

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan salah satu fase penting dalam kehidupan seorang perempuan yang ditandai oleh berbagai perubahan fisiologis, metabolik, dan hormonal. Perubahan tersebut menyebabkan meningkatnya kebutuhan zat gizi untuk mendukung kesehatan ibu sekaligus menunjang pertumbuhan serta perkembangan janin. Oleh sebab itu, pemenuhan zat gizi yang cukup dan seimbang selama masa kehamilan menjadi faktor utama dalam menjaga kesehatan ibu maupun janin (Jouanne et al., 2021; Quadratullah et al., 2025).

Selama masa kehamilan, kebutuhan zat gizi makro seperti protein, karbohidrat, dan lemak, mengalami peningkatan dibandingkan sebelum kehamilan (Jouanne et al., 2021; Kemenkes RI, 2025). Apabila asupan zat gizi tidak memenuhi kebutuhan tubuh, maka akan berdampak pada status gizi ibu hamil. Status gizi ibu hamil menggambarkan keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan tubuh selama masa kehamilan, yang mencerminkan kondisi kesehatan ibu dan janin.

Ibu hamil termasuk dalam kelompok rentan mengalami masalah gizi. Salah satu masalah gizi yang masih sering dijumpai pada ibu hamil adalah Kekurangan Energi Kronik (KEK). KEK pada ibu hamil terjadi akibat kekurangan asupan zat gizi makro dalam jangka waktu yang lama, terutama energi dan protein. Kondisi ini dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan pada ibu serta berdampak buruk terhadap hasil kehamilan (Fitria et al., 2025; Merida & Mahanani, 2025).

Pada pelayanan kesehatan, khususnya di fasilitas pelayanan kesehatan dasar, masalah gizi pada ibu hamil masih menjadi perhatian. Meskipun sebagian besar ibu hamil telah memperoleh pelayanan antenatal secara rutin, kasus KEK masih ditemukan (Fitria et al., 2025; Maifita & Armalini, 2023). Hal ini menunjukkan bahwa pelayanan kesehatan yang ada belum sepenuhnya mampu mengatasi permasalahan gizi ibu hamil secara optimal, terutama yang berkaitan dengan pemenuhan asupan zat gizi sehari-hari. Rendahnya asupan zat gizi pada

ibu hamil dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi seimbang selama kehamilan, pola makan yang tidak sesuai dengan kebutuhan, kebiasaan makan yang kurang baik, keterbatasan akses terhadap pangan bergizi, serta kondisi sosial ekonomi keluarga. Faktor-faktor tersebut berkontribusi terhadap tidak terpenuhinya kebutuhan zat gizi ibu hamil dan berpotensi menyebabkan terjadinya KEK (Dwijayanti et al., 2024; Hasyim et al., 2023).

Masalah gizi pada ibu hamil masih menjadi salah satu penyebab tidak langsung tingginya angka kesakitan dan kematian ibu dan anak. Berdasarkan data survei kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi kurang energi kronik (KEK) pada ibu hamil di Indonesia masih berada pada angka 16,9%. Meskipun angka ini menunjukkan penurunan dari tahun sebelumnya, masalah KEK tetap memerlukan perhatian serius karena target nasional adalah menurunkan angka masalah gizi secara signifikan. Tantangan lebih besar terlihat di Tingkat regional. Di Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT), prevalensi KEK pada ibu hamil berdasarkan data SKI 2023 mencapai 28,0%. Angka ini menempatkan Provinsi NTT jauh di atas rata – rata nasional, yang menegaskan bahwa wilayah ini masih menghadapi beban masalah gizi yang berat. Sementara itu, di kabupaten Alor masih ditemukan ibu hamil dengan risiko KEK sebesar 20%, yang menunjukkan bahwa masalah gizi ibu hamil masih menjadi isu kesehatan masyarakat di wilayah tersebut.

Penelitian Megauleng et al. (2018) mengungkapkan bahwa pada kelompok ibu hamil berasupan gizi baik terdapat 4 orang (10%) mengalami KEK dan 3 orang (7,5%) berstatus normal. Sementara pada kelompok berasupan gizi kurang, terdapat 24 (60%) mengalami KEK dan sebanyak 9 orang (33%) berstatus gizi normal. Meski demikian, hasil statistik *chi square* ($\alpha = 0,05$) menunjukkan asupan zat gizi makro tidak mempunyai hubungan yang signifikan dengan status gizi ibu hamil dimana nilai $p = 0,36$ ($>0,05$). Penelitian yang dilakukan Ambarwati (2025) menunjukkan bahwa ibu hamil dengan tingkat konsumsi energi defisit berat 70% sebanyak 6 orang (11.8%) yang terdiri dari kategori KEK sebanyak 4 orang (66.7%) dan kategori tidak KEK sebanyak 2 orang (33,3%). Konsumsi energi defisit sedang 70-79%

sebanyak 8 orang (15.7%) dengan kategori KEK sebanyak 6 orang (75%) dan kategori tidak KEK sebanyak 2 orang (25%). Analisis menggunakan uji *Rank Spearman* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi energi dengan status gizi ibu hamil ($p < 0,05$).

Asupan zat gizi yang tidak mencukupi selama masa kehamilan dapat menimbulkan berbagai dampak negatif, baik bagi ibu maupun janin. Dampak tersebut meliputi meningkatnya risiko bayi lahir dengan berat badan lahir rendah (BBLR), kelahiran prematur, serta gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak di kemudian hari, termasuk stunting. Oleh sebab itu, upaya pencegahan dan penanggulangan KEK pada ibu hamil perlu dilakukan secara menyeluruh, salah satunya melalui pemenuhan asupan zat gizi yang sesuai. Berdasarkan Permasalahan diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai hubungan asupan zat gizi dengan status gizi ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Bukapiting.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian yaitu: Apakah terdapat hubungan antara tingkat asupan zat gizi makro dengan status gizi ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Bukapiting Kabupaten Alor?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara asupan zat gizi makro dengan status gizi ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Bukapiting Kabupaten Alor.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk menilai tingkat asupan zat gizi makro pada ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Bukapiting Kabupaten Alor.
- b. Untuk menilai status gizi ibu hamil berdasarkan pengukuran Lingkar Lengan Atas (LLA) di wilayah kerja UPTD Puskesmas Bukapiting Kabupaten Alor.
- c. Untuk menganalisa hubungan asupan zat gizi makro dengan status gizi ibu hamil di wilayah kerja UPTD Puskesmas Bukapiting Kabupaten Alor.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

a. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan bagi peneliti dalam merencanakan, melaksanakan dan menyusun suatu penelitian ilmiah serta memberikan pengalaman dalam mengaplikasi ilmu gizi yang berkaitan dengan hubungan asupan zat gizi makro dengan status gizi ibu hamil.

b. Bagi Puskesmas

Dapat dijadikan sebagai masukan, sebagai bahan evaluasi untuk meningkatkan program pelayanan kesehatan pada ibu hamil untuk menjaga status gizi tetap optimal selama masa kehamilan dan mencegah kematian ibu dan bayi.

2. Manfaat praktis

Untuk menambah wawasan ibu hamil tentang perlunya asupan zat gizi yang cukup selama masa kehamilan agar tidak terjadi kekurangan energi kronis pada masa kehamilan.