

Peringati Hari Pangan Sedunia, Danone Indonesia Ajak Masyarakat Cerdas Atur Pengeluaran Agar Gizi Anak Optimal



JAKARTA, 31 Oktober 2022 - Investasi pemberian makanan sehat dan bergizi dalam keluarga seharusnya menjadi prioritas orangtua agar anak memperoleh nutrisi optimal untuk tumbuh kembangnya. Sejalan dengan Hari Pangan Sedunia 2022, Danone Specialized Nutrition Indonesia turut mendukung masyarakat seputar pentingnya pemenuhan nutrisi dalam segala kondisi melalui webinar yang berjudul **“Peringati Hari Pangan Sedunia, Danone Indonesia Ajak Masyarakat Cerdas Atur Pengeluaran Agar Gizi Anak OPTimal”** bersama narasumber yakni **Mutia A. Sayekti S.Gz., MHEcon** selaku **Peneliti Ekonomi Kesehatan** dari **Ikatan Ekonomi Kesehatan Indonesia** beserta **Dr. dr. Ray Wagiu Basrowi, MKK** selaku **Medical & Scientific Affairs** Danone Indonesia.

Tema Hari Pangan Sedunia 2022 yakni **“Leave No One Behind”** menunjukkan bahwa seluruh masyarakat Indonesia, apa pun latar belakangnya, memiliki hak untuk memperbaiki status gizi dan status kesehatan. Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2020 dari Badan Pusat Statistik menyebutkan, anak-anak Indonesia masih mengalami kerawanan akses terhadap makanan sehari-hari. Kondisi tersebut diperparah dengan kenaikan harga bahan pokok dan pangan, imbas dari inflasi dan kenaikan BBM, sehingga daya beli masyarakat



terhadap bahan pangan, khususnya protein hewani berkurang. Jika masyarakat sulit mengakses makanan bergizi, angka stunting di Indonesia akan sulit diturunkan.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan, negara-negara dengan kondisi ekonomi baik memiliki nilai yang tinggi pada status kesehatan setiap individunya. Data tahun 2018 dari organisasi itu juga menyebut, angka kematian lebih tinggi di negara berpenghasilan rendah.

Pakar ekonomi kesehatan dari Ikatan Ekonomi Kesehatan Indonesia, Mutia A. Sayekti S.Gz., MHEcon mengatakan, malnutrisi atau permasalahan gizi sering dikaitkan dengan status ekonomi. “Ketahanan pangan dapat tercapai apabila setiap saat semua orang memiliki akses terhadap makanan yang **cukup, aman, bergizi, sesuai kebutuhan diet** untuk mencapai hidup sehat dan produktif. Dalam skala rumah tangga, ketahanan pangan dapat dimulai dengan memastikan keluarga mengkonsumsi gizi seimbang yang dapat diterapkan dalam beberapa langkah seperti berkomitmen untuk hidup sehat sesuai dengan kemampuan, merencanakan menu per-minggu dengan konsep isi piringku, mempertimbangkan konsumsi makan anak di luar rumah, serta meningkatkan literasi keluarga terhadap kebutuhan nutrisi dan khususnya membuat anggaran khusus belanja bahan makanan. Orangtua dapat membuat skala prioritas dalam pengeluaran belanja, dengan mengutamakan kebutuhan yang esensial seperti pangan sehat dan bergizi untuk anak-anak mereka,” kata Mutia.

Merencanakan anggaran khusus daftar makanan per minggu dengan konsep Isi Piringku juga bisa dilakukan. Mutia mencontohkan, untuk estimasi belanja makanan selama 3-5 hari dengan anggaran sekitar Rp 185.000 (dengan estimasi biaya di wilayah Depok, Jawa Barat dan sekitarnya) sudah bisa mendapatkan lauk protein hewani, nabati, sayuran, dan bumbu-bumbu serta susu untuk keluarga yang terdiri dari 2 orang dewasa dan 2 anak-anak. Estimasi dalam sebulan pengeluaran belanja makanan adalah Rp 816.000, atau sekitar 23-24% untuk rumah tangga dengan kisaran penghasilan Rp 4-5 juta.

Pemahaman akan pentingnya memenuhi kebutuhan gizi anak harus terus disosialisasikan sampai ke unit terkecil masyarakat, yaitu keluarga. Masyarakat juga harus paham bahwa kurang gizi dapat berdampak serius pada kesehatan dan perkembangan kecerdasan anak. Data SSGI 2021 menyatakan prevalensi stunting di Indonesia mencapai 24,4% dan masih berada di atas batas WHO. Selain itu, prevalensi *underweight* mengalami peningkatan dari 16,3% menjadi 17%. Sedangkan, pemerintah telah menetapkan stunting sebagai prioritas nasional, dengan menargetkan penurunan angka stunting menjadi 14 persen di tahun 2024.



Penanggulangan masalah Kesehatan perlu dilakukan dari berbagai aspek yakni akses terhadap makanan bergizi seimbang, edukasi dan intervensi serta kemitraan dan advokasi. **Dr. dr. Ray Wagi Basrowi MKK, Medical Science Director Danone Indonesia, menjelaskan** “Dalam akses terhadap makanan bergizi perlu diperhatikan bahwa makanan yang dikonsumsi bervariasi serta dalam jumlah yang cukup serta kualitas gizi yang baik. Pemenuhan makanan yang bervariasi berhubungan dengan berkurangnya risiko defisiensi mikronutrien dan risiko kurangnya asupan nutrisi. Kajian sistematis menunjukkan, kurangnya variasi makanan berhubungan dengan kejadian stunting pada anak. Selanjutnya, salah satu cara untuk orangtua dapat memastikan kebutuhan zat gizi makro dan mikro pada anak cukup adalah dengan menerapkan pedoman prinsip ‘Isi Piringku’ yang mengandung gizi seimbang. Pedoman Isi Piringku mengacu pada konsumsi pembagian piring makan menjadi 2/3 makanan pokok, 1/3 lauk pauk, 2/3 sayur dan 1/3 buah, dilanjutkan dengan minum air 8 gelas/hari, 30 menit aktivitas fisik dan penerapan pola hidup bersih dan sehat. Disisi lain, kita juga perlu memastikan bahwa makanan yang dikonsumsi memiliki kualitas gizi yang baik.”

Pemenuhan bahan baku pangan dengan pedoman Isi Piringku juga bisa dilakukan dengan diversifikasi pangan yakni konsumsi pangan lokal yang tersedia di lingkungan sekitar. Eksplorasi bahan makanan lokal, termasuk cara pengolahan, untuk akses yang berkesinambungan dapat dilakukan. Ditambahkan oleh Mutia, setiap daerah memiliki pangan lokal yang berbeda-beda, namun karena ketidaktahuan, masyarakat jarang memanfaatkannya. Daftar Bahan Makanan Penukar (DBMP) dapat menjadi salah satu referensi dalam memaksimalkan pemanfaatan pangan lokal, yaitu dengan mencari alternatif pangan yang mengandung nutrisi yang kurang lebih sama dengan pangan yang biasa dikonsumsi.

Selain itu, pemberian makanan yang sudah difortifikasi juga bisa menjadi cara memenuhi kebutuhan gizi secara lebih murah. Sebab, bahan pangan terfortifikasi sudah mengandung makronutrien dan mikronutrien sekaligus dalam satu makanan. “Fortifikasi makanan merupakan upaya meningkatkan kualitas pangan dengan menambahkan pada makanan tersebut satu atau lebih zat gizi mikro tertentu. Hal ini bermanfaat sebagai salah satu cara intervensi pemenuhan zat gizi mikro masyarakat yang terbukti cost-effective terutama untuk mengatasi defisiensi micronutrient (*hidden hunger*) dan membantu percepatan perbaikan gizi anak Indonesia. Pemenuhan konsumsi pangan yang seimbang dan konsumsi pangan berfortifikasi dapat dilakukan untuk memastikan kebutuhan zat gizi mikro tubuh dapat terpenuhi”
Tutup Ray.

- SELESAI -



Tentang Specialized Nutrition Indonesia

Danone Specialized Nutrition (SN) Indonesia adalah bagian dari Danone Global yang fokus dalam penyediaan nutrisi di Indonesia untuk praktik konsumsi makanan dan minuman yang lebih berkelanjutan, serta mendorong Indonesia yang lebih sehat. Danone SN Indonesia berfokus pada komitmen untuk menyediakan nutrisi untuk setiap tahapan penting kehidupan, terutama untuk 3.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Danone SN Indonesia beroperasi melalui 4 perusahaan, yaitu PT Sarihusada Generasi Mahardhika, PT Nutricia Indonesia Sejahtera, PT. Sugizindo, dan PT. Nutricia Medical Nutrition. Saat ini, Danone SN Indonesia memiliki 1 kantor pusat, 4 pabrik, dan 31 kantor wilayah yang tersebar di seluruh Indonesia, didukung oleh 2.458 karyawan.

Danone SN Indonesia mendukung perkembangan kesehatan ibu dan anak dengan menghadirkan produk bergizi yang dibutuhkan ibu dan anak melalui kegiatan riset dan pengembangan produk yang inovatif seperti SGM Eksplor, SGM Bunda, Lactamil, Bebelac, Nutrilon Royal, dan nutrisi medis khusus. Selain dengan produk bernutrisi, Danone SN Indonesia juga melakukan upaya mengatasi masalah kesehatan melalui berbagai kegiatan edukasi dan kolaborasi, tentang pentingnya kesehatan dan gizi, antara lain: Program Bicara Gizi, Program Pencegahan Stunting, Isi Piringku, Bunda Mengajar, dan Rumah Bunda Sehat.

Danone SN Indonesia berkomitmen mewujudkan praktik bisnis yang berkelanjutan yang berkontribusi pada Tujuan Pembangunan Berkelanjutan. Saat ini, Danone SN Indonesia berfokus dalam membangun visi dan komitmen 2025 dengan tetap patuh terhadap peraturan maupun undang-undang di bidang lingkungan, sosial, maupun ekonomi. Danone SN Indonesia terus berupaya memberdayakan sekaligus mengedukasi masyarakat melalui program-program yang bertujuan untuk mengembangkan kesehatan dan gizi, mengoptimalkan pendidikan anak usia dini, mengembangkan ekonomi lokal, dan memperjuangkan kesetaraan. Program-program tersebut antara lain Generasi Sehat Indonesia (GESID), Taman Pintar, Bunda Mengajar dan Duta 1000 Pelangi.

Untuk informasi lebih lanjut, hubungi:

Indah Tri Novita

External Communications and Corporate Digital Lead Danone Indonesia

Telp: 021.2996.1234

Email: Indah.Novita@danone.com