

Siaran Pers Komnas Perempuan  
**Peringatan Hari Gizi Nasional Indonesia:  
Kecukupan Gizi untuk Pemenuhan Hak Asasi Perempuan**

28 Februari 2022

Komnas Perempuan berpandangan pemenuhan gizi demi kehidupan yang sehat dan berkualitas adalah merupakan bagian dari upaya pemenuhan hak asasi perempuan untuk peningkatan kualitas hidup lebih baik. Hal ini karena masih terdapat persoalan akibat dari kualitas sumber daya manusia yang masih rendah.

Beberapa persoalan yang saat ini masih dan sedang dihadapi oleh negara - negara berkembang, termasuk Indonesia dengan masalah gizi ganda (yaitu masalah gizi kurang dan gizi lebih) dan anemia. Di satu pihak gizi kurang berhubungan erat dengan kemiskinan, kurangnya ketersediaan pangan, kurang baiknya kualitas lingkungan, kurangnya pengetahuan masyarakat tentang gizi. Indikator masalah gizi dari sudut pandang sosial budaya bisa terjadi akibat atau dipengaruhi oleh stabilitas keluarga, karena anggota keluarga dan anak-anak yang tumbuh dalam lingkungan yang tidak stabil itu dapat sangat rentan terhadap gizi kurang. Prevalensi gizi kurang 17,7% dan prevalensi gizi lebih adalah 10,8% (Riskesdas 2018).

Gizi lebih dapat terjadi akibat tiga faktor yakni faktor lingkungan, perilaku, dan genetik. Faktor perilaku dan lingkungan dapat mencapai 70%, faktor genetik menyumbang 10-30%. Perkembangan teknologi yang pesat berkontribusi pada kenaikan prevalensi status gizi lebih, karena tanpa disadari teknologi menggiring untuk kurang beraktivitas fisik, mudahnya mendapatkan makanan siap saji, kurang mengonsumsi sayur dan buah. Sedangkan prevalensi anemia pada ibu hamil adalah 48,9% (Riskesdas 2018). Hal ini bisa terjadi akibat kurangnya pemahaman bahwa anemia itu akibat kekurangan beberapa zat dan mineral yang sebenarnya didapatkan pada protein hewani. Sebagaimana kecukupan protein hewani ini sering kali belum menjadi prioritas terutama bagi keluarga menengah kebawah dan masih adanya mitos yang menganggap ibu hamil tidak boleh mengonsumsi produk hewani.

Kondisi anemia yang dialami oleh hamil tersebut sering kali merupakan kondisi yang sudah ada sejak di masa remaja putri. Hal ini berkaitan dengan siklus reproduksi perempuan yaitu haid yang terjadi, yang mengharuskan remaja tercukupi kebutuhan *makronutrien* dan *mikronutrien*. Disisi lain pada remaja putri yang mengalami gizi lebih, sering kali menghadapi masalah dengan lingkungan, misalnya *body shaming*, yang akhirnya mereka melakukan diet dan pola makan yang tidak seimbang sedemikian sehingga mereka malah mengalami masalah dalam asupan gizi. Kondisi ini bisa terjadi akibat adanya disinformasi tentang gizi seimbang. Sehingga penting sekali literasi gizi bagi remaja putri dalam mempersiapkan diri terutama yang ingin menjalankan peran siklus reproduksi selanjutnya, seperti kehamilan.

Persoalan kekurangan gizi berkelindan erat dengan ketersediaan pangan protein atau produk hewani dengan harga yang terjangkau oleh masyarakat. Karena di pedesaan harga ini cukup mahal sehingga kecukupan gizi keluarga tidak terpenuhi yang bisa mengakibatkan jumlah perempuan pedesaan yang mengalami anemia lebih banyak dibandingkan dengan perkotaan (BPS 2018).

Terkait persoalan gizi (pangan) yang berdampak pada Kesehatan perempuan, PBB telah memiliki rujukan diantaranya adalah Konvensi mengenai Penghapusan Segala Bentuk Diskriminasi terhadap Perempuan (CEDAW) serta Rekomendasi Umum No.24 Tahun 1999 tentang Perempuan dan Kesehatan, Kovenan Internasional tentang Hak-Hak Ekonomi, Sosial dan Budaya (ICESCR) pasal 12 serta Komentar Umum No.14 Tahun 2000 tentang hak atas Standar Kesehatan Tertinggi yang Dapat Dicapai, Konvensi Hak-Hak Anak pasal 24, Konvensi Internasional Tentang Perlindungan Seluruh Hak Buruh Migran dan Para Anggota Keluarga Mereka (CMW) pasal 28, 43 (e), dan 45 (c), Konvensi mengenai Hak-Hak Penyandang Disabilitas pasal 25, Tujuan Pembangunan Berkelanjutan (SDGs). Adapun hak atas pangan bisa dilihat dalam instrument kunci Deklarasi Universal Hak Asasi Manusia pasal 25, ICESCR pasal 11, CEDAW, Konvensi Hak – Hak Anak (CRC) pasal 24 dan 27, Konvensi Terkait Status Pengungsi, Konvensi mengenai Hak – Hak Penyandang Disabilitas serta *Voluntary Guidelines* untuk mendukung realisasi progresif hak atas pangan yang memadai dalam konteks ketahanan pangan nasional (Pedoman Hak atas Pangan) dan *Voluntary Guidelines* tentang tata kelola kepemilikan tanah, perikanan dan hutan yang bertanggung jawab dalam konteks ketahanan pangan nasional dari Organisasi Pangan dan Pertanian (FAO).

Dalam rangka memperingati Hari Gizi Nasional setiap tanggal 28 Februari, Komnas Perempuan menyatakan:

1. Mendorong Kementerian Koordinator Pembangunan Manusia dan Kebudayaan Republik Indonesia untuk meningkatkan koordinasi terkait pencegahan gizi buruk bagi semua penduduk di Indonesia, terutama remaja putri, perempuan hamil dan menyusui dengan ASI, khususnya di daerah kepulauan, terluar dan terdalam untuk mendapatkan akses layanan gizi yang maksimal;
2. Mendorong Menteri Perdagangan mengawasi dan memastikan ketersediaan bahan pangan yang dapat dijangkau masyarakat khususnya Perempuan di Indonesia;
3. Mendorong Kementerian Kesehatan melakukan sosialisasi dan layanan secara aktif tentang pentingnya pemenuhan gizi yang seimbang kepada masyarakat luas, khususnya anak - anak, remaja putri dan perempuan sebagai bagian meningkatkan derajat kesehatan Perempuan;
4. Mendorong kepada Kementerian Sosial untuk meningkatkan akses dan layanan gizi yang maksimal bagi keluarga penerima Kartu Indonesia sejahtera yang mengalami malnutrisi;
5. Mengajak masyarakat sipil termasuk media untuk mensosialisasikan pentingnya gizi seimbang bagi remaja putri dan perempuan.

Narasumber

Veryanto Sitohang  
Maria Ulfah Anshor  
Retty Ratnawati  
Satyawanti Mashudi  
Mariana Amiruddin

Kontak Media Komnas Perempuan  
+62 813-8937-1400

