

## **BAB I. PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Ibu hamil merupakan salah satu kelompok rawan gizi karena terjadi peningkatan kebutuhan zat gizi untuk memenuhi kebutuhan ibu dan janin yang dikandung. Pola makan yang salah pada ibu hamil dapat membawa dampak terhadap gangguan gizi diantaranya yaitu anemia, penambahan berat badan yang kurang pada ibu hamil dan gangguan pertumbuhan janin (Fatimah, 2013)

Menurut definisi, anemia adalah berkurangnya jumlah sel darah merah (SDM) hingga dibawah nilai normal, menurunnya kuantitas hemoglobin dan berkurangnya volume *packed red blood cells* (hematokrit) per 100 ml darah. Dengan demikian, anemia bukan suatu diagnosis melainkan suatu cerminan perubahan patofisiologi yang mendasar yang diuraikan melalui anamnesa yang seksama, pemeriksaan fisik dan konfirmasi laboratorium (Price, 2005).

Anemia dalam kehamilan yang paling sering ditemukan yaitu anemia gizi besi (Fe). Tingginya prevalensi anemia pada ibu hamil dapat memberikan dampak negatif terhadap janin yang dikandung dan ibu pada masa kehamilan, persalinan maupun nifas diantaranya akan lahir bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR), prematur, pendarahan post partum dan lain-lain. Secara morfologis, keadaan ini diklasifikasikan sebagai anemia mikrositik hipokromik dengan penurunan kuantitatif sintesis hemoglobin. Defisiensi besi merupakan penyebab utama anemia di dunia terutama sering dijumpai pada perempuan usia subur, disebabkan oleh kehilangan darah sewaktu menstruasi dan peningkatan kebutuhan besi selama kehamilan (Price, 2005)

Penyebab utama anemia defisiensi zat besi (Fe) khususnya di negara berkembang adalah akibat konsumsi gizi yang tidak memadai. Banyak orang bergantung hanya pada makanan nabati yang memiliki absorpsi zat besi (Fe) yang buruk dan terdapat beberapa zat dalam makanan tersebut yang mempengaruhi absorpsi besi. Penyebab lain anemia defisiensi besi pada ibu hamil yaitu gangguan absorpsi usus, perdarahan akut atau kronis dan meningkatnya kebutuhan zat besi (Ojofeitimi, 2008).

Tablet tambah darah adalah suplemen yang mengandung zat besi. Suplementasi tablet zat besi adalah pemberian zat besi folat yang berbentuk tablet. Tiap tablet 60 mg besi elemental dan 0,25 mg asam folat yang diberikan oleh pemerintah pada ibu hamil untuk mengatasi masalah anemia gizi besi. Suplementasi zat besi ini dapat memperbaiki status Hb dalam tubuh dalam waktu relatif singkat. Di Indonesia tablet besi yang digunakan yaitu *Ferrous Sulfat*. Senyawa ini tergolong murah dan dapat diabsorpsi sampai 20% (Soebroto, 2009).

Status gizi merupakan hal yang penting diperhatikan selama kehamilan karena faktor gizi sangat berpengaruh terhadap status kesehatan ibu guna pertumbuhan dan perkembangan janin. Menurut Mitayani (2010), gizi pada saat kehamilan adalah zat makanan atau menu yang takaran semua zat gizinya dibutuhkan oleh ibu hamil setiap hari dan mengandung zat gizi seimbang dengan jumlah sesuai kebutuhan dan tidak berlebihan. Kondisi kesehatan ibu sebelum dan sesudah hamil sangat menentukan kesehatan ibu hamil, sehingga demi suksesnya kehamilan keadaan gizi ibu pada waktu konsepsi harus dalam keadaan baik dan selama hamil harus mendapat tambahan energi, protein, vitamin dan mineral (Kusmiyati, 2010).

Adapun beberapa zat gizi yang mempengaruhi asupan Fe adalah protein, vitamin C, zinc. Menurut penelitian yang dilakukan Tadete dkk (2012), tingkat penyerapan zat besi terutama zat besi dari sumber nabati adalah rendah, yang diserap yaitu hanya 1-2%.

Vitamin C menghambat pembentukan hemosiderin yang sukar di mobilisasi untuk membebaskan besi bila diperlukan. Adanya vitamin C dalam makanan yang dikonsumsi memudahkan reduksi zat besi ferri dan ferro yang lebih mudah diserap usus halus. Absorpsi zat besi dalam bentuk non heme meningkat empat kali lipat bila ada vitamin C (Almatsier, 2009).

Menurut Linder (2006) menyatakan bahwa zinc juga dapat mempengaruhi metabolisme besi. Zinc berinteraksi dengan besi baik secara langsung maupun tidak langsung. Interaksi tidak langsung antara zinc dan besi dapat terjadi melalui peran zinc dalam sintesis berbagai protein termasuk protein pengangkut besi yaitu transferin. Peranan zinc bekerja hampir pada semua metabolisme tubuh, dalam

pembentukan sel darah merah dengan membantu enzim karbonik anhidrase esensial untuk menjaga keseimbangan asam basa. Zinc membantu enzim karbonik anhidrase merangsang produksi HCl lambung yang mampu meningkatkan kadar hemoglobin.

Menurut Depkes RI, 2005 mengatakan bahwa anemia merupakan masalah gizi mikro terbesar dan sulit diatasi diseluruh dunia. Diketahui bahwa 10% - 20% ibu hamil di dunia menderita anemia. Di dunia ada 34% kejadian anemia pada ibu hamil dimana 75% berada di negara sedang berkembang. Prevalensi anemia pada ibu hamil di negara berkembang sebesar 43% dan 12% pada wanita hamil di negara maju.

Menurut data WHO (2005) prevalensi anemia pada ibu hamil secara global mencapai 41,8% atau sekitar 56 juta ibu hamil. WHO menyebutkan bahwa 50% anemia pada ibu hamil disebabkan karena defisiensi zat besi. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi. Hal ini ditunjukkan oleh data dari World Bank Indonesia bahwa 63% ibu hamil di Indonesia mengidap anemia. Hal itu diperkuat dengan data Riskesdas (2007) yang menunjukkan bahwa 24,5% wanita usia subur menderita anemia pada saat kehamilannya (Rahmawati, 2012).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) prevalensi anemia gizi ibu hamil di Indonesia pada tahun 2007 sebesar 33,8% dan meningkat pada tahun 2013 sebesar 37,1%. Ibu hamil dengan kadar hemoglobin kurang dari 11,0 gr/dl dengan proporsi yang hampir sama antara kawasan perkotaan sebesar 36,4% dan pedesaan sebesar 37,8%. Hasil kajian pemantauan konsumsi gizi masyarakat yang dilakukan Departemen Kesehatan RI menunjukan asupan zat besi masyarakat Indonesia hanya bekisar antara 70% dari Angka Kecukupan Gizi (AKG) (Depkes, 2005).

Menurut data dari Puskesmas Mangli Jember pada tahun 2013 didapatkan jumlah ibu hamil sebesar 489 orang. Dari jumlah ibu hamil tersebut yang mengalami anemia sebesar 201 kasus (40,36%) dari target yaitu sebesar < 10%. Pada bulan juli tahun 2015 didapatkan jumlah ibu hamil sebesar 122 orang. Dari jumlah ibu hamil tersebut yang mengalami anemia sebanyak 82 orang (67,21%).

Oleh karena itu, selama hamil ibu memerlukan banyak zat gizi untuk tumbuh kembang bayi karena makanan ibu hamil dibutuhkan untuk dirinya dan janin yang dikandung. Konsumsi suplementasi tablet tambah darah (TTD) juga dibutuhkan agar bayi yang dilahirkan tidak lahir prematur, BBLR, pendarahan post partum dan lain-lain (Price, 2005).

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Perbedaan Asupan zat gizi dan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Anemia Dengan Dan Tanpa Konsumsi Tablet Fe di Puskesmas Mangli Jember”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dari penelitian ini adalah :

Bagaimana perbedaan asupan zat gizi dan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia yang mengkonsumsi dan yang tidak mengkonsumsi tablet Fe.

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum :**

Untuk mengetahui perbedaan asupan zat gizi dan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia yang mengkonsumsi dan yang tidak mengkonsumsi tablet Fe.

### **1.3.2 Tujuan Khusus :**

- a. Menganalisis karakteristik responden meliputi usia, tingkat pendidikan, jenis pekerjaan.
- b. Menganalisis perbedaan asupan zat gizi Fe antara ibu hamil anemia yang mengkonsumsi dan tidak mengkonsumsi tablet Fe.
- c. Menganalisis perbedaan asupan zat gizi protein antara ibu hamil anemia yang mengkonsumsi dan tidak mengkonsumsi tablet Fe.
- d. Menganalisis perbedaan asupan zat gizi vitamin C antara ibu hamil anemia yang mengkonsumsi dan tidak mengkonsumsi tablet Fe.
- e. Menganalisis perbedaan asupan zat gizi zinc antara ibu hamil anemia yang mengkonsumsi dan tidak mengkonsumsi tablet Fe.

- f. Menganalisis perbedaan kadar hemoglobin antara ibu hamil anemia yang mengonsumsi dan tidak mengonsumsi tablet Fe.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

- a. Bagi masyarakat

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi tentang pentingnya memperhatikan asupan zat besi dan pemeriksaan kadar hemoglobin secara dini bagi ibu hamil untuk mencegah anemia.

- b. Bagi tenaga kesehatan

Penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk memperbaiki status gizi dan kadar Hb ibu hamil yang mengalami anemia.

- c. Bagi ibu hamil

Penelitian ini dapat dijadikan referensi tentang pentingnya konsumsi tablet tambah darah bagi ibu hamil yang menderita anemia.

- d. Bagi peneliti

Penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk penelitian lebih lanjut.