



PERAN GIZI DAN AHLI GIZI DALAM UPAYA PEMBANGUNAN NASIONAL DI INDONESIA

Essy Zulfiani¹, Lina Layinatul Fuadah²

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Islam Al-Ihya Kuningan^{1,2}

Email: zulfiaesy@gmail.com¹, llfuadah16@gmail.com²

ARTIKEL INFO

ABSTRAK

Kata Kunci: gizi, ahli gizi, pembangunan

Pembangunan nasional di Indonesia menitikberatkan pada pembentukan Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas dan berdaya saing. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi peran gizi dan ahli gizi dalam mendukung pembangunan nasional. Metode yang digunakan adalah *Non-Research* dalam bentuk tinjauan pustaka dengan merujuk pada beberapa sumber terkini seperti buku, jurnal ilmiah, prosiding seminar, dan artikel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa gizi memegang peran krusial dalam pembangunan manusia, memengaruhi aspek kesehatan, pendidikan, dan ekonomi. Kesimpulannya, keberhasilan pembangunan nasional Indonesia memerlukan peran aktif gizi dan ahli gizi. Dalam meningkatkan kualitas SDM, penting untuk memahami hubungan antara nutrisi, kesehatan, dan produktivitas.

Corresponden Author: Essy Zulfiani

Email: zulfiaesy@gmail.com

Artikel dengan akses terbuka dibawah lisensi



PENDAHULUAN

Pada dasarnya, pembangunan nasional merupakan sebuah upaya pembangunan yang di dalamnya melibatkan banyak sektor. Dalam pembangunan nasional, manusia menjadi modal utama untuk menuju pembangunan yang inklusif dan merata di seluruh wilayah (Iskandar, 2020). Pada tahun 2020-2024, pembangunan Indonesia ditujukan untuk membentuk sumber daya manusia yang berkualitas dan berdaya saing (Ahsan, Wiyono, & Veruswati, 2020). Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas dan berdaya saing menjadi penentu keberhasilan pembangunan nasional, yaitu Sumber Daya Manusia (SDM) yang sehat dan cerdas, adaptif, inovatif, terampil dan berkarakter.

Bagian dari prioritas pembangunan nasional di bidang kesehatan adalah upaya perbaikan gizi yang berbasis pada sumber daya, kelembagaan, dan budaya lokal (R Hapsara Habib Rachmat, 2018). Akibat dari kekurangan gizi dapat berdampak pada kualitas sumber daya manusia (SDM) yang menurun dan lebih lanjut dapat mengakibatkan kegagalan pertumbuhan fisik, perkembangan mental serta kecerdasan,

menurunkan produktivitas, meningkatkan kesakitan dan kematian (Fauzia, Pahira, & Nurjanah, 2022).

Indonesia mengalami kompleksnya permasalahan gizi dan kesehatan (Djauhari, 2017). Satu sisi, Indonesia masih mengalami permasalahan gizi dan kesehatan seperti kasus gizi buruk dan penyakit infeksi karena faktor kemiskinan dan terbelakangnya kondisi sosial masyarakat, namun di sisi lain juga bergesernya pola makan masyarakat akibat pengaruh dari perkembangan teknologi dan modernisasi, hal ini membuat masyarakat sering mengonsumsi makanan rendah gizi seperti tinggi lemak dan rendah serat yang pada akhirnya berpengaruh pada semakin tingginya prevalensi penyakit terkait gizi seperti PJK (Penyakit Jantung Koroner), diabetes melitus, hipertensi, kanker dan lain-lain (Tim Penyusun Standar Kompetensi Nutrisi, 2018).

Adanya gangguan kesehatan dan kematian prematur salah satunya disebabkan oleh kekurangan gizi, dimana tidak terpenuhinya kebutuhan minimal kalori sehari-hari untuk menjaga kesehatan (Mariana, Wulandari, & Padila, 2018). Kebutuhan minimum kalori, protein, vitamin, dan mineral dalam makanan harus diperhatikan dari sudut pandang kualitas sumber daya manusia dalam proses pembangunan, karena hal ini tidak hanya berdampak pada pertumbuhan fisik tetapi juga fungsi kognitif dan perkembangan mental.

Menurut Kemenkes RI 2022, Indonesia mengalami masalah Triple burden malnutrition. Berdasarkan hasil SSGI tahun 2022, prevalensi wasting pada balita mencapai 7.7%, stunting mencapai 21.6%, underweight 17.1%, dan overweight 3.5%. Hasil Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi KEK pada Wanita Usia Subur (WUS) kelompok usia 20-24 tahun baik kondisi hamil dan tidak hamil mencapai 23.3%, anemia pada ibu hamil 48.9%, obesitas pada dewasa >18 tahun mencapai 21.8%. Hal ini membuat pembangunan bidang pangan dan gizi menjadi salah satu prioritas pemerintah.

Untuk mencegah dan menanggulangi masalah gizi diperlukan ahli gizi yang kompeten (Mardiana & Prameswari, 2019), sehingga mampu melaksanakan pelayanan gizi untuk pencegahan dan penanggulangan yang sesuai dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) di bidang gizi. Dari apa yang melatar belakangi hal tersebut, maka artikel ini bertujuan untuk mengetahui peran gizi dan ahli gizi dalam upaya pembangunan nasional di Indonesia.

Penelitian sebelumnya oleh Nurul Azmi Arfan 2023, tentang “peran kader terhadap upaya peningkatan status gizi balita di posyandu”. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan dalam penelitian ini adalah peranan kader baik, semua variable independent berhubungan dengan variable dependent. Serta dalam penelitian ini kader Posyandu harus tetap mempertahankan peranannya, perlunya mengoptimalkan aktivitas serta perlu penelitian lebih lanjut dengan kuesioner yang sudah diujicobakan terlebih dahulu (Arfan, Nuzula, & Ningrum, 2023).

Berdasarkan uraian di atas maka untuk mencegah dan menanggulangi masalah gizi diperlukan ahli gizi yang kompeten (Mardiana & Prameswari, 2019), sehingga mampu melaksanakan pelayanan gizi untuk pencegahan dan penanggulangan yang sesuai

dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi (IPTEK) di bidang gizi. Dari apa yang melatar belakangi hal tersebut, maka artikel ini bertujuan untuk mengetahui peran gizi dan ahli gizi dalam upaya pembangunan nasional di Indonesia. Manfaat penelitian ini mengenai peran gizi dan ahli gizi dalam upaya pembangunan nasional di Indonesia dapat memberikan kontribusi besar untuk meningkatkan kesehatan, ekonomi, dan kualitas hidup masyarakat secara keseluruhan.

METODE PENELITIAN

Metode yang dipakai adalah *Non-Research* dalam bentuk tinjauan pustaka dengan merujuk pada beberapa sumber terkini seperti buku, jurnal ilmiah, prosiding seminar, dan artikel. Pendekatan yang digunakan melalui proses pencarian literatur dengan membaca secara menyeluruh guna memahami peranan gizi dan profesional ahli gizi dalam mendukung pembangunan nasional. Data diambil dari literatur untuk menyusun pemahaman yang komprehensif tentang kontribusi gizi dan ahli gizi terhadap aspek kesehatan, pendidikan, dan ekonomi pembangunan nasional.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kemampuan suatu negara untuk berkembang akan sangat dipengaruhi oleh kualitas sumber daya manusia (SDM) yang dimilikinya. Indeks Pembangunan Manusia (IPM), yang dipengaruhi oleh kondisi perekonomian, kesehatan, dan pendidikan, memberikan ukuran kualitas sumber daya manusia (SDM). Tubuh membutuhkan nutrisi, yang juga dikenal sebagai komponen atau ikatan kimia, untuk melakukan berbagai tugas termasuk menghasilkan energi, memperbaiki dan melestarikan jaringan tubuh, dan mengendalikan kehidupan di dalam tubuh. Pemahaman yang lebih komprehensif tentang nutrisi memerlukan hubungan antara nutrisi dan potensi ekonomi individu, karena nutrisi terkait dengan pertumbuhan kognitif, kapasitas belajar, dan produktivitas kerja selain kesehatan (Djauhari, 2017). Oleh karena itu, gizi diyakini sangat penting untuk mendorong pembangunan, khususnya dalam penciptaan sumber daya manusia yang berkualitas tinggi.

Ada dua kategori zat gizi: zat gizi makro (protein, lemak, dan karbohidrat) dan zat gizi mikro (mineral dan vitamin). Selain menyediakan energi, karbohidrat mengontrol metabolisme lemak, mengawetkan protein, dan membantu pembuangan limbah (Nurul, Weni, & Nur, 2019). Selain berfungsi sebagai sumber energi, protein juga berfungsi sebagai pengatur keseimbangan air, pembangun jaringan baru, pengganti protein yang hilang, pembentukan protein baru dengan peranan tertentu (enzim, hormon, hemoglobin), dan a. pengangkut nutrisi. Lemak berfungsi sebagai sumber energi, pertahanan, isolasi, rasa kenyang, dan vitamin yang larut dalam lemak yang lebih efisien selain membantu sintesis jaringan tubuh dan menjaga protein (NURIL, 2020). Vitamin adalah koenzim dan biokatalis yang mengontrol pertumbuhan dan proses pertumbuhan yang tepat serta aktivitas metabolisme (Bachruddin, 2018). Untuk mempertahankan fungsi tubuh, mineral diperlukan untuk menciptakan dan mengendalikan zat pada tingkat sel, jaringan, organ, dan keseluruhan. Salah satu bidang pembangunan nasional yang

terpenting adalah gizi, yang terbukti melalui penelitian empiris dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia (SDM). Pertimbangan nutrisi berdampak pada kesehatan individu dan penting dalam meningkatkan IQ dan produktivitas di tempat kerja (Anisa et al., 2019).

Kehadiran gizi sangatlah krusial terutama ketika Indonesia mengalami pertumbuhan sebagai negara industri. Tenaga kerja di sektor industri membutuhkan layanan gizi yang berkualitas untuk meningkatkan produktivitas kerja, sementara prestasi olahraga juga bergantung pada pemenuhan gizi yang dikelola oleh tenaga profesional di bidang tersebut. Temuan penelitian Stitaprajna dan M. Aslam menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara produktivitas di tempat kerja dan keadaan gizi seseorang. Studi tambahan yang dilakukan pada pekerja di PT. Propack Kreasi Mandiri mendukung adanya korelasi yang kuat antara asupan dan keluaran energi dalam bekerja. Selain itu, penelitian Fauzan di SDN 13 Teluk Pandan menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara keberhasilan belajar dengan kondisi gizi (Rohani, 2023).

Gizi memegang peran krusial dan harus diperhatikan dalam pertumbuhan dan perkembangan normal anak. Kekurangan gizi dapat mencegah pertumbuhan dan perkembangan anak, serta meningkatkan risiko penyakit yang menghambat proses tumbuh kembangnya. Pemenuhan gizi yang baik memainkan peran penting dalam mencapai pertumbuhan optimal, termasuk pertumbuhan otak pada anak. Menurut Nindy, untuk mewujudkan kesehatan yang baik, langkah awal dapat dimulai dengan memperbaiki status gizi masyarakat. Jika individu dari berbagai kelompok usia memiliki asupan gizi yang memadai, mereka akan mampu mengoptimalkan potensi diri dan memiliki kesempatan untuk memutus siklus kemiskinan serta kesenjangan antargenerasi. Pelayanan gizi diberikan untuk mencapai peningkatan gizi sepanjang siklus hidup, mulai dari konsepsi hingga usia tua, dengan penekanan diberikan pada populasi yang kurang beruntung dalam hal gizi (Doren, Regaletha, & Dodo, 2019). Petugas gizi yang memenuhi syarat dan berwenang untuk menawarkan layanan gizi setelah mendapat izin sesuai dengan peraturan perundang-undangan memberikan layanan gizi ini.

Dukungan terhadap kegiatan gizi masyarakat sangat bergantung pada ketersediaan tenaga ahli gizi atau biasa disebut ahli gizi (ARTANTI, 2018). Para ahli gizi yang kompeten diharapkan dapat dengan tulus membantu pemerintah dalam menetapkan undang-undang dan peraturan yang mendorong kebiasaan makan dan gaya hidup sehat. Sesuai Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 374 Tahun 2007 tentang Standar Profesi Gizi yang memuat Standar Kompetensi, Standar Pendidikan, Kode Etik Gizi, dan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 26 Tahun 2013 tentang Pekerjaan dan Praktik Ahli Gizi, diperlukan standar kompetensi nasional untuk menghasilkan ahli gizi yang kompeten.

Di Indonesia, ahli gizi kini dianggap sebagai anggota penting masyarakat dan dapat ditemukan di berbagai tempat, termasuk pusat kebugaran, layanan catering diet, dan rumah sakit serta institusi kesehatan lainnya. Seorang ahli gizi mempraktikkan pengobatan (Engel & Susanto, 2017). Tugas seorang ahli gizi atau nutrisisionis melibatkan berbagai hal. Mereka bertanggung jawab dalam mengelola asuhan gizi masyarakat

secara ilmiah dan komprehensif. Selain itu, mereka juga merancang, mengatur, memperluas, dan mengevaluasi program penyuluhan, pelatihan, dan pendidikan gizi untuk individu, kelompok, serta masyarakat. Tugas lainnya mencakup perancangan, pelaksanaan, perluasan, dan evaluasi intervensi gizi dan pola makan pada tingkat individu, kelompok, dan masyarakat guna mencegah penyakit dan meningkatkan kesehatan.

Mereka juga bertanggung jawab atas pengelolaan sistem pelayanan makanan serta mengontrol kualitasnya dengan berlandaskan prinsip keamanan pangan, kepuasan, kesehatan, dan keselamatan pelanggan. Dalam bidang riset, mereka terlibat dalam studi mengenai gizi, pangan, dan kesehatan. Selain itu, mereka membangun jaringan dan menyusun saran kebijakan, serta melakukan advokasi untuk memperjuangkan masalah gizi masyarakat. Ahli gizi juga melakukan pemantauan dan evaluasi terhadap pelaksanaan program gizi masyarakat, serta merencanakan, melaksanakan, dan mengembangkan usaha berbasis gizi. Keseluruhan tugas ini menjadi tanggung jawab mereka dalam menjaga kesejahteraan dan meningkatkan kesehatan individu serta masyarakat.

KESIMPULAN

Keberhasilan kemajuan suatu negara sangat tergantung pada kualitas Sumber Daya Manusia (SDM), dan aspek gizi memiliki peran penting dalam membentuk kualitas tersebut. Tubuh memerlukan nutrisi untuk menjalankan fungsi-fungsi vital, terutama dalam hal pertumbuhan dan perkembangan anak, pembentukan otak, kemampuan belajar, dan produktivitas dalam dunia kerja. Dalam upaya memperbaiki kondisi gizi, pelayanan gizi dilakukan oleh para tenaga ahli gizi. Mereka bertanggung jawab dalam manajemen perawatan gizi klinis, mengelola layanan gizi di masyarakat, mengurus perawatan gizi di rumah sakit, mengelola sistem penyediaan makanan di institusi publik, menjadi pendidik, penyuluh, pelatih, atau konsultan gizi, melaksanakan penelitian di bidang gizi, terlibat dalam pemasaran produk gizi dan kegiatan wirausaha, serta berperan dalam tim kesehatan lintas sektor, menjalankan praktek gizi secara profesional dan etis.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahsan, Abdillah, Wiyono, N. H., & Veruswati, M. (2020). *Kajian Kebijakan Amandemen UU No. 39/2007 dan Reformasi Kebijakan Cukai di Indonesia*. Depok: UI Publishing.
- Anisa, Agnia, Darozat, Agung, Aliyudin, Ahmad, Maharani, Ajeng, Irfan, Ali, Adi Fahmi, Biyan, Budiarti, Chika, Ratnasari, Desi, Fadilah, Dian, & Apriyanti Hamim, Evi. (2019). Permasalahan gizi masyarakat dan upaya perbaikannya. *Agroteknologi*.
- Arfan, Nurul Azmi, Nuzula, Rizka Firdausi, & Ningrum, Selfya. (2023). Peran Kader Terhadap Upaya Peningkatan Status Gizi Balita di Posyandu. *Jurnal Kesehatan Samodra Ilmu*, 14(01), 18–21.
- Artanti, Linda. (2018). *Pengaruh Kebijakan Pelayanan Gizi Terhadap Perlindungan Hak Pasien Di Rumah Sakit Di Kota Semarang*. Unika Soegijapranata Semarang.
- Bachruddin, Zaenal. (2018). *Teknologi Fermentasi pada Industri Peternakan*. UGM PRESS.
- Djauhari, Thontowi. (2017). Gizi dan 1000 HPK. *Saintika Medika*, 13(2), 125–133.
- Doren, Wihelmus Kopong, Regaletha, Tadeus A. L., & Dodo, Dominirsep O. (2019). Evaluasi Program Pemberian Makanan Tambahan Pemulihan (PMT-P) terhadap Status Gizi Buruk Balita di Puskesmas Oepoi Kota Kupang. *Lontar: Journal of Community Health*, 1(3), 111–118.
- Engel, Yohanes Agatha, & Susanto, Heru. (2017). *Pahlawan Ekonomi Kreatif*. Elex Media Komputindo.
- Fauzia, Eva, Pahira, Siti Hapsah, & Nurjanah, Aisyah. (2022). *Manfaat Edukasi Pentingnya Zat Gizi Kepada Calon Ibu Hamil*.
- Iskandar, A. Halim. (2020). *SDGs desa: percepatan pencapaian tujuan pembangunan nasional berkelanjutan*. Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Mardiana, Mardiana, & Prameswari, Galuh Nita. (2019). Pemetaan dan Perumusan Kompetensi Ahli Gizi Bidang Olahraga. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 3(2), 213–222.
- Mariana, Dina, Wulandari, Dwi, & Padila, Padila. (2018). Hubungan Pola Makan dengan

Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 1(2), 108–122.

Nuril, Lailatul Fitriyah. (2020). *Pengaruh Asesmen Portofolio Elektronik Terhadap Peningkatan Literasi Sains Peserta Didik Kelas Xi Pada Mata Pelajaran Biologi Di Sma Muhammadiyah 2 Bandar Lampung*. Uin Raden Intan Lampung.

Nurul, Ilmi'ah Lestari, Weni, Kurdanti, & Nur, Hidayat. (2019). *Asupan Karbohidrat, Asupan Lemak, Aktivitas Fisik dan Kejadian Obesitas pada Remaja di Kota Yogyakarta*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

R Hapsara Habib Rachmat, D. P. H. (2018). *Penguatan upaya kesehatan masyarakat dan pemberdayaan masyarakat bidang kesehatan di Indonesia*. UGM PRESS.

Rohani, Desma. (2023). Hubungan pengetahuan gizi, tingkat kecukupan zat gizi, dan aktivitas fisik dengan status gizi pada guru SMP. *Student Research Journal*, 1(1), 1–14.