

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah suatu keadaan yang istimewa bagi seorang wanita sebagai calon ibu, karena pada masa kehamilan akan terjadi perubahan fisik yang mempengaruhi kehidupannya. Pola makan dan gaya hidup sehat dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan janin dalam rahim ibu. Dari ibu yang sehat dan dengan bayi yang dikandung juga sehat adalah keindahan dan kenyamanan tersendiri untuk banyak orang terutama untuk sang ibu. Salah satu pemeliharaan adalah dengan memperhatikan kecukupan makanan, gizi atau hal yang sangat diperlukan oleh sang ibu karena kebanyakan kualitas atau mutu anak dalam kandungan ibu ditentukan oleh mutu makanan yang dikonsumsi. Maka dari itu alangkah baiknya jika kebutuhan gizi lebih diperhatikan demi bayi dan ibu yang sehat (Irianto, 2014).

Kebutuhan nutrisi akan meningkat selama hamil. Selama hamil, calon ibu memerlukan lebih banyak zat-zat gizi daripada wanita yang tidak hamil, karena makanan ibu hamil dibutuhkan untuk dirinya dan janin yang dikandungnya, bila makanan ibu terbatas janin akan tetap menyerap persediaan makanan ibu sehingga ibu menjadi kurus, lemah, pucat, gigi rusak, rambut rontok dan lain-lain (Marmi, 2013).

Masa kehamilan merupakan masa yang sangat menentukan kualitas sumber daya manusia masa depan, karena tumbuh kembang anak sangat

ditentukan kondisinya dimasa janin dalam kandungan. Karena ibu hamil memerlukan angka kecukupan gizi (AKG) yang lebih tinggi dibandingkan wanita yang sedang tidak hamil. Ibu hamil harus memiliki pola hidup yang sehat. Seperti makan makanan yang bergizi, cukup olahraga, istirahat, serta menghindari alkohol dan tidak merokok. Dengan haaran janin dapat berkembang dengan sehat dan selamat. Namun ada masalah yang sering dijumpai pada masa kehamilan yang salah yaitu anemia gizi besi dan KEK (Waryana, 2010).

Prevalensi anemia di negara berkembang sangat tinggi termasuk Indonesia. Hasil Laporan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013 menunjukkan prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil yaitu sebesar 37,1% dan proporsinya hampir sama antara bumil di perkotaan (36,4%) dan perdesaan (37,8%). Meskipun pemerintah sudah melakukan program penanggulangan anemia pada ibu hamil yaitu dengan memberikan 90 tablet Fe kepada ibu hamil selama periode kehamilan dengan tujuan menurunkan angka anemia pada ibu hamil, tetapi kejadian anemia masih tinggi (Kementerian Kesehatan RI, 2013). Hasil penelitian Fakultas Kedokteran di seluruh Indonesia menunjukkan bahwa prevalensi anemia ibu hamil di Indonesia adalah 50-63%. Sementara itu, penelitian Puspongoro dan Anemia World Map pada waktu yang sama menyebutkan 51% wanita hamil menderita anemia sehingga menyebabkan kematian hingga 300 jiwa perhari. Sementara itu Prevalensi kejadian anemia zat besi pada ibu hamil di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta pada tahun 2015 sebesar 14,85 % dan mengalami

kenaikan pada tahun 2016 yaitu sebesar 16,09 % dan kembali turun menjadi 14,32 % pada tahun 2017. Dengan capaian target kabupaten <15%. Upaya menurunkan prevalensi anemia ibu hamil harus lebih dilakukan secara optimal mengingat target penurunan jumlah kematian ibu menjadi prioritas permasalahan kesehatan di DIY (DinKes DIY, 2017). Di Kabupaten Kulonprogo tahun 2017 presentase anemia pada ibu hamil sebesar 12,88% dan cakupan pemberian tablet Fe sebesar 85,66% (DinKes Kulonprogo, 2017)

Kekurangan zat besi dapat menimbulkan gangguan atau hambatan pada pertumbuhan janin baik sel tubuh maupun sel otak. Anemia zat gizi dapat mengakibatkan kematian janin didalam kandungan, abortus, cacat bawaan, BBLR, anemia pada bayi yang dilahirkan. Tingginya prevalensi anemia zat besi pada ibu hamil disebabkan oleh beberapa faktor antara lain banyak berpantang makanan tertentu dan pola makan yang tidak baik saat hamil dapat memperburuk keadaan anemia zat gizi, pola makan yang tidak memenuhi zat gizi seimbang dan sedikit bahan makanan sumber Fe seperti daging, ikan, hati atau pangan hewan lainnya (Waryana, 2010).

Kondisi anemia pada ibu hamil di perparah dengan kebiasaan orang Indonesia yang mengkonsumsi teh. Teh merupakan minuman yang paling banyak dikonsumsi setelah air. Aroma teh yang harum serta rasanya yang khas membuat minuman ini banyak dikonsumsi.

Penyebab utama anemia pada ibu hamil belum diketahui namun diduga kurangnya konsumsi zat besi yang terdapat pada makanan sehari-hari dan adanya gangguan penyerapan zat besi oleh tubuh akibat adanya penghambat

penyerapan zat besi (seperti fitat, oksalat, tanin dan kalsium) serta kurangnya zat yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi seperti vitamin C dan kurangnya konsumsi protein (Susilo J, 2002).

Menurut Citrakesumasari (2012) faktor yang menghambat penyerapan zat besi adalah tanin dalam teh dan kopi, phosvitin, phytat, fosfat, kalsium dan serat dalam bahan makanan. Seseorang yang banyak makan nasi, tetapi kurang makan sayur-sayuran serta buah-buahan dan lauk-pauk, akan tetap menjadi anemia walaupun zat besi yang dikonsumsi dari makanan sehari-hari cukup banyak. Bahan makanan penghambat absorpsi Fe (inhibitor) adalah bahan makanan yang bersifat akan menghambat absorpsi Fe oleh tubuh dari makanan yang dikonsumsi seperti fitat (pada dedak, katul, jagung, protein kedelai, susu, coklat dan kacang-kacangan), polifenol (termasuk tanin) pada teh, kopi, bayam, kacang-kacangan, Zat kapur/kalsium (pada susu, keju), Phospat (pada susu, keju). Sumber-sumber yang menghambat absorpsi zat besi berbeda-beda. Serat dalam sayur-sayuran dapat menghambat penyerapan besi non heme. Teh (mengandung tanin) apabila dikonsumsi bersamaan dengan makanan akan mengurangi absorpsi besi. Minum teh pada saat makan akan menurunkan penyerapan besi sampai 50 persen. Kopi, dan produk susu juga menghambat absorpsi heme.

Berdasarkan latar belakang tersebut, dapat dipahami peran penting kebiasaan konsumsi ibu hamil terutama pada sumber makanan penghambat (*inhibitor*) penyerapan zat besi. Maka dari berdasarkan fenomena masalah

peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang kajian asupan kalsium dan sumber tanin pada kejadian anemia ibu hamil di Kabupaten Kulon Progo.

B. Rumusan Masalah

1. Berapa prevalensi anemia pada ibu hamil di Kabupaten Kulon Progo.
2. Berapa asupan kalsium pada ibu hamil anemia di Kabupaten Kulon Progo.
3. Berapa asupan sumber tanin pada ibu hamil anemia di Kabupaten Kulon Progo.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengkaji asupan kalsium dan sumber tanin pada kejadian anemia ibu hamil di Kabupaten Kulon Progo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengkaji kejadian anemia ibu hamil di Kabupaten Kulon Progo.
- b. Mengkaji asupan kalsium pada ibu hamil anemia di Kabupaten Kulon Progo.
- c. Mengkaji asupan sumber tanin pada ibu hamil anemia di Kabupaten Kulon Progo.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dari penelitian tentang kajian asupan kalsium dan sumber tanin pada kejadian anemia ibu hamil di Kabupaten Kulon Progo adalah penelitian gizi di bidang Gizi Masyarakat.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

a. Bagi peneliti

Menambah wawasan pengetahuan dan informasi tentang asupan kalsium dan sumber tanin yang berkaitan dengan kejadian anemia ibu hamil.

b. Bagi peneliti lain

Untuk menambah pengetahuan penelitian selanjutnya tentang hal-hal yang berkaitan dengan asupan kalsium dan sumber tanin pada kejadian anemia ibu hamil.

2. Manfaat praktis

Memberikan informasi pengetahuan dan kesadaran masyarakat khususnya ibu hamil terkait dampak dan pencegahan anemia pada ibu hamil.

F. Keaslian Penelitian

1. Dyah Nurul Ihsani, 2017. "Kajian Asupan Protein, Zat Besi, Tembaga, Vitamin C dan Konsumsi Tanin dengan kadar Hb Ibu Hamil di