

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa kehamilan merupakan periode yang sangat menentukan kualitas sumber daya manusia di masa depan, karena tumbuh kembang anak sangat ditentukan oleh kondisinya saat masa janin dalam kandungan. Keberhasilan pada kehamilan ditentukan oleh salah satunya kecukupan gizi. Asupan gizi ibu selama masa kehamilan dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin. Pemenuhan gizi ibu hamil yang tidak memenuhi syarat dapat menyebabkan kekurangan gizi, baik kurang gizi makro maupun mikro dalam bentuk kurang energi kronis (KEK) maupun anemia (Anggraini *et al.*, 2020).

Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2007 menunjukkan prevalensi resiko KEK penduduk wanita umur 15 - 45 tahun di Indonesia sebesar 13,6 (Kemenkes RI, 2007). Data Riskesdas 2013 menunjukkan prevalensi resiko KEK penduduk wanita hamil umur 15 - 45 tahun di Indonesia sebesar 24,2 % (Kemenkes RI, 2013). Data dari Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi KEK pada wanita hamil mencapai 17,3 % (Kemenkes RI, 2018). Masalah gizi anemia menurut Riskesdas, dari tahun 2013 sampai dengan 2018 menunjukkan proporsi anemia pada ibu hamil juga mengalami peningkatan yaitu dari 37,1% menjadi 48,9%. Hal ini menunjukkan bahwa ibu hamil masih rentan terjadi KEK dan anemia.

Kekurangan energi kronis dan anemia pada ibu hamil karena mengonsumsi makanan yang tidak memenuhi syarat pemenuhan gizi (Rochimiwati *et al.*, 2022). Faktor lain yang mempengaruhi asupan gizi ibu hamil adalah faktor pengetahuan. Tingkat pengetahuan yang rendah dan praktik yang tidak tepat menyebabkan seorang ibu tidak mengerti cara pemenuhan gizi yang dibutuhkan ibu hamil selama kehamilannya (Ekayanthi dan Suryani, 2019).

Masalah kekurangan gizi pada ibu hamil berdampak pada jumlah sel otak janin. Ibu hamil dengan gizi kurang dan asupan gizi yang tidak adekuat selama kehamilan serta menderita infeksi akan melahirkan bayi

dengan jumlah sel otak tidak maksimal, kemudian terjadi kerusakan pada pertumbuhan dan perkembangan otak yang bersifat permanen, yang pada akhirnya menjadi sumber daya manusia yang rendah dan menjadi beban pembangunan negara (Kuspriyanto dan Susilowati, 2016). Masalah lain akibat kekurangan gizi pada ibu hamil diantaranya meningkatkan faktor risiko dalam menghambat pertumbuhan dan berat badan lahir rendah (BBLR), kelahiran prematur, kematian bayi dalam kandungan, kematian perinatal, meningkatnya risiko terjadinya stunting, dan pertahanan tubuh berkurang yang mengakibatkan infeksi terhadap ibu dan anaknya (Destriana, 2018). Apabila masalah ini tidak diatasi maka dalam jangka menengah dan panjang akan terjadi kehilangan generasi (*generation lost*) yang dapat mengganggu kelangsungan berbagai kepentingan bangsa dan negara (Riyadi *et al.*, 2015).

Dalam pemenuhan gizi seimbang memperhatikan prinsip keanekaragaman pangan, aktivitas fisik, perilaku hidup bersih, dan memantau berat badan secara teratur untuk mencegah masalah gizi (Pebrianty *et al.*, 2018).

Salah satu jenis dan sumber keanekaragaman pangan adalah pangan lokal. Pangan lokal merupakan pangan yang diproduksi dan dikembangkan sesuai dengan potensi wilayah dan budaya setempat. Upaya diversifikasi pangan berbasis pangan lokal akan memberi imbas terhadap ketersediaan bahan pangan lokal. Kondisi ini memberi peranan yang cukup potensial dalam memenuhi kebutuhan dan keanekaragaman pangan masyarakat. Oleh karena itu pemanfaatan pangan lokal sangatlah penting dalam memenuhi kebutuhan gizi pada ibu hamil (Setiavani *et al.*, 2015).

Desa Wonosari merupakan desa yang terletak di Kecamatan Tanjung Morawa, Kabupaten Deli Serdang. Menurut Surat Bappeda Kabupaten Deli Serdang Nomor: 050/601 BPDS/2021 pada Tanggal 15 Maret 2021 desa Wonosari ditetapkan menjadi salah satu lokasi fokus penanganan stunting. Pemenuhan gizi pada masa 1000 HPK, yaitu 270 hari selama masa kehamilan dan 730 hari pada dua tahun pertama

kehidupan. Oleh karena itu penting sekali untuk mencegah kurang gizi pada masa janin, yang dapat dilakukan dengan pencegahan masalah gizi pada ibu hamil (Riyadi *et al.*, 2015).

Langkah yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah gizi ibu hamil diantaranya dengan memberikan edukasi tentang pentingnya gizi seimbang. Edukasi tentang panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap ibu. Pengetahuan yang kurang akan berpengaruh terhadap perilaku ibu dalam memilih makanan yang akan mereka konsumsi. Meningkatnya pengetahuan ibu diharapkan akan membentuk perilaku ibu agar menerapkan pola gizi seimbang dalam berperilaku sehari-hari selama kehamilannya (Sudarmi *et al.*, 2020).

Berdasarkan hasil uraian diatas peneliti ingin meneliti adakah pengaruh edukasi ibu hamil tentang panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal terhadap perilaku gizi seimbang di Desa Wonosari.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, adakah pengaruh edukasi ibu hamil tentang panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal terhadap perilaku gizi seimbang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh edukasi ibu hamil tentang panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal terhadap perilaku gizi seimbang.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai pengetahuan ibu hamil sebelum dan sesudah edukasi tentang panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal.
- b. Menilai sikap ibu hamil sebelum dan sesudah edukasi tentang panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal.
- c. Menilai praktek ibu hamil sebelum dan sesudah edukasi tentang panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal.

- d. Menganalisis pengaruh edukasi tentang panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal terhadap pengetahuan ibu hamil di Desa Wonosari Kecamatan Tanjung Morawa.
- e. Menganalisis pengaruh edukasi tentang panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal terhadap sikap ibu hamil di Desa Wonosari Kecamatan Tanjung Morawa.
- f. Menganalisis pengaruh edukasi tentang panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal terhadap praktek ibu hamil di Desa Wonosari Kecamatan Tanjung Morawa.

D. Manfaat Penelitian

- 1. Bagi Ibu Hamil
Ibu hamil mendapatkan informasi tentang panduan gizi seimbang berbasis pangan lokal terhadap perilaku gizi seimbang.
- 2. Bagi Institusi
Sebagai salah satu bentuk referensi tentang perilaku gizi seimbang berbasis pangan lokal.
- 3. Bagi Peneliti
Memberikan wawasan dan mengembangkan kemampuan melakukan edukasi gizi seimbang berbasis pangan lokal kepada ibu hamil.