

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa balita merupakan masa *golden age* karena pada masa ini seorang manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat. Anak usia di bawah lima tahun (Balita) ketika mengalami masa perkembangan meliputi dalam berpikir, berbicara, panca indra dan kemampuan motorik (Nurhidayah, 2020). *World Health Organization* (WHO) menunjukkan data pada tahun 2022 terdapat 145 juta anak di dunia kurang dari 5 tahun ke bawah mengalami stunting, 45 juta anak mengalami wasting dan 37 juta anak mengalami (*overweight* dan obesitas) (WHO, 2024). Anak usia 36-59 bulan tahun merupakan tahapan saat anak mengalami tumbuh kembang pesat sehingga kebutuhan gizi akan meningkat.

Masalah gizi pada anak dapat disebabkan karena rendahnya konsumsi makan, pola asuh anak, dan peningkatan konsumsi jajanan karena anak sudah bisa memilih makanan atau jajanan yang disukainya. Peran orang tua sangat menentukan asupan gizi pada anak, asupan gizi yang tidak sesuai akan menyebabkan anak kekurangan gizi (Perdani, *et al.*, 2017). Masa pertumbuhan diperlukan pemenuhan kebutuhan dasar yang optimal. Salah satunya hal yang harus dipenuhi adalah konsumsi kebutuhan gizi makro khususnya konsumsi protein yang berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan otak balita (Khotiah, 2020).

Peran protein terhadap pertumbuhan berkaitan dengan banyaknya hormon pertumbuhan yang disintesis oleh protein, sehingga semakin banyak hormon pertumbuhan yang disintesis oleh protein maka pertumbuhan terutama kaitannya dengan tinggi badan akan berlangsung baik. Kuantitas dan kualitas dari asupan protein memiliki efek terhadap level plasma *Insulin Growth Factor I* (IGF – I), protein matriks tulang serta faktor pertumbuhan yang berperan penting dalam formasi tulang. Pada masa pertumbuhan asupan gizi makro seperti protein yang kurang, akan mengganggu proses pertumbuhan sehingga berdampak pada terjadinya masalah gizi (*stunting*, *wasting* dan *underweight*) (Wati, 2021).

Ikan mengandung 15-20% protein dari keseluruhan berat badan hidup. Porsi ikan 140 gram dapat menyediakan sekitar 50-60% protein harian yang dibutuhkan. Dibandingkan dengan hewan darat, ikan merupakan sumber protein yang kaya dan memiliki kandungan asam lemak tak jenuh poli rantai panjang omega-3 yang tinggi. Ikan juga sebagai sumber pangan ekonomis, menawarkan alternatif yang lebih terjangkau dibanding dengan pangan hewani lainnya seperti daging sapi dan ayam. Ikan juga memiliki kemampuan daya serap protein yang tinggi dan mengandung berbagai senyawa bioaktif, yang disebabkan oleh panjang serat protein yang lebih pendek dibanding dengan daging sapi dan ayam (Ilfada, *et al.*, 2024).

Peningkatan konsumsi ikan dapat menjadi salah satu cara dalam mencegah terjadinya stunting. Ikan berperan penting sebagai sumber

energi, protein dan berbagai zat gizi esensial yang mengandung sekitar 20% dari semua protein hewani. Produk perikanan menjadi hal yang sangat penting karena sebagai sumber mikronutrien seperti vitamin dan mineral. Terutama berlaku untuk jenis ikan ukuran kecil yang dikonsumsi secara keseluruhan dari bagian kepala sampai tulang yang dapat menjadi sumber mineral penting seperti yodium, selenium, seng, besi, kalsium, fosfor, tidak lupa vitamin A dan vitamin D, serta vitamin dari kelompok B (Septiawati, 2021).

Indonesia sebagai negara maritim memiliki potensi sumber daya produk perikanan dari laut yang melimpah. Produksi ikan di laut Indonesia menunjukkan hasil yang semakin meningkat setiap tahun mencapai 7,7 juta ton/tahun 2021 (Umaroh dan Vinantia, 2018). Angka penghasilan ikan di Jawa Barat adalah sebesar 32.167 ton dengan jumlah konsumsi ikan perkapita 20,5 kilogram. Meskipun demikian jumlah ini masih jauh lebih rendah dibanding konsumsi ikan nasional 7,34 kilogram dan jauh lebih rendah dari total Provinsi Jawa Barat per tahun sebesar 38,23 kilogram (Amalia dan Arianto, 2024).

Kabupaten Pangandaran memiliki banyak Tempat Pelelangan Ikan (TPI) yang tersebar di beberapa kecamatan, diantaranya yaitu TPI Bojongsalawe di Kecamatan Parigi, TPI Batukaras dan TPI Nusawiru di Kecamatan Cijulang, TPI Pangandaran di Kecamatan Pangandaran, TPI Madasari, TPI Legokjawa dan TPI Muaragatahdi Kecamatan Cimerak, TPI Bagolo, TPI Ciawitali dan TPI Majingklak di Kecamatan Kalipucang

(Hendrawati, 2017).

Hasil data Dinas Kelautan, Perikanan dan Ketahanan Pangan Kabupaten Pangandaran (2022), Konsumsi protein di Kabupaten Pangandaran menunjukkan sebesar 52% yaitu 13 gram/hari dari 25 gram/hari dinyatakan kurang sedangkan anjuran asupan protein yaitu 80-110% (normal) (Kemenkes, 2020). Walaupun potensi perikanan laut di Kabupaten Pangandaran sangat tinggi, namun masalah konsumsi protein di wilayah Pangandaran juga masih rendah dari standar yang anjuran oleh Kementerian Kesehatan (KEMENKES). Data yang diperoleh dari Puskesmas Cijulang terdapat 114 balita di Desa Batukaras.

Sebagian besar masyarakat Batukaras adalah nelayan atau penangkap ikan, namun konsumsi protein sangatlah rendah pada balita sehingga terjadinya defisiensi protein pada balita selain itu, prevalensi *stunting* di Desa Batukaras paling tinggi 26% di daerah wilayah kerja Puskesmas Cijulang. Oleh karena itu, saya peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “hubungan konsumsi protein dari makanan laut dengan status gizi pada balita usia 36-59 bulan di Desa Batukaras”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan konsumsi protein dari makanan laut dengan status gizi pada balita di Desa Batukaras?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan konsumsi protein dari makanan laut dengan status gizi pada balita di Desa Batukaras.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis hubungan konsumsi protein dari makanan laut dengan indeks BB/U berdasarkan *z-score* pada balita usia 36-59 bulan di Desa Batukaras.
- b. Menganalisis hubungan konsumsi protein dari makanan laut dengan indeks BB/TB berdasarkan *z-score* pada balita usia 36-59 bulan di Desa Batukaras.
- c. Menganalisis hubungan konsumsi protein dari makanan laut dengan indeks TB/U berdasarkan *z-score* pada balita usia 36-59 bulan di Desa Batukaras.
- d. Menganalisis hubungan konsumsi protein dari makanan laut dengan indeks IMT/U berdasarkan *z-score* pada balita usia 36-59 bulan di Desa Batukaras.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Permasalahan yang diambil mencakup dengan hubungan konsumsi protein dari makanan laut dengan status gizi pada balita di Desa Batukaras.

2. Lingkup Metode

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rencana *cross sectional*.

3. Lingkup Keilmuan

Penelitian yang dilakukan ini termasuk dalam ruang lingkup gizi masyarakat.

4. Lingkup Sasaran

Sasaran penelitian ini adalah seluruh balita usia 36-59 bulan yang ada di Desa Batukaras

5. Lingkup Tempat

Peneliti ini dilakukan di Desa Batukaras Kabupaten Pangandaran

6. Lingkup Waktu

Penelitian Ini dilakukan pada Bulan Januari-Juli 2025

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Instansi Kesehatan

Peneliti berharap dalam penelitian yang dilakukan ini dapat memberikan informasi terkait hubungan konsumsi protein dari makanan laut dengan status gizi pada balita di Desa Batukaras.

2. Bagi Peneliti

Bagi peneliti dapat dijadikan sebagai referensi dan juga sumber peningkatan pengetahuan, serta dapat diimplementasikan teori dan ilmu selama perkuliahan, dan sebagai pengalaman baru dalam melakukan

penelitian.

3. Bagi Peneliti Lain

Peneliti berharap hasil dari penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi serta evaluasi pengembangan dalam penelitian untuk mengetahui hubungan konsumsi protein dari makanan laut dengan status gizi pada balita di Desa Batukaras.