

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Era globalisasi yang dicirikan oleh pesatnya perdagangan, industri pengolahan pangan, jasa dan informasi akan mengubah gaya hidup dan pola konsumsi makan masyarakat, terutama di perkotaan. Dalam waktu relatif singkat telah diperkenalkan selera makan gaya *fast food* maupun *health food* yang populer di Amerika dan Eropa. Budaya makan telah berubah menjadi tinggi lemak jenuh dan gula, rendah serat dan rendah zat gizi mikro. Perubahan selera makan ini cenderung menjauhi konsep makan seimbang, sehingga berdampak negatif terhadap kesehatan dan gizi (Baliwati, 2004).

Perubahan gaya hidup masyarakat masa kini turut mempengaruhi pola konsumsi dengan maraknya makanan instan. Makanan instan atau siap saji kian digemari sebagai makanan pengganti nasi, salah satunya adalah mie instan. Pergeseran pola konsumsi ini dimungkinkan karena mie dapat diproses dengan mudah, disajikan dengan praktis dan dapat memenuhi selera sebagian besar masyarakat, baik orang dewasa maupun anak – anak (Kurnianingsih, 2007). Mie instan adalah makanan favorit dari semua kalangan masyarakat terutama bagi orang yang memiliki kesibukan yang sangat banyak sehingga tidak sempat untuk membuat ataupun membeli makanan yang sehat (Fahmi, 2010).

Mie instan belum dapat dianggap sebagai makanan penuh (*wholesome food*) karena belum mencukupi kebutuhan gizi yang seimbang bagi tubuh. Mie yang terbuat dari terigu mengandung karbohidrat dalam jumlah besar, tetapi kandungan

protein, vitamin, dan mineralnya hanya sedikit. Pemenuhan gizi mie instan dapat diperoleh jika ada penambahan sayuran dan sumber protein (Fahmi, 2010). Kebiasaan mengonsumsi mie siap saji tanpa tambahan sayur dan protein menjadi kurang tepat karena tidak semua kebutuhan zat gizi terpenuhi. Selain bahan tambahan yang ada di dalamnya, mie instan juga rendah serat, serat dalam makanan juga diperlukan untuk menjaga kesehatan saluran cerna, wasir, maupun kanker usus dikemudian hari (Anonim, 2008).

Di Indonesia, mie digemari berbagai kalangan, mulai anak – anak hingga lanjut usia. Alasannya, sifat mie yang enak, praktis dan mengenyangkan. Kandungan karbohidrat yang tinggi, menjadikan mie digunakan sebagai sumber karbohidrat pengganti nasi. Selain itu, mie instan juga sering dijadikan solusi untuk mengatasi balita yang sulit makan, padahal jika pemberian mie instan ini dibiasakan terhadap anak sejak usia dini, mereka akan merasa ketagihan dan pada akhirnya hanya mau mengonsumsi mie instan saja karena rasanya yang gurih dan tekstur yang lembut, serta warnanya yang mencolok (Ismullah, 2010).

Balita usia prasekolah mempunyai kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji, yang umumnya memiliki energi tinggi karena 45 – 50%nya berasal dari lemak (Irene, 2009). Dataconsult (1995) melaporkan bahwa konsumsi mie instan oleh masyarakat Indonesia diperkirakan terus meningkat dengan laju sekitar 15% pertahun. Berdasarkan salah satu merk mie instan, dalam 85 gram mie instan mengandung 420 kkal energi dengan jumlah lemak 18 gram, protein 7 gram, karbohidrat 57 gram. Jika dibandingkan dengan nasi dalam berat yang sama mengandung 148,75 kkal, 3,4 gram protein, dan 34 gram karbohidrat (DKBM, 2009).

Menurut data Riskesdas, dari kurun waktu tahun 2007 hingga tahun 2010, prevalensi gizi kurang pada balita tidak mengalami kenaikan ataupun penurunan (tetap), yaitu 13%. Walaupun begitu, jumlah ini masih belum memenuhi target pemerintah untuk mencapai MDGs pada tahun 2015, yaitu 11,9%. Dalam kerangka UNICEF (1998) mengenai penyebab terjadinya masalah gizi, faktor asupan makanan merupakan penyebab langsung terjadinya kurang gizi. Pada umumnya, balita membutuhkan asupan energi dan protein yang cukup untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal (Brown, 2005). Asupan makan yang beragam juga diperlukan untuk memenuhi kebutuhan zat gizi penting yang lain. Namun yang sering terjadi pada rentang usia balita adalah asupan makan anak cenderung kurang karena anak menolak makan yang tidak disukai dan hanya mengonsumsi makanan favoritnya (Kurniasih, dkk, 2010).

Penelitian yang dilakukan oleh Anggi (2011), balita dengan frekuensi konsumsi mie instan tinggi adalah 58,6% dan 48,5% untuk tingkat konsumsi mie instan rendah. Penelitian Handayani (2004) mengungkapkan bahwa frekuensi konsumsi mie instan pada sebagian besar keluarga miskin adalah 40%, sedangkan konsumsi mie instan pada keluarga tidak miskin 30%. Konsumsi mie instan yang terlalu banyak juga dikhawatirkan dapat mengakibatkan efek kurang baik bagi tubuh, terutama anak – anak yang berada dalam masa pertumbuhan. Konsumsi mie instan secara tunggal dan terus menerus membuat tubuh akan mengalami kekurangan atau kelebihan beberapa zat gizi (Winarno, 2002). Dahl, Heine, dan Tassinari dalam Pipes (2003) mengungkapkan bahwa asupan garam yang tinggi pada usia dini dapat meningkatkan risiko hipertensi pada saat dewasa. Sebuah studi yang dilakukan oleh Kim, *et al.* (2005) juga membuktikan bahwa anak –

anak dan remaja yang mengkonsumsi mie instan cenderung memiliki asupan lemak dan garam berlebih dibandingkan dengan yang tidak mengkonsumsi mie instan.

Berdasarkan jumlah permintaan mie instan dalam kurun waktu tahun 2008 hingga 2010, Indonesia menempati peringkat kedua di dunia setelah China. Dalam kurun waktu tersebut jumlah permintaan mie instan di Indonesia mengalami peningkatan dari 13,7 miliar bungkus pada tahun 2008 hingga 14,5 milyar bungkus pada tahun 2010 (WINA 2010). Jumlah permintaan yang tinggi menandakan bahwa tingkat konsumsi mie instan di Indonesia juga cenderung tinggi. Dari tahun 1999 – 2002, tingkat konsumsi mie instan di perkotaan mengalami pertumbuhan dengan laju kenaikan 33,3%. Sedangkan di pedesaan, tingkat konsumsi mie instan mengalami pertumbuhan dengan laju kenaikan 50% (BPS, 1990-2002 dalam Martianto dan Ariani, 2004). Sedangkan dari kurun waktu tahun 1999 – 2004, konsumsi mie instan per bungkus secara Nasional mengalami kenaikan dengan laju kenaikan sekitar 19,2% (Susenas 1999, 2002, 2004, BPS). Peningkatan konsumsi mie instan secara umum ini diprediksi akan meningkatkan konsumsi mie instan pada anak karena menurut penelitian yang dilakukan oleh Handayani (2004), konsumen mie instan pada sebagian besar keluarga baik miskin maupun tidak miskin adalah anak.

Tingginya konsumsi mie instan secara umum disebabkan oleh beberapa faktor, satu diantaranya adalah umur dan jenis kelamin. Menurut Allen, et al. (2003) dalam Marotz (2005), terdapat perbedaan makan antara balita umur 12 – 24 bulan dengan balita umur > 24 bulan, nafsu makannya mulai meningkat seiring dengan terbentuknya preferensi makan. Selain itu, terdapat perbedaan asupan

energi dan zat gizi lain antara laki – laki dan perempuan. Pada beberapa studi, laki – laki mengkonsumsi makanan dalam jumlah banyak sehingga menghasilkan asupan energi dan zat gizi yang lebih tinggi daripada perempuan (Pipes, 1993). Varian konsumsi antar umur dan jenis kelamin ini dapat dikaitkan dengan perilaku konsumsi mie instan. Secara umum, di negara berkembang, ibu memainkan peranan penting dalam memilih dan mempersiapkan pangan untuk dikonsumsi anggota keluarga. Pengetahuan gizi ibu akan mempengaruhi jenis pangan dan mutu gizi makanan yang dikonsumsi anggota keluarga. Pengetahuan gizi ibu akan mempengaruhi jenis pangan dan mutu gizi makanan yang dikonsumsi anggota keluarga (Suhardjo, 1989). Ibu yang memiliki pengetahuan dan kesadaran terhadap gizi yang tinggi juga akan menularkan kebiasaan makan yang sehat bagi keluarganya (Hardinsyah, 2007). Menurut Sediaoetama 1991), tingkat pengetahuan gizi seseorang berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam memilih makanan yang menentukan mudah tidaknya seseorang memahami manfaat kandungan gizi dari makanan yang dikonsumsi. Pengetahuan gizi yang baik diharapkan mempengaruhi konsumsi makanan yang baik pula, pengetahuan gizi juga mempunyai peranan yang sangat penting dalam pembentukan kebiasaan makan seseorang.

Perumahan villa Balaraja kabupaten Tangerang adalah perumahan sederhana yang sebagian warganya adalah kelompok ibu yang masih memiliki anak usia balita. Pengetahuan dan perilaku ibu yang kurang memahami kebutuhan gizi balita merupakan masalah dalam perkembangan kesehatan balita (Baliwati, dkk, 2004). Perilaku sehat adalah perilaku – perilaku atau kegiatan – kegiatan yang berkaitan dengan upaya mempertahankan dan meningkatkan kesehatan. Satu

diantara perilaku sehat adalah makan dengan menu seimbang. Menu seimbang disini adalah pola makan sehari – hari yang memenuhi kebutuhan nutrisi tubuh baik menurut kuantitas maupun kualitas (Becker dikutip Notoatmodjo, 2005).

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan pengetahuan ibu tentang mie instan dengan perilaku konsumsi mie instan pada balita di RW. 04 Perumahan Villa Balaraja Kabupaten Tangerang tahun 2013.

1.2 Identifikasi Masalah

Perilaku konsumsi mie instan pada balita dipengaruhi oleh beberapa faktor satu diantaranya adalah pengetahuan ibu, sikap, pendidikan ibu, dan keterpaparan sumber informasi. Berikut ini adalah identifikasi masalah yang ditemukan di tempat penelitian, yaitu :

1. Masih kurangnya pengetahuan ibu tentang kandungan gizi yang terdapat dalam mie instan dan penambahan bahan makanan lain dalam mie instan agar menjadi makanan yang bergizi seimbang.
2. Mie instan diberikan pada balita tanpa tambahan sayuran dan sumber protein lainnya.
3. Masih kurangnya kesadaran ibu tentang dampak pemberian mie instan secara berlebihan pada balitanya.
4. Banyaknya iklan dalam televisi tentang mie instan.

1.3 Pembatasan Masalah

Karena keterbatasan penulis dalam menyelesaikan penelitian ini, maka peneliti membatasi penelitian ini pada pengetahuan ibu tentang mie instan dan perilaku konsumsi mie instan pada balita di RW. 04 Perumahan Villa Balaraja Kabupaten Tangerang tahun 2013.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :

Apakah ada hubungan pengetahuan ibu tentang mie instan dan perilaku konsumsi mie instan pada balita di RW. 04 Perumahan Villa Balaraja Kabupaten Tangerang tahun 2013?

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan ibu tentang mie instan dan perilaku konsumsi mie instan pada balita di RW. 04 Perumahan Villa Balaraja Kabupaten Tangerang tahun 2013.

1.5.2 Tujuan Khusus

1.5.2.1. Mengidentifikasi pengetahuan ibu tentang mie instan di RW. 04 Perumahan Villa Balaraja Kabupaten Tangerang tahun 2013.

1.5.2.2. Mengidentifikasi perilaku konsumsi mie instan pada balita di RW. 04 Perumahan Villa Balaraja Kabupaten Tangerang tahun 2013.

1.5.2.3. Menganalisis hubungan antara pengetahuan ibu tentang mie instan dengan perilaku konsumsi mie instan pada balita di RW. 04 Perumahan Villa Balaraja Kabupaten Tangerang tahun 2013.

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak, terutama :

1.6.1 Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman dalam menganalisis secara ilmiah suatu permasalahan dengan mengaplikasikan dengan teori – teori yang ada dan teori – teori yang diperoleh selama mengikuti perkuliahan di program studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu – Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul Jakarta.

1.6.2 Bagi Ibu Balita

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan ibu tentang pemenuhan kebutuhan gizi balita dan makanan yang baik untuk balita dengan harapan ibu balita dapat menerapkan pengetahuan yang telah didapatkan untuk dapat diterapkan dalam kehidupan sehari – hari dalam menyediakan hidangan untuk balita serta dapat memperkenalkan kepada balita makanan yang sehat dan sesuai dengan kebutuhan.

1.6.3 Bagi Fikes Esa Unggul

Data yang diperoleh dapat digunakan sebagai tambahan bacaan dalam perpustakaan untuk menambah pengetahuan bagi mahasiswa khususnya bagi pembaca dan menjadi bahan sumber data bagi penelitian berikutnya.