

Persoalan Gizi Bukan Hanya Gizi Buruk

<http://news.ipb.ac.id>

Diposting oleh admin pada tanggal 01 March 2011

Persoalan gizi buruk di Indonesia akan sulit dipecahkan selama kemiskinan tetap ada dan harga-harga barang naik. Hal ini diungkap Guru Besar Ilmu Gizi Institut Pertanian Bogor (IPB), Prof.Dr. Ali Komsan dalam Dialog Sore RRI, Selasa (25/1) di Bogor. Banyak faktor anak mengalami gizi buruk antara lain: kemiskinan, masalah sulit makan/nafsu makan rendah, kesadaran pengasuh (ibu) yang rendah tentang makanan sehat bergizi. "Seringkali, untuk kepraktisan anak-anak diberi KKN (Krupuk, Kecap dan Nasi) saja," jelas Prof. Khomsan.

Masyarakat perlu memahami ciri-ciri anak yang mengalami gizi buruk yakni timbangan kurang dari standar yang ditunjukkan grafik merah dalam Kartu Menuju Sehat (KMS), kurus, kurang bergairah, lesu dan pucat.

Makanan sehat dan bergizi tidak selalu harus mahal dan dibeli. Makanan bergizi dapat diusahakan sebuah keluarga dengan memanfaatkan pekarangan rumah misalnya beternak ayam, belut, ikan dan menanam sayur-sayuran. Prof. Komsan juga menyayangkan kader Posyandu yang kurang memberikan penyadaran pada para ibu rumah tangga untuk memberdayakan pekarangan dalam memenuhi kebutuhan gizi keluarga. Lanjut, Prof. Komsan kader Posyandu selama ini hanya bertugas menimbang balita, imunisasi, memberikan makanan tambahan ala kadarnya. "Tak jarang menu makanan tambahan melulu itu-itu saja yakni bubur kacang hijau atau satu butir telur matang sebagai penarik hati anak-anak," ujar Prof. Komsan prihatin.

Sejatinya persoalan gizi di dunia tidak hanya berkaitan gizi buruk namun juga gizi lebih (overweight) yang banyak terjadi di negara Eropa dan Amerika. "Penyakit yang disebabkan overweight diantaranya jantung koroner, diabetes mellitus, stroke dan sebagainya. Penyakit ini akibat pola makan yang tidak sehat dan cenderung berlebihan," kata Prof. Komsan. Di sinilah tampak adanya kesenjangan kesejahteraan antara negara berkembang dengan negara maju. (ris)