

**HUBUNGAN KETAHANAN PANGAN RUMAH TANGGA DAN
ASUPAN ENERGI DENGAN STATUS GIZI BALITA DI DESA NELAYAN
INDAH KECAMATAN MEDAN LABUHAN KOTA MEDAN**

Khofifa Zuriah Tsani Hutasuhut¹

¹Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

Email: khofifazuriah24@gmail.com

ABSTRAK

Di Indonesia, masalah gizi pada balita, khususnya gizi kurang, masih menjadi tantangan besar. Salah satu faktornya yaitu ketahanan pangan rumah tangga dan asupan energi. Penelitian ini berfokus pada Desa Nelayan indah, Kecamatan Medan Labuhan, Kota Medan, yang merupakan daerah rentan terhadap kerawanan pangan dan termasuk prioritas kedua yang rentan terhadap kerawanan pangan di Kota Medan. Yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara ketahanan pangan rumah tangga dan asupan energi dengan status gizi balita di Desa Nelayan Indah. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain cross-sectional. Sampel penelitian berjumlah 97 balita. Ketahanan pangan rumah tangga di ukur menggunakan kuesioner United Stase Food Security Survey Module (US-HFSSM) dan asupan energi menggunakan formulir food recall. Analisis data menggunakan uji chi-square. Hasil menunjukkan bahwa 78,4% responden mengalami kerawanan pangan berat dan 88,7% balita memiliki status gizi berat badan kurang. Terdapat hubungan signifikan antara ketahanan pangan rumah tangga dan status gizi balita ($p\text{-value}=0,005$) serta antara asupan energi dan status gizi balita ($p\text{-value}=0,015$). Kesimpulannya ketahanan pangan dan asupan energi berpengaruh signifikan terhadap status gizi balita. Disarankan untuk meningkatkan intervensi gizi dan akses pangan bergizi di keluarga nelayan.

Kata Kunci: Asupan Energi, Ketahanan Pangan, Nelayan Indah, Status Gizi.

ABSTRACT

In Indonesia, the problem of nutrition in toddlers, especially malnutrition, remains a major challenge. One factor is household food security and energy intake. This study focuses on Nelayan Indah Village, Medan Labuhan District, Medan City, which is an area vulnerable to food insecurity and is included in the second priority vulnerable to food insecurity in Medan City. The aim is to determine the relationship between household food security and energy intake with the nutritional status of toddlers in Nelayan Indah Village. The method used is quantitative with a cross-sectional design. The study sample amounted to 97 toddlers. Household food security was measured using the United States Food Security Survey Module (US-HFSSM) questionnaire and energy intake using a food recall form. Data analysis used the chi-square test. The results showed that 78.4% of respondents experienced severe food insecurity and 88.7% of toddlers had underweight nutritional status. There was a significant relationship between household food security and toddler nutritional status ($p\text{-value} = 0.005$) and between energy intake and toddler nutritional status ($p\text{-value} = 0.015$). In conclusion, food security and energy intake significantly influence the nutritional status of toddlers. It is

recommended to improve nutritional interventions and access to nutritious food in fishing families.

Keywords: Energy Intake, Food Security, Indah Fishermen, Nutritional Status.

PENDAHULUAN

45 juta anak dibawah usia lima tahun (6,8 persen) pada tahun 2022 mengalami kekurangan berat badan (underweight), dan 13,6 juta diantaranya (2,1 persen) mengalami kekurangan berat badan yang parah (severely underweight). Lebih dari tiga perempat dari semua anak dengan kekurangan berat badan (underweight) tinggal di Asia dan 22 persen lainnya tinggal di Afrika (UNICEF et al., 2023). Menurut World Health Organization (WHO), balita dengan berat badan kurang merupakan persentase terbesar dari populasi dunia (26% atau 48 juta), di ikuti oleh Asia Tenggara (17,3% atau 11,3 juta), Mediterania Timur (13% atau 10,5 juta), Pasifik Barat (2,9% atau 3,4 juta), Amerika (1% Atau 1,3 juta) dan Eropa (1% atau 0,7 juta) (UNICEF et al., 2023).

Berdasarkan data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, bahwa di Indonesia distribusi status gizi anak balita atau umur 0-59 bulan dengan kategori BB/U yang mengalami berat badan kurang (underweight) sebesar 12,9% dan berat badan sangat kurang (severely underweight) sebesar 3,0%. Pada tahun 2023, 10,3% balita di Sumatera Utara memiliki berat badan kurang, dan 2,9% mengalami berat badan sangat kurang (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Karena masa ini merupakan masa keemasan, atau masa awal tumbuh kembang anak, anak-anak di bawah usia lima tahun sangat rentan terhadap masalah kesehatan dan gizi. Ada beberapa penyebab langsung dan tidak langsung yang dapat berkontribusi terhadap masalah gizi. Konsumsi makanan anak dan penyakit infeksi yang mungkin mereka derita adalah penyebab langsung. Cara mengasuh anak, fasilitas kesehatan, kesehatan lingkungan serta ketahanan pangan keluarga adalah contoh penyebab tidak langsung (Hidayah et al., 2021).

Berdasarkan data laporan Keadaan Ketahanan Pangan dan Gizi Dunia bahwa sekitar 828 juta orang terkena dampak kelaparan pada tahun 2021, meningkat 150 juta orang sejak tahun 2019. Hampir 924 juta orang menghadapi tingkat kerawanan pangan yang parah pada tahun 2021, 207 juta lebih banyak dari tahun 2019. Dan pada tahun 2020, lebih dari 3 miliar orang tidak mampu membeli makanan bergizi, meningkat 112 juta orang dari angka tahun 2019. Hal ini membuktikan bahwa lebih banyak orang yang tidak dapat mengakses makanan yang aman, bergizi, dan cukup (UNICEF, 2022).

Menurut Global Food Security Index (GFSI) 2024, Indonesia memiliki tingkat kelaparan sedang dan berada di peringkat 77 dari 127 negara dengan skor 16,9. Menurut peringkat ini, Indonesia tidak setinggi negara-negara lain di seluruh dunia. Menurut Laporan Penyusunan Peta Ketahanan Dan Kerentanan Pangan (FSVA) kota Medan tahun 2024, yang mengkaji akses pangan dan kaitannya dengan persentase penduduk yang hidup di bawah garis kemiskinan, terdapat salah satu kelurahan prioritas dua dan tujuh kelurahan prioritas tiga. Selain itu, Desa Martubung berada di prioritas 3 dan Desa Nelayan Indah berada di prioritas 2 yang rentan terhadap kerawanan pangan (Dinas Ketahanan Pangan Pertanian Perikanan Kota Medan (DKP3), 2024).

Faktor langsung yang mempengaruhi status gizi antara lain asupan zat gizi. Di sisi lain, status gizi yang buruk dapat meningkatkan kerentanan terhadap penyakit infeksi, yang dapat memperburuk kondisi gizi dengan mengganggu penyerapan zat gizi dan melemahkan selera makan (UNICEF, 2013).

Organisasi Pangan dan Pertanian (FAO) pada tahun 2021, menyatakan bahwa bahwa rata-rata konsumsi energi di Asia mencapai 2.926,71 Kkal (Roser et al., 2023). Berdasarkan Permenkes RI No. 28 Tahun 2019 bahwa konsumsi energi ideal yang dianjurkan untuk masyarakat indonesia adalah 2.100 Kkal/hari (Kemenkes, 2019). Sedangkan pada tahun 2024 rata-rata konsumsi energi masyarakat Indonesia hanya mencapai 2.051,54 Kkal. Angka tersebut mengalami penurunan dari tahun 2023 yaitu sebesar 2.087,64. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi energi masyarakat Indonesia belum mencapai kondisi ideal. Pada masyarakat Sumatera Utara rata-rata konsumsi energi pada tahun 2024 mencapai 2.041,63 Kkal dan pada tahun 2023 sebesar 2.093,67 Kkal yang artinya jumlah konsumsi energi di Sumatera Utara mengalami penurunan dari tahun sebelumnya dan jumlah konsumsi energi belum mencapai kondisi ideal (Badan Pusat statistik, 2023). Bagi balita, asupan energi yang cukup sangat penting karena mendukung aktivitas, serta tumbuh kembang yang optimal (Fadlillah & Herdiani, 2020).

Di Kecamatan Medan Labuhan ada salah satu kelurahan bernama Nelayan Indah yang berada di wilayah pesisir, mayoritas penduduknya bermata pencaharian sebagai nelayan. Karena sumber daya yang terbatas, rendahnya ekonomi, serta akses ke pasar yang tidak memadai, sehingga kerawanan pangan merupakan salah satu tantangan besar yang dihadapi nelayan. Hal ini, diperlukan strategi untuk meningkatkan akses terhadap pangan yang bergizi(Sari, 2011). Hasil penelitian ini diharapkan dapat menemukan hubungan ketahanan

pangan rumah tangga dan asupan energi dengan status gizi balita di Desa Nelayan indah, Kecamatan Medan Labuhan, Kota Medan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Desa Nelayan Indah, Kecamatan Medan Labuhan, Kota Medan. Dengan menggunakan metode kuantitatif dengan desain studi cross-sectional. Populasi berjumlah 649 keluarga balita dan sampel sebanyak 97 balita. Pengumpulan data meliputi data sekunder dan data primer. Data sekunder diperoleh dari kantor Dinas Ketahanan Pangan, Pertanian, dan Perikanan Kota Medan. Data primer di peroleh dari survei ketahanan pangan, wawancara *food recall* 3x24 jam, dan BB balita di Desa Nelayan Indah. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuesioner US-HFSSM untuk mengukur ketahanan pangan, formulir food recall 3x24 jam untuk mengukur asupan energi, dan timbangan digital untuk mengukur berat badan (BB) balita.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Table 1 Karakteristik Responden

| Variabel | Frekuensi | % |
|-----------------------------|------------------|------------|
| Balita | | |
| Jenis Kelamin | | |
| Laki-Laki | 41 | 42,3 |
| Perempuan | 56 | 57,7 |
| Total | 97 | 100 |
| Usia Balita | | |
| <12 bulan | 18 | 18,6 |
| 12-36 bulan | 47 | 48,5 |
| >36 bulan | 32 | 33 |
| Total | 97 | 100 |
| Orang Tua Balita | | |
| Pendidikan Orang Tua | | |
| SMP | 65 | 67 |
| SMA | 28 | 28,9 |
| D3/S1 | 4 | 4,1 |

| Total | 97 | 100 |
|-------------------|-----------|------------|
| Pendapatan | | |
| <1 Juta | 4 | 4,1 |
| 1-2 Juta | 78 | 80,4 |
| >3 Juta | 15 | 15,5 |
| Total | 97 | 100 |

Tabel 1 menyajikan distribusi responden berdasarkan jenis kelamin, yang menunjukkan bahwa mayoritas responden adalah perempuan, yaitu sebanyak 56 responden (57,7%), sedangkan responden laki-laki sebanyak 41(42,3%). Balita berusia di bawah 12 bulan sebanyak 18 (18,6%), 47 (48,5%) balita berusia 12-36 bulan, dan 32 (33%) balita berusia >36 bulan. Usia balita paling banyak adalah 12-36 bulan dengan jumlah 47 orang atau 48,5% dan usia balita paling sedikit adalah <12 bulan yaitu 18 orang atau 18,6%. Ibu dengan tingkat pendidikan nya SMP sebanyak 65 (67%), 28 (28,9%) ibu dengan tingkat pendidikan SMA, dan 4 (4,1%) yang D3/S1. Pendidikan terakhir ibu yang paling banyak adalah SMP, yang berjumlah 65 atau 67% dan yang paling sedikit adalah D3/S1, yang berjumlah 4 atau 4,1%. Keluarga memiliki penghasilan <1 juta berjumlah 4 (4,1%), 78 (80,4%) berpenghasilan antara 1 sampai 2 juta, dan 15 (15,1%) berpenghasilan lebih dari 3 juta. Maka pendapatan keluarga paling banyak adalah 1-2 juta yaitu 78 atau 80,4% responden dan pendapatan keluarga paling sedikit adalah <1 juta yaitu 4 atau 4,1% responden.

Tabel 2 Ketahanan Pangan, Asupan Energi dan Status Gizi

| Variabel | Frekuensi | % |
|-------------------------|------------------|------------|
| Ketahanan Pangan | | |
| Tahan Pangan | 21 | 21,6 |
| Rawan Pangan | 76 | 78,4 |
| Total | 97 | 100 |
| Asupan Energi | | |
| Kurang | 86 | 88,7 |
| Normal | 11 | 11,3 |
| Total | 97 | 100 |
| Status Gizi | | |
| Bb Kurang | 68 | 70,1 |

| | | |
|--------------|-----------|------------|
| Bb Normal | 29 | 29,9 |
| Total | 97 | 100 |

Tabel 2 menunjukkan bahwa 21 responden (21,6 %) memiliki kategori tahan pangan, dan 76 responden (78,4%) memiliki status ketahanan pangan rawan pangan. Responden dengan tingkat kecukupan energi normal yaitu sebanyak 11 orang (11,3%), dan tingkat kecukupan energi kurang sebanyak 86 orang (88,7%). Mayoritas responden memiliki balita dengan status gizi berat badan kurang, yaitu 68 (70,1%), sedangkan 29 responden (29,9%) memiliki balita dengan status gizi berat badan normal.

Tabel 3. Hubungan Ketahanan Pangan Rumah Tangga dan Asupan Energi dengan Status Gizi Balita

| Variabel | Status gizi | | P value |
|-------------------------|--------------------|------------------|----------------|
| | BB normal | BB Kurang | |
| Ketahanan Pangan | | | |
| Tahan Pangan | 12(57,1) | 9(42,9) | 0,005 |
| Rawan Pangan | 17(22,4) | 59(77,6) | |
| Asupan Energi | | | |
| Kurang | 22(25,6) | 64(74,4) | 0,015 |
| Normal | 7(63,6) | 4(36,4) | |

Pembahasan

1. Hubungan Ketahanan Pangan Dengan Status Gizi Balita

Ketahanan pangan rumah tangga berperan penting dalam menentukan status gizi balita. Kerawanan pangan rumah tangga terjadi ketika anggota rumah tangga mengalami kesulitan akses terhadap pangan yang cukup, sehingga berdampak pada status gizi balita dan mengakibatkan berkurangnya konsumsi pangan dan kualitas makanan yang tidak memadai.

Penelitian ini menemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara ketahanan pangan rumah tangga dan status gizi balita. Di antara 76 responden yang menghadapi rawan pangan, 86,8% diantaranya mengalami berat badan kurang. Dengan nilai statistik p-value 0,005 atau lebih kecil dari 0,05.

Penelitian Hidayati (2023), menunjukkan hasil yang sama yaitu ketahanan pangan rumah tangga memiliki hubungan signifikan dengan status gizi balita, yang diukur dengan indeks berat badan menurut umur (BB/U) di Kabupaten Pasuruan, nilai p-value sebesar 0,040 atau lebih

kecil dari 0,05 (Hidayati, 2023).

Penelitian ini mendukung temuan Riski et.,al (2019), menunjukkan ketahanan pangan rumah tangga dan status gizi di Surabaya memiliki hubungan signifikan. Analisis statistik menunjukkan nilai p value 0,01, yang lebih kecil dari 0,05. Kerawanan pangan dapat berdampak negatif pada konsumsi pangan dan memperburuk kondisi gizi dengan menurunkan kualitas dan kuantitas makanan yang tersedia (Riski et al., 2019).

Desa Nelayan Indah rentan terhadap kerawanan pangan disebabkan oleh akses terhadap pangan yang merujuk pada kemampuan rumah tangga untuk memperoleh pangan. Meskipun Desa Nelayan Indah berada di Kota Medan, lokasi serta infrastrukturnya menghambat akses fisik terhadap pangan yang beragam. Masyarakat menghadapi jarak yang cukup jauh menuju pasar yang menyediakan pilihan pangan lebih lengkap dan lebih terjangkau. Keterbatasan transportasi atau biaya transportasi yang tinggi juga menjadi penghalang, sehingga rumah tangga bergantung pada warung-warung kecil yang pilihan pangan terbatas dan harga lebih tinggi. Dengan demikian rumah tangga di desa nelayan indah kesulitan untuk mengakses pangan secara fisik dan membatasi variasi makanan yang dikonsumsi. Mata pencaharian utama masyarakat Nelayan Indah yaitu nelayan yang pendapatan nya tidak stabil atau naik-turun. Pendapatan bergantung pada hasil tangkapan ikan dan kondisi cuaca sehingga pendapatan masyarakat Nelayan Indah rendah. Kondisi ini dapat berdampak terhadap daya beli rumah tangga untuk memperoleh pangan yang cukup dan bergizi. Dalam kondisi terbatas, rumah tangga lebih memprioritaskan kebutuhan non-pangan yang mendesak seperti, biaya pengobatan, pendidikan atau hutang, sehingga alokasi dana untuk pangan berkurang.

2. Hubungan Asupan Energi Dengan Status Gizi Balita

Kebutuhan energi serta keseimbangan energi dalam makanan sangat penting untuk menjaga kesehatan tubuh. Penurunan berat badan (kekurangan berat badan) diakibatkan oleh defisit energi, yang terjadi ketika ketidak seimbangan antara konsumsi dan pengeluaran energi yang lebih besar. Balita dengan asupan energi rendah hampir dua kali lipat lebih mungkin mengalami masalah gizi, berbeda dengan balita yang memiliki keseimbangan energi yang baik.

Penelitian ini menunjukkan bahwa 74,4% balita yang mengkonsumsi energi lebih sedikit memiliki berat badan kurang dengan nilai statistik sebesar 0,015 yang lebih kecil dari 0,05. Dapat disimpulkan asupan energi dan status gizi balita di desa nelayan Indah memiliki hubungan yang signifikan.

Penelitian ini memiliki hasil yang sama dengan penelitian Apri (2023) yang menemukan

adanya hubungan antara asupan energi dengan status gizi balita di wilayah kerja Puskesmas Benua-Benua Kota Kendari tahun 2023 dengan nilai $p = 0,04$ berdasarkan hasil uji statistik chi square (Apri et al., 2023). Selain itu, penelitian ini juga menunjukkan kesamaan dengan penelitian Soumokil (2017), yang menemukan hubungan antara asupan energi dengan status gizi balita di Kabupaten Maluku Tengah, dengan nilai p value $0,001$ atau lebih kecil dari $0,05$. Penelitian ini mengindikasikan asupan energi yang cukup penting dalam menentukan status gizi balita, sehingga balita dengan asupan energi yang cukup cenderung memiliki status gizi yang baik, sedangkan balita dengan asupan energi yang kurang berisiko memiliki status gizi yang buruk (Soumokil, 2017).

Responden memiliki kebiasaan makan yang buruk seperti makan tidak teratur, melewatkhan waktu makan, praktik pemberian makan yang tidak sesuai sehingga balita tidak mendapatkan porsi makan yang memadai atau kurang, ini menyebabkan kebutuhan energi balita tidak terpenuhi. Keluarga dengan pendapatan tidak stabil lebih memprioritaskan makanan pokok yang murah dan menyenangkan tanpa memperhatikan gizinya. Pola makan yang tidak seimbang dan praktik pemberian makan yang kurang, khususnya kebiasaan ibu sepiring dengan balita, yang dipicu oleh keterbatasan ekonomi dan pengetahuan dapat menyebabkan balita memiliki energi kurang. Pendidikan ibu di Nelayan Indah memiliki tingkat pendidikan rendah, hal ini menyebabkan kurangnya pengetahuan ibu terhadap kebutuhan energi balita serta cara pemberian makan yang tidak tepat.

Di Desa Nelayan Indah terdapat akses pelayanan kesehatan seperti puskesmas pembantu dan posyandu. Akan tetapi akses ke pelayanan kesehatan terbatas seperti jarak, biaya transportasi, serta kurangnya terbatas sehingga mereka tidak rutin ke pelayanan kesehatan. Pelayanan kesehatan ini penting untuk mendapatkan informasi mengenai gizi balita. Jika akses terhadap pelayanan kesehatan terbatas, orangtua tidak mendapatkan informasi tentang asupan energi dan praktik pemberian makan yang benar.

KESIMPULAN

Ketahanan pangan rumah tangga Sebagian besar rawan pangan, asupan energi balita juga kurang dan status gizi balita masih banyak yang berat badan kurang. Terdapat hubungan antara ketahanan pangan rumah tangga dan asupan energi dengan status gizi balita di Desa Nelayan Indah. Diharapkan penelitian ini bermanfaat bagi Pemerintah Kota Medan dalam upaya meningkatkan intervensi gizi berbasis keluarga terutama pada keluarga nelayan Dan Bekerja

sama dengan Pemerintah Desa, Kelompok Nelayan, atau LSM untuk memperkuat akses pangan bergizi melalui program bantuan sosial.

DAFTAR PUSTAKA

Apri, D., Ruwiah, A., Eka, R., & Octaviani, S. (2023). Hubungan Pengetahuan Gizi Ibu , Pendapatan Keluarga Dan Asupan Energi Protein Dengan Status Gizi Anak Balita 1-5 Tahun Di Wilayah Kerja Puskesmas Benu- Benua Kota Kendari Tahun 2023. *4*, 165–172.

Badan Pusat statistik. (2023). Rata-Rata Konsumsi Kalori dan Protein per Kapita per Hari Menurut Provinsi, 2007-2024.

Dinas Ketahanan Pangan Pertanian Perikanan Kota Medan (DKP3). (2024). Peta Ketahanan Dan Kerentanan Pangan (*Food Security and Vulnerability Atlas/FSVA*). Dinas Ketahanan Pangan, Pertanian dan Perikanan Kota Medan.

Fadlillah, A. P., & Herdiani, N. (2020). Literature Review : Asupan Energi Dan Protein Dengan Status Gizi Pada Balita. *National Conference for Ummah*, 10.

Hidayah, W. N., Nuryani, Nugroho, H. S. W., & Surtinah, N. (2021). Peningkatan Underweight dan Risiko Gizi Lebih pada Balita di Kabupaten Magetan. *Global Health Science*, *6*(1), 34–37.

Hidayati, N. I. D. (2023). Hubungan Pendapatan Keluarga dan Ketahanan Pangan dengan Status Gizi Balita pada Era Pandemi Covid-19 di Kabupaten Pasuruan The Relationship Between Family Income and Food Security with Nutritional Status of Children Under Five Years in the Era of Covid-1. 359–366.

Kemenkes. (2019). Peraturan Menteri Kesehatan republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2019 Tentang Angka Kecukupan Yang Dianjurkan Untuk Masyarakat Indonesia. 1–23.

Kementerian Kesehatan RI. (2023). Survei Kesehatan Indonesia (SKI). In Kementerian Kesehatan Ri :Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan (p. 873).

Riski, H., Mundastutik, L., & Adi, A. C. (2019). Ketahanan Pangan Rumah Tangga , Kejadian Sakit dan Sanitasi Lingkungan Berhubungan dengan Status Gizi Balita Usia 1-5 Tahun Di Surabaya Household Food Security , *Incidence of Illness , and Environment Sanitation is Associated with Nutritional Status of 1-*. 130–134.

Roser, M., Rithcie, H., & Rosado, P. (2023). *Food Suplay*. Ourworldindata.Org. <https://ourworldindata.org/food-supply>

Sari, A. K. (2011). Faktor Yang Berhubungan dengan Ketahanan Pangan Rumah Tangga pada Masyarakat Nelayan di Kelurahan Sukolilo Kecamatan Bulak Kota Surabaya. Universitas Airlangga.

Soumokil, O. (2017). Hubungan Asupan Energi Dan Protein Dengan Status Gizi Anak Balita Di Kecamatan Nusalaut Kabupaten Maluku Tengah. *Global Health Science*, 2(4), 341–350.

UNICEF. (2013). *Improving Child Nutrition*. UNICEF: World Bank Publication University Press Inc. New York.

UNICEF. (2022). *The State of Food Security and Nutrition in the World 2022*.

UNICEF, WHO, & WORLD BANK. (2023). Level and trend in child malnutrition. *World Health Organization*, 4