang, kerang, dan rumput laut. Makanan laut kaya akan yodium karena air laut mengandung yodium yang kemudian diabsorpsi oleh organisme laut. Selain makanan laut, sayuran dan buah-buahan juga dapat menjadi sumber yodium, terutama yang tumbuh di daerah pantai. Kandungan yodium dalam tumbuhan laut umumnya lebih tinggi dibandingkan dengan tumbuhan darat. Tumbuhan laut seperti rumput laut memiliki kandungan yodium yang sangat tinggi, sekitar 2.400-155.000 kali lebih banyak dibandingkan dengan sayuran darat. Oleh karena itu, rumput laut sering direkomendasikan sebagai sumber yodium yang baik. Peningkatan yodium pada garam dapur adalah langkah yang diambil oleh Kanada dan Amerika Serikat untuk memastikan asupan yang cukup dari yodium bagi penduduk mereka. Yodium adalah mineral penting yang diperlukan oleh tubuh untuk fungsi kelenjar tiroid yang sehat. Dalam penelitian kesehatan, telah terbukti bahwa kekurangan yodium dapat menyebabkan gangguan kesehatan serius, terutama pada wanita hamil dan anak-anak. Untuk mengatasi masalah ini, penambahan yodium pada garam dapur telah menjadi kebijakan yang diadopsi oleh beberapa negara (Safitri, 2019). Makanan asal laut adalah sumber utama yang kaya akan yodium. Yodium adalah mineral esensial yang penting untuk fungsi tiroid yang sehat. Makanan asal laut, termasuk rumput laut, ikan, kerang, tiram, udang, dan jenis makanan laut lainnya, mengandung yodium karena laut adalah tempat akumulasi mineral ini. Ada beberapa alasan mengapa makanan asal laut kaya akan yodium. Salah satunya adalah siklus alami yodium dalam lingkungan. Yodium yang terkandung dalam tanah pegunungan akan dibawa

oleh aliran air hujan ke daerah dataran rendah dan akhirnya mencapai laut melalui sungai. Proses ini mengakibatkan peningkatan konsentrasi yodium di perairan laut (Mardiyati,2021).

E. Faktor yang Memengaruhi Ketersediaan Yodium dan Pola Konsumsi Bahan Pangan Sumber Yodium

Faktor yang memengaruhi ketersediaan yodium adalah Pendidikan dan perilaku, khususnya Pendidikan dan perilaku ibu rumah tangga. Karena semua kebutuhan keluarga diatur dan dikelola oleh ibu rumah tangga.

1. Pendidikan ibu

Pendidikan adalah proses yang berkelanjutan dan tidak pernah berakhir. Pendidikan memiliki tujuan untuk mewujudkan masa depan yang lebih baik bagi manusia dan berakar pada nilai-nilai budaya bangsa serta Pancasila, yang merupakan dasar filsafat negara Indonesia. Pendidikan tidak hanya tentang pengetahuan dan keterampilan, tetapi juga tentang pengembangan nilai-nilai filosofis dan budaya bangsa secara menyeluruh. Dalam konteks ini, kajian mendalam terhadap pendidikan menjadi penting agar kita dapat memahami landasan pendidikan secara lebih jelas (Sujana, 2019).

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang dapat menentukan sumber daya manusia. Tingkat Pendidikan dapat berpengaruh terhadap perilaku hidup sehat dan keadaan kesehatan masyarakat. Maka dari itu, Pendidikan merupakan faktor penentu perilaku ibu rumah tangga dalam asupan yodium di rumah tangga (Nadimin, 2015).

2. Perilaku ibu

Perilaku merupakan faktor penting yang memengaruhi derajat kesehatan masyarakat. Perilaku manusia memiliki dampak besar terhadap kesehatan individu, keluarga, dan masyarakat secara keseluruhan. Beberapa faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan termasuk kebiasaan, adat istiadat, kepercayaan, pendidikan sosial ekonomi, dan perilaku-perilaku lain yang melekat pada individu. Perilaku merupakan keseluruhan atau totalitas kegiatan akibat belajar dari pengalaman sebelumnya dan dipelajari melalui proses penguatan dan pengkondisian (Obella,2015). Perilaku ibu rumah tangga dalam asupan garam beryodium dan pangan beryodium dapat dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu pengetahuan ibu,sikap ibu,dan praktik ibu,dalama supan garam beryodium dan pangan beryodium.

a. Pengetahuan Ibu

Pengetahuan memainkan peran krusial dalam tindakan seseorang. Pengetahuan adalah pemahaman dan informasi yang dimiliki oleh seseorang tentang dunia, konsep, fakta, dan prinsip-prinsip yang diperoleh melalui pengalaman, belajar, dan pemrosesan informasi. Tanpa pengetahuan yang memadai, seseorang akan kesulitan dalam mengambil keputusan yang baik dan membuat tindakan yang efektif. Pengetahuan memberikan dasar bagi seseorang untuk memahami konteks suatu situasi atau masalah. (magfirah, 2021).

b. Sikap Ibu

Sikap merupakan suatu penilaian emosional atau afektif, disamping untuk komponen kognitif (pengetahuan terhadap suatu objek) dan manifestasi dari sikap tidak

Dapat langsung terlihat tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup. Sikap bukanlah perilaku langsung, melainkan suatu kecenderungan atau predisposisi terhadap perilaku. Sikap melibatkan keyakinan, perasaan, dan evaluasi terhadap suatu obyek atau situasi. Dalam konteks ini, sikap mencerminkan bagaimana seseorang mempersepsikan dan menilai obyek tersebut, serta kecenderungan mereka untuk bertindak sesuai dengan evaluasi mereka. Sikap dapat mempengaruhi perilaku seseorang dengan mengarahkan atau memotivasi mereka untuk berperilaku secara konsisten dengan sikap yang mereka miliki (Hendracipta, 2016).

c. Praktik Ibu

Praktik adalah perwujudan dari pengetahuan yang diperoleh dan merupakan bentuk nyata dari sikap seseorang. sikap terdiri dari tiga komponen pokok yang saling terkait dan membentuk sikap secara keseluruhan. Berikut adalah penjelasan singkat tentang setiap komponen: Kepercayaan atau keyakinan, ide, dan konsep terhadap objek: Ini mencakup pemikiran dan keyakinan seseorang terhadap objek atau situasi tertentu. Kehidupan emosional atau evaluasi orang terhadap objek: Ini melibatkan penilaian dan perasaan individu terhadap objek atau situasi, dan Kecenderungan untuk bertindak: Komponen ini mencerminkan kecenderungan individu untuk bertindak atau berperilaku sesuai dengan sikap yang dimiliki (Mardiana, 2015).