

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Status gizi yang optimal adalah elemen penting untuk keberhasilan pengembangan sumber daya manusia. Wanita yang sedang hamil termasuk dalam kategori yang rentan terhadap masalah gizi dan memerlukan perhatian lebih, karena kekurangan gizi dapat memberikan dampak yang berkepanjangan. Selain itu, kekurangan gizi pada wanita hamil dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan janin, yang pada akhirnya meningkatkan kemungkinan bayi lahir dengan berat badan yang rendah dan/atau mengalami stunting (Kemenkes, 2025).

Kehamilan adalah bagian penting dari siklus kehidupan yang mempengaruhi kesehatan ibu dan anak. Pemenuhan asupan gizi yang cukup dan seimbang sangat penting untuk menjaga kesehatan ibu dan mendukung pertumbuhan janin. Berat badan lahir rendah (BBLR), kelahiran prematur, dan gangguan pertumbuhan pada anak semuanya terkait dengan kekurangan protein dan energi selama kehamilan (WHO, 2023). Akibatnya, intervensi gizi untuk ibu hamil menjadi prioritas utama dalam program kesehatan di Indonesia.

Meskipun cakupan pelayanan kehamilan terus meningkat, prevalensi ibu hamil dengan status gizi kurang di Indonesia masih cukup tinggi. Berdasarkan Riskesdas 2018, tercatat 17,3% ibu hamil mengalami gizi kurang, sedangkan menurut Survei Kesehatan Indonesia 2023, sekitar 16,9% ibu hamil belum memenuhi kecukupan energi dan protein harian. Kondisi ini berdampak pada berat badan yang meningkat pada ibu hamil yang tidak memenuhi rekomendasi, dengan demikian, meningkatkan kemungkinan bayi dengan berat badan rendah lahir, serta gangguan pertumbuhan anak. Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) versi terbaru juga menegaskan bahwa pemantauan berat badan ibu hamil dan asupan gizi perlu dilakukan secara rutin untuk mendukung kehamilan yang sehat (Kemenkes RI, 2021).

Kehamilan membuat tubuh ibu mengalami berbagai perubahan, terutama dalam hal berat badan. Perubahan berat badan yang sedikit saja selama masa kehamilan bisa memengaruhi pertumbuhan bayi dalam kandungan dan menyebabkan anemia serta bayi lahir dengan berat badan rendah. Perubahan berat

badan selama masa kehamilan dapat menunjukkan kondisi gizi ibu yang sedang mengandung. Masalah gizi pada ibu hamil bisa dilihat dari berat badannya. Kesehatan dan pertumbuhan bayi sangat bergantung pada kesehatan ibu, terutama nutrisi yang diperoleh ibu selama masa kehamilan (Siregar & Sukartini, 2022).

Kejadian bayi lahir dengan berat badan rendah atau berat badan besar tergantung pada kondisi ibu. Ibu yang berat badannya kurang biasanya melahirkan bayi yang ukurannya lebih kecil. Hal ini terjadi karena kondisi gizi ibu yang tidak memadai, sehingga menyebabkan kekurangan nutrisi. Kekurangan gizi yang dialami oleh ibu dapat menyebabkan bayi tidak tumbuh dengan baik, sehingga bayi lahir dengan berat badan rendah.

Salah satu strategi yang dianjurkan Kementerian Kesehatan merupakan pemberian makanan tambahan (PMT) yang dibuat dari bahan-bahan makanan lokal yang memiliki banyak energi dan protein. PMT berbasis pangan lokal memiliki keunggulan karena mudah diperoleh, lebih terjangkau, dan meningkatkan pemahaman tentang pentingnya asupan gizi yang cukup selama masa kehamilan dan menyesuaikan kebiasaan makan sesuai dengan kebutuhan tubuh (Kemenkes, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Astuti dan Budiarti tahun 2023 menunjukkan bahwa status gizi ibu hamil meningkat secara rata-rata sebelum dan setelah diberikan makanan tambahan (PMT) yang terbuat dari labu kuning dan ikan gabus. Sebelum ada intervensi, berat badan sebagian besar berada dalam rentang 34 hingga 43,5 kg, dan setelah intervensi, berat badan tersebut meningkat, dengan sebagian besar responden mencapai berat badan yang lebih tinggi. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai yang signifikan ($p = 0,000$), yang menunjukkan bahwa pemberian PMT berdampak nyata terhadap peningkatan berat badan pada ibu hamil.

Berdasarkan data tenaga pelaksana gizi di Puskesmas Pembantu Desa Wonosari, terdapat 21 ibu hamil trimester I dan II. Dalam upaya mempertahankan dan mengoptimalkan status gizi selama kehamilan, salah satu cara yang bisa dilakukan adalah dengan memberikan makanan tambahan yang terbuat dari bahan makanan lokal. PMT tidak hanya berperan dalam menambah energi harian, tetapi juga diharapkan dapat meningkatkan asupan gizi dan pertambahan berat badan pada

ibu hamil agar mencapai standar kehamilan yang sehat. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pemberian makanan tambahan yang menggunakan bahan makanan lokal terhadap asupan gizi dan peningkatan berat badan ibu hamil di Desa Wonosari.

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal terhadap asupan zat gizi dan kenaikan berat badan pada ibu hamil di Desa Wonosari?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal terhadap asupan zat gizi dan kenaikan berat badan pada ibu hamil di Desa Wonosari.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai asupan zat gizi pada ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal.
- b. Menentukan kenaikan berat badan pada ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal.
- c. Menganalisis pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal terhadap kenaikan asupan zat gizi ibu hamil.
- d. Menganalisis pemberian makanan tambahan berbahan pangan lokal terhadap kenaikan berat badan ibu hamil.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti:

Untuk memperluas pengetahuan, pengalaman, dan wawasan para peneliti sendiri mengenai pengaruh pemberian suplemen dari bahan pangan lokal terhadap asupan gizi dan peningkatan berat badan pada ibu hamil.

2. Bagi Institusi:

Sebagai bahan acuan untuk menyusun program pelayanan kesehatan ibu hamil berbasis pangan lokal yang lebih efektif dan relevan dengan kondisi masyarakat, serta untuk meningkatkan kualitas dan keinginan program kesehatan di wilayah terkait

3. Bagi Masyarakat:

Sebagai sumber Informasi mengenai pemanfaatan pangan lokal dalam makanan tambahan yang terjangkau dan bergizi serta untuk mendorong peningkatan kesadaran masyarakat, terutama ibu hamil di Desa Wonosari, mengenai pentingnya asupan gizi yang adekuat selama kehamilan.