

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Periode usia 12-36 bulan (*toddler and preschooler*) merupakan periode yang rentan akan kurang gizi. Brown (2005) mengelompokkan usia 2-3 tahun ke dalam masa *toddler*. Pada periode usia ini, balita sedang mengalami penurunan kecepatan pertumbuhan diikuti dengan penurunan nafsu makan, padahal balita membutuhkan makanan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan gizinya (Brown, 2005). Kekurangan gizi pada periode usia ini berhubungan erat dengan lambatnya pertumbuhan, menurunnya daya tahan tubuh, mengurangi kecerdasan serta produktivitas (Kurniasih, dkk, 2010).

Menurut data Riskesdas, dari kurun waktu 2007 hingga tahun 2010, prevalensi gizi kurang pada balita tidak mengalami kenaikan atau 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 ini adalah asupan makan

anak cenderung kurang karena anak menolak makan yang tidak disukai dan hanya mau mengonsumsi makanan favoritnya (Kurniasih, dkk, 2010).

Berdasarkan data dari Badan Ketahanan Pangan (2008), bentuk pangan berbahan terigu yang paling diminati masyarakat adalah mie instan. Mie instan memiliki rasa yang gurih, tekstur yang lembut, dan warna yang mencolok sehingga sangat disukai anak, terutama usia balita. Oleh sebab itu, mie instan sering dijadikan solusi untuk mengatasi balita yang sulit makan. Padahal, jika pemberian mie instan dibiasakan terhadap anak usia dini, mereka akan merasa ketagihan dan pada akhirnya hanya mau mengonsumsi mie instan saja (Ismullah, dkk, 2010).

Konsumsi mie instan yang terlalu banyak juga dikhawatirkan dapat mengakibatkan efek kurang baik bagi tubuh, terutama anak-anak yang berada dalam masa pertumbuhan. Mie instan yang dikonsumsi secara tunggal terus menerus membuat tubuh akan mengalami kekurangan beberapa zat gizi (Winarno, 2002), karena komposisi zat gizi mie instan yang tinggi kalori namun rendah protein, vitamin, mineral dan serat. Mie instan sebenarnya hanya merupakan salah satu makanan alternatif, jadi sebaiknya tidak dikonsumsi secara berlebihan atau dijadikan makanan pokok sehari-hari.

Selain itu, mie instan juga mengandung garam natrium yang cukup tinggi, berkisar dari 770-2250 mg/bungkus. Menurut WHO, kadar natrium yang direkomendasikan tidak lebih dari 100 mmol (sekitar 2,4 gram natrium atau 6 gram garam) perhari. Dahl, Heine, dan Tassinari dalam Pipes (2003) mengungkapkan bahwa asupan garam yang tinggi pada usia dini dapat

meningkatkan resiko hipertensi pada saat dewasa. Hal ini disebabkan karena asupan garam pada bayi dan balita dapat mengakibatkan sensitifitas terhadap garam secara genetik. Akibatnya konsumsi natrium menjadi tinggi dan menyebabkan konsentrasi natrium di dalam cairan ekstraseluler meningkat. Untuk menormalkannya, cairan intraseluler ditarik ke luar, sehingga volume cairan ekstraseluler meningkat. Meningkatnya volume cairan ekstraseluler tersebut menyebabkan meningkatnya volume darah, sehingga berdampak pada hipertensi.

Dalam penelitian ini juga menyatakan bahwa sumber natrium yang utama diantaranya adalah sodium carbonat dan Monosodium Glutamat (MSG), yaitu salah satu penyedap sintetis dan merupakan senyawa kimia yang dapat memperkuat atau memodifikasi rasa makanan sehingga makanan tersebut terasa lebih gurih dan nikmat. Kenneth, et al (1973) dalam AJCN (2012), melakukan percobaan pemberian makan tinggi MSG dan injeksi pada bayi monyet. Hasilnya tidak ada lesi hipotalamus tetapi pertumbuhan monyet terbelakang selama menerima suplemen tinggi MSG. Sedangkan pada tikus, hasilnya mencerminkan natrium berlebih dan depresi pertumbuhan dari konsumsi asam glutamat tersebut.

Hal lain yang kurang disadari adalah kandungan minyak dalam mie instan yang dapat mencapai 30% dari bobot kering (Wordprees.com, 2012). Sebuah study yang dilakukan oleh Kim, et al (2005) juga membuktikan bahwa anak-anak dan remaja yang sering mengkonsumsi mie instan cenderung memiliki asupan lemak dan garam berlebih dibandingkan dengan yang tidak mengkonsumsi mie instan. Frekuensi mie instan dengan bahan pelengkap dalam jumlah terbatas dapat memberikan pengaruh yang negatif terhadap tekanan darah dan kadar serum lipid (Lee, et al., 2009).

Berdasarkan jumlah permintaan mie instan dalam kurun waktu 2008 hingga 2011, Indonesia menempati peringkat kedua di dunia setelah China. Dalam kurun waktu tersebut jumlah permintaan mie instan di Indonesia mengalami peningkatan dari 13,7 milyar 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.

Faktanya, Indonesia merupakan negara pengonsumsi mie instan kedua setelah Jepang. Total konsumsi mie instan pada tahun 1993 mencapai kira-kira 5,6 milyar bungkus atau mencakup kira-kira 25% dari total konsumsi dunia (Media Gizi & Keluarga). Dari tahun 1999 hingga 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 1990 hingga 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 ini secara umum 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, adalah anak.

Tingginya konsumsi mie instan secara umum disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya 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). Variasi konsumsi antar umur dan jenis kelamin ini dapat dikaitkan dengan konsumsi mie instan.

Secara umum, di negara berkembang, ibu memainkan peranan penting dalam memilih dan mempersiapkan pangan untuk dikonsumsi anggota keluarga. Pendidikan dan pengetahuan gizi ibu akan mempengaruhi jenis pangan dan mutu gizi makanan yang dikonsumsi anggota keluarga (Suhardjo, 1989). Walaupun begitu, beberapa peneliti berpendapat bahwa tingkat pengetahuan gizi yang baik tidak selalu terwujud dalam perilaku makan yang baik karena adanya faktor daya beli yang rendah. Rumah tangga dengan proporsi pengeluaran yang lebih besar untuk konsumsi makanan menandakan bahwa rumah tangga tersebut berpenghasilan rendah (Hardinsyah, 2007). Dalam keluarga besar, pengeluaran pangan yang terbatas membuat terbatasnya pemilihan makanan, sehingga cenderung membelanjakan penghasilan untuk makanan yang ekonomis namun mengenyangkan.

1.2 Identifikasi Masalah

Mie instan merupakan makanan berbahan dasar terigu yang paling diminati masyarakat. Berdasarkan jumlah permintaan mie instan dalam kurun waktu tahun 2008 hingga 2010, Indonesia menempati peringkat kedua dunia

setelah China. Dalam kurun waktu tersebut, jumlah permintaan mie instan di Indonesia mengalami peningkatan dari 13,7 milyar bungkus pada tahun 2008 hingga 14,4 milyar bungkus pada tahun 2010. Selain itu, Indonesia merupakan negara pengonsumsi mie instan kedua terbesar setelah Jepang. Total konsumsi mie instan pada tahun 1993 mencapai kira-kira 5,6 milyar bungkus mencakup kira-kira 25% dari total konsumsi dunia. Dari kurun waktu tahun 1999 hingga 2004, konsumsi mie instan per bungkus secara nasional mengalami kenaikan dengan laju kenaikan sekitar 19,2%. Peningkatan ini terjadi baik di perkotaan maupun di perdesaan.

Penelitian Handayani (2004) mengungkapkan bahwa konsumen mie instan pada sebagian besar keluarga, baik miskin maupun tidak miskin adalah anak. Namun, penelitian tentang konsumsi mie instan pada anak-anak sangat jarang dilakukan, terutama anak usia balita. Padahal mie instan sering dijadikan solusi untuk mengatasi balita yang sulit makan. Jika pemberian mie instan ini dibiasakan terhadap balita, akan berakibat kurang baik bagi kebiasaan makan, pertumbuhannya, dan kesehatan di masa mendatang. Mie instan mengandung garam natrium dan lemak yang cukup tinggi, serta memiliki komposisi gizi yang kurang lengkap jika dikonsumsi secara tunggal terus-menerus, karena tinggi kalori namun rendah protein, vitamin, mineral, serat.

Kecamatan Buay Pemaca Kabupaten OKU Selatan merupakan salah satu kecamatan dengan jumlah balita terbanyak kedua setelah Kota Muaradua, DinKes Kota Muaradua tahun 2013. Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti, masyarakat Kecamatan Buay Pemaca masih memiliki kesadaran gizi

yang kurang, terutama pada kesehatan balita, dan tingkat sosial ekonomi yang cukup beragam. Hal ini yang membuat peneliti tertarik ingin meneliti di wilayah tersebut.

1.3 Pembatasan Masalah

Penelitian ini dilakukan pada balita usia 24-36 bulan saja, karena masa ini (*toddler*) dimana anak telah memiliki rasa ingin dan menolak terhadap suatu makanan akan tetapi penyediaan makanan masih sangat tergantung pada ibu balita, sehingga pendidikan dan pengetahuan gizi ibu juga akan diteliti sebagai faktor yang mempengaruhi konsumsi mie instan pada balita.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka akan timbul pertanyaan apakah ada hubungan antara pembelanjaan makanan, pendidikan ibu dan pengetahuan ibu dengan konsumsi mie instan pada balita usia 24-36 bulan di Kecamatan Buay Pemaca Kabupaten OKU Selatan?

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi mie instan pada balita usia 24-36 bulan di Kecamatan Buay Pemaca Kabupaten OKU Selatan Tahun 2013

1.5.2 Tujuan Khusus

- 1.5.2.1 Mengidentifikasi gambaran konsumsi mie instan (Energi, Lemak, Natrium dan Vitamin A) pada balita usia 24-36 bulan di Kecamatan Buay Pemaca Kabupaten OKU Selatan Tahun 2013
- 1.5.2.2 Mengidentifikasi gambaran karakteristik keluarga (pembelanjaan makanan, pengetahuan gizi ibu, dan pendidikan ibu) balita usia 24-36 bulan di Kecamatan Buay Pemaca Kabupaten OKU Selatan Tahun 2013
- 1.5.2.3 Menganalisis hubungan antara pembelanjaan makanan dengan konsumsi mie instan (Energi, Lemak, Natrium dan Vitamin A) pada balita usia 24-36 bulan di Kecamatan Buay Pemaca Kabupaten OKU Selatan Tahun 2013
- 1.5.2.4 Menganalisis hubungan antara pengetahuan gizi ibu dengan konsumsi mie instan (Energi, Lemak, Natrium dan Vitamin A) pada balita usia 24-36 bulan di Kecamatan Buay Pemaca Kabupaten OKU Selatan Tahun 2013
- 1.5.2.4 Menganalisis perbedaan rata-rata konsumsi mie instan (Energi, Lemak, Natrium dan Vitamin A) pada balita usia 24-36 berdasarkan pendidikan ibu di Kecamatan Buay Pemaca Kabupaten OKU Selatan Tahun 2013

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Bagi Praktisi

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi bagi Dinas Kesehatan kota Muaradua serta puskesmas di Kecamatan Buay Pemaca Kabupaten OKU Selatan tentang konsumsi mie instan pada balita usia 24-36 bulan. Informasi yang diberikan melalui hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan

untuk perencanaan program gizi pada balita, sehingga dapat meningkatkan kualitas asupan makan balita, tidak hanya makan mie instan, namun makan makanan yang beragam dan kaya akan zat gizi

1.6.2 Manfaat 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 di dapatkan untuk dapat diterapkan dalam kehidupan sehari- hari dalam menyediakan hidangan untuk balita serta dapat memperkenalkan kepada balita makanan yang sehat dan sesuai kebutuhan.

1.6.3 Manfaat Bagi Peneliti

- a. Sebagai penerapan pengetahuan ilmu gizi khususnya mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi mie instan.
- b. Digunakan sebagai syarat kelulusan Sarjana Gizi Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu – Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul.