

Padang Ekspres



Koran Nasional dari Sumbar

ISSN 1828-8214



SABTU ■ 26 JANUARI 2019 ■ 20 Jumadil Awal 1440 H

TERAS UTAMA

Memaknai Hari Gizi Nasional



Hardisman
Dosen Kedokteran
Komunitas FK Unand

SETIAP tanggal 25 Januari diperingati sebagai Hari Gizi Nasional, yang telah ditetapkan sejak 59 tahun lalu. Tentunya peringatan tahunan ini tidak hanya menjadi sekadar seremonial, namun diharapkan menjadi momentum untuk peningkatan kesadaran akan kepentingan penataan gizi bagi segenap lapisan masyarakat dan terutama bagi para pemangku kepentingan.

► Baca *Memaknai...* Hal 7

Memaknai Hari Gizi Nasional

Sambungan dari hal. 1

Pada peringatan Hari Gizi Nasional tahun 2019 ini, Kementerian Kesehatan telah mengangkat tema “Membangun Gizi Menuju Bangsa Sehat Berprestasi” dengan sub tema “Keluarga Sadar Gizi, Indonesia Sehat dan Produktif.” Agar dapat mencapai apa yang menjadi harapan dalam tema tersebut, tentu segenap setiap orang sesuai dengan posisi dan kapasitasnya harus mengambil peran. Akan tetapi, ‘gebyar’ dan ‘gema’ peringatan Hari Gizi Nasional tahun ini seakan hilang ditelan hiruk-pikuk euforia pesta demokrasi pemilu tahun ini. Padahal, justru dengan adanya pemilu tersebutlah para politisi calon anggota legislatif (caleg) seharusnya lebih peduli terhadap masalah-masalah kesehatan yang mendasar di masyarakat, termasuk masalah gizi.

Dalam memaknai Hari Gizi Nasional sesuai dengan tema dan harapannya itu, maka perlu dipahami masalah gizi yang sesungguhnya terjadi. Dengan memahami persoalan yang terjadi, maka kita dapat melihat apa peran masing-masing dalam mencari solusi terhadap persoalan tersebut.

Permasalahan gizi yang menjadi isu besar saat ini adalah tingginya angka *stunting* (anak pendek dan sangat pendek). Laporan Kemenkes pada Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan angka *stunting* pada anak 30,8%, dengan 19,3% pendek dan 11,5% sangat pendek. Meskipun terjadi perbaikan dibandingkan periode sebelumnya (Riskesdas 2013) yang melaporkan

sebesar 37,2%, namun tentunya angka tersebut masih sangat tinggi. Kondisi ini terutama sangat erat kaitannya dengan asupan gizi ibu sejak masa pembuahan, pertumbuhan janin saat kehamilan, dan asupan nutrisi hingga usia dua tahun pertama.

Masalah gizi pada masa kehamilan yang menjadi faktor resiko awal terjadinya *stunting* mesti mendapatkan perhatian. Laporan Riskesdas 2018 tersebut menyebutkan bahwa terjadi kekurangan energi kronis secara nasional rata-rata 17,3%. Bahkan pada beberapa daerah mencapai lebih dari 30%, seperti di antaranya NTT, Maluku, Maluku Utara, dan Sulawesi Tenggara. Bersamaan dengan itu, kejadian anemia ibu hamil mencapai 48,9% rata-rata nasional, yang justru terjadi peningkatan dari periode tahun 2013 sebelumnya, yang berada pada angka 37,1%.

Permasalahan gizi yang juga dihadapi secara nasional adalah masih tingginya angka gizi kurang dan gizi buruk pada anak. Laporan Riskesdas juga masih menunjukkan angka yang memprihatinkan, yakni 19,6% pada tahun 2013 dengan 5,7% gizi buruk, dan 17,7% pada tahun 2018 dengan 3,9% gizi buruk. Bahkan pada beberapa provinsi mencapai angka lebih dari 25% hingga 30% pada kedua periode tersebut, seperti NTT, NTB, Maluku, Gorontalo dan Sulawesi Barat. Bahkan Sumatera Barat, yang dikenal dengan daerah penghasil beras, lahan pertanian yang subur, dan kota-kotanya sebagai pusat pendidikan, mempunyai angka gizi kurang dan gizi buruk di atas rata-rata nasional. Hal ini semestinya mendapat perhatian serius, khususnya pada kabupaten dan nagari-nagari yang mena-

di kantong-kantong masalah gizi tersebut. Jika kurang gizi ini terjadi lebih dini, tentu juga berperan sebagai risiko terjadinya *stunting*.

Permasalahan gizi ibu hamil, gizi balita, dan *stunting* perlu mendapat perhatian serius karena berdampak nyata pada kualitas generasi di masa depan. Janin yang telah mengalami masalah pertumbuhan dalam kandungan ibunya karena asupan nutrisi yang kurang, kemudian juga mengalami kurang gizi pada usia dia tahun pertama, maka akan mudah terserang berbagai penyakit infeksi. Anak ini nantinya akan tumbuh dan berkembang selanjutnya dalam keadaan *stunting*. Pada tahapan selanjutnya, secara rata-rata lebih besar risikonya akan mengalami gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif dengan baik dibandingkan dengan anak-anak yang mendapatkan gizi yang baik. Artinya, semakin banyak anak-anak yang tumbuh dalam keadaan *stunting* yang dulunya mengalami masalah gizi *intrauterin* dan masa bayi, maka akan besar juga kemungkinan proporsi generasi masa depan dengan kualitas intelektual yang lemah. Sehingga, akan menghasilkan sumber daya manusia yang kurang berkualitas.

Indonesia yang sedang menyongsong bonus demografi, dengan jumlah angkatan kerja atau usia produktif lebih tinggi, dengan puncaknya tahun 2020 hingga 2036, tentu akan sangat mengkhawatirkan jika mereka adalah yang tumbuh dan berkembang dengan masalah gizi dan mengalami *stunting*.

Permasalahan gizi yang juga perlu menjadi sorotan

adalah pola konsumsi masyarakat yang tidak sehat, seperti rendah serat (sedikit konsumsi buah dan sayuran), serta tingginya konsumsi makanan yang mengandung karbohidrat sederhana (makanan manis-manis atau banyak mengandung gula). Pola makanan yang tidak sehat ini menjadi risiko meningkatkan penyakit degeneratif. Data Kemenkes juga membuktikan bahwa secara nasional, tiga teratas dari 10 penyakit penyebab kematian utama di Indonesia terkait dengan pola makan yang tidak sehat, yaitu penyakit jantung iskemik, stroke dan diabetes melitus.

Dua permasalahan tersebut memperlihatkan beban gizi ganda yang terjadi di Indonesia. Satu sisi masih terakit dengan kekurangan gizi, namun pada sisi yang lain sudah dihadapkan pada kelebihan dan abnormalitas konsumsi. Oleh karena itu, sejalan dengan Undang-Undang Kesehatan (UU No.36 tahun 2009) sebenarnya telah dituangkan bahwa upaya perbaikan gizi adalah dalam rangka meningkatkan mutu gizi perseorangan dan masyarakat antara lain melalui perbaikan pola konsumsi makanan, perbaikan perilaku sadar gizi, peningkatan akses, serta mutu pelayanan gizi dan kesehatan sesuai dengan kemajuan ilmu dan teknologi. Dalam mewujudkan inilah semua pihak mesti berperan. Para akademisi dan praktisi kesehatan seyogianya memberikan edukasi dan promosi kepada masyarakat. Para politisi dan pemegang kebijakan mesti punya visi terhadap perbaikan masalah gizi masyarakat, untuk perbaikan generasi bangsa masa depan. (*)