

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Istilah “ibu hamil” digunakan untuk merujuk pada wanita yang sedang menjalani masa kehamilan. Kehamilan adalah kondisi di mana seorang wanita membawa satu atau lebih embrio atau janin di dalam rahimnya. Proses ini dimulai dari pembuahan, yaitu ketika sel sperma membuahi sel telur, lalu berlanjut hingga proses kelahiran. Kehamilan biasanya berlangsung sekitar 40 minggu, atau sekitar 9 bulan, yang dihitung sejak hari pertama menstruasi terakhir (HPMT). Selama kehamilan, ibu hamil akan mengalami berbagai perubahan fisik dan hormonal yang mendukung perkembangan janin dan mempersiapkan tubuh untuk persalinan (Danefi, 2020)

Lingkar Lengan Atas (LiLa) adalah suatu cara untuk mengetahui resiko kekurangan energi kronis pada Wanita Usia Subur (WUS). Pengukuran lingkar lengan atas tidak dapat digunakan untuk memantau perubahan status gizi dalam jangka pendek (Kamariyah & Musyarofah, 2018)

Lingkar Lengan Atas (LiLa) dapat digunakan untuk menilai status gizi ibu hamil, terutama dalam mendeteksi risiko Kekurangan Energi Kronis (KeK). Saat ini, LiLa telah banyak digunakan sebagai indikator risiko KEK di negara-negara berkembang, termasuk Indonesia. Status gizi ibu hamil dinilai dengan mengukur LiLa, dimana jika hasilnya kurang dari 23,5 cm, ibu hamil dianggap mengalami KEK. Hal ini menunjukkan bahwa ibu mengalami kekurangan gizi dalam waktu yang lama, yang dapat menghambat pemenuhan kebutuhan nutrisi untuk pertumbuhan dan perkembangan janin. Akibatnya, bayi yang dilahirkan berisiko memiliki Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). (Aguscik & Ridwan, 2019)

Berdasarkan data di Sumatera Utara tahun 2018 menunjukan bahwa nilai rata rata lingkar lengan atas (LILA) pada wanita hamil usia

15-49 tahun mencapai 27,21%, dan prevalensi KEK pada wanita hamil di Sumatera Utara pada usia 15 –19 tahun mencapai 9,19%, umur 20-24 tahun mencapai 23,76% , umur 25-29 tahun mencapai 11,98% , umur 30-34 tahun mencapai 9,19% , umur 35-39 tahun mencapai 12,68%. Kemudian hasil riskesdas di Provinsi Sumatera Utara tahun 2018 menurut kabupaten, prevalensi KEK sebanyak 14,75% (Dwi Listiari, 2022)

Hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) 2013 yang dilakukan Kementerian Kesehatan memperlihatkan bahwa sekitar 45-50% ibu hamil di Indonesia tidak mendapatkan asupan energi dan protein yang cukup. Sebanyak 49,5% ibu hamil mengonsumsi protein dibawah 80% dari yang dibutuhkannya semasa kehamilan dan 44,8% ibu hamil itu juga kurang mendapatkan asupan energi secara total yakni masih dibawah 70% dari yang dibutuhkan. Selain itu, rata-rata 20% ibu hamil juga mengalami kurang energi kronik dengan persentase tertinggi di Sikka Papua, dengan 27 % (Depkes RI 2013).

Berdasarkan hasil survei data Kementrian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2015, Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia tercatat 305 per 100.000 kelahiran hidup. Tercatat bahwa pada tahun 2018, prevalensi Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil provinsi Sumatera Utara adalah 17,1% dan lebih rendah dibandingkan dengan angka nasional yaitu 24,2%.

Menurut penelitian, Kota Malang menyatakan proporsi status gizi kurang pada ibu hamil sekitar 26% (Shanti, 2017).

Berdasarkan data Riskesdas 2018, sebanyak 48,9 persen ibu hamil mengalami anemia, sebanyak 17,3 persen ibu hamil mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK), dan 28 persen ibu hamil memiliki risiko komplikasi persalinan yang dapat menyebabkan kematian.

Berdasarkan data Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa prevalensi gizi kurang pada ibu hamil sebesar 17,3% (L. Sari, 2020).

Menurut Riskesdas, 2018 Proporsi status gizi kurang energi kronis pada ibu hamil paling banyak terjadi pada umur 15-19 tahun sebanyak 36,3% dari tahun sebelumnya sebanyak 46,6% kemudian pada umur 20-24 tahun sebanyak 23,3% di Puskesmas Purwojati.

Menteri Kesehatan RI, 2019 Zat-zat gizi penting yang dibutuhkan ibu selama hamil sebesar 2.500-2.700 kalori/hari yang terdiri dari Karbohidrat 175-210gr/hari, Protein 71gr/hari, Lemak 20-35% dari total kalori/hari, Vit D 600-800 IU/hari, Kalsium 1000mg/hari, Zat Besi 27mg/hari. Sehingga tidak mengakibatkan risiko yang lebih besar untuk melahirkan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR).

Sebagian besar masalah gizi dipengaruhi oleh factor ekonomi. Namun, tidak dapat disangkal bahwa factor sosial, budaya, dan kurangnya pengetahuan juga berperan signifikan dalam memperburuk kondisi gizi secara keseluruhan. Kebiasaan pemberian makanan yang kurang tepat sering kali disebabkan oleh rendahnya pengetahuan dan adanya keyakinan yang keliru. Faktor-faktor ini turut berkontribusi dalam memperparah masalah gizi di masyarakat (Jannah & Pratiwi, 2017)

Berbagai upaya telah dilakukan untuk mengatasi masalah gizi kurang pada ibu menyusui, salah satunya dengan memberikan makanan tambahan dalam bentuk makanan seperti bakso, stick, cake, abon, biscuit dan nugget (Asfar, 2014).

Nugget merupakan produk olahan daging yang dibekukan dan telah melewati proses pemanasan hingga setengah matang. Di Masyarakat, nugget ayam atau chicken nugget, yang berbahan utama daging ayam, sudah sangat dikenal Menurut Badan Standardisasi Nasional (2014), nugget ayam adalah produk olahan ayam yang dibuat dari campuran daging ayam dengan atau tanpa penambahan bahan pangan lain, dengan atau tanpa penambahan bahan tambahan yang diizinkan, dicetak (kukus cetak atau beku cetak), diberi bahan pelapis, dengan atau tanpa digoreng

dan dibekukan. Pada dasarnya, semua jenis daging, termasuk daging ikan, dapat digunakan sebagai bahan pembuatan nugget (Jamaludin, 2021)

Pembuatan nugget ikan tenggiri dapat dikombinasikan dengan bahan makanan lain seperti labu kuning sebagai upaya meningkatkan nilai gizi. Labu kuning/waluh mengandung karbohidrat yang tinggi, selain mengandung karbohidrat, labu kuning juga kaya akan kandungan vitamin, terutama vitamin A dan C yang merupakan antioksidan yang bermanfaat untuk kesehatan. Labu kuning merupakan bahan pangan yang kaya serat pangan terutama pektin, senyawa bioaktif, β -karoten, vitamin A, tocopherol, vitamin lain termasuk B6, K, C, thiamine, dan riboflavin, serta beberapa jenis mineral (K, P, Mg, Fe dan Se). Labu kuning berkhasiat untuk menurunkan kadar gula dalam darah dan mampu mengontrol insulin dalam tubuh. Sehingga, labu kuning dapat mencegah diabetes terutama di masa-masa kehamilan. Selain itu, kadar gula dalam labu kuning juga rendah sehingga aman untuk dikonsumsi pada masa kehamilan (Wahdah, 2020)

Pada penelitian ini, peneliti tertarik untuk membuat Nugget yang berbahan dari Ikan Tenggiri karena ikan tenggiri mengandung omega-3, yaitu EPA (Eicosapentaenoic Acid) dan DHA (Docosahexaenoic Acid), yang dapat membantu meningkatkan kesehatan janin dan mengurangi risiko stunting. Omega-3 berperan penting dalam perkembangan otak, saraf, dan sistem penglihatan janin dalam kandungan. Selain itu, ikan tenggiri juga mengandung vitamin D dan kalsium (Widyaningrum et al., 2019).

Berdasarkan hasil survey pendahuluan pada tanggal 24 Mei 2023 dan data yg diperoleh di Puskesmas Sicanang pada tahun 2023 bahwa jumlah Ibu Hamil sebanyak 30 orang. Peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pemanfaatan Nugget Ikan Tenggiri sebagai makanan tambahan Ibu Hamil di Puskesmas Sicanang”.

B. Perumusan Masalah

Bagaimana pengaruh pemberian nugget ikan tenggiri terhadap status gizi ibu hamil di Puskesmas sicanang?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh konsumsi nugget ikan tenggiri terhadap lingkaran lengan atas pada ibu hamil di Puskesmas Sicanang.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai status gizi ibu hamil sebelum pemberian nugget ikan tenggiri
- b. Menilai status gizi ibu hamil sesudah pemberian nugget ikan tenggiri
- c. Menganalisis pengaruh pemberian nugget ikan tenggiri terhadap status gizi ibu hamil

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Sebagai salah satu sarana untuk mengembangkan kemampuan dan wawasan penulis dalam Menyusun skripsi

2. Bagi Responden

Bagi ibu hamil di kelurahan sicanang akan mendapatkan manfaat langsung dari penelitian ini, yaitu meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi yang cukup selama kehamilan. Selain itu ibu hamil juga dapat memperoleh manfaat secara keseluruhan dari konsumsi nugget ikan tenggiri yang kaya zat gizi.

3. Bagi Puskesmas

Sebagai bahan informasi dan masukan terhadap Puskesmas untuk perencanaan program intervensi kepada ibu hamil dengan pemberian makanan tambahan yang memiliki kandungan zat gizi dalam rangka mempertahankan kesehatan dan status gizi ibu hamil