

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan adalah masa terpenting untuk pertumbuhan dan perkembangan janin. Salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan suatu kehamilan adalah gizi. Status gizi ibu hamil pada waktu pembuahan dan selama kehamilan dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin yang sedang dikandung. Status gizi pada trimester pertama akan sangat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan embrio pada masa perkembangan dan pembentukan organ- organ tubuh. Pada trimester II (kedua) dan III (ketiga) kebutuhan janin terhadap zat- zat gizi semakin meningkat. Jika tidak terpenuhi, plasenta akan kekurangan zat makanan sehingga akan mengurangi kemampuannya dalam mensintesis zat- zat yang dibutuhkan oleh janin (Pratamawati, 2011).

Masalah gizi merupakan penyebab kematian ibu dan anak secara kondisi ibu dan janin, meminimalkan risiko perdarahan sebagai salah satu akibat dari kekurangan zat besi. Rendahnya asupan gizi dapat mempengaruhi status ibu hamil selama kehamilan. Resiko melahirkan bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Bayi dengan BBLR memiliki peluang meninggal 35 (tiga puluh lima) kali lebih tinggi dibandingkan dengan berat badan lahir di atas 2500 gram pengawasan ibu hamil dilakukan untuk menemukan dan memperbaiki faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin neonates (Arisman,2009).

Selama kehamilan terjadi peningkatan volume darah (hypervolumia). Hypervolumia sebagai hasil dari peningkatan volume plasma dan eritrosit (sel darah merah) yang beredar dalam tubuh. Peningkatan yang terjadi tidak seimbang, peningkatan volume plasma 30%-40%, peningkatan sel darah merah 18%-30% dan hemoglobin 19%. Hemodilusi terjadi sejak kehamilan 10 minggu dan mencapai puncaknya pada kehamilan 32-36 minggu. Bila hemoglobin ibu sebelum hamil sekitar 11gr% maka terjadi hemodilusi akan mengakibatkan anemia dan Hb ibu akan terjadi 9,5-10 gr% (Wiknjosastro,2012).

Pengukuran lingkaran lengan atas (LLA) pada ibu hamil berkaitan dengan kekurangan energi kronik (KEK). Kekurangan Energi Kronik merupakan masalah yang sering terjadi pada ibu hamil. Lingkaran Lengan Atas (LLA) <23,5cm harus mendapatkan penanganan secara tepat agar tidak terjadi komplikasi janin. Gizi kurang pada ibu hamil

dapat menyebabkan resiko dan komplikasi pada ibu. Seperti anemia, perdarahan dan berat badan ibu tidak bertambah secara normal serta terkena penyakit infeksi. Ibu yang mengalami Kekurangan Energy Kronik (KEK) akan lebih beresiko melahirkan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) (Mutazalimah,2005).

Pemenuhan gizi ibu hamil bukan pada kuantitas, tetapi juga ditekankan pada kualitas dan keseimbangan komposisi gizi yang cukup. Asupan makanan ibu hamil perlu memperhatikan anjuran untuk tidak melakukan program diet, meminum minuman beralkohol dan kafein, maupun obat-obatan herbal (jamu) tanpa konsultasi dokter, olah raga bagi ibu hamil tetap dapat di lakukan dengan pantauan dokter.

Pengetahuan ibu tentang gizi selama kehamilan sangat penting. Minimnya pengetahuan ibu tentang manfaat gizi selama hamil dapat menyebabkan bayi kekurangan gizi di sisi lain masih banyak perilaku ibu yang salah dalam memilih makanan dan kebiasaan makan pada jenis makanan tertentu tanpa mempertimbangkan gizi yang di perlukan oleh tubuh. Pada masyarakat masih terdapat adat istiadat kebiasaan berpantang terhadap makanan sehingga dapat memengaruhi sikap dan perilaku ibu dalam memenuhi kebutuhan gizi lebih banyak, selain untuk pertumbuhan dan perkembangan bagi ibu hamil juga bagi janin yang di kandung. Ibu dengan pendidikan tinggi diharapkan mempunyai pengetahuan atau informasi tentang gizi yang lebih baik (Proverawati dan Asfuah, 2009)

Berdasarkan data laporan di Centru Saude KomunitariaSame Monicipio de Manufahi Tmor –Leste tahun 2024 jumlah ibu hamil yang berkunjung sebanyak 216 orang 28 orang diantaranya tergolong gizi kurang di tandai dengan Lingkar Lengan Atas (LILA) <23,5cm pada tahun 2023 jumlah ibu hamil yang berkunjung 116 orang, 85 yang tergolong gizi kurang. Pada tahun 2024 dari 216 kunjungan ibu hamil, tercatat ibu dengan gizi kurang sebanyak 30 orang.

dari jumlah tersebut sebanyak 10% ibu meninggal dunia karena tidak terpenuhinya gizi pada kehamilan. Pada tahun 2010 ibu hamil sebanyak 80% dan atau sekitar 860.000 yang meninggal dunia akibat tidak terpenuhinya asupan gizi sekitar 20%, sementara pada tahun 2011 jumlah ibu hamil yang mengalami peningkatan 5% dari tahun sebelumnya atau sekitar 928.000 dengan angka kematian ibu hamil akibat tidak terpenuhinya asupan gizi (Jannah, 2012).

Pada tahun (2012) di Indonesia jumlah ibu hamil dalam beberapa tahun terakhir

terlihat mengalami peningkatan sedangkan angka kematian ibu hamil mengalami penurunan. Angka ibu hamil diperkirakan sebesar 96.000 dengan jumlah kematian akibat tidak terpenuhi asupan gizi sebanyak 12%. Pada tahun 2010 sebanyak 125.000 ibu hamil dengan angka kematian (Nugroho, 2011)

Di daerah pedesaan banyak di jumpai ibu hamil dengan malnutrisi atau kekurangan gizi sekitar 33%. Secara umum penyebab kekurangan gizi pada ibu hamil adalah konsumsi makanan yang tidak memenuhi syarat gizi yang dianjurkan. Jarak kehamilan dan persalinan yang berdekatan dengan ibu hamil dengan tingkat pendidikan dan pengetahuan yang rendah, sehingga menyebabkan ibu tidak mengerti cara pemenuhan Gizi yang dibutuhkan si ibu selama kehamilannya (Ministerio De saude RDTL, 2024).

Di negara yang sedang berkembang termasuk Indonesia masalah gizi masih merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama yang merupakan penyebab kematian wanita tidak dapat dipungkiri lagi dari masa kehamilan menjadi sa'at yang paling berbahaya wanita dalam hidupnya (Nura, 2009) Rendahnya status gizi ibu hamil dapat disebabkan berbagai faktor, salah satunya adalah rendahnya pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi. Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini dapat setelah orang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Prilaku yang didasarkan pengetahuan akan bertahan lebih lama di bandingkan yang tidak di dasarkan pengetahuan. Pengetahuan dapat memicu kesadaran untuk mengubah perilaku (Hayati, 2012).

Pemenuhan nutrisi ibu hamil tidak dapat dilakukan dalam waktu yang singkat, sehingga diperlukan pengetahuan dan kesadaran pentingnya nutrisi agar perilaku asupan nutrisi yang adekuat dapat bertahan selama kehamilan.

Asupan gizi dan asupan makanan yang baik dan tepat sangat dibutuhkan untuk mengurangi resiko penurunan kesehatan bagi ibu dan janin. Setiap makanan yang dikonsumsi oleh ibu akan mempengaruhi kondisi kesehatan janin. Apabila ibu mengalami kekurangan gizi maka hal tersebut berdampak kepada bayi yang akan dilahirkannya. Faktor penyebab ibu hamil tidak dapat terpenuhi gizi dapat dilihat dari faktor, ekonomi, pengetahuan, sikap, dan lingkungan serta budaya setempat (Bobak, 2008).

Status gizi ibu hamil mempunyai dampak langsung pada perjalanan kehamilan dan bayi yang akan dilahirkannya. Malnutrisi yang terjadi pada bulan awal kehamilan mempengaruhi perkembangan dan kapasitas embrio untuk bertahan hidup. Gizi yang buruk

pada masa lanjut kehamilan mempengaruhi pertumbuhan janin (Erna, 2019).

Gizi selama kehamilan seiring pertambahan usia kandungan, maka kebutuhan gizi ibu hamil akan meningkat, terutama setelah memasuki kehamilan trimester kedua. Pertumbuhan dan perkembangan janin berlangsung pesat terutama perkembangan otak dan susunan syaraf (Ai yeyeh, 2011).

Wanita hamil dengan status gizi kurang memiliki kategori resiko tinggi keguguran, kematian bayi dalam kandungan, kematian bayi baru lahir, cacat dan berat lahir rendah. Selain itu umumnya pada ibu dengan nutrisi yang kurang tersebut dapat terjadi 2 (dua) komplikasi yang cukup berat selama kehamilan yaitu anemia atau kekurangan sel darah merah (Ai yeyeh, 2011).

Pada masa kehamilan, ibu hamil harus menyediakan nutrisi yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak dan dirinya sendiri, ini berarti ibu perlu makan untuk 2 (dua) orang yang sesuai dan seimbang. Kehamilan meningkatkan kebutuhan tubuh akan protein. Jika calon ibu tidak memperhatikan makanan yang menyediakan lebih banyak protein, dikhawatirkan tidak mendapatkan protein yang cukup (Jannah, 2012).

Ibu hamil wajib mengonsumsi makanan yang bergizi dan seimbang, beragam, bervariasi serta proporsional. Semua zat gizi yang dibutuhkan hanya bisa tercukupi dari aneka ragam sumber pangan yang dikonsumsi dalam porsi yang seimbang dan pas yang sesuai dengan kebutuhan si ibu (Lutfiaty, 2012).

Dari survey pendahuluan yang dilakukan di Sentru Saude Komunitaria (SSK) Same tahun 2025, ibu hamil yang di wawancarai sebanyak 45 orang ibu hamil, dari yang 45 orang ibu hamil 10 orang belum mengetahui tentang zat-zat gizi yang baik untuk ibu hamil, 45 ibu hamil belum mengetahui tentang kebutuhan gizi ibu hamil, maka peneliti tertarik mengambil judul penelitian tentang “Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi selama Kehamilan di Sentru Saude Komunitaria (SSK) Same Municipio de Manufahi Timor –Leste bulan Februari tahun 2025.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian di atas di rumuskan masalah penelitian “Bagaimanakah Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi dalam Kehamilan di Sentru Saude Komunitaria (SSK) Same Timor-Leste bulan Februari tahun 2025.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi dalam Kehamilan di Sentru Saude Komunitaria Same(SSK) Municipio de Manufahi Timor-Leste bulan Februari tahun 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1.2.2.1 Mengidentifikasi Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi Selama Kehamilan menurut umur.
- 1.2.2.2 Mengidentifikasi Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi selama Kehamilan menurut pendidikan.
- 1.2.2.3 Mengidentifikasi Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil tentang Gizi selama Kehamilan menurut paritas.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti.

Menambah wawasan keilmuan dalam melakukan Penelitian termasuk pengetahuan gizi ibu hamil serta sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Program Sarjana kebidanan di Universitas Ngudi Waluyo Semarang.

1.4.2 Bagi Sentru da Saude Kamunitaria Same

Sebagai bahan masukan dalam memberikan penyuluhan pada ibu hamil tentang gizi selama kehamilan di SSK Same

1.4.3 Bagi Universitas

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai landasan untuk penelitian lebih lanjut mengenai Pengetahuan ibu hamil tentang gizi selama kehamilan. Dan sebagai bahan masukan atau bacaan bagi Mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo.