

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Status gizi ibu hamil memegang peranan penting dalam menjamin keberlangsungan kehamilan, persalinan, dan masa nifas yang aman serta menentukan kualitas luaran janin. Status gizi pada kehamilan dapat diukur melalui kadar hemoglobin (Hb) sebagai indikator anemia, indeks massa tubuh (IMT), dan status kekurangan energi kronik (KEK) (Kemenkes RI, 2020). Selama kehamilan terjadi perubahan fisiologis berupa peningkatan volume plasma darah yang lebih besar dibandingkan peningkatan massa eritrosit, sehingga menyebabkan penurunan konsentrasi hemoglobin yang dikenal sebagai anemia fisiologis. Kondisi ini merupakan adaptasi normal kehamilan dan umumnya tidak menimbulkan dampak klinis apabila cadangan zat besi ibu mencukupi. Namun, apabila asupan zat besi dan mikronutrien lain seperti asam folat dan vitamin B12 tidak adekuat, anemia fisiologis dapat berkembang menjadi anemia patologis, terutama anemia defisiensi besi (Rahayu dkk., 2024).

Anemia patologis pada ibu hamil ditandai dengan penurunan kadar hemoglobin di bawah nilai normal kehamilan dan tidak lagi bersifat adaptif, sehingga berdampak pada menurunnya kapasitas pengangkutan oksigen ke jaringan ibu dan janin (Adhimukti dkk., 2023). Kondisi ini meningkatkan risiko terjadinya komplikasi kehamilan dan persalinan, seperti kelelahan maternal, gangguan kontraksi uterus, perdarahan pascapersalinan, serta gangguan pertumbuhan janin yang berujung pada bayi berat lahir rendah (BBLR) dan

prematuritas (Nasution, 2024). Penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil dengan anemia memiliki risiko lebih tinggi mengalami persalinan prematur dan BBLR dibanding ibu tidak anemik, dengan peluang risiko prematuritas 2,5 kali dan BBLR 3,1 kali lebih tinggi. Kondisi ini berkontribusi terhadap meningkatnya angka kesakitan dan mortalitas neonatal di negara berkembang (Litaqia dan Mulat, 2025).

Anemia pada masa kehamilan merupakan faktor risiko tidak langsung yang penting, karena dapat memperburuk kondisi ibu sejak kehamilan, persalinan, hingga masa nifas serta meningkatkan kemungkinan terjadinya komplikasi yang berujung pada kematian ibu (Detlefs dkk., 2022). Selain berdampak pada ibu, anemia juga memengaruhi luaran janin, berupa gangguan pertumbuhan intrauterin, peningkatan risiko kelahiran prematur, dan BBLR. Kondisi BBLR dan prematuritas merupakan faktor awal yang sangat kuat terhadap terjadinya gizi kurang dan stunting pada masa balita, sehingga anemia pada kehamilan memiliki dampak jangka pendek maupun jangka panjang terhadap kualitas pertumbuhan dan perkembangan anak (Karami dkk., 2022; Nabwera dkk., 2022).

Upaya penurunan Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) menjadi prioritas nasional melalui *Sustainable Development Goals (SDGs)* dan RPJMN 2025–2029 dengan target AKI 77 per 100.000 kelahiran hidup dan AKB 11,9 per 1.000 kelahiran hidup (Permenkes RI No. 12 Tahun 2025). Namun, ketimpangan antarwilayah masih nyata, khususnya di Indonesia bagian timur. Provinsi Nusa Tenggara Timur (NTT) mencatat AKI tahun 2024 tercatat sebesar 103 per 100.000 kelahiran hidup dan AKB sebesar

7,80 per 1.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2025). Kabupaten Timor Tengah Selatan merupakan salah satu kabupaten dengan kontribusi kematian ibu yang cukup tinggi, yaitu sekitar 16% dari total kematian ibu di Provinsi NTT (Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur, 2025).

Penyebab kematian ibu di Provinsi NTT gangguan hipertensi dan perdarahan (Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur, 2025). Situasi ini juga tercermin ditingkat pelayanan dasar yakni di wilayah kerja Puskesmas Nulle, Kabupaten Timor Tengah Selatan, yang dalam periode terakhir pada tahun 2025 mencatat adanya 3 kasus kematian ibu, dengan penyebab utama perdarahan, kanker payudara (Ca mammae), dan abortus. Perdarahan sebagai salah satu penyebab kematian ibu memiliki keterkaitan erat dengan kondisi anemia pada masa kehamilan. Perdarahan sebagai salah satu penyebab kematian ibu memiliki keterkaitan erat dengan kondisi anemia pada masa kehamilan. Anemia berperan sebagai faktor risiko tidak langsung yang dapat memperberat kondisi ibu, terutama ketika terjadi komplikasi seperti perdarahan atau gangguan hipertensi dalam kehamilan (Dettefs dkk., 2022).

Prevalensi anemia ibu hamil di Indonesia mencapai 27,7% dan masih tergolong kategori sedang hingga berat (Kemenkes RI, 2024b). Di Provinsi Nusa Tenggara Timur, angka anemia pada ibu hamil dilaporkan sekitar 18,2% (Dinas Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Timur, 2025). Bahkan, data lokal di wilayah kerja Puskesmas Nulle tahun 2025 menunjukkan bahwa sebesar 34,3% ibu hamil tercatat menderita anemia. Tingginya angka ini menunjukkan bahwa anemia masih menjadi persoalan serius di tingkat pelayanan kesehatan dasar

dan berpotensi meningkatkan risiko komplikasi kehamilan, persalinan, hingga kematian ibu.

Anemia yang terjadi sejak kehamilan juga berdampak pada meningkatnya kejadian BBLR, prematuritas, dan gangguan pertumbuhan janin. Kondisi tersebut berlanjut pada tingginya prevalensi stunting balita (Kurniati dkk., 2022). Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan prevalensi stunting balita di Kabupaten Timor Tengah Selatan mencapai 56,8%, disertai tingginya prevalensi *underweight* dan *wasting*, yang berkaitan erat dengan status gizi ibu sejak masa kehamilan (Kemenkes RI, 2024b; Susanti dkk., 2023).

Faktor penting yang berperan dalam terjadinya anemia pada ibu hamil adalah pengetahuan, sikap, dan tindakan konsumsi makanan bergizi. Salah satu faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia adalah tingkat pengetahuan ibu, apabila ibu hamil memahami akibat anemia dan cara pencegahannya, maka ibu akan mempunyai perilaku kesehatan yang baik sehingga diharapkan dapat terhindar dari berbagai risiko terjadinya anemia (Diana, 2023). Pengetahuan tentang anemia selama kehamilan sangat penting bagi ibu hamil, karena pengetahuan tersebut dapat memengaruhi sikap dan perilaku mereka dalam menjaga pola konsumsi makanan sehari-hari sehingga dapat mencegah anemia selama kehamilan (Kanipa dkk., 2025).

Ibu hamil dengan pengetahuan gizi yang rendah cenderung tidak mampu memilih makanan bergizi seimbang, khususnya sumber zat besi, serta masih dipengaruhi oleh praktik pantangan makanan (*food taboo*) yang membatasi asupan zat gizi mikro (Imaliyah dkk., 2023; Akbarini dkk., 2024;

Magfirah dkk., 2024; Zulkarnain dkk., 2024). Trimester III merupakan periode kritis karena kebutuhan zat besi meningkat seiring pertumbuhan janin dan persiapan persalinan. Anemia yang tidak tertangani dengan baik pada periode ini berisiko menimbulkan dampak serius bagi ibu maupun bayi yang akan dilahirkan.

Wilayah kerja UPT Puskesmas Nulle di Kecamatan Amanuban Barat merupakan wilayah pedesaan dengan karakteristik sosial ekonomi dan budaya yang masih berpotensi memengaruhi status gizi ibu hamil. Sebagian masyarakat memiliki tingkat pendidikan formal yang relatif rendah dan menggantungkan penghasilan pada sektor pertanian, yang berdampak pada keterbatasan akses dan variasi konsumsi pangan bergizi. Selain itu, praktik sosial budaya seperti pantangan makanan selama kehamilan serta kepercayaan terhadap jenis makanan tertentu masih dijumpai dan berpotensi membatasi asupan zat gizi penting, khususnya zat besi. Dalam pengambilan keputusan terkait perawatan kehamilan, ibu hamil tidak jarang dipengaruhi oleh keluarga, orang tua, maupun tokoh masyarakat setempat, sehingga penerimaan informasi kesehatan dari tenaga kesehatan belum sepenuhnya diterapkan secara optimal.

Upaya pelayanan kesehatan ibu hamil di wilayah ini telah dilakukan melalui pelayanan *antenatal care*, pemberian tablet tambah darah, pemberian *multi micronutrient supplement*, pemberian makanan tambahan serta edukasi gizi oleh tenaga kesehatan. Namun, keterbatasan pemantauan perilaku konsumsi makanan bergizi serta evaluasi keberhasilan intervensi promotif dan preventif yang telah dilakukan masih menjadi tantangan. Hingga saat ini, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan pengetahuan, sikap, dan

tindakan konsumsi makanan bergizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja UPT Puskesmas Nulle masih sangat terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menganalisis hubungan pengetahuan, sikap, dan tindakan konsumsi makanan bergizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III sebagai dasar perencanaan intervensi promotif dan preventif yang lebih efektif dan kontekstual.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka permasalahan yang ingin diteliti adalah apakah ada hubungan antara tindakan konsumsi makanan bergizi pada ibu hamil trimester III dengan kejadian anemia di UPT Puskesmas Nulle Kabupaten Timor Tengah Selatan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tindakan konsumsi makanan bergizi pada ibu hamil trimester III dengan kejadian anemia di UPT Puskesmas Nulle Kabupaten Timor Tengah Selatan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tindakan konsumsi makanan bergizi pada ibu hamil trimester III di UPT Puskesmas Nulle.
- b. Mengetahui kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di UPT Puskesmas Nulle.
- c. Menganalisis hubungan tindakan konsumsi makanan bergizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III di UPT Puskesmas Nulle.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoretis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan memperkaya kajian ilmiah di bidang kebidanan dan kesehatan masyarakat, khususnya terkait hubungan tindakan konsumsi makanan bergizi dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III, serta implikasinya dalam upaya pencegahan masalah gizi kronis dan stunting sejak masa kehamilan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi Pendidikan: Sebagai bahan referensi dan pengembangan ilmu pengetahuan bagi mahasiswa terkait perilaku gizi ibu hamil dan pencegahan anemia.
- b. Bagi Tenaga Kesehatan/Puskesmas: Sebagai bahan masukan bagi tenaga kesehatan dan puskesmas dalam menyusun serta memperkuat strategi edukasi gizi dan program pencegahan anemia pada ibu hamil, khususnya trimester III, yang lebih efektif dan berbasis perilaku guna meningkatkan pengetahuan, sikap, dan praktik konsumsi makanan bergizi sebagai upaya pencegahan BBLR dan stunting.
- c. Bagi Ibu hamil: Sebagai sumber informasi dan peningkatan pemahaman bagi ibu hamil trimester III mengenai pentingnya tindakan konsumsi makanan bergizi dalam mencegah anemia, sehingga ibu hamil mampu menerapkan pola makan yang sehat untuk mendukung kesehatan ibu dan pertumbuhan janin.

- d. Bagi Peneliti Selanjutnya: Sebagai sumber informasi dan referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian terkait perilaku gizi ibu hamil, kejadian anemia, serta pencegahan stunting sejak periode prenatal, baik dengan pendekatan kuantitatif maupun metode lain yang relevan.

