

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa kehamilan merupakan periode yang sangat penting bagi pembentukan kualitas sumber daya manusia dimasa yang akan datang, karena tumbuh kembang anak akan sangat ditentukan oleh kondisi pada saat janin dalam kandungan. Selanjutnya berat lahir yang normal menjadi titik awal yang baik bagi proses tumbuh kembang pasca lahir. Hal tersebut berkaitan dengan masalah gizi pada ibu hamil. Salah satu penyakit gangguan gizi yang masih sering ditemukan dan merupakan masalah gizi utama di Indonesia adalah anemia (Titi Yuliani, 2018). Berdasarkan Sri M (2019) yang di kemukakan oleh Indah K (2016) bahwa anemia adalah kekurangan zat gizi yang ditandai oleh gangguan dalam sintesis dan penurunan kadar hemoglobin darah dibawah normal. Ibu hamil termasuk kelompok rawan terhadap kekurangan gizi. Ketidakmampuan dalam memenuhi kebutuhan intake zat gizi pada masa kehamilan akan menyebabkan Kurang Energi Kronis (KEK) dan anemia serta meningkatkan risiko kesakitan bahkan kematian pada ibu hamil (Sri M, et al 2019).

Prevalensi anemia pada ibu hamil di dunia sebesar 38,2% dan ini merupakan salah satu masalah kesehatan yang ekstrem di seluruh dunia dengan prevalensi tertinggi di Afrika sebesar 44,6% diikuti oleh Asia dengan prevalensi sebesar 39,3%. Prevalensi anemia gizi besi pada ibu hamil di Indonesia Berdasarkan riset kesehatan dasar tahun 2018, prevalensi anemia pada ibu hamil mengalami

peningkatan sebesar 11,8 % dari tahun 2013 (37,1%) menjadi 48,9% dengan 95% kasus disebabkan oleh defisiensi zat besi. Kondisi ini mengatakan bahwa anemia cukup tinggi di Indonesia dan menunjukkan angka melebihi masalah kesehatan masyarakat berat dengan batas prevalensi anemia 40% (Kemenkes RI, 2018). ibu hamil yang mendapatkan tablet tambah darah sebesar 73,2%. Maka dengan hal ini bahwa pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil ini mengalami penurunan pada tahun 2015 ke tahun 2018. Meskipun pemerintah sudah melakukan program penanggulangan anemia pada ibu hamil yaitu dengan memberikan 90 tablet Fe kepada ibu hamil selama periode kehamilan dengan tujuan menurunkan angka anemia ibu hamil, tetapi kejadian anemia masih tinggi (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Menurut data Puskesmas pulosari kejadian anemia pada ibu hamil pada tahun 2023 berjumlah 123 orang orang dari jumlah sasaran ibu hamil pada tahun 2023 sebanyak 208 orang

Menurut Handayani (2016) faktor yang berhubungan dengan dengan kejadian anemia pada ibu hamil selain konsumsi Fe, status gizi dan. Ibu hamil juga dianjurkan untuk mengonsumsi beragam makanan yang diolah dari empat jenis pokok makanan, yaitu: beras atau alternatif penggantinya, buah-buahan, sayur-mayur, dan daging atau alternatif penggantinya. Makanan yang dikonsumsi setiap harinya harus terdiri dari empat macam panganan ini. Hal ini disebabkan karena masing-masing golongan makanan ini mengandung nutrisi yang berbeda-beda, contohnya: daging serta alternatif penggantinya mengandung protein, namun tidak mengandung vitamin C yang sangat dibutuhkan oleh tubuh. Dengan jeli memilih variasi makanan yang dibutuhkan maka kita dapat memastikan jika makanan yang kita konsumsi mengandung nutrisi yang seimbang (Keisnawati dkk, 2015). Jika

pola makan seimbang ini tidak terpenuhi, maka cenderung mengakibatkan anemia saat kehamilannya. Saat hamil seorang ibu memerlukan gizi seimbang lebih banyak daripada sebelum hamil baik sumber kalori (karbohidrat dan lemak), protein, asam folat, VIT B12, zat besi, zat seng, kalsium, vitamin C, vitamin A, vitamin D, vitamin B6, vitamin E, termasuk pemenuhan kandungan nutrisi yang dibutuhkan bagi janin diantaranya DHA, gangliosida (GA), asam folat, zat besi, EFA, FE, dan kolin. (Kemenkes, 2015).

Etiologi dari anemia pada ibu hamil yang utama adalah kekurangan zat besi dalam tubuh. Anemia defisiensi zat besi atau yang sering disebut sebagai Anemia Gizi Besi (AGB) dapat terjadi karena tubuh kekurangan zat besi, asam folat, dan vitamin B12. Ketersediaan zat besi yang rendah dan kandungannya yang tidak adekuat menjadi penyebab dari anemia defisiensi zat besi (Kartika, 2012).

Selain pola makan ada beberapa hal yang memengaruhi ketersediaan zat besi bahkan maka salah satunya yaitu cara pengolahan bahan pangan. Cara pengolahan bahan makan dapat memengaruhi bioavailabilitas (kesediaan) zat besi dalam bahan makanan, cara pencucian misalnya dapat meluarkan zat besi dalam air. Selain itu dapat proses pemanasan bahan makanan juga dapat mempengaruhi kandungan zat di dalam bahan makanan (Mulyana, Wulandari, & Padila 2018)

Masalah tidur selama hamil salah satunya dipengaruhi oleh perubahan kadar hormon. Tidur merupakan hal yang esensial bagi kesehatan. Tidur yang tidak berkualitas dapat menyebabkan gangguan keseimbangan fisiologis dan psikologis. (Robin, 2015).

Status gizi ibu hamil pemenuhan nutrisi untuk ibu hamil antara keseimbangan kebutuhan dan masukan nutrisi yang sangat berpengaruh pada

perkembangan janinnya. Jika status gizi seorang ibu kurang maka akan mempengaruhi indeks massa tubuh dan lingkaran lengan ibu hamil selama proses kehamilan dan perkembangan janinnya (Nofita & Darmawati, 2016).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas pulosari kabupaten pandeglang Tahun 2023 bahwa diperoleh data berupa jumlah ibu hamil pada tahun 2023 yaitu 208 orang. Dari jumlah tersebut terdapat ibu hamil yang anemia sebanyak 123 orang. Berdasarkan survey awal di wilayah kerja Puskesmas pulosari pada tanggal 20 Juni 2023 terhadap ibu hamil yang berkunjung ke Puskesmas pulosari 5 orang dengan kadar Hb <11 gr/dl. Penulis melakukan wawancara mengenai kekurangan zat besi, asam folat dan vitamin B12 pada ibu hamil

Berdasarkan latar belakang di atas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Pola Makan, Pola Istirahat dan Status gizi Pada Ibu Hamil Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Pulosari Desa Koranji Kabupaten Pandeglang Banten 2023.”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah ditemukan di atas maka dapat disusun rumusan masalahnya sebagai berikut: “Hubungan Pola Makan, Kualitas Tidur Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Pulosari Desa Koranji Kabupaten Pandeglang Banten Tahun 2023”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Pola Makan, Kualitas Tidur Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Pulosari Desa Koranji Kabupaten Pandeglang Banten Tahun 2023

#### **1.3.1 Tujuan Khusus**

- 1) Mengetahui Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengaruh Pola Pakan Pada Ibu Hamil Yang Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Pulosari Desa Koranji Kabupaten Pandeglang Banten 2023.
- 2) Untuk Mengetahui hubungan Pola Makan Dengan kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Pulosari Desa Koranji Kabupaten Pandeglang Banten 2023.
- 3) Untuk Mengetahui hubungan kualitas Tidur dengan kejadian anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Pulosari Desa Koranji Kabupaten Pandeglang Banten 2023.
- 4) Untuk Mengetahui hubungan Status gizi dengan kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Pulosari Desa Koranji Kabupaten Pandeglang Banten 2023.

### **1.4 Tujuan Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam perkembangan ilmu kebidanan khususnya pada ibu hamil dengan anemia

#### **1.4.1 Manfaat Praktis**

- 1) Bagi Puskesmas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan bagi puskesmas dalam pelayanan kesehatan pencegahan anemia pada ibu hamil.

2) Bagi ibu hamil

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi sebagai masyarakat umum, utamanya bagi ibu hamil tentang kekurangan zat besi, asam folat, vitamin b12, status KEK, pola istirahat dan pola makan terhadap anemia pada ibu hamil

3) Bagi peneliti

Menambah pengetahuan peneliti tentang pola makan, pola istirahat dan status gizi ibu hamil serta memberikan wawasan dan pengalaman dalam melakukan penelitian

