

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah gizi pada ibu hamil masih menjadi isu kesehatan masyarakat yang serius di tingkat global, terutama di negara berkembang yang menghadapi keterbatasan akses pangan dan layanan kesehatan. *World Health Organization* (WHO, 2023) melaporkan bahwa sekitar 40% ibu hamil di dunia mengalami anemia, yang sebagian besar disebabkan oleh kekurangan zat besi dan asupan gizi yang tidak adekuat selama kehamilan. Selain anemia, kekurangan energi kronik (KEK) juga masih ditemukan pada sekitar 10–15% ibu hamil secara global, yang berdampak langsung pada kesehatan ibu dan janin.

Permasalahan gizi pada ibu hamil di Indonesia masih menjadi isu kesehatan yang serius, khususnya kekurangan energi kronis (KEK). Berdasarkan Laporan Kinerja Instansi Pemerintah (LKJIP) Dinas Kesehatan Provinsi Riau tahun 2024, masalah gizi pada ibu hamil masih menjadi isu kesehatan masyarakat yang memerlukan perhatian serius. Data laporan rutin Puskesmas menunjukkan bahwa pada tahun 2024 terdapat 4.771 ibu hamil yang mengalami risiko Kekurangan Energi Kronik (KEK) dari 51.189 ibu hamil yang diperiksa Lingkar Lengan Atas (LILA), dengan proporsi sebesar 10,9%. Kondisi KEK pada ibu hamil menunjukkan adanya ketidakcukupan asupan energi dan zat gizi dalam jangka waktu yang relatif lama selama kehamilan. KEK dapat menurunkan cadangan energi tubuh ibu sehingga meningkatkan risiko gangguan pertumbuhan dan perkembangan janin, termasuk risiko bayi lahir dengan berat badan rendah. Selain KEK, anemia juga masih ditemukan pada ibu hamil di Provinsi Riau. Berdasarkan pemeriksaan kadar hemoglobin, tercatat 5.289 ibu hamil mengalami anemia dari 49.790 ibu hamil yang diperiksa, dengan proporsi sebesar 10,62%. Anemia pada ibu hamil berpotensi meningkatkan risiko komplikasi kehamilan, persalinan, serta berdampak pada kesehatan ibu dan bayi. Capaian indikator tersebut menunjukkan bahwa upaya pencegahan dan penanggulangan masalah gizi ibu hamil, khususnya melalui peningkatan asupan zat gizi dan edukasi kesehatan, masih perlu diperkuat secara berkelanjutan.

Kehamilan merupakan fase kehidupan yang sangat menentukan kesehatan jangka panjang ibu dan anak, sehingga kecukupan gizi menjadi faktor yang tidak dapat diabaikan. Selama kehamilan, kebutuhan zat gizi makro seperti energi dan protein meningkat untuk mendukung pertumbuhan jaringan ibu serta perkembangan janin. Selain itu, zat gizi mikro seperti zat besi, asam folat, kalsium, dan seng berperan penting dalam pembentukan organ, sistem saraf, serta pencegahan komplikasi kehamilan. Ketidalcukupan asupan zat gizi selama kehamilan dapat menyebabkan gangguan metabolisme dan menurunkan status gizi ibu. Penelitian sebelumnya yang dilakukan (Sagitarini dkk, 2021) menunjukkan bahwa ibu hamil dengan tingkat pengetahuan gizi yang baik cenderung mampu memenuhi kebutuhan zat gizinya secara lebih optimal. Pengetahuan tersebut memengaruhi kemampuan ibu dalam memilih makanan yang beragam, bergizi, dan seimbang. Sebaliknya, ibu dengan pengetahuan yang rendah sering kali mengandalkan pola makan yang monoton dan tidak sesuai dengan kebutuhan kehamilan. Oleh karena itu, pemenuhan asupan zat gizi yang adekuat menjadi kunci utama dalam menjaga status gizi ibu hamil.

Masalah gizi pada ibu hamil tidak hanya berkaitan dengan kekurangan gizi, tetapi juga kelebihan gizi yang semakin meningkat seiring perubahan pola konsumsi masyarakat. Kekurangan gizi selama kehamilan dapat menyebabkan KEK, anemia, serta meningkatkan risiko kelahiran bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR). Kondisi ini berpotensi berlanjut menjadi masalah stunting pada masa balita dan anak. Di sisi lain, kelebihan asupan energi dan lemak dapat meningkatkan risiko obesitas pada ibu hamil. Obesitas selama kehamilan berhubungan erat dengan kejadian diabetes gestasional, hipertensi, dan preeklamsia. Penelitian yang dilakukan (Khasanah, 2020) menunjukkan bahwa status gizi ibu yang tidak seimbang, baik kurang maupun lebih, berpengaruh terhadap gangguan pertumbuhan janin. Dampak tersebut tidak hanya dirasakan saat kehamilan, tetapi juga memengaruhi kualitas kesehatan anak di masa depan. Dengan demikian, keseimbangan asupan zat gizi menjadi aspek penting dalam upaya menciptakan kehamilan yang sehat dan aman.

Pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan dan gizi merupakan faktor determinan yang memengaruhi perilaku makan dan pemenuhan kebutuhan gizi.

Pengetahuan yang baik akan mendorong ibu untuk lebih memperhatikan kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi selama kehamilan. Ibu yang memahami pentingnya zat gizi tertentu cenderung lebih patuh dalam mengonsumsi makanan bergizi dan suplemen yang dianjurkan tenaga kesehatan. Menurut penelitian yang dilakukan Andi Liliandriani (2021) menyatakan bahwa terdapat hubungan bermakna antara tingkat pengetahuan gizi ibu hamil dengan perilaku makan sehat serta status gizi. Namun, dalam praktiknya, masih banyak ibu hamil yang memiliki pemahaman terbatas mengenai gizi seimbang. Hal ini sering terjadi di wilayah perkotaan, termasuk Pekanbaru, di mana gaya hidup modern dan keterbatasan waktu memengaruhi pola konsumsi. Konsumsi makanan cepat saji dan rendah zat gizi mikro menjadi salah satu tantangan utama. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa peningkatan pengetahuan gizi ibu hamil sangat diperlukan untuk memperbaiki perilaku makan selama kehamilan.

Berdasarkan uraian tersebut, pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan dan gizi diduga berperan penting dalam menentukan kecukupan asupan zat gizi dan status gizi selama kehamilan. Oleh karena itu, penelitian mengenai hubungan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan dan gizi dengan status gizi serta asupan zat gizi menjadi penting untuk dilakukan.

1.2 Rumusan Masalah

Ibu hamil memerlukan pengetahuan yang cukup mengenai kesehatan dan gizi agar mampu memenuhi kebutuhan zat gizi selama kehamilan. Asupan zat gizi yang tidak mencukupi kebutuhan dapat menyebabkan terjadinya masalah gizi, seperti kekurangan energi kronis (KEK), yang berisiko menimbulkan dampak negatif bagi ibu dan janin. Status gizi merupakan indikator keberhasilan dalam pemenuhan kebutuhan gizi selama masa kehamilan. Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan dan gizi dengan asupan energi dan protein serta status gizi ibu hamil di Kota Pekanbaru?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan dan gizi dengan asupan energi protein dan status gizi ibu hamil di Kota Pekanbaru berdasarkan data PPG 2025.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah untuk:

- a. Mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan dan gizi di Kota Pekanbaru.
- b. Menggambarkan asupan energi dan protein pada ibu hamil di Kota Pekanbaru.
- c. Mengetahui gambaran status gizi ibu hamil di Kota Pekanbaru.
- d. Menganalisa hubungan tingkat pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan dan gizi dengan asupan zat gizi energi dan protein ibu hamil di Kota Pekanbaru.
- e. Menganalisa hubungan asupan zat gizi energi dan protein ibu hamil dengan status gizi ibu hamil di Kota Pekanbaru.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Ilmiah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan pembelajaran dan referensi untuk meningkatkan pengetahuan di bidang gizi masyarakat, khususnya terkait pengetahuan gizi ibu hamil. Penelitian ini juga diharapkan dapat menambah wawasan ilmiah mengenai hubungan antara tingkat pengetahuan ibu hamil tentang kesehatan dan gizi dengan asupan energi dan protein ibu hamil serta status gizi ibu hamil.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis merupakan manfaat penelitian yang berkaitan dengan pemecahan permasalahan secara langsung. Adapun manfaat praktis dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Menjadi wadah bagi peneliti untuk mengembangkan penalaran, pola pikir, serta kemampuan dalam menerapkan ilmu yang telah diperoleh selama proses pembelajaran, khususnya di bidang gizi masyarakat.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi pihak terkait dalam pengambilan kebijakan di bidang gizi, khususnya yang berkaitan dengan upaya peningkatan status gizi ibu hamil melalui peningkatan pengetahuan gizi.