

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan suatu proses bersatunya sperma dari laki-laki dan ovum dari perempuan. Lamanya seorang perempuan hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari), yang dihitung dari hari pertama haid terakhir (Fitriani, Istri, Wiwin 2013). Ibu hamil adalah salah satu kelompok paling rawan kekurangan gizi, karena pada saat kehamilan terjadi peningkatan kebutuhan asupan zat gizi untuk pemenuhan kebutuhan ibu dan janin. Salah satu masalah gizi yang sering terjadi pada ibu hamil adalah anemia.

Anemia zat gizi besi (Fe) adalah defisiensi mineral yang paling banyak diderita di seluruh dunia dan merupakan masalah gizi utama di Indonesia. Anemia zat gizi besi (Fe) sering terjadi pada wanita usia subur (WUS) dan prevalensinya terus meningkat di negara sedang berkembang dimana terdapat 36% dari penduduk yang berjumlah 3800 juta orang di negara berkembang sedang mengalami anemia jenis ini. Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin, hemotokrit dan jumlah sel darah merah lebih rendah dari nilai normal untuk kelompok orang berdasarkan usia dan jenis kelamin. Anemia gizi adalah merupakan keadaan anemia yang disebabkan oleh kekurangan satu macam atau lebih zat gizi yang diperlukan untuk proses pembentukan darah (Citerawati, dkk 2017). Pada kehamilan

anemia diartikan sebagai penurunan kadar hemoglobin, yaitu <11 g/dl selama kehamilan.

Berdasarkan data WHO tahun 2011 angka prevalensi anemia ibu hamil di dunia sebesar 38%. Secara berturut-turut prevalensi anemia tertinggi terdapat di kawasan benua Afrika 44.6% dan Asia yaitu 39.3%. Di Asia tenggara angka prevalensi anemia ibu hamil adalah yang tertinggi dibandingkan dengan benua Asia yang 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 angka anemia pada ibu hamil pernah mengalami penurunan yaitu pada tahun 2011 sebesar 25.9% menjadi 24.33% pada tahun 2012.

Penyebab utama anemia adalah kurangnya zat gizi pada ibu hamil yang berperan dalam pembentukan hemoglobin dalam darah, yaitu zat besi, protein, vitamin B12, vitamin C dan asam folat. Vitamin B12 berfungsi untuk menaktifkan asam folat dan metabolisme sel, terutama sel-sel saluran cerna, sumsum tulang dan jaringan saraf. Asam folat berfungsi dalam metabolisme asam amino yang diperlukan dalam pembentukan sel darah merah (Mahenaz & Ismail 2011).

Zat besi sangat dibutuhkan oleh ibu hamil untuk mencegah terjadinya anemia dan menjaga kesehatan dan pertumbuhan janin secara optimal. Kementerian Kesehatan menganjurkan ibu hamil mengonsumsi paling sedikit 90 pil zat besi selama kehamilannya. Prevalensi konsumsi zat besi dan variasi jumlah asupan zat besi ibu hamil selama masa kehamilan di Indonesia sebesar

89,1% terdapat 33,3% mengonsumsi minimal 90 hari selama kehamilan (Risksdas, 2013).

Vitamin C dapat membantu meningkatkan penyerapan zat besi, selain itu berfungsi sebagai pembentukan hemoglobin dalam darah. Meningkatnya kadar hemoglobin dalam darah maka asupan makanan dan oksigen dalam darah dapat diedarkan ke seluruh jaringan tubuh yang akhirnya dapat membantu kelangsungan hidup dan pertumbuhan janin (Fatimah, 2011).

Tingginya angka kejadian anemia mencapai 40% lebih pada trimester ketiga mengindikasikan bahwa tidak hanya salah satu zat gizi yang menyebabkan anemia tetapi kekurangan zat besi, asam folat, serta defisiensi mikronutrien lain berkontribusi terhadap metabolisme zat besi dalam tubuh (Zeng et al, 2008 dalam Wahyuningsih 2016). Kebutuhan asupan gizi zat besi terbesar terjadi pada trimester akhir kehamilan dimana janin menyimpan zat besi sebagai cadangan dalam tubuhnya. Ketidakcukupan zat besi akan menyebabkan kekurangan Hb dalam darah yang diperlukan untuk membawa oksigen kepada janin dan sel ibu hamil (Fikawati dkk, 2015 dalam Yunita 2017).

Hasil penelitian Setyawati, Ba'ul dan Ahmad Syauqy (2014) menunjukkan asupan zat besi dari kelompok anemia ibu hamil trimester III yang berada dalam kategori cukup hanya sebanyak 1 responden (0,04%) dari 23 responden dan dari kelompok tidak anemia seluruh responden yang berjumlah 23 berada dalam kategori kurang. Untuk asupan asam folat baik dari kelompok anemia dan tidak anemia seluruh subyek sejumlah 46 berada

dalam kategori kurang. Hasil penelitian Eko, dkk (2012) menunjukkan rata - rata (63%) ibu hamil trisemester III mengalami anemia, pola makan ibu hamil trisemester III rata - rata (65%) tidak sehat (Reihana, 2016). Hasil yang sama juga didapatkan dari hasil penelitian Fatimah, dkk (2011) di Kabupaten Maros ditemukan anemia gizi sebesar 79,4 % dengan jumlah asupan protein, vitamin C, vitamin B6, zat besi dan zink juga dibawah AKG.

Hasil data survey pendahuluan yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sleman data cakupan anemia ibu hamil tahun 2016 di Kabupaten Sleman prosentase terbanyak ibu hamil yang anemia ke dua setelah Puskesmas Prambanan yaitu daerah Puskesmas Ngemplak II Sleman yaitu sebesar 17,15%. Pada tahun 2017 sudah di lakukan penelitian ibu hamil yang mengalami anemia di wilayah Puskesmas Prambanan, maka dari itu berdasarkan fenomena masalah tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Kajian Asupan Zat Besi, Asam Folat, Vitamin C dan Status Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Ngemplak II Sleman.

B. Rumusan Masalah

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

Apakah asupan zat besi, asam folat dan vitamin C ibu hamil di Puskesmas Ngemplak II Sleman sudah sesuai dengan kecukupan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui asupan zat besi, asam folat, vitamin C dan status anemia pada ibu hamil di Puskesmas Ngemplak II Sleman.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya asupan zat besi pada ibu hamil.
- b. Diketuainya asupan asam folat pada ibu hamil.
- c. Diketuainya asupan vitamin C pada ibu hamil.
- d. Diketuainya status anemia pada ibu hamil.
- e. Diketuainya kaitan asupan zat besi, asam folat, vitamin C dan status anemia pada ibu hamil.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup dari penelitian tentang Asupan Zat Besi, Asam Folat, Vitamin C dan Status Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Ngemplak II Sleman adalah penelitian gizi dibidang Gizi Masyarakat.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Bagi peneliti

Menambah wawasan pengetahuan dan informasi tentang asupan zat besi, asam folat, vitamin C dan status anemia pada ibu hamil.

b. Bagi peneliti lain

Untuk menambah pengetahuan peneliti selanjutnya tentang hal-hal yang berkaitan dengan asupan zat besi, asam folat, vitamin C dan status anemia pada ibu hamil.

2. Manfaat praktis

Bagi Masyarakat/Ibu Hamil

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

F. Keaslian Penelitian

Penelitian Tentang Asupan Zat Besi, Asam Folat, Vitamin C dan Status Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Ngemplak II Sleman terdapat persamaan dan perbedaan dengan penelitian sebelumnya. Adapun penelitian tersebut :

1. Dyah Nurul Ihsani, 2017. “Kajian Asupan Protein, Zat Besi, Tembaga, Vitamin C dan Konsumsi Sumber Tanin dengan Kadar HB Ibu Hamil di Puskesmas Prambanan Sleman”. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif dengan desain *crosssectional*. Lokasi penelitian ini yaitu di wilayah kerja Puskesmas Prambanan. Pengambilan sampel menggunakan *total sampling*. Persamaan dengan penelitian ini yaitu variabel bebas yang diteliti yaitu variabel asupan zat besi dan asupan vitamin C dan jenis penelitian dengan *cross sectional* dan teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu menggunakan *Food Frequency* semi kuantitatif..

Perbedaan penelitian ini adalah subyek yang akan diteliti serta tempat dan waktu penelitian.

2. Hening Kinasih Wahani. 2016. “Asupan Protein dan Zat Besi dengan Status Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Godean II Sleman”. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif dengan desain *cross sectional*. Lokasi penelitian ini yaitu 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 zat besi, jenis penelitiannya *cross sectional*. Perbedaan dengan penelitian ini adalah variabel yang digunakan yaitu pada teknik pengumpulan data yaitu menggunakan metode *Food Recall* 24 jam dan subyek yang akan diteliti serta tempat dan waktu penelitian.