

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Kehamilan merupakan masa fisiologis yang dialami wanita selama kurang lebih 40 minggu sejak hari pertama haid terakhir hingga kelahiran bayi (Arum et al., 2021). Masa ini dibagi menjadi tiga trimester, dengan masing-masing berlangsung sekitar tiga bulan (Yuliani *et al.*, 2021). Dalam periode tersebut, terjadi peningkatan kebutuhan nutrisi secara signifikan untuk menunjang pertumbuhan janin dan menjaga kesehatan ibu. Hal ini membuat ibu hamil memerlukan asupan gizi yang lebih tinggi dibandingkan wanita yang tidak hamil (Tsoi *et al.*, 2022).

Saat hamil Seorang wanita memerlukan asupan gizi banyak. Mengingat selain kebutuhan gizi tubuh, wanita hamil harus memberikan nutrisi yang cukup untuk janinnya. Oleh sebab itu wanita hamil memerlukan Angka Kecukupan Gizi (AKG) yang lebih tinggi dibandingkan wanita yang sedang tidak hamil (Karo & Ndruru, 2024).

Gizi ibu hamil perlu mendapat perhatian karena sangat berpengaruh pada perkembangan janin yang dikandungnya. Pada masa kehamilan gizi ibu hamil harus memenuhi kebutuhan gizi untuk dirinya dan untuk pertumbuhan serta perkembangan janin. Gizi yang baik bagi ibu hamil mencakup konsumsi makanan beragam dan bergizi seimbang, serta pemenuhan kebutuhan nutrisi penting untuk mendukung pertumbuhan janin dan kesehatan ibu. Ini termasuk asam folat, zat besi, kalsium, protein, vitamin D, omega-3, dan serat. Penting juga untuk membatasi konsumsi makanan tinggi garam, gula, dan lemak, serta memperbanyak minum air putih (Kemenkes RI, 2021).

Gizi yang tidak seimbang selama kehamilan dapat berdampak serius, seperti anemia gizi, kelahiran bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), hingga kecacatan pada bayi (Allolingi & Winarti, 2024). Pertambahan berat

badan ibu selama hamil bahkan menjadi salah satu indikator penting untuk memprediksi angka kesakitan dan kematian ibu (Dolatian *et al.*, 2020).

Berdasarkan data WHO (2023), sebanyak 287.000 wanita meninggal dunia akibat komplikasi kehamilan dan persalinan pada tahun 2020. Sementara itu, target global dalam *Sustainable Development Goals* (SDGs) adalah menurunkan Angka Kematian Ibu (AKI) menjadi 70 per 100.000 kelahiran hidup.

Di Indonesia angka AKI masih cukup tinggi. Pada tahun 2021, tercatat 7.389 kematian ibu berdasarkan Profil Kesehatan Keluarga Kemenkes RI (2022), dan di Provinsi Jawa Barat terdapat 1.206 kasus (Dinkes Jabar, 2022). Salah satu faktor yang mempengaruhi tingginya angka ini adalah masalah status gizi ibu hamil. Penilaian status gizi dapat dilihat melalui Indeks Massa Tubuh (IMT) dan pengukuran Lingkar Lengan Atas (LILA), di mana LILA <23,5 cm menandakan ibu berisiko mengalami Kekurangan Energi Kronis (KEK), yang merupakan penyebab utama kelahiran BBLR.

Masalah gizi yang umum terjadi pada ibu hamil adalah kekurangan gizi, baik kurang gizi makro maupun gizi mikro yang ditunjukkan dalam status KEK dan anemia zat besi. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2023 menunjukkan prevalensi KEK pada wanita usia subur masih cukup tinggi yaitu sebesar 17,3%. Prevalensi ibu hamil KEK diharapkan dapat turun sebesar 1,5% setiap tahunnya (Kemenkes RI, 2023). Angka kejadian KEK pada ibu hamil di Jawa Barat sekitar 8,6% pada tahun 2023 dan pada tahun 2024 mengalami peningkatan menjadi 9,7% dari target 16% pada tahun 2025 sebesar 18,10% (Dinkes Jawa Barat, 2022). Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Subang, prevalensi ibu hamil KEK pada tahun 2023 sekitar 12,5%, sedangkan untuk kejadian anemia di Kabupaten Subang menunjukkan adanya peningkatan dimana pada tahun 2023 sebanyak 10,12% dan terus meningkat di tahun 2024 sebanyak 16,90% (Indodatin Provinsi Jawa Barat, 2024).

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Puskesmas Cilamaya, Kecamatan Blanakan Kabupaten Subang selama bulan Januari-April tahun 2025 berdasarkan laporan PWS KIA terdapat kasus KEK dan Anemia pada ibu hamil. Dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 1  
Kejadian Anemia dan Kekurangan Energi Kronis (KEK) di Puskesmas Cilamaya  
Kabupaten Subang selama bulan Januari-April tahun 2025

| Bulan    | Anemia | KEK | Keterangan |
|----------|--------|-----|------------|
| Januari  | 2      | 1   |            |
| Februari | 1      | 0   |            |
| Maret    | 1      | 1   |            |

|        |   |   |
|--------|---|---|
| April  | 2 | 1 |
| Jumlah | 6 | 3 |

Sumber : PWS KIA Puskesmas Cilamaya, 2025

Berdasarkan tabel diatas masih terdapat kejadian Anemia dan KEK pada ibu hamil di Puskesmas Cilamaya Kabupaten Subang selama bulan Januari-April tahun 2025. Pentingnya mengetahui pengetahuan ibu hamil tentang kebutuhan gizi selama kehamilan sangat krusial sebagai upaya pencegahan masalah gizi ibu dan bayi serta penurunan AKI dan AKB.

Nutrisi yang optimal selama kehamilan terbukti dapat mempercepat tumbuh kembang janin dan mencegah komplikasi seperti BBLR, bayi kecil, pendek, kurus, hingga risiko kematian bayi. Sebaliknya, gizi yang tidak mencukupi akan memperbesar peluang terjadinya gangguan tumbuh kembang tersebut (Mulianingsih *et al.*, 2021). Bahkan, ibu hamil yang tidak mendapatkan suplementasi lengkap (mikronutrien dan energi-protein) berisiko lebih besar melahirkan bayi dengan BBLR (Marshall *et al.*, 2022).

Nutrisi atau gizi yang baik pada ibu hamil sangat berperan dalam menjaga kesehatan ibu, mendukung tumbuh kembang janin, serta mengurangi risiko ketidaknyamanan dan komplikasi kehamilan seperti anemia, Kekurangan Energi Kronis (KEK), dan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) (N. Siregar & Sukartini, 2022).

Pengetahuan merupakan hasil dari proses kognitif seseorang dalam mengenali, memahami, dan mengingat informasi setelah mengalami atau mengamati suatu fenomena tertentu (Siwi *et al.*, 2023). Dalam konteks kesehatan, tingkat pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi sangat penting karena berperan dalam menentukan pola konsumsi makanan selama kehamilan, agar tidak terjadi ketidaknyamanan selama kehamilannya (Martina *et al.*, 2024).

Salah satu faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi adalah usia. Ibu hamil yang berusia di bawah 20 tahun cenderung memiliki tingkat pengetahuan yang lebih rendah karena keterbatasan pengalaman dan wawasan, sedangkan ibu hamil dengan usia produktif (20-35 tahun) lebih optimal dalam memahami informasi terkait nutrisi (Susanti & Supriyanto, 2023).

Selain usia, tingkat pendidikan juga menjadi faktor yang signifikan. Ibu hamil dengan pendidikan tinggi lebih mudah memahami pentingnya nutrisi, dampak dari kekurangan gizi, serta manfaat pola makan seimbang bagi kehamilan (Sopiatun *et al.*, 2023). Pendidikan kesehatan yang diberikan kepada ibu hamil terbukti dapat meningkatkan pemahaman mereka tentang nutrisi dan menurunkan kecemasan terkait kehamilan

(Sopiatun *et al.*, 2023). Pendidikan kesehatan yang diberikan kepada ibu hamil terbukti dapat meningkatkan pemahaman mereka tentang nutrisi dan menurunkan kecemasan terkait kehamilan (N. Siregar & Sukartini, 2022b).

Selain itu, pekerjaan ibu hamil juga mempengaruhi akses mereka terhadap informasi gizi. Ibu yang bekerja, terutama di lingkungan yang mendukung edukasi kesehatan, cenderung memiliki tingkat pengetahuan yang lebih tinggi karena sering berinteraksi dengan rekan kerja atau fasilitas kesehatan di tempat kerja (Fatonah HS *et al.*, 2023). Sementara itu, ibu rumah tangga yang memiliki keterbatasan dalam memperoleh informasi dari tenaga kesehatan atau sumber lain dapat memiliki pengetahuan yang lebih rendah terkait nutrisi selama kehamilan (Fitriani *et al.*, 2022).

Faktor lain yang turut mempengaruhi adalah status ekonomi, di mana ibu hamil dengan kondisi ekonomi tinggi memiliki akses yang lebih baik terhadap makanan bergizi, suplemen kehamilan, serta pemeriksaan kesehatan yang rutin dibandingkan dengan ibu dari kelompok ekonomi rendah (Hidayah & Yanuari, 2022). Status ekonomi juga mempengaruhi pola konsumsi makanan sehari-hari, sehingga dapat berperan dalam tingkat pemenuhan kebutuhan nutrisi ibu hamil (Harjoyo *et al.*, 2023).

## **1. 1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi yang baik berdasarkan karakteristik di wilayah kerja Puskesmas Cilamaya Kecamatan Blanakan Kabupaten Subang?".

## **2. 1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui dan menggambarkan tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai gizi yang baik berdasarkan karakteristik ibu di wilayah kerja Puskesmas Cilamaya Kecamatan Blanakan Kabupaten Subang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi yang baik selama kehamilan di wilayah kerja Puskesmas Cilamaya.
2. Mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi yang baik selama kehamilan berdasarkan usia di wilayah kerja Puskesmas Cilamaya

3. Mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi yang baik selama kehamilan berdasarkan pendidikan di wilayah kerja Puskesmas Cilamaya
4. Mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi yang baik selama kehamilan berdasarkan pekerjaan di wilayah kerja Puskesmas Cilamaya
5. Mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi yang baik selama kehamilan berdasarkan paritas di wilayah kerja Puskesmas Cilamaya
6. Mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi yang baik selama kehamilan berdasarkan sumber informasi di wilayah kerja Puskesmas Cilamaya

### **3. 1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti**

Diharapkan dapat di jadikan bahan dan sarana pembelajaran juga memperluas pengetahuan serta dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan perbandingan untuk melakukan penelitian selanjutnya.

#### **1.4.2 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan**

Diharapkan Hasil Penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi dan sumber bacaan bagi Universitas Bhakti Kencana Cabang Subang untuk penelitian selanjutnya serta dapat menjadi informasi tentang pentingnya pengetahuan gizi ibu hamil.

#### **1.4.3 Manfaat Bagi Ibu Hamil**

Dapat memberikan pengetahuan tambahan kepada ibu hamil tentang gizi yang baik selama Kehamilan.

#### **1.4.4 Manfaat Bagi Instansi Penelitian**

Dapat dijadikan informasi tentang pentingnya pengetahuan ibu hamil mengenai gizi yang baik dan menambahkan jadwal penyuluhan kesehatan dan konseling kepada ibu hamil dengan berbagai metode yang mudah dimengerti.

