

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Tingginya angka kematian ibu di Indonesia masih merupakan masalah yang menjadi prioritas di bidang kesehatan. Penyebab langsung kematian ibu terbanyak adalah perdarahan, infeksi, dan keracunan kehamilan. Penyakit dan status gizi yang buruk turut mempengaruhi status kesehatan ibu. Salah satu kematian obstetrik tidak langsung pada kasus kematian ibu adalah anemia. Menurut Manuaba (2016) Anemia juga merupakan salah satu masalah gizi utama di Indonesia. Resiko anemia gizi besi ini dapat menyebabkan produktivitas kerja rendah, daya tahan tubuh terhadap penyakit menurun, peningkatan bobot badan ibu hamil rendah dan kelahiran bayi premature. Anemia dalam kehamilan adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari 10 gr/dl (Mansjoer, 2017). Pola makan yang kurang baik menjadi salah satu penyebab terjadinya anemia pada masa kehamilan karena kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi. Anemia pada ibu hamil akan mengakibatkan peningkatan risiko pendarahan pada saat persalinan dan berat badan bayi lahir rendah (Manuaba, 2016).

Anemia gizi pada masa kehamilan sering diidentikkan dengan anemia zat besi. Setiap ibu hamil harus memiliki status gizi yang baik dengan pola makan yang teratur dan bergizi seimbang. Gizi seimbang yaitu pola makan sehari-hari yang sesuai dengan kebutuhan gizi setiap

individu untuk hidup sehat dan produktif. Menurut Imelda (2016). penyebab anemia selama kehamilan adalah kurangnya mengkonsumsi makanan yang kaya akan zat besi, terutama yang berasal dari sumber hewani yang mudah diserap, kekurangan zat besi karena kebutuhan zat besi yang meningkat seperti pada kehamilan, sering melahirkan dengan jarak yang dekat (Sediaoetama, 2017).

Badan kesehatan dunia (*World Health Organization/WHO*) melaporkan bahwa prevalensi ibu hamil yang mengalami defisiensi besi sekitar 35-75%, serta semakin meningkat seiring dengan pertambahan usia kehamilan. Di Jawa Timur kekurangan zat besi pada ibu hamil tahun 2017 sebesar 33%. Berdasarkan data dari klinik kesehatan Yonkes 2/2 Kostrad Tahun 2020 jumlah ibu hamil sebanyak 35 orang dimana 11 ibu hamil tidak mengalami anemia, 14 orang mengalami anemia ringan dengan gejala mudah capek dan kulit pucat, 7 orang mengalami anemia sedang dengan gejala pusing, sesak nafas, jantung berdebar dan 3 orang mengalami anemia berat dengan gejala sakit kepala, jantung berdebar, tangan dan kaki dingin dan mudah lelah (Klinik Yonkes 2/2 Kostrad, 2021).

Studi pendahuluan di perumahan Kompil A pada 10 ibu hamil trimester 1 pada tanggal 4 September 2021 dengan wawancara tentang frekuensi makan, jenis makanan dan kandungan gizi di dalam makanan enam orang ibu mengatakan frekuensi makan sehari 2 kali dan hanya masuk 3-4 suap saja dan jenis makan yang dikonsumsi adalah nasi dan sayur berkuah serta daging ayam. Dua orang ibu mengatakan tidak suka

makan nasi sehingga hanya makan buah-buahan yang asam seperti jeruk, mangga muda dan apel serta susu kehamilan, ketika melihat nasi rasa mual dan muntah akan muncul. Dua ibu mengatakan makan sehari 3 kali seperti biasa dengan porsi yang cukup serta mengkonsumsi susu kehamilan 2 kali sehari. Dari hasil studi pendahuluan dilihat dari buku periksa hamil dari 10 ibu hamil 8 ibu hamil mengalami anemia. Empat ibu mengalami anemia sedang dengan hasil HB 8gr% dan ibu tampak lesu dan lemas, tiga ibu mengalami anemia ringan dengan hasil HB 10gr% kondisi ibu tampak lemas dan satu ibu mengalami anemia berat dengan nilai HB 6gr% dan ibu tampak pucat dan lemas.

Anemia adalah suatu keadaan dimana tubuh memiliki jumlah sel darah merah (eritrosit) yang terlalu sedikit, yang mana sel darah merah itu mengandung hemoglobin yang berfungsi untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Penyebab utama anemia pada ibu hamil adalah gizi dan infeksi. Masalah gizi pada ibu hamil yang berkaitan dengan anemia adalah pola makan yang tidak seimbang, sehingga akan menyebabkan ketidakseimbangan zat gizi yang masuk kedalam tubuh dan dapat menyebabkan terjadinya kekurangan gizi atau sebaliknya pola konsumsi yang tidak seimbang juga mengakibatkan zat gizi tertentu berlebih dan menyebabkan terjadinya gizi lebih. Pada ibu hamil terdapat penambahan kebutuhan zat gizi di setiap trimester. Pola makan yaitu gambaran mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan tiap hari oleh satu orang. Agar mencapai gizi seimbang maka setiap ibu hamil diharapkan mengkonsumsi minimal satu jenis makanan yang

bersumber dari bahan makanan karbohidrat, protein hewani, protein nabati, sayuran dan buah, selain itu jumlah makanan disesuaikan dengan kebutuhan ibu hamil. Petunjuk pola makan yang sehat adalah makanan yang dikonsumsi memiliki jumlah kalori dan zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, serat dan air (Manuaba, 2016).

Upaya untuk mengatasi pola makan yang tidak baik pada ibu hamil agar tidak terjadi anemia dilakukan dengan perbaikan pola makan dan kebiasaan makan yang sehat serta mengkonsumsi bahan kaya protein, zat besi dan asam folat pada saat kehamilan. Petunjuk pola makan yang sehat adalah makanan yang dikonsumsi memiliki jumlah kalori dan zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan seperti karbohidrat, lemak, protein, vitamin, mineral, serat dan air. Selain itu pola makan harus diatur secara rasional yaitu 3 kali sehari (pagi, siang dan malam)(Imelda, 2016). Berdasarkan fenomena tersebut maka perlu dikaji lebih lanjut gambaran pola makan pada ibu hamil yang mengalami anemia di klinik Yonkes 2/2 Kostrad Malang.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Bagaimana gambaran pola makan pada ibu hamil yang mengalami anemia di klinik Yonkes 2/2 Kostrad Malang?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Mengetahui gambaran pola makan pada ibu hamil yang mengalami anemia di klinik Yonkes 2/2 Kostrad Malang.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan ilmu serta informasi yang berguna bagi ibu hamil tentang pemenuhan zat gizi selama kehamilan agar tidak terjadi anemia.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis**

##### **1. Bagi Institusi Pendidikan**

Sebagai sumber kepustakaan atau referensi tentang pemenuhan gizi pada ibu hamil dan cara mengatur pola makan yang baik saat hamil agar tidak terjadi anemia pada kehamilan dan dapat dijadikan acuan dalam rangka membantu pengembangan pendidikan dibidang kesehatan.

##### **2. Bagi Tenaga Kesehatan Yonkes 2/2 Kostrad**

Dari hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan untuk memberikan penyuluhan yang lebih optimal untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang kebutuhan zat besi sehingga terbentuk perilaku ibu untuk mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi.

### **3. Bagi Ibu Hamil**

Sebagai tambahan informasi bagi ibu hamil dalam mengkonsumsi makanan yang sesuai dengan kebutuhan gizi selama kehamilan untuk mencegah anemia selama kehamilan.

### **4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Dari hasil penelitian ini diharapkan peneliti dapat berpikir secara ilmiah dalam memecahkan masalah yang ada dalam masyarakat, juga dapat dijadikan sebagai bahan untuk peneliti yang akan meneliti lebih lanjut.