

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Upaya Perbaikan gizi masyarakat dilakukan untuk meningkatkan mutu gizi perorangan dan masyarakat. Salah satu upaya adalah dengan perbaikan pola konsumsi makanan yang sesuai dengan gizi seimbang. Gizi Seimbang adalah susunan pangan sehari-hari yang mengandung zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh, dengan memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih dan mempertahankan berat badan normal untuk mencegah masalah gizi (Kemenkes RI , 2014).

Tubuh memerlukan energi sebagai sumber tenaga untuk segala aktivitas. Energi diperoleh dari makanan sehari-hari yang terdiri dari berbagai zat gizi terutama karbohidrat dan lemak. Energi yang dipergunakan untuk melakukan pekerjaan, dilepaskan dalam tubuh pada proses pembakaran zat-zat makanan. Dengan mengukur jumlah energi yang dikeluarkan itu dapat diketahui berapa banyak makanan yang diperlukan untuk menghasilkannya (Sediaoetama, 2000). Kebutuhan energi seseorang adalah konsumsi energi dari makanan yang diperlukan untuk menutupi pengeluaran energi seseorang bila ia mempunyai ukuran dan komposisi tubuh dengan aktivitas yang sesuai dengan kesehatan jangka panjang dan yang memungkinkan pemeliharaan aktivitas fisik yang dibutuhkan secara sosial dan ekonomi (Beck dan Almatier , 2011).

Kecukupan gizi atau kecukupan energi pada balita masih menjadi masalah Kesehatan masyarakat terutama di negara berkembang. Prevalensi stunting, wasting

dan underweight masih tinggi di negara-negara dengan pendapatan perkapita rendah. Defisiensi makronutrien seperti stunting, wasting dan underweight merupakan masalah yang ada di Indonesia. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan RI tahun 2018 menunjukkan proporsi status gizi buruk dan gizi kurang balita tahun 2007-2018 yaitu 17,7%. Angka tersebut terdiri atas balita yang mengalami gizi buruk pada tahun 2007 sebesar 5,4%, tahun 2013 sebesar 5,7% dan tahun 2018 sebesar 3,9% sedangkan prevalensi balita yang mengalami gizi kurang pada tahun 2007 sebesar 13,0%, tahun 2013 13,9%, dan pada tahun 2018 sebesar 13,8%.

Kurang lebih 1/3 kematian anak balita disebabkan oleh kekurangan gizi. Balita merupakan salah satu kelompok rawan gizi yang berisiko mengalami defisiensi makronutrient. Balita adalah individu atau sekelompok individu dari suatu penduduk yang berada dalam rentan usia tertentu. Usia balita dapat dikelompokkan menjadi tiga golongan yaitu golongan usia bayi (0-2 tahun), golongan balita (2-3 tahun), dan golongan prasekolah (>3-5 tahun). Adapun menurut WHO, kelompok balita adalah 0-60 bulan (Adriani dan Bambang, 2014).

Konsumsi energi terutama dibutuhkan untuk metabolisme zat gizi mikro. Anjuran atau rekomendasi konsumsi energi dan zat gizi yang tidak tepat dapat berisiko pada gangguan pertumbuhan anak. Selama ini anjuran konsumsi gizi di Indonesia berdasarkan rekomendasi pakar pada pertemuan ilmiah Widya Karya Pangan dan Gizi yang dilakukan secara periodik. Anjuran tersebut mengacu pada ketetapan FAO/WHO/UNU 2001 yang menggunakan data bayi dari negara maju dan berkembang hasil penelitian FAO /WHO/UNU 2001). Rekomendasi AKG tersebut kemungkinan tidak sesuai dengan kebutuhan anak di Indonesia. Untuk menentukan

kebutuhan energi pada bayi dibutuhkan ketersediaan data basal metabolisme rate (BMR), umur, jenis kelamin, status gizi, aktifitas, suhu tubuh, status kesehatan dan konsumsi energi.

Kekurangan konsumsi energy dalam waktu yang relative lama akan berdampak terhadap pertambahan berat badan, yaitu terjadinya penurunan berat badan. Sebaliknya, apabila terjadi kelebihan konsumsi energy akan berdampak terhadap kenaikan berat badan. Kelebihan atau kekurangan energy yang dikenal dengan tingkat konsumsi energy seseorang dapat diestimasi dengan membandingkan konsumsi energy riil dibandingkan dengan angka kecukupan energy yang bersangkutan. Angka kecukupan energy yang sering digunakan dalam mengeestimasi tingkat konsumsi energy adalah angka kecukupan energy rata-rata menurut kelompok umur dan jenis kelamin yng terdapat dalam angka kecukupan gizi (AKG) yang dianjurkan bagi masyarakat Indonesia. Apabila dicermati, angka kecukupan energy dalam AKG berdasarkan berat badan sehat rata-rata menurut jenis kelamin dan kelompok umur. Sedangkan kita ketahui setiap individu dalam kelompok umur menurut jenis kelamin berbeda.

Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia yang selanjutnya disingkat AKG adalah suatu nilai yang menunjukkan kebutuhan rata-rata zat gizi tertentu yang harus dipenuhi setiap hari bagi hampir semua orang dengan karakteristik tertentu yang meliputi umur, jenis kelamin, tingkat aktivitas fisik, dan kondisi fisiologis, untuk hidup sehat. Angka Kecukupan Gizi (AKG) merupakan suatu kecukupan rata-rata zat gizi setiap hari bagi semua orang menurut golongan umur, jenis kelamin, ukuran tubuh, aktivitas tubuh untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal.

Rata-rata angka kecukupan energi bagi masyarakat Indonesia adalah 2.100 kilo kalori per orang per hari (Kemenkes RI , 2019).

Kebutuhan energi merupakan jumlah energi dari makanan/minuman yang dibutuhkan untuk menyeimbangkan dengan pengeluaran energi, agar seseorang dapat mempertahankan berat badan, komposisi tubuh, taraf aktivitas yang dibutuhkan untuk mendukung Kesehatan tubuh dalam jangka panjang. Ada banyak cara/metode untuk mengukur kebutuhan energi seperti Du Bois, Harris Benedict, cara cepat, kalori perkilogram berat badan, dan cara FAO/WHO/UNU.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan kajian menghitung angka kecukupan energi anak laki-laki dan perempuan pada kelompok umur 1-3 tahun dengan pendekatan energi per Kg BB dan angka kecukupan energy berdasarkan kelompok umur dan jenis kelamin dalam angka kecukupan gizi sesuai dengan PMK No.28 tahun 2019.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah “Cara mengestimasi angka kebutuhan energi yang manakah antara angka kebutuhan energi per kilogram BB dan cara Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan bagi masyarakat Indonesia yang lebih mendekati keadaan sebenarnya?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui selisih energi angka kebutuhan energi berdasarkan per kilogram berat badan anak umur 1-3 tahun dengan Angka Kecukupan Gizi yang dianjurkan.

2. Tujuan Khusus

- a. Menghitung angka kebutuhan berdasarkan per kilogram berat badan sehat anak umur 1-3 tahun.
- b. Mengidentifikasi angka kebutuhan energi berdasarkan per kilogram berat badan anak umur 1-3 tahun yang berada dibawah angka kecukupan energi menurut angka kecukupan gizi.
- c. Mengidentifikasi angka kebutuhan energi berdasarkan per kilogram berat badan anak umur 1-3 tahun yang berada diatas angka kecukupan energi menurut angka kecukupan gizi.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi atau literatur dalam perkembangan ilmu pengetahuan dan menambah wawasan penelitian tentang kebutuhan energi anak umur 1-3 tahun.

2. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada seluruh masyarakat dan pembaca tentang pentingnya memperhatikan kebutuhan energi anak umur 1-3 tahun.