

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Kehamilan menyebabkan berbagai perubahan dalam tubuh ibu, termasuk peningkatan kebutuhan zat besi. Selama kehamilan tubuh ibu harus mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin, pembentukan plasenta, serta peningkatan volume darah dan massa sel darah merah (Marleni & Savita, 2024). Oleh karena itu, ibu hamil memerlukan asupan zat besi yang lebih tinggi dibandingkan sebelum hamil. Jika kebutuhan zat besi tidak terpenuhi secara optimal, pembentukan hemoglobin dapat terganggu sehingga menyebabkan penurunan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah dan meningkatkan risiko terjadinya anemia pada ibu hamil (Farhan & Dhanny, 2021). Anemia pada kehamilan didefinisikan sebagai keadaan ketika kadar hemoglobin berada di bawah 11 g/dL pada trimester I dan III, serta kurang dari 10,5 g/dL pada trimester II (Kemenkes, 2023).

Anemia pada ibu hamil masih menjadi salah satu masalah kesehatan global yang hingga saat ini menjadi tantangan dan beban kesehatan masyarakat di berbagai negara. Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2023, prevalensi anemia pada ibu hamil secara global tercatat sebesar 35,5 % dari wanita hamil. Angka tersebut lebih tinggi dibandingkan anemia pada wanita tidak hamil sebesar 30,7%. Bahkan sekitar 80% negara didunia masih memiliki beban anemia kategori sedang hingga berat pada ibu hamil. Wilayah Asia

Tenggara berada di urutan kedua dengan angka tertinggi anemia pada ibu hamil sebesar 42.1%. Prevalensi tersebut menunjukkan bahwa anemia pada ibu hamil di dunia cukup tinggi (WHO, 2023).

Anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan di negara berkembang seperti Indonesia. Angka anemia pada ibu hamil di Indonesia tergolong tinggi meskipun menunjukkan penurunan dalam beberapa tahun terakhir. Berdasarkan Riskesdas pada tahun 2018 prevalensi anemia pada ibu hamil mencapai 48,9%, sedangkan pada Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 mencapai angka 27,7%. Di beberapa provinsi angka anemia pada ibu hamil cukup tinggi, di Aceh sekitar 40,4 %, sedangkan di Bengkulu sekitar 44,2% dan Kalimantan Selatan 45,0%, Tingginya prevalensi tersebut menunjukkan bahwa anemia pada ibu hamil masih menjadi permasalahan yang perlu mendapat perhatian serius di Indonesia.

Anemia pada ibu hamil di Provinsi Sumatera Barat berdasarkan laporan Dinas Kesehatan tahun 2023, prevalensi anemia pada ibu hamil yaitu 35,2%. Kejadian anemia pada ibu hamil terjadi di 19 Kabupaten/Kota di Sumatera Barat termasuk Kota Padang. Anemia menjadi penyebab komplikasi kehamilan tertinggi di Kota Padang. Pada tahun 2023, angka anemia pada ibu hamil 1.788 kasus atau sekitar 50,84%, sedangkan pada tahun 2024 naik menjadi 1.977 kasus atau sekitar 56,7%. Survei Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2024 menunjukkan tiga wilayah kerja puskesmas dengan angka anemia pada ibu hamil tertinggi yaitu Puskesmas Pegambiran sebanyak 214 kasus,

Puskesmas Pauh 176 kasus, dan Puskesmas Air Dingin sebanyak 140 kasus (Dinkes Kota Padang, 2024). Hal ini menunjukkan bahwa masalah anemia pada ibu hamil masih menjadi perhatian dan perlu penanganan bersama.

Anemia pada ibu hamil dapat menimbulkan dampak yang merugikan bagi ibu dan janin. Pada ibu, anemia dapat menyebabkan kelelahan, kelesuan, mengganggu kemampuan fisik dan kinerja tubuh, meningkatkan risiko terjadinya komplikasi kehamilan seperti abortus, persalinan premature, infeksi, ancaman dekompensasi jantung jika Hb kurang dari 6,0 g/dL, serta dampak lain yang lebih parah perdarahan postpartum yang dapat mengakibatkan kematian. Anemia pada ibu hamil juga menimbulkan dampak psikososial seperti kelelahan kronis, penurunan energi, dan gangguan suasana hati yang beresiko meningkatkan stress dan kecemasan selama kehamilan serta menurunnya kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari (Inayah et al., 2025).

Dampak pada janin, anemia berhubungan dengan peningkatan risiko kematian intrauterin, berat badan lahir rendah (BBLR), kelahiran prematur, serta gangguan kesehatan neonatal seperti asfiksia dan morbiditas perinatal. Selain itu, rendahnya kadar hemoglobin pada ibu dapat menyebabkan penurunan suplai oksigen ke janin yang berimplikasi pada gangguan pertumbuhan dan perkembangan (Shi et al., 2022). Dari dampak yang ditimbulkan anemia saat kehamilan perlunya perhatian khusus dan penatalaksanaan yang dapat mengurangi anemia pada ibu hamil.

Sebagai upaya menurunkan kejadian anemia pada ibu hamil, pemerintah Indonesia melalui Kementerian Kesehatan telah melaksanakan berbagai program pencegahan dan penatalaksanaan yang terintegrasi dalam pelayanan antenatal care. Intervensi utama yang sudah diimplementasikan sejak tahun 1990 yaitu pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) minimal 90 tablet selama masa kehamilan, disertai edukasi mengenai konsumsi makanan bergizi seimbang, pemantauan status gizi ibu, serta pemeriksaan kadar hemoglobin secara berkala pada kunjungan kehamilan (Kemenkes, 2020). Meskipun program tersebut telah berjalan sudah cukup lama, kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia masih menjadi tantangan, sehingga diperlukan evaluasi berkelanjutan serta penguatan kepatuhan ibu hamil terhadap intervensi yang telah diberikan.

Anemia pada ibu hamil dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko yang dapat dikelompokkan menjadi faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor langsung merupakan faktor yang berhubungan secara langsung dengan pembentukan hemoglobin dan status zat besi dalam tubuh, seperti asupan zat besi, penyakit infeksi, perdarahan, serta kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah (Fe) (Arfan et al., 2024). Sementara itu, faktor tidak langsung meliputi usia ibu, paritas, usia kehamilan, tingkat pendidikan, kondisi sosial ekonomi, akses terhadap pelayanan kesehatan, gaya hidup ibu hamil, Pendidikan dan status gizi. Menurut penelitian Anggreni & Marwati, (2023) diantara beberapa faktor yang mempengaruhi anemia pada ibu hamil seperti pengetahuan, gaya

hidup, dan status gizi, didapatkan bahwa gaya hidup yang paling berpengaruh secara signifikan terhadap anemia pada ibu hamil. Gaya hidup yang kurang sehat dapat memengaruhi pemenuhan kebutuhan zat besi dan kondisi kesehatan ibu sehingga meningkatkan risiko terjadinya anemia (Rofita, 2023).

Faktor gaya hidup dapat mempengaruhi terjadinya anemia pada ibu hamil. Gaya hidup merupakan pola perilaku individu yang tercermin dalam aktivitas sehari-hari, kebiasaan makan, aktivitas fisik, istirahat, serta perilaku kesehatan lainnya yang dapat memengaruhi status kesehatan seseorang (Farhud, 2019). Pola makan yang tidak seimbang dan rendah sumber zat besi dapat menyebabkan kebutuhan zat besi selama kehamilan tidak terpenuhi sehingga meningkatkan risiko anemia. Selain itu, aktivitas fisik yang berlebihan tanpa diimbangi dengan asupan nutrisi yang adekuat dapat meningkatkan kebutuhan energi dan zat gizi, sedangkan pola stress dapat memengaruhi kondisi kesehatan ibu secara keseluruhan (Fajria et al., 2024)

Penelitian yang dilakukan oleh Rofita (2023) terhadap ibu hamil di Puskesmas Pakualam Yogyakarta, menemukan dari total responden 92 terdapat 68 ibu hamil (73,9%) yang mengalami anemia dan 60 ibu hamil (67,6%) memiliki gaya hidup yang tidak sehat. Hal ini sejalan dengan penelitian Anggreni & Marwati, (2023) yang dilakukan pada ibu hamil di Puskesmas Picung Kabupaten Pandeglang. Penelitian ini terdiri dari 85 responden ibu hamil, ditemukan bahwa terdapat 38,5% ibu hamil mengalami anemia. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa 62,7% ibu hamil dengan

gaya hidup tidak baik. Penelitian ini menjelaskan bahwa gaya hidup yang tidak sehat dapat mempengaruhi terjadinya anemia pada ibu hamil.

Namun berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati et al., (2024) yang dilakukan pada 183 ibu hamil di Semarang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada hubungan signifikan antara gaya hidup dengan anemia pada ibu hamil. Didapatkan bahwa 58,0% ibu hamil mengalami anemia dan 42,6% ibu hamil memiliki gaya hidup yang tidak sehat. Perbedaan hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa hubungan antara gaya hidup dan kejadian anemia pada ibu hamil masih memerlukan kajian lebih lanjut, terutama pada karakteristik populasi yang berbeda.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 17 Juni 2026 di Puskesmas Pegambiran Kota Padang, didapatkan data awal kasus anemia pada ibu hamil yang tercatat pada tahun 2025 sebanyak 203 kasus dari 1.145 ibu hamil, pada tahun 2026 data tiga bulan terakhir tercatat 58 kasus dari 164 ibu hamil, Berdasarkan hasil wawancara dengan petugas di ruangan KIA Puskesmas Penggambiran bahwa kasus anemia pada ibu hamil menjadi kasus paling tinggi dari pada penyakit kehamilan lainnya.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Pegambiran Kota Padang”.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu “Apakah terdapat hubungan antara gaya hidup dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Pegambiran Kota Padang ?”.

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan gaya hidup dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Pegambiran Kota Padang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran kejadian anemia ibu hamil di Puskesmas Pegambiran Kota Padang.
- b. Mengidentifikasi gambaran gaya hidup ibu hamil di Puskesmas Pegambiran Kota Padang.
- c. Mengetahui arah, kekuatan, dan hubungan gaya hidup dengan kejadian anemia ibu hamil di Puskesmas Pegambiran Kota Padang.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi Instansi Pendidikan

Penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber tambahan dalam pengembangan keilmuan maupun praktik pembelajaran, khususnya pada mata kuliah Keperawatan Maternitas.

2. Bagi Instansi Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada Puskesmas Pegambiran Kota Padang dan Dinas Kesehatan Kota Padang mengenai hubungan gaya hidup dengan kejadian anemia pada ibu hamil dan salah satu sumber untuk perbaikan program kesehatan selanjutnya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat memberikan landasan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti permasalahan yang sama terutama dalam mengeksplorasi hubungan gaya hidup yang dapat mempengaruhi anemia pada ibu hamil, serta menjadi tambahan sumber data baru dan pembanding untuk melakukan penelitian selanjutnya yang berkaitan.