



www.esaunggul.ac.id

PERTEMUAN 3 MASALAH GIZI UTAMA DI INDONESIA

PUTRI RONITAWATI, SKM, M.Si
PROGRAM STUDI GIZI FIKES

Pendahuluan

Empat fungsi pokok makanan bagi kehidupan manusia adalah untuk:

- a. Memelihara proses tubuh dalam pertumbuhan/perkembangan serta mengganti jaringan tubuh yang rusak.**
- b. Memperoleh energi guna melakukan kegiatan sehari-hari.**

Pendahuluan

Empat fungsi pokok makanan bagi kehidupan manusia adalah untuk:

- c. Mengatur metabolisme dan mengatur berbagai keseimbangan air, mineral dan cairan tubuh yang lain.**
- d. Berperan di dalam mekanisme pertahanan tubuh terhadap berbagai penyakit.**

Pemberian makanan yang sebaik – baiknya harus memperhatikan kemampuan tubuh seseorang mencerna makanan, umur, jenis kelamin, jenis aktivitas, dan kondisi lain seperti sakit, hamil, menyusui, dll

Untuk meningkatkan pemahaman dan kemampuan masyarakat mengkonsumsi makanan, perlu dimasyarakatkan perilaku yang baik dan benar sesuai dengan kaidah Ilmu Gizi

Definisi

- Ilmu yang mempelajari/mengkaji masalah makanan yang dikaitkan dengan kesehatan ini disebut Ilmu Gizi.
- Ilmu Gizi ialah ilmu yang mempelajari nasib makanan sejak ditelan sampai diubah menjadi bagian tubuh dan energi serta diekskresikan sebagai sisa (Achmad Djaeni, 1987).

Zat-zat Gizi

- Zat Gizi Makro
Karbohidrat, Protein, Lemak, Air
- Zat Gizi Mikro
Vitamin dan Mineral

Zat-zat Gizi

- Komposisi zat gizi setiap jenis makanan memiliki keunggulan dan kelemahan masing – masing
- Apabila konsumsi makanan sehari – hari kurang beranekaragam, maka akan timbul ketidakseimbangan antara masukan dan kebutuhan zat gizi

Jenis Ilmu Gizi

Berdasarkan sifatnya, ilmu gizi dibedakan menjadi dua, yaitu gizi yang berkaitan dengan kesehatan perorangan (gizi klinik) dan gizi yang berkaitan dengan kesehatan masyarakat (gizi masyarakat)

Gizi Klinik

- Berkaitan dengan masalah gizi pada individu yang sedang menderita gangguan kesehatan akibat kekurangan atau kelebihan gizi.
- Menitikberatkan pada kuratif daripada preventif dan promotifnya.
- Profesi yang menanganinya yaitu: dokter

Gizi Masyarakat

- Yaitu gizi yang berkaitan dengan kesehatan masyarakat
- Lebih menitikberatkan pada pencegahan penyakit (preventif) dan peningkatan kesehatan (promotif)
- Ditangani secara multisektor dan multidisiplin

Gizi Masyarakat

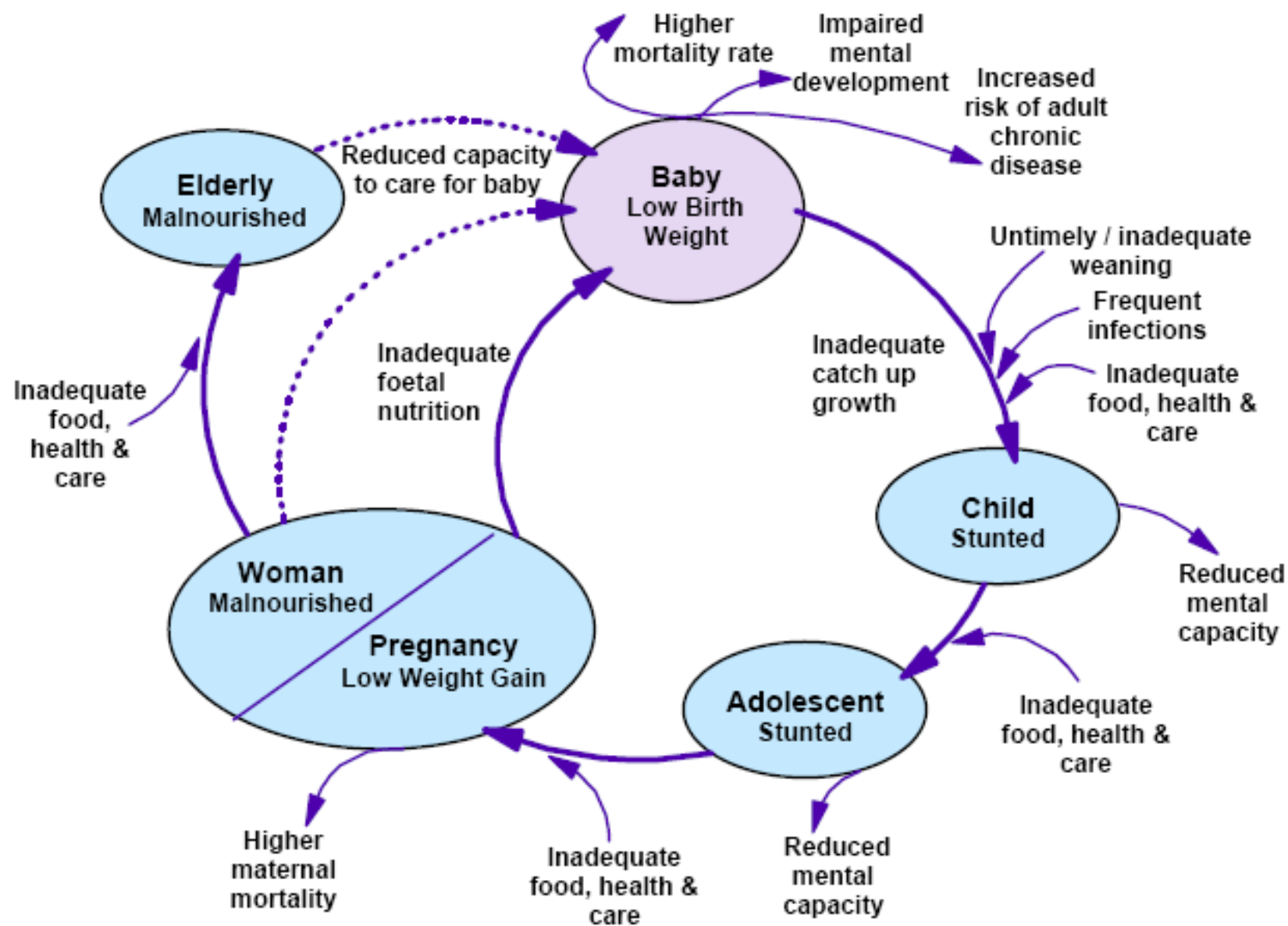
- Masalah gizi masyarakat menyangkut aspek – aspek lain di luar kesehatan, yaitu ekonomi, sosial – budaya, pendidikan, kependudukan, dll
- Perbaikan gizi masyarakat perlu diarahkan ke seluruh bidang/ sektor

Pendidikan Gizi

- Pendidikan gizi merupakan salah satu unsur yang terkait dalam meningkatkan status gizi masyarakat jangka panjang
- Dilakukan melalui sosialisasi dan penyampaian pesan – pesan gizi praktis sehingga terbentuk suatu keseimbangan antara gaya hidup dengan pola konsumsi masyarakat

Pendidikan Gizi

- Pengembangan pedoman gizi seimbang adalah salah satu strategi dalam mencapai perubahan pola konsumsi makanan yang ada di masyarakat, dengan tujuan akhir yaitu tercapainya status gizi masyarakat yang lebih baik



Jenis & Besaran Masalah Gizi di Indonesia 2001-2003

5 juta anemi gizi besi



4 Juta



- 2 juta bumil anemia gizi
- 1 juta Kurang Energi Kronis

10 juta



118 juta



Asuhan gizi keluarga
Ketersediaan pangan tingkat rumah
tangga Status kesehatan (penyakit infeksi, kecacangan)

4 Juta



350 ribu BBLR setiap tahun



18 juta

- 5 juta balita Gizi Kurang
- 8,1 juta anak anemia gizi besi
- 10 juta anak KVA sub klinis

31 Juta



- 11 juta anak pendek
- 10 juta anemia gizi besi
- 3,4 juta risiko GAKY

- 3,5 juta remaja putri (15-19 tahun) dan WUS anemia gizi besi
- 30 juta kelompok usia produktif (Laki-laki dan perempuan) Kurang Energi Kronis

Masalah-masalah Gizi

- Penyakit Kekurangan Kalori dan Protein (KKP)
- Penyakit Kegemukan (Obesitas)
- Anemia (Penyakit Kurang Darah)
- Xerophthalmia (Defisiensi Vitamin A)
- Gangguan Akibat Kekurangan Yodium
- Obesitas

Gizi Buruk



Masalah-masalah Gizi

- Masalah kekurangan konsumsi energi dan protein terjadi pada semua kelompok umur, terutama pada anak usia sekolah (6–12 tahun), usia pra remaja (13–15 tahun), usia remaja (16–18 tahun), dan kelompok ibu hamil, khususnya ibu hamil di pedesaan.

Gizi Buruk



Kefamenanu-NTT



Halmahera 2010



**Wanita, 35 thn
gondok di Kec.
Sawangan, Kab.
Magelang**



**Wanita, 9 thn
kretin di Kec.
Sawangan,
Kab. Magelang**



Gangguan Akibat Kurang Yodium



**Anak Usia
sekolah gondok
dan bodoh**

Survei 2003:

- 30 kabupaten endemik berat
- 42 kabupaten endemik sedang
- 122 kabupaten endemik ringan

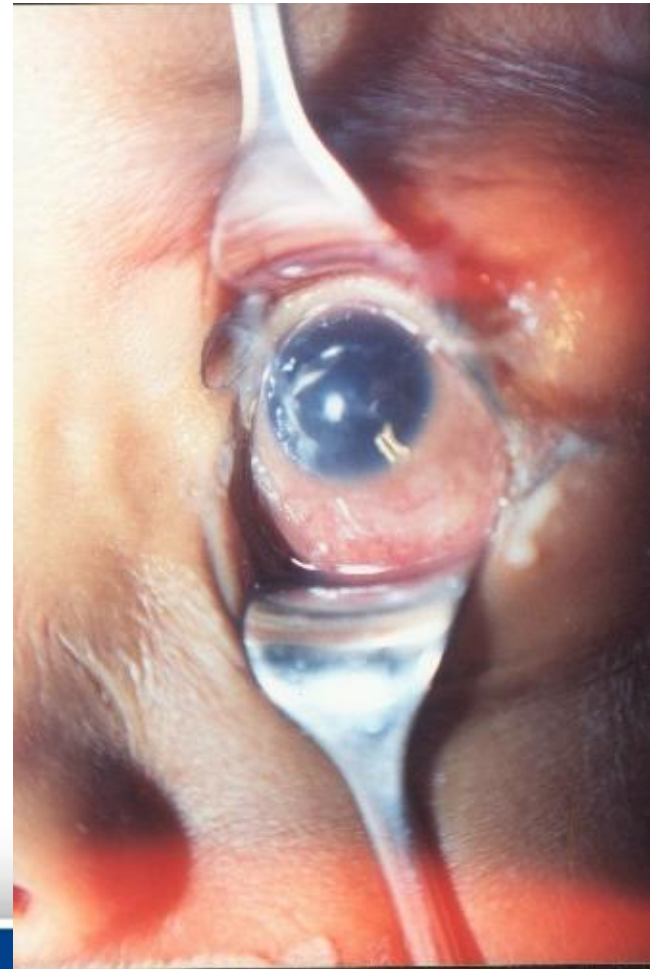
Kefamenanu-NTT 2007



ANEMIA (2001)
ANAK BALITA : 48%
WUS: 28%
BUMIL:40%



*10 juta anak balita di Indonesia
Kurang vitamin A*



**Anak buta, kurang vitamin A
Risiko meninggal lebih tinggi**

Sumber : Depkes, 2005

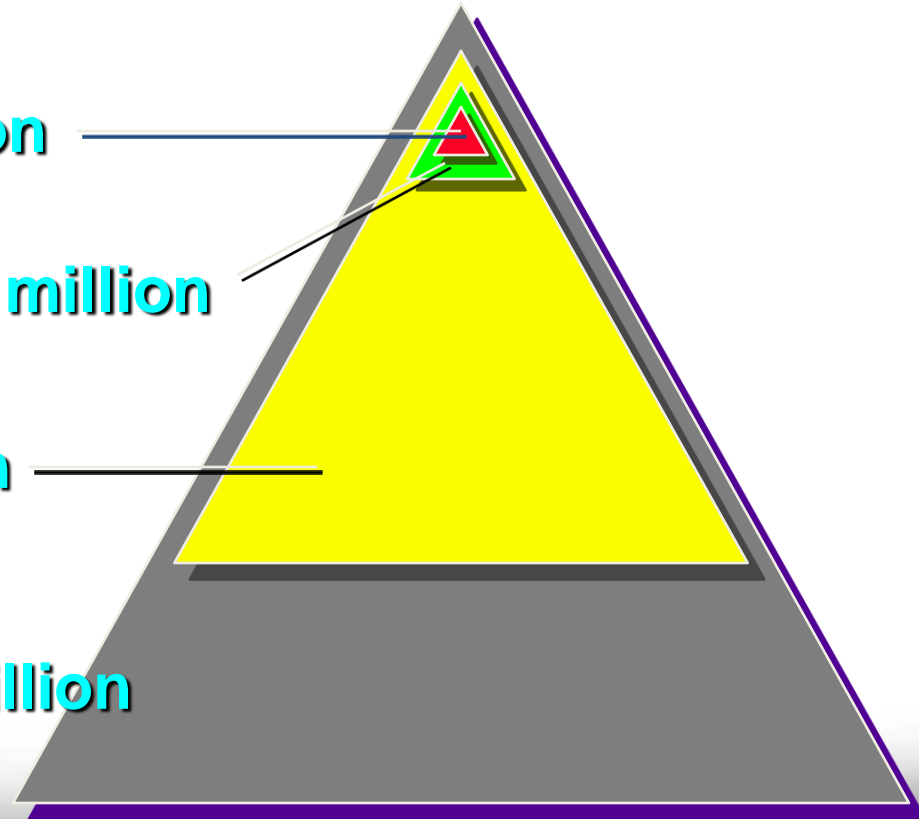
Population with Iodine Deficiency

Cretinism: 6 million

Brain damage: 26 million

Goitre: 655 million

**At risk of mental
impairment: 2.2 billion**



source: UNICEF

Gizi kurang pada anak
Kematian dan Kecacatan

Hasil

Konsumsi makanan

Kesehatan

Faktor
Langsung

Ketahanan pangan
rumah tangga

Pengasuhan
Pemberian ASI/MPASI
Stimulasi psikososial
Pengolahan pangan
Praktek higiene
Praktek kesehatan
Perawatan kesehatan untuk wanita

Sarana kesehatan dan Lingkungan

Faktor
Tak
Langsung

Informasi, Pendidikan, Komunikasi

Kualitas dan kuantitas rumah tangga dan sumberdaya masyarakat, serta cara pengelolaannya

Struktur dan konteks politik, budaya, sosial
Struktur ekonomi

Penyebab
Dasar

Sumberdaya potensial

Obesitas

- Terjadi ketidakseimbangan antara konsumsi kalori dan kebutuhan energi, yakni konsumsi kalori terlalu berlebih dibandingkan dengan kebutuhan atau pemakaian energi.
- Disimpan dalam bentuk lemak.
- Para penderita cenderung menderita penyakit penyerta: kardiovaskuler, hipertensi, dan DM.

Kelompok Rentan Gizi

- Kelompok Bayi Umur 0~1 Tahun
- Kelompok Balita 1~5 tahun
- Kelompok Anak Sekolah 6~12 tahun
- Kelompok Remaja 13~20 tahun
- Kelompok Usila

Tugas 1

Cari Jurnal 5 tahun terakhir yang terkait dengan (Pilih salah satu & tidak boleh ada yang sama):

- a. Kurang Energi Protein
- b. Anemia
- c. GAKY
- d. Kurang Vitamin A
- e. Obesitas

Review jurnal tersebut dan Kumpulkan pada pertemuan selanjutnya (tugas individu) via email