

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Angka kematian ibu (AKI) adalah salah satu indikator yang dapat menggambarkan kesejahteraan masyarakat di suatu negara. Menurut data world Health Organization (WHO), angka kematian ibu di dunia pada tahun 2018 adalah 216 per 100.000 kelahiran hidup atau diperkirakan jumlah kematian ibu adalah 303.000 kematian dengan jumlah tertinggi berada di negara berkembang yaitu sebesar 302.000 kematian. Angka kematian ibu di negara berkembang 20 kali lebih tinggi dibandingkan angka kematian ibu di negara maju yaitu 239 per 100.000 kelahiran hidup sedangkan di negara maju hanya 12 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2015 (DKRI. 2017). Di negara-negara sedang berkembang berkisar antara 750-1000 per 100.000 kelahiran hidup.

Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2017, menyatakan bahwa AKI sebesar 4.912 kasus. Angka kematian ibu di indonesia termasuk tinggi di antara negara-negara ASEAN. Berdasarkan Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI). Kematian ibu di Indonesia tahun 2016 masih di dominasi oleh 3 penyebab utama kematian yaitu perdarahan sebesar 30,13 %, hipertensi dalam kehamilan sebesar 27,1%, dan infeksi sebesar 7,3%. Dengan demikian kebutuhan makronutrien (protein, lemak, dan karbohidrat) dan mikronutrien (besi, asam folat, zinc, vitamin, mineral dan lainnya) pada ibu hamil per dipenuhi sesuai dengan standar Angka Kecukupan Gizi (AKG).

Angka kematian ibu hamil saat ini masih tinggi salah satunya karena anemia selama kehamilan. Keberhasilan program pemberian tablet Fe yang dilakukan pemerintah untuk mengatasi anemia sangat berhubungan dengan kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe tetapi masih ada ibu hamil yang kurang patuh karena kurang mengerti manfaat tablet

Fe, malas untuk mengonsumsi tablet Fe yang dapat mengakibatkan mual, dan lupa karena tidak diingatkan (Alifah NR, 2016). Ibu hamil dengan anemia karena kekurangan zat besi yang disebabkan karena kurangnya mengonsumsi tablet Fe saat hamil, mengonsumsi suplemen zat besi bisa mengurangi risiko bayi lahir berat badan rendah serta anemia, meningkatkan kekebalan tubuh dan mencegah anemia pada ibu hamil (Kamidah, 2015). Oleh karenanya, ibu hamil membutuhkan nutrisi baik makronutrien maupun mikronutrien yang lebih untuk kesehatan tubuh dan perkembangan janinnya. Mikronutrien adalah zat yang penting dalam kesehatan tubuh, namun tubuh hanya memerlukan dalam jumlah yang sedikit. Zat termasuk dalam mikronutrien yaitu vitamin dan mineral. Sedang makronutrien adalah zat yang diperlukan oleh tubuh dalam jumlah yang besar untuk memberikan tenaga secara langsung bagi tubuh.

Ibu hamil memiliki kebutuhan energi, nutrisi dan zat gizi yang lebih banyak. Peningkatan energi, nutrisi dan zat gizi diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin, penambahan besarnya organ kandungan, perubahan komposisi dan metabolisme tubuh ibu. Kekurangan gizi pada ibu hamil akan dapat mempengaruhi pertumbuhan janin dan akan menimbulkan terjadinya keguguran, abortus, bayi lahir mati, kematian neonatal, asfiksia intra partum (mati dalam kandungan), cacat bawaan, anemia pada bayi (Marlenywati. 2018).

Nutrisi merupakan faktor penting yang mempengaruhi tumbuh kembang janin sejak awal kehidupan, karena adanya nutrisi yang tepat dan seimbang mendukung pertumbuhan otak, sistem daya tahan tubuh dan pertumbuhan janin sejak dalam kandungan agar tetap optimal. Nutrisi untuk ibu hamil sangat bermanfaat untuk mendukung proses pertumbuhan organ dan mendukung proses kehamilan, proses metabolisme zat gizi dan mendukung kondisi fetus dan neonatus (Puspitasari, M.T. 2018).

Kebutuhan energi ibu selama hamil meningkat dari kebutuhan energi normal karena terjadi peningkatan laju metabolik basal dan peningkatan berat badan. Energi yang diperlukan ibu hamil ± 80.000 kkal (± 300 kkal ekstra per hari) selama 9 bulan kehamilan untuk dapat melahirkan bayi yang sehat (Susilowati, 2016). Hal ini berdasarkan firman Allah yang dijelaskan dalam Al-Quran surah 'Abasa ayat 24:

فَلْيُذْطِرْ الْإِنْسَانُ إِلَىٰ طَعَامِهِ

Artinya: *Maka hendaklah manusia itu memperhatikan makanannya.*

Asupan nutrisi yang dibutuhkan ibu hamil pada tiap trimesternya berbeda-beda untuk memenuhi perkembangan ibu dan janin selama kehamilan. Pada trimester 1 yakni usia kandungan 1 hingga 12 minggu terjadi massa blastosis, perkembangan embrio, pembentukan plasenta, dan pembentukan organ utama maka nutrisi yang dibutuhkan yaitu energi, asam folat, zat besi dan protein. Pada trimester ke 2 usia janin memasuki usia sekitar 13 hingga 27 minggu yang dimana kondisi janin sudah mulai bergerak dan bernafas, perkembangan organ utama serta pembentukan organ pendukung sehingga janin membutuhkan energi, kalsium, vitamin D, DHA dan protein. Trimester ke 3 usia janin sudah memasuki minggu ke 28 hingga 40 sehingga terjadi perubahan pada peningkatan lemak dan otot, kesiapan organ sampai penyimpanan cadangan nutrisi (Aritonang, 2018).

Kekurangan energi secara kronis menyebabkan ibu hamil tidak mempunyai cadangan zat gizi yang adekuat untuk menyediakan kebutuhan ibu dan janin karena ada perubahan hormon dan meningkatnya volume darah untuk pertumbuhan janin. Hal ini akan menyebabkan suplai zat gizi pada janin berkurang sehingga pertumbuhan dan perkembangan janin terhambat yang berakibat terhadap rendahnya bobot bayi. Akibat lain dari kurangnya energi kronis pada ibu hamil menyebabkan kerusakan struktur susunan saraf pusat terutama pada tahap pertama

pertumbuhan otak (hiperplasia) yang terjadi selama dalam kandungan (Ernawati, 2017). Oleh karena itu, ibu hamil dan keluarga harus mengetahui nutrisi yang tepat bagi ibu hamil untuk memenuhi kesehatan ibu dan janin selama kehamilan.

B. Pertanyaan Review

Berdasarkan uraian latar belakang dan *literature review* di atas, maka peneliti merumuskan pertanyaan *review* sebagai berikut:

1. Bagaimanakah nutrisi pada ibu hamil?

C. Tujuan

Tujuan peneliti melakukan penelitian ini yaitu untuk mengetahui nutrisi pada ibu hamil.

D. Manfaat

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti dapat menambah wawasan, pengetahuan, dan pengalaman khususnya mengenai nutrisi pada ibu hamil

2. Bagi Ibu Hamil

Manfaat untuk ibu hamil adalah agar mengetahui asupan nutrisi yang tepat selama kehamilan.

3. Bagi Perawat

Dapat digunakan sebagai acuan untuk edukasi guna meningkatkan keberhasilan nutrisi pada ibu hamil.

4. Pelayanan Kesehatan

Menjadi sumber referensi yang dapat dijadikan acuan dalam melakukan kebijakan pada program kesehatan yang akan diberikan kepada ibu hamil terkait pemenuhan nutrisi bagi ibu hamil.