

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Stunting merupakan kondisi di mana pertumbuhan dan perkembangan pada anak terganggu akibat asupan gizi yang tidak memadai dalam jangka waktu panjang, sehingga perawakan anak lebih rendah dari anak-anak seusianya serta berpotensi mengganggu kemampuan kognitif. Status *stunting* dilakukan dengan menggunakan nilai z-score yang berada di bawah -2 SD atau -3 SD, berdasarkan indikator Panjang Badan menurut Umur (PB/U) atau Tinggi Badan menurut Umur (TB/U). Proses ini melibatkan pengukuran antropometri yang kemudian dibandingkan dengan standar pertumbuhan yang ditetapkan oleh WHO untuk menentukan apakah seorang anak termasuk kategori pendek atau sangat pendek. (Anjani *et al.*, 2024)

United Nations Children's Fund (UNICEF) Prevalensi *stunting* pada anak di bawah lima tahun secara global dilaporkan mencapai 21,9%. Data ini menunjukkan bahwa wilayah dengan jumlah kasus *stunting* tertinggi berada di Afrika dan Asia, termasuk Indonesia. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, lebih dari sepertiga populasi balita di Indonesia, yaitu sebesar 30,8%, mengalami *stunting* (Mustakim *et al.*, 2022)

Stunting menjadi salah satu indikator yang diprioritaskan dalam tujuan pembangunan berkelanjutan, khususnya pada tujuan kedua yang berfokus pada menanggulangi kelaparan dan seluruh bentuk malnutrisi serta pencapaian ketahanan pangan pada tahun 2030. Pada tahun 2021, prevalensi *stunting* di Indonesia tercatat sebesar 24%. Pemerintah menetapkan target penurunan prevalensi *stunting* menjadi 14% pada tahun 2024. (Anjani *et al.*, 2024). Menurut Survei Status Gizi Indonesia 2023 yang dirilis Kementerian Kesehatan, tingkat kejadian *stunting* mengalami penurunan signifikan dari 21,6% pada tahun 2022 menjadi 17,8% pada tahun 2023 (Kemenkes RI, 2022).

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia sudah memperkenalkan program gizi baru yang bertajuk “Isi Piringku” yang diperkenalkan sebagai

pengganti slogan lama “4 Sehat 5 Sempurna” dan berfungsi sebagai pedoman konsumsi makanan seimbang sehari-hari guna mencapai status gizi yang optimal bagi masyarakat Indonesia. Konsep ini mengatur proporsi ideal dalam satu porsi makan, di mana setengah bagian piring dianjurkan diisi dengan sumber energi dan zat pembangun, seperti makanan pokok dan lauk-pauk, sedangkan setengah lainnya diisi dengan makanan pengatur berupa sayur-sayuran dan buah-buahan. (Sari *et al.*, 2022).

Protein adalah salah satu makronutrien utama yang mengandung komponen esensial yang tidak bisa digantikan oleh nutrien lain. Selain berperan penting dalam mendukung pertumbuhan anak, protein juga berfungsi dalam menentukan komposisi tubuh, perkembangan kemampuan *neurokognitif*, kematangan sistem imun, serta fungsi berbagai organ. Kebutuhan protein seseorang berkurang seiring bertambahnya usia, sehingga anak-anak memerlukan asupan protein yang lebih tinggi (sekitar 0,92–1,02 g/kgBB/hari) dibandingkan dengan kelompok usia yang lebih tua (Sindhughosa dan Sidiartha, 2023)

Protein hewani adalah zat gizi makro yang efektif dalam pencegahan *stunting*, secara umum, kualitas protein hewani dianggap lebih unggul dibandingkan dengan protein nabati. Namun, kontribusi energi dari protein hewani terhadap total asupan energi di Indonesia masih tergolong rendah, yakni sekitar 4%. Berdasarkan rekomendasi dari *Food and Agriculture Organization* (FAO) *Regional Office for Asia and the Pacific* (RAPA) tahun 1989, idealnya konsumsi protein hewani mencapai sekitar 15% dari total kebutuhan energi harian. (Oktaviani *et al.*, 2018)

Menurut studi yang dilaksanakan (Sinaga *et al.*, 2022) Program Isi Piringku memiliki peran penting dalam mencegah terjadinya *stunting* pada balita. Dengan demikian, pemberdayaan pendampingan dalam pelaksanaan program ini dapat menjadi strategi efektif untuk memberikan edukasi kepada ibu yang memiliki balita mengenai prinsip gizi seimbang dan isi piring yang sesuai. Melalui kegiatan pendampingan tersebut, pengetahuan ibu terkait gizi akan meningkat, sehingga pemahaman mereka terhadap konsep gizi seimbang dan implementasi Program Isi Piringku

menjadi lebih baik. Hasil studi (Suseni *et al.*, 2022) Terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian *stunting* pada balita. Pola makan yang kurang tepat pada anak usia balita dapat menjadi salah satu faktor utama yang memicu terjadinya *stunting*, kurangnya asupan makronutrien dan mikronutrien akibat pola makan yang buruk akan menghambat proses tumbuh fisik dan perkembangan otak anak, sehingga menyebabkan kondisi yang disebut *stunting*. Oleh karena itu, penting untuk memberikan makanan bergizi seimbang kepada anak sejak dini.

Hasil studi yang dilakukan (Haryani *et al.*, 2023) Asupan protein hewani memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian *stunting* pada balita. Balita yang memperoleh asupan protein hewani dalam jumlah yang memadai umumnya memiliki risiko lebih rendah untuk mengalami *stunting*. Karena itu, para ibu disarankan untuk memberikan lebih banyak protein hewani kepada balita, seperti ikan, telur, atau daging, dengan memanfaatkan makanan lokal yang mudah didapat. Hal ini penting untuk mencegah *stunting* pada anak. Namun, ibu juga perlu menghindari memberikan susu secara berlebihan, karena konsumsi yang terlalu banyak bisa mengurangi selera makan anak terhadap makanan bergizi lainnya.

Menurut data Survei Status Gizi Indonesia (SSGI), Provinsi Jawa Barat menunjukkan penurunan prevalensi *stunting* dari 24,5% pada tahun 2018 menjadi 20,2% pada tahun 2022. (Kemenkes RI, 2022). Prevalensi *stunting* di Kabupaten Tasikmalaya berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia berhasil menurunkan prevalensi angka *stunting* 27,2% pada tahun 2022 menjadi 20,7% pada tahun 2023 (Survei Kesehatan Indonesia, 2023).

Pada tahun 2022, Desa Sukaratu yang memiliki prevalensi kasus *stunting* tinggi dengan jumlah kasus 91 (27,6%) (Karlina *et al.*, 2023). Berdasarkan permasalahan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Gambaran Penerapan Isi Piringku, Kebiasaan Makan dan Asupan Protein Hewani Pada Anak *Stunting* 12-59 Bulan di Desa Sukaratu Tahun 2025.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Penerapan Isi Piringku, Kebiasaan Makan dan Asupan Protein Hewani Pada Anak *Stunting* 12-59 Bulan di Desa Sukaratu Tahun 2025”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran penerapan isi piringku, kebiasaan makan dan asupan protein hewani pada anak *stunting* 12-59 bulan di desa sukaratu tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran penerapan isi piringku pada anak *stunting* 12-59 bulan di desa sukaratu tahun 2025.
- b. Mengetahui gambaran kebiasaan makan pada anak *stunting* 12-59 bulan di desa sukaratu tahun 2025.
- c. Mengetahui gambaran asupan protein hewani pada anak *stunting* 12-59 bulan di desa sukaratu tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat berperan sebagai sumber informasi dalam mendukung pengembangan ilmu di bidang gizi. terkait penerapan pedoman isi piringku, kebiasaan makan dan asupan protein hewani pada anak *stunting*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan dapat menerapkan materi di bidang gizi, serta diharapkan menambah pengetahuan dan wawasan mengenai penerapan pedoman isi piringku, kebiasaan makan dan asupan protein hewani pada anak *stunting*.

b. Bagi Institusi

Sebagai sarana untuk menambah pustaka di bidang gizi dan untuk mahasiswa yang berencana melakukan penelitian dengan topik yang sesuai, dan diharapkan menjadikan penelitian ini sebagai referensi.

c. Bagi Desa

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi kepada pihak desa mengenai penerapan pedoman isi piringku, kebiasaan dan asupan protein pada anak *stunting*.

d. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang isi piringku, kebiasaan makan dan asupan protein hewani pada anak *stunting*.