

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia pada ibu hamil masih menjadi salah satu tantangan kesehatan masyarakat yang serius, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Kondisi ini ditandai oleh rendahnya kadar hemoglobin (Hb) <11 g/dL pada ibu hamil sehingga berdampak pada terpenuhinya kebutuhan oksigen tubuh dan kesejahteraan ibu serta janin. Anemia dapat menyebabkan komplikasi kehamilan seperti persalinan prematur, berat badan lahir rendah, hingga peningkatan risiko kematian maternal dan neonatal. WHO menyatakan sekitar 40% ibu hamil di seluruh dunia mengalami anemia, dengan prevalensi lebih tinggi di negara berkembang karena kekurangan zat gizi terutama zat besi (Rezgale et al., 2022).

Permasalahan anemia pada ibu hamil umumnya berkaitan erat dengan perilaku konsumsi nutrisi, termasuk asupan makanan yang kaya zat besi, konsumsi buah dan sayur, serta kebiasaan konsumsi suplemen besi (Fe). Kekurangan asupan nutrisi tersebut dapat memperburuk status anemia dan menyebabkan dampak buruk pada kesehatan ibu serta perkembangan janin (Rezgale et al., 2022). Selain faktor fisiologis kehamilan, masalah anemia pada ibu hamil juga diperparah oleh perilaku konsumsi nutrisi yang tidak konsisten dan tidak adekuat, baik dari segi kualitas maupun kuantitas. Beberapa penelitian dalam lima tahun terakhir menunjukkan bahwa ibu hamil cenderung memiliki pola makan yang monoton, rendah sumber zat besi heme, serta kurang mengombinasikan makanan dengan zat pendukung absorpsi seperti vitamin C.

(Vanié et al., 2022). Kebiasaan mengonsumsi teh atau kopi setelah makan masih banyak ditemukan, yang secara ilmiah diketahui dapat menghambat penyerapan zat besi. Kondisi ini menunjukkan bahwa anemia pada ibu hamil tidak hanya disebabkan oleh ketersediaan pangan atau suplemen, tetapi juga oleh perilaku konsumsi nutrisi yang kurang tepat, sehingga intervensi medis semata tanpa perubahan perilaku berpotensi tidak memberikan hasil yang optimal (Abdilahi et al., 2024).

Menurut *World Health Organization* (WHO), anemia pada ibu hamil terjadi ketika kadar hemoglobin kurang dari 11 g/dL, dan prevalensinya masih tinggi terutama di negara berkembang. WHO memperkirakan lebih dari 32 juta ibu hamil di dunia menderita anemia, dengan angka tertinggi di Asia Selatan dan Asia Tenggara. Menurut Peranika et al., (2024). Berdasarkan data *Riskesdas* (2023), prevalensi anemia pada ibu hamil mencapai 47,9%. Provinsi Jawa Timur termasuk salah satu daerah dengan angka kejadian tinggi. Menurut laporan Dinas Kesehatan Kabupaten Jember tahun 2024, Puskesmas Kencong mencatat sekitar 35% ibu hamil mengalami anemia ringan hingga sedang, terutama pada trimester kedua dan ketiga. Hal ini dikaitkan dengan rendahnya kesadaran ibu hamil terhadap pentingnya pola makan bergizi seimbang serta kurangnya kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe yang diberikan oleh petugas kesehatan. Kondisi sosial ekonomi juga memengaruhi kebiasaan konsumsi nutrisi ibu hamil di wilayah Kencong. Sebagian besar ibu hamil berasal dari keluarga dengan pendapatan rendah dan tingkat pendidikan menengah ke bawah, yang menyebabkan keterbatasan dalam pemilihan makanan bergizi.

Ketidakseimbangan antara kebutuhan dan asupan nutrisi menyebabkan defisiensi zat gizi, terutama zat besi dan protein. Iron Deficiency Anemia (IDA) merupakan bentuk anemia paling umum dan menjadi penyebab utama kehilangan *disability-adjusted life years* (DALYs) pada wanita usia reproduksi. Kondisi ini juga menyebabkan berbagai komplikasi seperti bayi berat lahir rendah, kelahiran prematur, peningkatan risiko perdarahan postpartum, serta kematian ibu dan bayi. Faktor yang saling berkaitan, baik dari aspek biologis, nutrisi, maupun sosial budaya. Faktor utama yang paling sering ditemukan adalah kekurangan zat besi, folat, dan vitamin B12, yang berperan penting dalam pembentukan sel darah merah. Rendahnya asupan makanan sumber zat besi terutama kurangnya konsumsi daging, telur, dan sayuran hijau menjadi pemicu utama anemia pada kehamilan (Al-Kharabsheh et al., 2024). Faktor budaya juga memiliki kontribusi besar dalam meningkatkan risiko anemia. Beberapa ibu hamil masih memegang pantangan makanan tertentu yang dianggap berbahaya bagi janin, padahal makanan tersebut merupakan sumber zat besi penting. Kebiasaan minum teh atau kopi setelah makan yang mengandung tanin dan kafein dilaporkan menurunkan penyerapan zat besi secara signifikan (Sari & Herdiani, 2022).

Menurut September et al., (2024) menegaskan bahwa kepatuhan ibu dalam mengonsumsi tablet tambah darah merupakan faktor langsung yang paling berpengaruh terhadap kejadian anemia trimester III, meskipun faktor lain seperti status gizi dan paritas tidak selalu menunjukkan hubungan signifikan. Pendidikan, usia, status ekonomi, dan paritas berpengaruh terhadap risiko anemia pada trimester pertama kehamilan. Upaya pencegahan anemia pada ibu

hamil yang berhubungan dengan perilaku konsumsi nutrisi dapat dilakukan melalui edukasi gizi dan pemberian suplementasi zat besi secara rutin dalam pelayanan *antenatal care* (ANC). Berdasarkan *World Health Organization* (WHO), perubahan perilaku konsumsi nutrisi ibu hamil melalui edukasi mengenai pemilihan makanan sumber zat besi, protein hewani, dan vitamin C, serta peningkatan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD), merupakan strategi efektif untuk mencegah dan menurunkan kejadian anemia pada masa kehamilan WHO merekomendasikan pemberian suplementasi zat besi dan asam folat secara harian disertai edukasi gizi agar ibu hamil mampu memenuhi kebutuhan nutrisi yang meningkat selama kehamilan, sehingga kadar hemoglobin dapat dipertahankan dalam batas normal dan risiko komplikasi kehamilan akibat anemia dapat diminimalkan (*World Health Organization*, 2020).

Meskipun berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa anemia pada ibu hamil berkaitan dengan asupan zat besi dan kepatuhan konsumsi tablet Fe, sebagian besar studi masih berfokus pada aspek pemberian suplemen atau faktor klinis semata, sementara kajian yang secara spesifik menelaah perilaku konsumsi nutrisi secara menyeluruh meliputi kualitas, kuantitas, variasi makanan, serta kebiasaan yang memengaruhi absorpsi zat besi masih relatif terbatas, khususnya pada konteks pelayanan kesehatan primer. Selain itu, perbedaan karakteristik sosial, budaya, dan kebiasaan makan di setiap wilayah berpotensi menghasilkan temuan yang berbeda, sehingga hasil penelitian sebelumnya belum sepenuhnya dapat digeneralisasikan. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara

perilaku konsumsi nutrisi dengan status anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kencong Jember.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan yang cukup sering terjadi dan diduga berkaitan dengan perilaku konsumsi nutrisi ibu hamil yang belum optimal. Pola konsumsi nutrisi yang kurang baik, baik dari segi jenis, jumlah, maupun kebiasaan makan yang dapat memengaruhi penyerapan zat besi, berpotensi menyebabkan rendahnya kadar hemoglobin selama kehamilan. Namun, hubungan antara perilaku konsumsi nutrisi dengan status anemia pada ibu masih belum banyak dikaji secara spesifik, terutama pada pelayanan kesehatan tingkat pertama. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara perilaku konsumsi nutrisi dengan status anemia pada ibu hamil sebagai dasar dalam upaya pencegahan anemia selama kehamilan.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana perilaku konsumsi nutrisi pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kencong Jember?
- b. Bagaimana status anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kencong Jember?
- c. Adakah hubungan antara perilaku konsumsi nutrisi dengan status anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kencong Jember?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi hubungan perilaku konsumsi nutrisi dengan status anemia pada ibu hamil di Puskesmas Kencong Jember.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi perilaku konsumsi nutrisi pada ibu hamil di Puskesmas Kencong Jember.
- b. Mengidentifikasi status anemia pada ibu hamil di Puskesmas Kencong Jember.
- c. Menganalisis hubungan antara perilaku konsumsi nutrisi dengan status anemia pada ibu hamil di Puskesmas Kencong Jember.

D. Manfaat Penelitian

1. Ibu hamil

Memberikan wawasan tentang pentingnya perilaku konsumsi nutrisi yang baik selama kehamilan. Pengetahuan yang diperoleh dari penelitian ini dapat memotivasi ibu untuk meningkatkan kualitas pola makan, menambah asupan zat besi, protein, dan vitamin C, serta lebih patuh dalam mengonsumsi tablet Fe. Dengan demikian, penelitian ini diharapkan mampu mendorong ibu hamil untuk menjaga status gizi secara optimal sehingga dapat menurunkan risiko terjadinya anemia dan komplikasinya.

2. Keluarga

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi keluarga mengenai pentingnya perilaku konsumsi nutrisi yang baik dalam mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil. Penelitian ini juga

diharapkan dapat meningkatkan kesadaran keluarga untuk memberikan dukungan kepada ibu hamil dalam memenuhi kebutuhan nutrisi, seperti mengonsumsi makanan yang kaya zat besi, protein, dan vitamin C, menghindari kebiasaan yang dapat menghambat penyerapan zat besi, serta mendukung kepatuhan ibu dalam mengonsumsi tablet Fe. Dengan adanya dukungan keluarga yang optimal, diharapkan status kesehatan ibu hamil dapat meningkat dan risiko terjadinya anemia selama kehamilan dapat berkurang.

3. Tenaga Kesehatan

Penelitian ini memberikan kontribusi dalam meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan maternitas melalui penyediaan informasi ilmiah mengenai hubungan perilaku konsumsi nutrisi dengan status anemia. Penelitian ini dapat menjadi dasar dalam mengembangkan pendekatan edukatif yang lebih tepat selama pemeriksaan kehamilan, memperbaiki praktik konseling gizi, serta membantu perawat dalam melakukan deteksi dini ibu hamil berisiko anemia dan memberikan intervensi yang lebih tepat sasaran.

4. Puskesmas

Penelitian ini dapat menjadi dasar evaluasi dan perbaikan program pelayanan antenatal, khususnya dalam penguatan edukasi gizi dan pemantauan status anemia pada ibu hamil. Temuan penelitian dapat membantu puskesmas dalam merancang intervensi yang lebih terarah untuk meningkatkan perilaku konsumsi nutrisi serta memperkuat strategi peningkatan kepatuhan konsumsi tablet Fe. Selain itu, penelitian ini dapat

digunakan untuk mendukung pengembangan program pencegahan anemia yang lebih efektif sesuai kebutuhan masyarakat.

5. Penelitian selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi rujukan dalam pengembangan studi lanjutan mengenai faktor nutrisi, perilaku, atau sosial budaya yang memengaruhi kejadian anemia pada ibu hamil. Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan dasar untuk melakukan penelitian dengan metode atau variabel yang lebih luas, maupun mengembangkan intervensi edukasi kesehatan yang lebih inovatif dan efektif dalam upaya pencegahan anemia pada kehamilan.

