

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merujuk pada keadaan ketika konsentrasi hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah batas fisiologis yang seharusnya. Gangguan tersebut dapat berkaitan dengan kurangnya zat gizi yang berperan dalam pembentukan darah, terutama zat besi, asam folat, serta vitamin B12. Kehamilan menjadi salah satu kondisi yang rentan disertai anemia karena kebutuhan zat besi (Fe) meningkat seiring pertumbuhan dan perkembangan janin. Kondisi yang berkaitan dengan kekurangan zat besi tersebut dikenal sebagai Anemia Gizi Besi (AGB). Penurunan simpanan zat besi pada tubuh ibu dapat menyebabkan pasokan mineral tersebut tidak mencukupi kebutuhan janin dalam menunjang proses metabolisme. Anemia dapat digolongkan ketika kadar hemoglobin mencapai 10 gr/dl, sedangkan konsentrasi Hb kurang dari 6 gr/dl dikategorikan sebagai Anemia Gravis. (Hidayah Afnas and Widya, 2024)

World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 melaporkan bahwa 41,8% ibu hamil di dunia mengalami anemia. Kondisi tersebut termasuk salah satu gangguan yang banyak dijumpai selama kehamilan, dengan angka kejadian berkisar antara 20% hingga 89%, bergantung pada batas kadar hemoglobin (Hb) yang digunakan, yaitu 11 gram persen (Aprianti, 2024). Di Indonesia, hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mencatat prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 27,7% (Indonesian Ministry Of Health Development Policy Board, 2023). Kelompok usia 15–24 tahun tercatat memiliki proporsi kasus yang cukup tinggi, yaitu mencapai 84,6% dari kejadian anemia pada ibu hamil. (Aprianti, 2024)

Permasalahan kematian maternal di Indonesia masih berkaitan dengan sejumlah kondisi medis yang juga menjadi perhatian dalam kesehatan ibu secara global, terutama perdarahan, hipertensi dalam kehamilan, dan infeksi. Perdarahan menempati proporsi terbesar sebagai penyebab kematian ibu, yaitu 28,1%. Kehamilan yang disertai anemia perlu memperoleh perhatian karena rendahnya kadar hemoglobin dapat membuat kondisi ibu lebih rentan terhadap perdarahan maupun infeksi, sehingga konsekuensinya dapat berlanjut pada peningkatan risiko kematian maternal selama kehamilan hingga persalinan. Departemen Kesehatan

membagi kematian maternal menjadi kematian obstetrik langsung dan tidak langsung. Kategori obstetrik langsung mencakup kematian yang timbul akibat komplikasi kehamilan atau persalinan, meliputi perdarahan sebesar 28,1%, eklampsia 24,4%, infeksi 11%, serta partus lama 5,2%. Sementara itu, kematian obstetrik tidak langsung berkaitan dengan penyakit atau kondisi penyerta yang telah dimiliki sebelum kehamilan maupun persalinan. Kelompok tersebut memberikan kontribusi sekitar 5–10% dan mencakup kondisi seperti anemia serta Kekurangan Energi Kronis.(Liana, Wulandari and Darmi, 2023)

Peningkatan kebutuhan zat gizi selama kehamilan menjadikan pemilihan dan keteraturan konsumsi makanan sebagai bagian penting dalam mempertahankan kondisi ibu sekaligus mendukung pertumbuhan janin. Asupan yang tidak mencukupi, baik dari segi jumlah maupun keseimbangan zat gizi, dapat berkaitan dengan munculnya anemia. Selain pola makan, keteraturan dalam mengonsumsi tablet Fe juga menjadi aspek yang perlu diperhatikan. Kandungan zat besi dalam suplementasi tersebut berperan dalam sintesis hemoglobin dan pembentukan sel darah merah. Dewi dan Mardiana (2021) menunjukkan bahwa ibu hamil yang memiliki pantangan terhadap makanan tertentu menghadapi risiko anemia 3,026 kali lebih tinggi dibandingkan mereka yang tidak memiliki pantangan makanan. Ketidakteraturan konsumsi tablet Fe dapat menyebabkan kebutuhan zat besi selama kehamilan tidak tercukupi secara optimal, sehingga peluang terjadinya anemia menjadi lebih besar. Sebaliknya, konsumsi tablet Fe secara konsisten dapat membantu memenuhi kebutuhan zat besi dan menekan kemungkinan terjadinya anemia pada ibu hamil. (Sari and Herdiani, 2022)

Jarak antar-kehamilan turut berkaitan dengan kondisi ibu dan janin. Nurma (2022) dalam Zuliyanti (2022) menyebutkan bahwa interval yang terlalu dekat maupun terlalu jauh dapat meningkatkan peluang komplikasi. Jarak kelahiran kurang dari 2 tahun atau lebih dari 10 tahun berhubungan dengan risiko perdarahan trimester ketiga, anemia, ketuban pecah dini, serta BBLR di bawah 2500 gram. Interval yang terlalu pendek juga dapat terjadi ketika pemulihan fisik pascapersalinan belum optimal, sehingga ibu lebih rentan mengalami kelemahan dan komplikasi yang dapat berkontribusi terhadap kematian ibu maupun bayi.(Efendi and Meria, 2022)

Kebutuhan zat besi selama gestasi dapat dipenuhi melalui suplementasi Fe. WHO merekomendasikan konsumsi 60 tablet Fe, dimulai pada usia kehamilan 14 minggu hingga trimester ketiga. Di Indonesia, ketentuan tersebut dikembangkan menjadi sekurang-kurangnya 90 tablet selama gestasi.(Desi Gultom *et al.*, 2024) Manfaat suplementasi sangat dipengaruhi oleh keteraturan konsumsi. Distribusi tablet yang luas belum tentu menekan anemia apabila penggunaannya tidak dilakukan secara konsisten.

Survei awal di Puskesmas Tanjung Morawa pada 9 dan 14 Mei 2025 melibatkan 11 ibu hamil melalui Kuesioner *Food Frequency*. Sebanyak 7 responden menunjukkan kebiasaan makan kurang baik, terutama rendah konsumsi sayur dan buah serta sering memilih makanan pedas, seperti mi pedas dan produk kemasan. Empat responden lainnya rutin mengonsumsi sayur dan buah serta menambahkan susu khusus ibu hamil sebagai pelengkap asupan.

Pengisian Kuesioner Riwayat Kehamilan menunjukkan 5 responden mempunyai faktor risiko, berupa interval kurang dari 12 bulan, riwayat operasi sesar, atau abortus sebelum kehamilan sekarang. Enam responden lainnya tidak memiliki faktor tersebut, dengan interval 12–24 bulan atau lebih dari 24 bulan, tanpa riwayat tindakan medis saat persalinan maupun abortus.

Pada aspek penggunaan tablet Fe, 8 dari 11 responden tergolong tidak patuh. Sebagian menghentikan konsumsi tanpa berkonsultasi dengan tenaga kesehatan, sedangkan lainnya menolak mengonsumsinya. Hanya 3 responden yang rutin meminum tablet Fe setiap hari sejak memperoleh suplementasi pada trimester kedua.

Temuan tersebut menjadi dasar untuk mengkaji keterkaitan pola makan, riwayat kehamilan, dan kepatuhan konsumsi tablet Fe terhadap kadar Hb. Penelitian ini berjudul “Hubungan Pola Makan, Riwayat Kehamilan, Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kadar Hb Ibu Hamil” dan bertujuan menganalisis hubungan ketiga faktor tersebut dengan kadar Hb ibu hamil.

B. Perumusan Masalah

Bagaimana Hubungan Pola Makan, Riwayat Kehamilan, Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kadar Hb Ibu Hamil

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Pola Makan, Riwayat Kehamilan, Dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kadar Hb Ibu Hamil

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai pola makan ibu hamil
- b. Menilai riwayat kehamilan ibu hamil
- c. Menilai Tingkat kepatuhan konsumsi tablet Fe pada ibu hamil
- d. Menganalisis hubungan pola makan dengan kadar Hb ibu hamil
- e. Menganalisis hubungan Riwayat kehamilan dengan kadar Hb ibu hamil
- f. Menganalisis hubungan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kadar Hb ibu hamil

D. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini ditempatkan dalam kajian gizi masyarakat dengan menelaah faktor yang berkaitan dengan anemia pada kehamilan. Pembahasan mencakup pola makan, riwayat kehamilan, serta keteraturan konsumsi tablet Fe dalam kaitannya dengan kadar hemoglobin (Hb). Ketiga aspek tersebut menjadi variabel bebas, sedangkan kadar Hb berperan sebagai parameter untuk menggambarkan status anemia.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Pemerintah

- a. Memberikan informasi awal mengenai hubungan pola makan, riwayat kehamilan, dan kepatuhan konsumsi tablet Fe terhadap kadar Hb ibu hamil sebagai dasar pengambilan keputusan dalam program kesehatan ibu hamil.

- b. Menjadi bahan pertimbangan dalam merancang kebijakan dan intervensi pencegahan anemia kehamilan yang lebih tepat sasaran dan berbasis data lapangan.
2. Manfaat bagi Instituti Pendidikan
 - a. Memperkaya bahan kajian dalam bidang Gizi dan Dietetika, terutama berkaitan dengan kondisi gizi selama kehamilan serta faktor yang berhubungan dengan anemia.
 - b. Menyediakan informasi pendukung bagi kajian berikutnya yang membahas keteraturan penggunaan tablet Fe serta kaitannya dengan kadar Hemoglobin (Hb) selama masa gestasi
 3. Manfaat bagi Masyarakat
 - a. Menambah pemahaman tentang penerapan pola makan bergizi seimbang serta pemenuhan kebutuhan zat besi selama kehamilan.
 - b. Mendorong kepedulian ibu hamil dan keluarga terhadap pencegahan anemia melalui pemenuhan zat gizi dan penggunaan suplemen zat besi secara teratur guna menunjang kesehatan ibu serta perkembangan janin.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1 Keaslian penelitian

Peneliti dan Tahun	Judul Penelitian	Metode	Hasil	Perbedaan dengan Penelitian Ini
Yeni Liana (2022)	Hubungan Pola Makan, Riwayat Kehamilan, dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe terhadap Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di RS Krakatau Medika Cilegon	Kuantitatif (cross sectional)	Terdapat hubungan signifikan antara pola makan, riwayat kehamilan, dan kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia (83,7%)	Penelitian ini meneliti kejadian anemia, sedangkan penelitian sekarang menggunakan kadar Hb sebagai indikator serta lokasi penelitian berbeda (Puskesmas)

Mardhiah, dkk (2024)	Pengaruh Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe terhadap Kadar Hb Ibu Hamil di Puskesmas Johan Pahlawan	Survei analitik	Terdapat hubungan signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kadar Hb ($p=0,024$)	Penelitian ini hanya meneliti kepatuhan tablet Fe, sedangkan penelitian sekarang menambahkan variabel pola makan dan riwayat kehamilan
Ali Raflyno, dkk (2023)	Hubungan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil di Puskesmas Muara Dua Lhokseumawe	Observasional analitik	Terdapat hubungan signifikan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kadar Hb ($p=0,000$)	Penelitian ini hanya fokus pada kepatuhan tablet Fe, sedangkan penelitian sekarang mengkaji tiga variabel sekaligus
Melia Febrina, dkk (2021)	Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil	Observasional	Pola makan berhubungan dengan kejadian anemia ($p=0,025$), serta anemia dialami oleh 52,5% ibu hamil	Penelitian ini hanya meneliti pola makan, sedangkan penelitian sekarang menggabungkan dengan riwayat kehamilan dan kepatuhan konsumsi tablet Fe serta menggunakan indikator kadar Hb