

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan menyebabkan meningkatnya metabolisme energi, karena itu kebutuhan energi dan zat gizi lainnya meningkat selama masa kehamilan. Peningkatan zat gizi dan energi tersebut diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin. Jika ibu hamil kekurangan zat gizi tertentu yang diperlukan saat hamil menyebabkan janin tumbuh tidak sempurna. (Kristiyanasari,2010). Ibu hamil adalah salah satu kelompok yang rawan mengalami kekurangan gizi. Salah satu masalah gizi yang sering terjadi pada ibu hamil adalah anemia.

Berdasarkan data WHO tahun 2011 angka prevalensi anemia ibu hamil di dunia sebesar 38%. Secara berturut – turut prevalensi anemia tertinggi terdapat dikawasan benua Afrika 44,6% dan Asia 39,3%. Di Asia tenggara angka prevalensi ibu hamil adalah yang tertinggi dibandingkan dengan benua Asia lain, yaitu sebesar 48,7%. Data Riskesdas tahun 2013 angka prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1%. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Yogyakarta prevalensi anemia ibu hamil di DIY 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. Menurut data Dinas Kesehatan Yogyakarta tahun 2017, prevalensi anemia pada ibu hamil di Kabupaten Kulon Progo sebesar 12,88%.

Anemia defisiensi besi merupakan salah satu gangguan yang paling sering terjadi selama masa kehamilan. Ibu hamil umumnya mengalami depleksi besi sehingga hanya memberi sedikit besi pada janin, yang dibutuhkan untuk metabolisme besi yang normal. Selanjutnya mereka akan mengalami anemia pada kadar hemoglobin ibu turun sampai di bawah 11 g/dl (Kristiyanasari, 2010). Penyebab anemia adalah kehilangan darah secara kronis, asupan zat besi tidak cukup dan penyerapannya tidak adekuat, peningkatan kebutuhan zat besi untuk pembentukan sel darah merah (Arisman, 2010).

Kekurangan protein hewani merupakan kondisi yang dapat dialami oleh ibu hamil dan menjadi salah satu faktor resiko terjadinya anemia. Protein merupakan makronutrien yang berperan dalam transportasi dan penyimpanan zat besi. Selain itu, penyerapan zat besi di usus halus juga dibantu oleh protein karier. Jumlah protein yang diserap bergantung dari mutu protein. Mutu protein ditentukan oleh jenis dan proporsi asam amino yang dikandungnya. Protein yang bermutu tinggi berasal dari hewani kecuali gelatin. Protein hewani seperti daging, ikan dan unggas bertindak sebagai *Meat fish poultry factor* (MFP factor) yang berperan dalam meningkatkan zat besi non heme. Zat besi pada hewani tersebut lebih tinggi penyerapannya yaitu 20 – 30 %, sedangkan dari sumber nabati hanya 1 - 6%.

Kebutuhan asam folat pada wanita hamil meningkat dari normal. Kebutuhan asam folat pada wanita usia subur dan ibu hamil sekitar 400 - 600 mikrogram per hari (0,4-0,6 mcg/hari). Asam folat sangat berperan penting pada fase awal pembentukan janin, yaitu pada fase pembentukan sistem saraf pusat.

Pada pasien yang ingin hamil, perlu dilakukan edukasi preconsepsi mengenai konsumsi asam folat selama kehamilan. Suplementasi asam folat preconsepsi dapat menurunkan angka kejadian anemia dalam kehamilan, menurunkan resiko untuk terjadinya preeklamsia bagi ibu dan menurunkan angka terjadinya *neural tube defects* (Goetzl, 2017), menurunkan efek teratogenik pada janin bagi ibu dalam pengobatan anti kejang, mencegah terjadinya hambatan pertumbuhan janin, dan menurunkan risiko terjadinya autisme (Moussa, H. N., *et al*, 2016).

Penambahan asam folat pada masa kehamilan sangat penting selain dapat mencegah terjadinya kecacatan pada bayi, dapat juga mengurangi berbagai risiko yang terjadi misalnya preeklamsia. Angka kecukupan sehari asam folat di Indonesia yang dianjurkan bagi ibu hamil adalah 400 mikrogram per hari (Sutrisminah dan Nasriyah, 2011).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka dapat diambil rumusan masalah :

Bagaimana asupan protein dan asam folat pada ibu hamil anemia di wilayah lokus stunting di Kabupaten Kulon Progo?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui asupan protein dan asam folat pada ibu hamil anemia di wilayah lokus stunting di Kabupaten Kulon Progo.

2. Tujuan Khusus

a) Diketuainya asupan protein pada ibu hamil.

- b) Diketuainya asupan asam folat pada ibu hamil.
- c) Diketuainya kaitan asupan protein dengan asam folat, pada ibu hamil anemia.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian tentang asupan protein dan asam folat pada anemia ibu hamil di wilayah lokus stunting di Kabupaten Kulon Progo adalah penelitian gizi dibidang Gizi Masyarakat.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi peneliti

Menambah wawasan dan informasi tentang asupan protein dan asam folat pada anemia ibu hamil.

- b. Bagi peneliti lain

Untuk menambah pengetahuan penelitian selanjutnya tentang hal – hal yang berkaitan dengan asupan protein dan asam folat pada anemia ibu hamil.

2. Manfaat Praktis

Bagi masyarakat/ ibu hamil:

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

F. Keaslian Penelitian

Penelitian Tentang Kajian Asupan Protein dan Asam Folat pada Anemia Ibu Hamil di wilayah lokus stunting di Kabupaten Kulon Progo.

1. Hening Kinasih Wahani. 2016 “ Asupan Protein dan Zat Besi dengan Status Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Godean II Sleman.” Lokasi penelitian ini berada di wilayah kerja Puskesmas Godean II. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu menggunakan *Food Recall* 24 jam. Persamaan dengan penelitian ini adalah variabel bebas yang diteliti yaitu variabel protein, jenis penelitiannya *cross sectional*. Perbedaan dengan penelitian ini adalah variabel yang digunakan pada teknik pengumpulan data yaitu menggunakan metode *Food Recall* 24 jam, tempat dan waktu penelitian.
2. Vivin Fitriana Dayanti. 2018 “ Kajian Asupan Zat Besi, Asam Folat, Vitamin C, dan Status Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Ngemplak II Sleman”. Lokasi penelitian ini berada di wilayah kerja Puskesmas Ngemplak II. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu menggunakan *Food Recall* 24 jam. Persamaan dengan penelitian ini adalah variabel bebas yang diteliti yaitu variabel asam folat, jenis penelitiannya *cross sectional*. Perbedaan dengan penelitian ini adalah variabel yang digunakan pada teknik pengumpulan data yaitu menggunakan metode *Food Recall* 24 jam, tempat dan waktu penelitian.

3. Prisilia Pineng. 2015. “ Hubungan Antara Asupan Protein Dengan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Ranouut Kota Manado. Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan pendekatan penelitian *cross sectional*. Variabel bebas pada penelitian ini yaitu asupan protein ibu hamil dan variabel terikat yaitu kadar hemoglobin. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Ranouut Kota Manado pada bulan September – Oktober 2014. Populasi dalam penelitian ini ialah seluruh ibu hamil trimester III yang datang memeriksakan diri di Puskesmas Ranouut pada bulan September - Oktober 2014, khususnya pada saat dilaksanakan penelitian ini yang berjumlah 61 orang, sedangkan sampel pada penelitian ini yaitu total populasi yang memenuhi kriteria penelitian berjumlah 46 responden. Persmaan dengan penelitian ini adalah variabel bebas yang diteliti yaitu variabel asupan protein ibu hamil. Perbedaan dengan penelitian ini adalah jenis penelitian yang digunakan yaitu obervasional analitik.