

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan salah satu penyakit gangguan gizi yang masih sering ditemukan dan merupakan masalah gizi utama di Indonesia (Rasmaliah,2004). Anemia dapat didefinisikan sebagai suatu keadaan dimana kadar haemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari normal, yang berbeda untuk setiap kelompok umur dan jenis kelamin. Anemia kurang besi adalah salah satu bentuk gangguan gizi yang merupakan masalah kesehatan masyarakat yang penting di seluruh dunia, terutama di negara berkembang termasuk Indonesia. Konsumsi zat besi dari makanan sering lebih rendah dari dua pertiga kecukupan konsumsi zat besi yang dianjurkan, dan susunan menu makanan yang dikonsumsi tergolong pada tipe makanan yang rendah absorpsi zat besinya (Rasmaliah,2004).

Ibu hamil merupakan salah satu kelompok rawan kekurangan gizi, karena terjadi peningkatan kebutuhan gizi untuk memenuhi kebutuhan ibu dan janin yang dikandung. Kebutuhan gizi meningkat selama kehamilan untuk pertumbuhan janin, plasenta, penambahan volume darah, mammae yang membesar dan metabolisme basal yang meningkat (Fatimah, 2011). Kekurangan gizi pada ibu hamil mempunyai dampak yang cukup besar terhadap proses pertumbuhan janin dan anak yang akan dilahirkan. Bila ibu hamil mengalami kurang gizi maka akibat yang akan ditimbulkan antara lain: keguguran, bayi lahir mati, kematian neonatal, cacat bawaan, anemia, dan bayi lahir dengan BBLR (Lubis, 2003).

Anemia gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya jumlah asupan zat besi tidak cukup, penyerapan zat besi rendah, kebutuhan meningkat, kekurangan darah, pola makan tidak baik, status sosial ekonomi, penyakit infeksi, pengetahuan yang rendah tentang zat besi (Puji dan Esse, 2010). Kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet tambah darah juga mempengaruhi terjadinya anemia, terdapat faktor yang turut mempengaruhi konsumsi suplemen atau tablet besi yang antara lain adalah bentuk tablet, warna, rasa, dan efek samping (Wijianto, 2004).

Kasus anemia pada ibu hamil sebagian besar disebabkan oleh rendahnya asupan zat besi dalam tubuh yang disebabkan pola makan kurang baik. Pola makan merupakan cara atau perilaku yang ditempuh seseorang atau kelompok orang dalam memilih, menggunakan bahan makanan dalam konsumsi pangan setiap hari yang meliputi jenis makanan, jumlah makanan dan frekuensi makan yang berdasarkan pada faktor-faktor sosial budaya dimana mereka hidup (Almatsier 2011). Masyarakat Indonesia khususnya wanita kurang mengkonsumsi sumber makanan hewani sebagai salah satu sumber zat besi yang mudah diserap (*heme iron*). Bahan makanan nabati (*non-heme iron*) merupakan sumber zat besi yang tinggi tetapi sulit diserap, sehingga dibutuhkan jumlah makanan yang besar untuk mencukupi kebutuhan zat besi dalam sehari (Supriyono, 2009). Frekuensi makan berpengaruh dalam pemenuhan kebutuhan zat gizi ibu hamil yang cenderung meningkat (Proverawati dan Asfuah, 2009). Konsumsi zat besi yang tidak cukup dan absorpsi zat besi yang rendah dari pola makan yang sebagian besar memiliki jenis makanan yang kurang beraneka ragam dapat menyebabkan anemia pada ibu hamil (Rasmaliah, 2004).

Penelitian yang dilakukan Djaswadi dan Imanudin (1995) menjelaskan bahwa faktor pola makan ibu hamil sangat penting untuk mencukupi kebutuhan nutrisi ibu hamil dan janinnya dan terdapat hubungan antara pola konsumsi dengan kejadian anemia gizi pada ibu hamil. Adanya ibu hamil dengan tingkat konsumsi yang baik tetapi masih menderita anemia, disebabkan karena protein yang dikonsumsi ibu hamil mempunyai kualitas yang kurang baik. Dengan konsumsi daging yang rendah dan konsumsi buah segar yang jarang maka ibu akan mempunyai risiko kekurangan zat besi karena penyerapan zat gizi dipengaruhi oleh heme dari daging dan vitamin C (Joko, 2005)

Berdasarkan data laporan tahunan Dinas Kesehatan (Dinkes) Kabupaten Karanganyar pada periode bulan Juni tahun 2012 didapatkan kasus anemia pada ibu hamil sebesar 15,37% (Dinas Kesehatan Karanganyar). Puskesmas Kerjo merupakan salah satu puskesmas yang ada di wilayah Kabupaten Karanganyar dengan prevalensi kasus anemia ibu hamil cukup tinggi. Hasil skrining Hb ibu hamil di wilayah Puskesmas Kerjo bulan Mei 2012 menunjukkan jumlah ibu hamil anemia sebesar 49%.

Hal ini yang melatarbelakangi untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kerjo Kabupaten Karanganyar".

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan adakah hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kerjo Kabupaten Karanganyar ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kerjo Kabupaten Karanganyar.

2. Tujuan Khusus

a. Mendiskripsikan pola makan pada ibu-ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kerjo Kabupaten Karanganyar.

b. Mendiskripsikan kejadian anemia pada ibu-ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kerjo Kabupaten Karanganyar.

c. Menganalisis hubungan antara frekuensi makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kerjo Kabupaten Karanganyar.

d. Menganalisis hubungan antara jenis makanan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Kerjo Kabupaten Karanganyar.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi ibu hamil

Diharapkan dapat meningkatkan kesadaran ibu hamil akan pentingnya menjaga pola makan dan juga dijadikan informasi tentang hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil.

2. Bagi Puskesmas Kerjo

Diharapkan dapat dijadikan bahan pertimbangan dan masukan dalam meningkatkan pencegahan anemia pada ibu hamil.

3. Bagi Peneliti lain

Diharapkan dapat memberikan wawasan serta dapat dijadikan referensi atau bahan acuan untuk penelitian selanjutnya.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup materi pada penelitian ini dibatasi hanya pada pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil.