

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Secara khusus, anemia memengaruhi anak-anak dan wanita usia subur di seluruh dunia. Menurut *World Health Organization* (2023), anemia memiliki dampak buruk yang signifikan terhadap kesehatan generasi saat ini dan masa depan karena perannya dalam kekurangan gizi. Kurangnya pengetahuan tentang diet seimbang memengaruhi pilihan dan konsumsi nutrisi, terutama zat besi, yang dapat menyebabkan anemia.

Penyedia layanan kesehatan memberikan perhatian khusus pada masalah gizi di kalangan wanita hamil; masalah gizi yang paling umum adalah anemia, yang sering disebabkan oleh kurangnya konsumsi zat besi. Hemoglobin membawa oksigen ke seluruh tubuh, termasuk ke janin yang sedang berkembang, dan zat besi merupakan komponen penting dalam produksinya. Perkembangan janin dan peningkatan volume darah keduanya berkontribusi pada peningkatan kebutuhan zat besi selama kehamilan. Anemia defisiensi besi, yang dapat menyebabkan kelelahan, dapat terjadi pada ibu yang tidak mendapatkan cukup zat besi. Kelahiran prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), dan angka kematian ibu semuanya meningkat ketika seorang wanita hamil mengalami anemia (Lestaluhu, 2021).

Untuk meningkatkan kesehatan ibu dan perkembangan janin yang sehat, kebiasaan makan harus dibentuk sejak dini selama kehamilan. Kebutuhan nutrisi seseorang dapat dipenuhi dengan diet seimbang yang mencakup berbagai makanan yang dikonsumsi dalam jumlah dan porsi yang tepat (Syaharani, Atmadja & Listyawardhani, 2024). Pengetahuan, budaya, tingkat keuangan, dan lingkungan sosial adalah variabel lain yang memengaruhi kebiasaan makan ibu hamil dan secara tidak langsung, asupan zat besinya.

Konsumsi zat besi juga dipengaruhi oleh perubahan fisiologis yang terjadi selama kehamilan. Mual di pagi hari, yang ditandai dengan mual dan muntah, memengaruhi sebagian besar ibu hamil selama trimester pertama. Ketidakmampuan ibu untuk menelan makanan karena muntah kronis dapat menyebabkan siklus kelaparan yang buruk (Safitri *et al.*, 2025). Kekurangan protein

dan vitamin, ketidakseimbangan metabolisme, dan gangguan sintesis hemoglobin dapat disebabkan oleh kebiasaan makan yang tidak sehat (Revita & Suyani, 2024).

Menurut Survei Kesehatan Indonesia (2023), prevalensi anemia di kalangan ibu hamil di Indonesia adalah 27,7 persen. Pada tahun 2024, terdapat 183 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup di Indonesia. RPJMN dan SDGs telah menetapkan target tahun 2030 sebesar 70 per 100.000 kelahiran hidup, sehingga angka ini masih belum cukup. Kematian ibu sebagian besar disebabkan oleh kesulitan setelah persalinan, seperti infeksi, hipertensi selama kehamilan, dan perdarahan. Tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) sebagian disebabkan oleh anemia, yang meningkatkan kemungkinan masalah obstetri, terutama perdarahan postpartum (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2024).

Di Kabupaten Medan Denai, dari 2.592 ibu hamil yang disurvei di empat pusat kesehatan masyarakat (Puskesmas), 11,6% mengalami anemia, menurut Profil Kesehatan Kota Medan (2024). Ini setara dengan 301 kasus. Faktor penting dalam tingginya frekuensi anemia pada kelompok ini adalah Puskesmas Tegal Sari, yang bertanggung jawab atas 79 kasus dari 746 ibu hamil, atau 10,6% dari total. Anemia selama kehamilan masih menjadi masalah, menurut statistik terbaru dari Puskesmas Tegal Sari pada tahun 2025. Terdapat 10 kasus di Mandala I dan 27 kasus di Mandala III.

Dalam studi awal yang dilakukan pada 21 Februari 2026, di Puskesmas Tegal Sari, lima ibu hamil diwawancarai secara terbuka. Hasilnya menunjukkan bahwa para ibu tersebut sering merasa mual dan mengalami fluktuasi nafsu makan, yang memengaruhi kebiasaan makan mereka. Karena merasa mual setelah mengonsumsi suplemen zat besi (TTD), beberapa orang juga mengatakan bahwa mereka tidak cukup sering mengonsumsinya. Selain itu, petugas kesehatan menemukan bahwa rendahnya kesadaran akan pentingnya pemeriksaan prenatal rutin, pola makan yang beragam, dan rendahnya kepatuhan terhadap mengonsumsi suplemen zat besi (TTD) berkontribusi pada asupan zat besi yang suboptimal, yang pada gilirannya memengaruhi prevalensi anemia di kalangan ibu hamil di daerah tersebut. Situasi ini menyoroti kebutuhan berkelanjutan untuk mengatasi masalah anemia pada ibu hamil. Peneliti di Puskesmas Tegal Sari di Kabupaten Medan

Denai sangat ingin mempelajari kebiasaan asupan zat besi ibu hamil dan frekuensi anemia selama trimester pertama, kedua, dan ketiga.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran pola konsumsi zat besi dan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Tegal Sari?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mendeskripsikan gambaran pola konsumsi zat besi dan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Tegal Sari.

2. Tujuan Khusus

- a) Menilai pola konsumsi zat besi pada ibu hamil di Puskesmas Tegal Sari.
- b) Menilai kejadian anemia berdasarkan kadar Hb dalam darah.
- c) Menilai pola konsumsi zat besi pada ibu hamil yang mengalami anemia di Puskesmas Tegal Sari.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Sebagai media untuk meningkatkan pemahaman dan pengetahuan serta kemampuan peneliti dalam mengetahui pola konsumsi zat besi dan kejadian anemia.

2. Bagi Masyarakat

Untuk memberikan informasi kepada masyarakat khusus nya ibu hamil mengenai pentingnya pemenuhan pola konsumsi zat besi selama kehamilan.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Sebagai refrensi dan bahan rujukan untuk penelitian selanjutnya terkait pola konsumsi zat besi dengan kejadian anemia pada ibu hamil..