

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa kehamilan merupakan fase fundamental dalam siklus reproduksi wanita yang diiringi oleh eskalasi kebutuhan baik secara fisiologis maupun psikologis. Dalam rentang waktu tersebut, tubuh ibu mengalami peningkatan volume sirkulasi darah sekaligus peningkatan kebutuhan akan zat besi yang berfungsi untuk menunjang pertumbuhan janin dan maturasi plasenta. Konsekuensi dari kondisi ini adalah tingginya kerentanan ibu hamil terhadap kejadian anemia. Adapun anemia pada populasi ibu hamil berpotensi memicu serangkaian komplikasi serius yang berdampak tidak hanya pada ibu, tetapi juga terhadap janin yang dikandungnya. Berbagai dampak negatif tersebut meliputi fatigabilitas kronis, penurunan kapasitas imunologis, peningkatan predisposisi terhadap infeksi, episode perdarahan pascapersalinan, hingga luaran neonatal yang merugikan seperti persalinan prematur, berat lahir di bawah standar normal (low birth weight/BBLR), dan dalam kasus ekstrem, peningkatan morbiditas serta mortalitas baik pada ibu maupun janin (Kusumastuti, 2022). Etiologi anemia pada ibu hamil tidak semata-mata bersumber dari defisiensi zat besi, melainkan turut ditentukan oleh serangkaian faktor determinan lain yang bersifat multifaktorial. Beberapa variabel yang turut berperan secara signifikan meliputi aspek perilaku individu, kondisi sanitasi lingkungan, serta pola hidup yang dijalani sehari-hari. Meskipun faktor-

faktor tersebut bekerja secara tidak langsung, pengaruhnya terhadap status kesehatan ibu hamil tetap signifikan dan tidak dapat diabaikan dalam upaya pemahaman komprehensif mengenai kejadian anemia selama masa gestasi. (Hasan et al., 2024).

Status anemia pada ibu hamil ditetapkan apabila konsentrasi hemoglobin dalam tubuhnya turun hingga kurang dari 11 g/dL yang berkaitan dengan peningkatan mortalitas perinatal, peningkatan morbiditas dan mortalitas anak, serta gangguan perkembangan kognitif dan mental, selain itu, kondisi ini juga menurunkan fungsi sistem imun, meningkatkan kerentanan terhadap paparan logam berat seperti timbal, dan berdampak negatif terhadap kapasitas kerja serta produktivitas ibu (Obianeli et al., 2024).

Hingga saat ini, anemia dalam masa hamil masih tergolong sebagai persoalan krusial di wilayah negara berkembang. Organisasi Kesehatan Dunia (World Health Organization/WHO) melaporkan bahwa prevalensi global anemia pada populasi ibu hamil mencapai sekitar 37%, sementara itu, angka tersebut tercatat lebih tinggi di negara berkembang dengan proporsi yang dapat melampaui 40%. Sejalan dengan temuan tersebut, hasil Survei Kesehatan Indonesia (Riskesdas) pada tahun 2023 mengungkapkan bahwa sebanyak 48,9% ibu hamil di Indonesia terkonfirmasi mengalami kondisi anemia. Di wilayah Jawa Timur sendiri, prevalensi anemia gizi besi pada ibu hamil tercatat sekitar 25,3% dari total populasi ibu hamil. Adapun di Kabupaten Jember, angka prevalensi anemia bahkan mencapai 73% pada

tahun 2023, dengan jumlah kasus sebanyak 74 selama periode Januari hingga Maret di tahun yang sama.

Prevalensi anemia erat kaitannya dengan pola perilaku kesehatan yang belum tertata dengan baik, meskipun sebenarnya hal ini bisa dicegah. Rendahnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat, misalnya penggunaan sumber air yang tidak layak, kurangnya kebiasaan mencuci tangan memakai sabun, hingga pola konsumsi makanan gizinya kurang, minimnya asupan makanan tinggi zat besi dapat memperberat kondisi anemia yang dialami. Di samping itu, buruknya kondisi sanitasi menjadi faktor pemicu awal munculnya berbagai gangguan kesehatan, seperti infestasi parasit, gangguan pada saluran cerna, serta peradangan yang bersifat kronis. Kondisi-kondisi tersebut dapat berujung pada anemia, baik melalui terhambatnya produksi sel darah merah maupun meningkatnya volume darah yang hilang dari tubuh.

Hasan et al., (2024) mengungkapkan faktor paling dominan yang memengaruhi terjadinya anemia pada ibu hamil adalah kualitas air minum di lingkungan rumah tangga serta tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi suplemen Fe-folat. Temuan serupa juga diperkuat oleh Chanimbe et al., (2023) yang meneliti wanita usia reproduktif di kawasan sub-Sahara Afrika, di mana ditemukan keterkaitan antara akses fasilitas sanitasi dasar dengan penurunan angka prevalensi anemia, sekaligus menegaskan pentingnya penggunaan jamban yang layak dan lingkungan yang bersih sebagai langkah pencegahan. Di sisi lain, Deng et al., (2024) melaporkan temuan bahwa

paparan polusi udara di lingkungan rumah tangga, termasuk asap hasil pembakaran maupun asap rokok, memiliki keterkaitan yang signifikan dengan meningkatnya risiko anemia dalam masa hamil. Temuan dari Van Tran et al., (2020) menunjukkan bahwa Paparan asap rokok secara pasif (*secondhand smoke*) pada ibu hamil memiliki keterkaitan dengan penurunan konsentrasi hemoglobin (Hb) dalam darah, dengan selisih rata-rata sebesar 0,6 g/dL. Sementara itu, Freitas-Costa et al., (2025) menjelaskan Pola konsumsi pangan yang rendah kandungan zat besi, disertai dengan kurangnya asupan buah dan sayur sebagai sumber vitamin C, turut memperparah prevalensi anemia selama masa gestasi. Berdasarkan kedua temuan tersebut, dapat ditarik simpulan bahwa anemia pada masa hamil merupakan persoalan yang bersifat kompleks, yang tidak semata-mata disebabkan oleh defisiensi zat gizi makro maupun mikro, melainkan turut dipengaruhi oleh determinan perilaku, kondisi lingkungan, serta kebiasaan hidup yang dijalankan sehari-hari.

Studi pendahuluan yang dilaksanakan peneliti di wilayah kerja Puskesmas Umbulsari menunjukkan bahwa dari 153 ibu hamil trimester 1 hingga 3 yang tercatat menjalani pemeriksaan ANC selama tiga bulan terakhir, sebanyak 54 orang di antaranya diketahui mengalami anemia. Data tersebut mengindikasikan bahwa anemia pada ibu yang mengalami masa hamil masih menjadi persoalan yang nyata, sekaligus menggambarkan adanya beragam faktor risiko yang turut berkontribusi terhadap

kemunculannya, seperti perilaku hidup bersih dan sehat maupun kondisi lingkungan sekitar tempat tinggal.

Langkah yang dapat dilakukan untuk menurunkan yaitu memperkuat penerapan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) di tingkat rumah tangga. PHBS pada dasarnya merupakan rangkaian perilaku yang dijalankan secara sadar, baik oleh individu maupun keluarga, dengan tujuan menjaga dan memelihara kesehatan, mencegah timbulnya penyakit, serta meningkatkan derajat kesehatan secara keseluruhan. Dari sepuluh indikator PHBS rumah tangga yang ada, terdapat lima indikator yang dinilai memiliki kaitan paling erat dengan upaya pencegahan anemia pada ibu hamil, yakni penggunaan air bersih, kebiasaan mencuci tangan menggunakan air bersih dan sabun, pemanfaatan jamban sehat, konsumsi buah dan sayur secara rutin setiap hari, serta kebiasaan tidak merokok di dalam rumah.

Indikator yang berperan penting dalam mempertahankan kesehatan ibu selama kehamilan, mencegah infeksi, serta mendukung pemenuhan gizi yang diperlukan dalam pembentukan hemoglobin. Penerapan PHBS yang dilakukan secara baik dan konsisten dapat berperan dalam mencegah terjadinya gangguan penyerapan zat besi maupun kehilangan darah yang bersifat kronis, sekaligus membantu menjaga keseimbangan asupan gizi dan kesehatan ibu selama masa kehamilan berlangsung. Dengan demikian, penerapan PHBS turut berkontribusi dalam menurunkan risiko anemia dalam masa hamil.

Berdasarkan berbagai uraian yang telah dipaparkan di atas, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih lanjut mengenai "Hubungan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Umbulsari".

B. Rumusan Masalah

a. Pernyataan Masalah

Anemia pada populasi ibu hamil masih merupakan isu kesehatan yang cukup serius. Kondisi ini tidak timbul akibat faktor tunggal, melainkan dipengaruhi oleh beragam determinan, di antaranya perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), kualitas sanitasi lingkungan, serta kecukupan asupan gizi. Rendahnya implementasi PHBS, yang terindikasi dari keterbatasan akses terhadap air bersih, kurangnya praktik cuci tangan pakai sabun, penggunaan fasilitas jamban yang tidak memenuhi syarat kesehatan, konsumsi sayur dan buah yang tidak optimal, serta tingginya tingkat paparan asap rokok, dapat meningkatkan kerentanan terhadap infeksi sekaligus mengganggu proses absorpsi zat besi dalam tubuh. Gangguan tersebut pada akhirnya berkontribusi terhadap peningkatan probabilitas terjadinya anemia pada ibu hamil. Adapun anemia pada masa gestasi berpotensi mengakibatkan berbagai komplikasi serius, baik terhadap ibu maupun janin, yang meliputi kelelahan kronis, penurunan daya tahan tubuh, perdarahan pascapersalinan, berat badan lahir rendah (BBLR), hingga kelahiran prematur. Mengingat

buruknya kualitas penerapan PHBS diduga merupakan salah satu faktor risiko yang mempertinggi prevalensi anemia di kalangan ibu hamil, maka diperlukan kajian yang lebih mendalam guna menelusuri signifikansi hubungan antara kedua variabel tersebut, khususnya di wilayah kerja Puskesmas Umbulsari.

b. Pertanyaan Masalah

1. Bagaimana perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Umbulsari?
2. Bagaimana kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Umbulsari?
3. Apakah ada hubungan antara perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Umbulsari?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan perilaku hidup bersih dan sehat pada ibu hamil dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah puskesmas umbulsari.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi perilaku hidup bersih dan sehat pada ibu hamil di wilayah puskesmas umbulsari
- b. Mengidentifikasi kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas umbulsari

- c. Menganalisis hubungan antara perilaku hidup bersih dan sehat dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Umbulsari

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Temuan ini dapat memberikan kontribusi sebagai bahan pertimbangan dalam penyusunan perencanaan program intervensi yang bersifat preventif dan kuratif terhadap kejadian anemia pada ibu hamil. Upaya tersebut dapat diwujudkan melalui penguatan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), pemberian edukasi terkait gizi seimbang, serta pengoptimalan kegiatan pemantauan status kesehatan ibu hamil di lingkungan komunitas.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Kesehatan (Puskesmas Umbulsari)

Temuan penelitian ini diharapkan menjadi dasar pertimbangan dalam penyusunan perencanaan program intervensi yang bersifat preventif dan kuratif terhadap kejadian anemia pada ibu hamil. Upaya dapat diwujudkan melalui penguatan program Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), pemberian edukasi terkait gizi seimbang, serta pengoptimalan kegiatan pemantauan status kesehatan ibu hamil di lingkungan komunitas.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Secara operasional, hasil ini diharapkan berfungsi untuk instrumen sekaligus acuan bagi tenaga kesehatan dalam mengintensifkan upaya edukasi, penyuluhan, dan pendampingan kepada ibu hamil. Pendekatan ini bertujuan agar ibu hamil mampu mengadopsi Perilaku Hidup Bersih dan Sehat secara konsisten dalam kehidupan sehari-hari, sehingga potensi risiko terjadinya anemia dapat ditekan seminimal mungkin.

c. Bagi Ibu Hamil dan Masyarakat

Penelitian ini diproyeksikan mampu meningkatkan kesadaran, memperluas wawasan pengetahuan, serta membentuk perilaku positif ibu hamil dalam menjaga kebersihan personal dan lingkungan, sekaligus mengonsumsi asupan makanan bergizi seimbang. Dengan demikian, upaya preventif terhadap anemia dapat dioptimalkan guna menunjang status kesehatan ibu maupun janin yang dikandungnya.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Temuan penelitian ini dapat dijadikan landasan ilmiah sekaligus acuan komparatif studi lanjutan dan mengeksplorasi faktor determinan lainnya yang memengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil, ataupun yang mengkaji efektivitas intervensi berbasis PHBS dalam upaya menurunkan angka prevalensi anemia di tingkat populasi.