

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia memiliki angka prevalensi stunting tertinggi kedua di Asia Tenggara setelah Timor Leste, dengan angka mencapai 26,6% pada tahun 2020. (Suryati, et al., 2023) Berdasarkan hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) yang dilakukan oleh Kementerian Kesehatan pada tahun 2023, prevalensi stunting di Indonesia mengalami penurunan menjadi 21,5%. Namun, menurut standar World Health Organization (WHO), suatu daerah dianggap memiliki masalah gizi akut jika prevalensi stunting di atas 20% atau jika berat badan anak di bawah 5%. (WHO, 2018)

Menurut Kirana *et al.* (2022), stunting dapat disebabkan oleh berbagai faktor yang sangat beragam, termasuk kondisi ibu atau calon ibu, masa janin, dan masa bayi atau balita, atau sejalan dengan periode 1000 hari pertama kehidupan (1000 HPK). Periode 1000 HPK juga dikenal sebagai periode emas bagi seseorang. Makanan yang dikonsumsi ibu sebelum dan selama kehamilan juga dapat memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin secara tidak langsung. (Listyarini, *et.al.*, 2020) Menurut Angka kecukupan Gizi (AKG) tahun 2019, ibu hamil di Indonesia mengonsumsi tambahan energi sebesar 180 kkal perhari selama kehamilan trimester I, protein 1 g/hari, lemak 2,3 g/hari, dan karbohidrat 25 g/hari. Sedangkan trimester II terjadi peningkatan kebutuhan energi sebanyak 300 kkal, protein 10 g/hari, lemak 2,3 g/hari dan karbohidrat 40 g/hari, dan pada

trimester III penambahan energi 300 kkal, protein 30 g/hari, lemak 2,3 g/hari, karbohidrat 40 g/hari. (Kemenkes, 2019)

Stunting merupakan ancaman serius bagi generasi mendatang karena dapat memperlambat perkembangan otak, yang mengakibatkan dampak jangka panjang seperti keterbelakangan mental, rendahnya kemampuan belajar, serta risiko penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, dan obesitas. (Nasriyah, *et al.*, 2023) Anak yang mengalami stunting pada usia dini berisiko tumbuh pendek hingga remaja. Anak yang tumbuh pendek pada usia dini (0-2 tahun) dan tetap pendek pada usia 4-6 tahun memiliki risiko 27 kali lipat untuk tetap pendek sebelum pubertas. Sebaliknya, anak yang tumbuh normal pada usia dini tetapi mengalami penurunan pertumbuhan pada usia 4-6 tahun berisiko 14 kali lipat untuk tumbuh pendek pada usia pra-pubertas. (Hayana, *et al.*, 2023)

Upaya pencegahan stunting oleh Kementerian Kesehatan pada tahun 2023 menyarankan ibu hamil untuk mengonsumsi makanan tinggi protein, rutin memeriksakan kehamilan, dan mengonsumsi tablet tambah darah (Kemenkes, 2023). Pemenuhan kebutuhan protein pada ibu hamil sangat penting karena kebutuhan protein meningkat untuk mendukung kesehatan ibu dan janin. Protein memiliki fungsi utama sebagai zat pembangun dan pemelihara sel atau jaringan tubuh yang tidak dapat digantikan oleh zat gizi lain. (Dictara, *et al.*, 2020) Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (GEMARIKAN) adalah program nasional yang diluncurkan oleh Kementerian Kelautan dan Perikanan pada tahun 2004 dengan tujuan mengampanyekan pentingnya makan ikan sejak dini.

Secara nasional pada tahun 2022 Angka Konsumsi Ikan (AKI) penduduk Indonesia sebanyak 57,27 kg/kapita/tahun. Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (GEMARIKAN) juga menjadi salah satu upaya dalam pencegahan stunting. (KKP RI, 2018) Ikan memiliki peran penting dalam program peningkatan gizi selama 1000 hari pertama kehidupan dan perkembangan otak anak di bawah usia dua tahun untuk membentuk sumber daya manusia yang berkualitas, produktif, dan berdaya saing. (KKP RI, 2019)

Salah satu hasil perikanan laut adalah ikan kembung (*Rastrelliger Kanagurta*) yang merupakan jenis ikan laut kaya akan protein dan omega-3, sehingga dapat dijadikan pilihan untuk produk olahan perikanan. Ikan kembung memiliki kandungan protein dan omega-3 yang lebih tinggi dibandingkan ikan salmon, masing-masing sebesar 21,4 gram dan 2,6 gram, sementara salmon mengandung protein 19,9 gram dan omega-3 sebesar 1,4 gram. (Pharwati, S. et al., 2023)

Ikan kembung (*Rastrelliger Kanagurta*) dapat diolah menjadi *Fish Bar*, yang merupakan salah satu bentuk *snack bar*. *Snack bar* adalah produk berbentuk batang yang terbuat dari tepung, kacang-kacangan, buah kering, dan bahan kering lainnya yang dipotong dalam bentuk siap konsumsi. (Siregar, et al., 2024) Sehingga, *fish Bar* adalah *snack bar* dengan bahan baku ikan berbentuk batang yang praktis dan mudah dikonsumsi. Produk ini berpotensi meningkatkan konsumsi ikan, terutama di kalangan ibu hamil. Dengan mengolah ikan kembung (*Rastrelliger Kanagurta*) menjadi *fish Bar*, diharapkan ketersediaan produk ikan yang bergizi dan menarik bagi ibu

hamil dapat meningkat. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian mengenai pembuatan *fish Bar* ikan kembung (*Rastrelliger Kanagurta*) bagi ibu hamil dalam pencegahan stunting.

B. Rumusan Masalah

Indonesia memiliki prevalensi stunting dengan angka 21,5% pada tahun 2023. Stunting dapat dipengaruhi oleh kondisi ibu hamil dan asupan gizi. Kementerian Kesehatan merekomendasikan mengonsumsi makanan tinggi protein, pemeriksaan rutin, dan suplementasi. Program GEMARIKAN mendorong konsumsi ikan, termasuk ikan kembung yang lebih bergizi, sebagai bagian dari pencegahan stunting. Penelitian ini fokus pada pembuatan *fish Bar* dari ikan kembung sebagai solusi untuk mencegah stunting.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijabarkan di atas, maka rumusan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana penilaian organoleptik *fish Bar* ikan kembung (*Rastrelliger Kanagurta*) bagi ibu hamil sebagai Alternatif Kudapan dalam pencegahan stunting?
2. Bagaimana estimasi kandungan gizi *fish Bar* ikan kembung (*Rastrelliger Kanagurta*) bagi ibu hamil sebagai Alternatif Kudapan dalam pencegahan stunting?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui penilaian organoleptik dan estimasi kandungan gizi *fish Bar* ikan kembung (*Rastrelliger Kanagurta*) bagi ibu hamil sebagai Alternatif Kudapan dalam pencegahan stunting.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui penilaian organoleptik dan keseluruhan penilaian organoleptik *fish Bar* ikan kembung (*Rastrelliger Kanagurta*) bagi ibu hamil sebagai alternatif kudapan dalam pencegahan stunting.
- b. Mengetahui estimasi kandungan gizi *fish Bar* ikan kembung (*Rastrelliger Kanagurta*) bagi ibu hamil sebagai Alternatif Kudapan dalam pencegahan stunting.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

- a. Pengembangan Keterampilan Penelitian: Penelitian ini memberikan kesempatan bagi penulis untuk mengembangkan keterampilan penelitian, termasuk perencanaan penelitian, pengumpulan data, analisis statistik, dan penyusunan laporan penelitian.
- b. Pemahaman Mendalam tentang Gizi dan Organoleptik: Penulis dapat mendapatkan pemahaman mendalam tentang aspek gizi dan organoleptik makanan, yang dapat berguna dalam konteks pengembangan makanan tambahan dan pemenuhan kebutuhan asupan energi dan protein ibu hamil dalam pencegahan stunting.

2. Bagi Masyarakat

- a. Peningkatan Kesehatan Ibu Hamil: Hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat yang sangat besar bagi kesehatan ibu hamil terutama pada asupan protein. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan asupan protein ibu hamil tersebut meningkat, sehingga dapat mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin.
- b. Inovasi dan Diversifikasi Produk: Pengembangan produk *fish Bar* dapat membuka peluang untuk inovasi dalam industri pangan, terutama dalam pembuatan produk olahan ikan. Ini dapat memacu diversifikasi produk perikanan dan meningkatkan permintaan ikan lokal serta mendukung industri perikanan yang ada di Indonesia.
- c. Kemudahan Konsumsi: *fish Bar* adalah produk olahan ikan berbentuk batang yang praktis dan mudah dikonsumsi. Dengan adanya produk *fish Bar* konsumsi ikan akan lebih mudah diakses dan diterima, terutama oleh ibu hamil yang mungkin memiliki keterbatasan waktu atau kesulitan dalam mempersiapkan ikan segar.

3. Bagi Institusi

- a. Manfaat Pada Pengembangan Program Kesehatan Masyarakat: Institusi Kesehatan dan lembaga terkait dapat memanfaatkan produk *fish Bar* ikan kembung (*Rastrelliger Kanagurta*) sebagai bagian dari program pencegahan stunting dan peningkatan gizi ibu hamil. Produk ini dapat mendukung pencapaian target program kesehatan dan gizi, serta mempermudah implementasi program.

- b. Mendukung Program Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (GEMARIKAN): Dengan menyediakan produk olahan ikan yang mudah dikonsumsi, dapat mendukung program Gerakan Memasyarakatkan Makan Ikan (GEMARIKAN) yang diadakan oleh Kementerian Kelautan dan Perikanan dalam memperluas jangkauan kampanye konsumsi ikan.