

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Balita adalah anak usia 12 bulan sampai 59 bulan, periode penting dalam tumbuh kembang anak adalah pada masa balita. Kebutuhan zat gizi anak pada usia 2-5 tahun meningkat karena masih berada pada masa pertumbuhan cepat dan aktivitasnya semakin meningkat. Balita sudah mempunyai pilihan terhadap makanan yang disukai termasuk makanan jajanan (Kemenkes, 2014). Usia balita tergolong sebagai tahapan perkembangan anak yang cukup rentan terhadap berbagai serangan penyakit, termasuk penyakit yang disebabkan oleh kekurangan atau kelebihan asupan gizi tertentu (Kemenkes, 2015). Nutrisi yang tidak adekuat merupakan salah satu penyebab gangguan gizi pada balita, dimana balita yang nutrisinya tidak cukup akan berdampak pada gangguan gizi seperti kependekan atau *stunting* (Sulistianingsih dan Desi, 2015).

Stunting adalah kondisi gagal tumbuh pada anak balita akibat dari kekurangan gizi kronis sehingga anak terlalu pendek untuk usianya. Kekurangan gizi terjadi sejak bayi dalam kandungan dan pada masa awal setelah bayi lahir akan tetapi, kondisi *stunting* baru nampak setelah bayi berusia 2 tahun (Kemenkes, 2018). *Stunting* merupakan kondisi balita yang memiliki panjang atau tinggi badan kurang jika dibandingkan dengan umur. Kondisi ini diukur dengan panjang atau tinggi badan yang lebih dari minus dua standar deviasi median standar pertumbuhan anak dari WHO (Kemenkes RI, 2018).

Balita *stunting* termasuk masalah gizi kronik yang disebabkan oleh banyak faktor seperti kondisi sosial ekonomi, gizi ibu saat hamil, kesakitan pada bayi, dan kurangnya asupan gizi pada bayi. Balita *stunting* di masa yang akan datang akan mengalami kesulitan dalam mencapai perkembangan fisik dan kognitif yang optimal (Kemenkes RI, 2018). Menurut WHO dampak jangka pendek dari *stunting* diantaranya peningkatan

kesakitan dan kematian, perkembangan kognitif, motorik, dan verbal pada anak tidak optimal, dan biaya kesehatan meningkat, dan untuk dampak jangka panjang diantaranya postur tubuh yang tidak optimal saat dewasa, meningkatnya risiko obesitas dan penyakit lain, menurunnya kesehatan reproduksi, kapasitas belajar dan performa yang kurang optimal saat masa sekolah, produktivitas dan kapasitas kerja tidak optimal (Pusdatin, 2018).

Protein merupakan zat yang membantu untuk membangun sel tubuh sehingga sangat penting bagi balita yang berada dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan. Selain itu protein berfungsi sebagai pengganti sel tubuh yang rusak (Azmy dan Luki, 2018). Protein juga digunakan untuk pertumbuhan dan perbaikan sel – sel. Protein yang cukup akan mampu melakukan fungsinya untuk proses pertumbuhan. Jika pola asupan protein yang tercukupi, maka proses pertumbuhan akan berjalan lancar dan juga akan menyebabkan sistem kekebalan tubuh bekerja dengan baik, Jika konsumsi protein rendah, maka akan mempengaruhi asupan protein di dalam tubuh yang nantinya akan mempengaruhi produksi dan kerja dari hormon insulin-like growth factor-1 (IGF-1). IGF-1 atau dikenal juga sebagai somatomedin merupakan hormon polipeptida yang berfungsi sebagai mitogen dan stimulator proliferasi sel dan berperan penting dalam proses perbaikan dan regenerasi jaringan. IGF-1 juga memediasi proses anabolik protein dan meningkatkan aktivitas Growth Hormone (GH) untuk pertumbuhan (Mitra, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sulistiaingsih, dan Desi (2015) ditemukan bahwa protein berhubungan dengan kejadian *stunting*. Hal ini sesuai dengan kajian teori bahwa fungsi protein adalah sebagai zat pembangun. Protein berfungsi dalam menjalankan regulasi tubuh dan pembentukan DNA baru bagi tubuh. Kekurangan protein dalam jangka panjang akan menyebabkan terganggunya regulasi tubuh dan hormon pertumbuhan dapat terganggu yang dapat menyebabkan gangguan gizi seperti *stunting*.

Penelitian yang dilakukan oleh Heriyati, Ninna, dan Farida (2016) menyatakan bahwa hasil analisis menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat konsumsi protein dengan kejadian *stunting* pada anak usia 25-59 bulan.

Karbohidrat merupakan penyedia energi utama, apabila kebutuhan karbohidrat tidak terpenuhi maka peran tersebut akan digantikan oleh lemak dan protein (Helmi, 2013). Apabila karbohidrat dalam tubuh tidak dapat memenuhi kebutuhan energi maka protein akan dirubah menjadi sumber energi, akibatnya protein tidak dapat menjalankan fungsinya sebagai zat pembangun, sehingga pertumbuhan anak akan terhambat (Sutomo dan Anggraini, 2010). Semakin kurang konsumsi karbohidrat maka berisiko 1,7 kali lebih besar mengalami *stunting* (Azmy dan Luki, 2018).

Lemak atau lipid merupakan salah satu nutrisi diperlukan tubuh karena berfungsi menyediakan energi paling besar dibandingkan zat gizi lainnya yaitu sebesar 9 kilokalori/gram dan berfungsi melarutkan vitamin larut lemak seperti A, D, E, K (Ernawati, dkk, 2019). Lemak dalam tubuh bermanfaat sebagai sumber energi dan melarutkan vitamin sehingga dapat mudah diserap oleh usus. Asupan lemak yang berasal dari makanan apabila kurang maka akan berdampak pada kurangnya asupan kalori atau energi untuk proses aktivitas dan metabolisme tubuh (Diniyyah, dan Triska, 2017).

Saat tubuh kekurangan lemak, persediaan lemak akan kurang sehingga tubuh menjadi kurus yang menyebabkan pertumbuhan menurun (Helmi, 2013). Lemak berhubungan dengan status gizi TB/U dikarenakan dalam lemak terkandung asam lemak esensial yang memiliki peran dalam tubuh. Selain itu simpanan energi dapat berasal dari konsumsi lemak dan lemak sebagai alat pengangkut dan pelarut vitamin larut lemak dalam tubuh dimana fungsi-fungsi tersebut sangat mempengaruhi pertumbuhan balita. Semakin kurang konsumsi lemak maka berisiko 1,7 kali lebih besar mengalami *stunting* (Azmy dan Luki, 2018).

Kemenkes (2019) menyatakan prevalensi *stunting* di Indonesia mengalami penurunan pada dari 30,8% tahun 2018 menjadi 27,67% tahun 2019, namun masih belum mencapai target nasional 2024 balita *stunting* sebesar 14%, sehingga hingga kini *stunting* masih menjadi masalah nasional. Prevalensi balita *stunting* di Kabupaten Wonogiri pada tahun 2020 sebesar 8,05%, Kecamatan Ngadirojo menempati peringkat kedua terbanyak balita *stunting* di Kabupaten Wonogiri yaitu sebesar 11,09%, sedangkan Desa Ngadirojo Kidul memiliki prevalensi balita *stunting* tertinggi di Kecamatan Ngadirojo yaitu sebesar 16,46%.

Berdasarkan survei pendahuluan tersebut peneliti ingin mengetahui apakah terdapat hubungan tingkat konsumsi zat gizi makro dengan status *stunting* pada balita di Desa Ngadirojo Kidul Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Wonogiri.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut dapat diketahui rumusan masalah apakah terdapat hubungan antara “Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro dengan Status Stunting pada Balita di Desa Ngadirojo Kidul Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Wonogiri”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan tingkat konsumsi zat gizi makro dengan status *stunting* pada balita di Desa Ngadirojo Kidul Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Wonogiri.

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan tingkat konsumsi protein pada balita di Desa Ngadirojo Kidul Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Wonogiri.
- b. Mendeskripsikan tingkat konsumsi karbohidrat pada balita di Desa Ngadirojo Kidul Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Wonogiri.

- c. Mendeskripsikan tingkat konsumsi lemak pada balita di Desa Ngadirojo Kidul Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Wonogiri.
- d. Mendeskripsikan status stunting pada balita di Desa Ngadirojo Kidul Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Wonogiri.
- e. Menganalisis tingkat konsumsi protein dengan status stunting pada balita di Desa Ngadirojo Kidul Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Wonogiri.
- f. Menganalisis tingkat konsumsi karbohidrat dengan status stunting pada balita di Desa Ngadirojo Kidul Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Wonogiri.
- g. Menganalisis tingkat konsumsi lemak dengan status stunting pada balita di Desa Ngadirojo Kidul Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Wonogiri.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan memiliki manfaat baik secara langsung maupun tidak langsung, adapun manfaat penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagi Puskesmas Ngadirojo Kidul

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi tentang hubungan tingkat konsumsi zat gizi makro dengan status stunting pada balita sehingga dapat menjadi masukan untuk bahan perencanaan dan penanggulangan masalah stunting di Desa Ngadirojo Kidul Kecamatan Ngadirojo Kabupaten Wonogiri.

2. Bagi Dinas Kesehatan Kabupaten Wonogiri

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan masukan informasi dalam menyusun kebijakan dan strategi program kesehatan untuk menanggulangi masalah status stunting pada balita di Kabupaten Wonogiri.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian diharapkan dapat sebagai referensi untuk peneliti selanjutnya mengenai hubungan tingkat konsumsi zat gizi makro dengan status stunting pada balita.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini dibatasi perihal hubungan asupan zat gizi makro dengan status stunting pada balita.