

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Negara Indonesia merupakan negara berkembang yang masih menghadapi berbagai permasalahan gizi pada ibu hamil. Salah satunya adalah ketidakseimbangan gizi pada ibu hamil yang memiliki dampak serius pada kesehatan ibu dan perkembangan janin. Beberapa akibat yang akan timbul akibat kekurangan gizi pada ibu hamil melibatkan resiko kesehatan bagi keduanya seperti, anemia pada ibu hamil, Kekurangan Energi Kronik (KEK), komplikasi kehamilan dan persalinan, masalah kesehatan pada ibu, gangguan pertumbuhan janin, berat badan lahir rendah, stunting dan resiko gangguan kesehatan pada bayi setelah kelahiran. Oleh karena itu persiapan gizi ibu hamil hendaknya dilakukan bahkan sejak sebelum hamil (Parama Shanti,2019).

Gizi ibu hamil merupakan hal penting yang harus dipenuhi selama kehamilan. Gizi yang baik ketika kehamilan sangat membantu ibu hamil dan janin tetap sehat. Gizi seimbang mencakup asupan yang memadai dari berbagai jenis zat gizi seperti karbohidrat, protein, lemak, vitamin, dan mineral. Gizi ibu hamil memiliki peran penting dalam penurunan angka kesakitan dan kematian ibu, istilah gizi ibu mengacu pada status gizi seorang ibu selama periode wanita usia subur yang secara berkala dapat mempengaruhi kesehatan janin dan bayinya. Status gizi seorang wanita selama kehamilan merupakan masa paling kritis karena mal zat gizi yang terjadi pada ibu.

Gizi seimbang merujuk pada konsep pola makan yang memastikan asupan nutrisi yang adekuat dan seimbang, yang diperlukan untuk mendukung kesehatan tubuh dan fungsi organ-organ. Gizi seimbang pada ibu hamil, lebih menekankan pada kebutuhan nutrisi khusus yang diperlukan selama masa kehamilan. Gizi seimbang pada ibu hamil mempertimbangkan kebutuhan nutrisi tambahan yang timbul selama kehamilan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin, serta memenuhi kebutuhan energi tambahan bagi ibu hamil.

Ketidakseimbangan status gizi ibu hamil dapat disebabkan beberapa faktor, antara lain yaitu rendahnya pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi, pendapatan keluarga di bawah rata-rata, dan tidak teraturnya pola makan. Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini didapat setelah orang melakukan penginderaan terhadap objek tertentu. Perilaku yang didasarkan pengetahuan akan bertahan lebih lama dibandingkan yang tidak didasarkan pengetahuan (Notoatmodjo, 2007).

Untuk mencapai keseimbangan gizi pada ibu hamil sangat dibutuhkan Pendidikan kesehatan (*health edukasion*). Pendidikan kesehatan dapat diberikan sebelum kehamilan, pada saat kehamilan dan pada masa nifas. Dengan memberikan Pendidikan kesehatan kepada ibu hamil tentang gizi seimbang, ibu hamil yang belum paham tentang gizi seimbang dapat lebih mudah memahami gizi seimbang tersebut.

Kebiasaan makan dan kurangnya kesadaran seseorang dapat menyebabkan kurangnya asupan makanan. Pemahaman gizi yang kurang dapat mempengaruhi keputusan makan yang buruk dan berkontribusi terhadap masalah gizi. Status sosial ekonomi seseorang dalam hal ini pendidikan, pekerjaan, dan pengeluaran juga dapat memengaruhi kesehatannya (Lupita et Al. 2020).

Hal tersebut dapat mengakibatkan terjadinya permasalahan gizi seperti Anemia dan KEK. Terdapat hubungan antara status gizi ibu hamil dengan kejadian anemia dan kekurangan energi kronis (KEK). Kedua kondisi tersebut dapat dipengaruhi oleh asupan nutrisi yang kurang memadai selama kehamilan. Anemia pada Ibu Hamil seringkali terkait dengan defisiensi zat besi. Ibu hamil membutuhkan jumlah zat besi yang lebih tinggi untuk mendukung pertumbuhan janin dan produksi darah tambahan.

Jika asupan zat besi tidak mencukupi, ini dapat menjadi indikasi awal penyakit anemia pada ibu hamil dapat disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi. Anemia pada ibu hamil juga bisa disebabkan oleh kekurangan zat besi, vitamin B12, vitamin C, folat, dan vitamin A. Untuk menunjang pertumbuhan janin dan perubahan fisiologis selama kehamilan, ibu hamil memerlukan energi

tambahan. Kekurangan energi kronis dapat menyebabkan malnutrisi pada ibu, yang dapat berdampak buruk pada kesehatan ibu hamil dan perkembangan janin. Jika asupan protein tidak mencukupi, ini dapat mengakibatkan pertumbuhan janin yang terhambat dan meningkatkan risiko komplikasi selama kehamilan

Dalam mengatasi masalah ini, Wanita yang sedang hamil harus memastikan pola makannya cukup dan seimbang. Pemeriksaan rutin oleh tenaga kesehatan dan konsultasi dengan ahli gizi dapat membantu memantau status gizi ibu hamil dan memberikan saran mengenai pola makan yang tepat.

Pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang memiliki peranan yang penting dalam menjaga asupan nutrisi yang diperlukan ibu selama kehamilan. Pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang sangat penting karena dapat menjaga kesehatan ibu hamil dan anak. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan baik tentang gizi makanan yang seimbang, kebutuhan zat gizi, fungsi zat gizi, porsi makan, jenis makanan yang baik, dan bahan makanan yang harus dihindari akan lebih mampu menerapkan pemenuhan gizi lebih baik dari pada ibu dengan pengetahuan gizi yang kurang. Penelitian menunjukkan bahwa seorang ibu yang memiliki pengetahuan dan sikap tentang gizi yang kurang akan sangat berpengaruh terhadap status gizinya, karena pengetahuan yang baik terkait dengan penyediaan pemilihan menu yang seimbang. Pengetahuan gizi pada ibu merupakan salah satu faktor yang menentukan tumbuh kembang bayi dan balita. Edukasi gizi masa kehamilan meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang gizi seimbang pada ibu hamil untuk mencegah stunting.

Pengetahuan ibu hamil mengenai gizi seimbang mempunyai dampak terhadap gizi tersebut. Ibu hamil yang memiliki pengetahuan gizi yang baik akan lebih siap dalam menerapkan peningkatan pemenuhan gizi dan memiliki pemahaman yang lebih baik tentang kebutuhan gizi selama kehamilan. Status gizi seorang ibu akan dipengaruhi oleh sikap dan tingkat pengetahuannya terhadap gizi, karena pemilihan menu yang seimbang berkorelasi dengan pengetahuan yang baik. Pemahaman yang akurat dikombinasikan dengan

pengetahuan akan mendorong perilaku baru yang diantisipasi. Ibu hamil sebaiknya memiliki pemahaman yang mendalam mengenai nutrisi agar dapat lebih memperhatikan kesehatannya selama masa kehamilan. Hal ini meliputi konsumsi makanan untuk mencegah stunting melalui pemenuhan gizi, penyiapan makanan yang tepat untuk menjamin kandungan gizinya, dan menjaga kebersihan demi kesehatan ibu hamil.

Pengetahuan yang baik dapat berkorelasi dengan sikap maupun perilaku sehingga bisa meningkatkan implementasi gizi seimbang pada ibu hamil. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sartika (2012), kegiatan komunikasi, informasi dan edukasi gizi diperoleh peningkatan skor pengetahuan ibu balita dengan kategori baik 40%, kategori cukup menurun menjadi 45% dan sudah tidak ada yang kategori kurang. Hal ini mengindikasikan bahwa pengetahuan yang diperoleh dapat mempengaruhi sikap dan perilaku ibu balita dalam mengimplementasikan pesan gizi seimbang (PGS). Pengetahuan yang baik dapat mempengaruhi sikap dan perilaku ibu hamil dalam mengimplementasikan gizi seimbang. Kegiatan edukasi gizi yang dilakukan dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil, yang kemudian dapat mengarahkan ke arah perilaku yang lebih seimbang dan sehat.

Dengan memberikan Pendidikan kesehatan juga akan memberikan manfaat dan tujuan dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran, kemauan dan kemampuan masyarakat untuk hidup sehat. Pendidikan kesehatan dapat diartikan sebagai suatu upaya kesehatan. Pendidikan kesehatan yang bertujuan untuk menjadikan kesehatan sebagai sesuatu yang bernilai di masyarakat. Pendidikan kesehatan juga dapat menolong individu agar mampu secara mandiri atau berkelompok untuk mengadakan kegiatan dalam upaya mencapai hidup sehat.

Kabupaten Bantul merupakan salah satu kabupaten di Provinsi DIY yang memiliki status gizi buruk. Termasuk pada keadaan ibu hamil yang berada di kabupaten Bantul masih ada yang terkena penyakit anemia dan kekurangan energi kronik (KEK). Prevalensi ibu hamil yang menderita anemia di kabupaten Bantul pada tahun 2018 adalah sebesar 15,18% dan ibu hamil yang

menderita KEK di kabupaten Bantul pada tahun yang sama adalah sebesar 9,79%..

Untuk melakukan pencegahan dan penanggulangan masalah gizi pada ibu hamil, maka salah satu upaya yang dapat dilakukan yaitu melalui pendidikan kesehatan berupa pendidikan kesehatan berupa pendidikan gizi seimbang pada ibu hamil trimester I. Seperti yang diungkapkan oleh Notoadmodjo, bahwa pendidikan kesehatan merupakan sarana informasi yang sangat intensif dan juga efektif dalam usaha untuk meningkatkan aspek kesehatan yang masih tertinggal di suatu tempat (Notoadmodjo,2010). Sasaran dalam pemberian edukasi ini yaitu ibu hamil trimester 1 di Puskesmas Banguntapan 2. Peran seorang perempuan yang berkaitan dengan kedudukannya dalam memelihara kesehatan keluarga, menyiapkan makanan bergizi setiap hari dan bertanggungjawab terhadap sanitasi rumah tangga juga menciptakan pola hidup sehat jasmani,rohani dan social. Bagi ibu hamil trimester I penting bagi mereka untuk mengetahui gizi seimbang agar nutrisi ibu hamil dapat terpenuhi sehingga dapat terhindar dari berbagai permasalahan gizi (Wahyuni,2015).

Berdasarkan informasi dari bidan koordinator Puskesmas Banguntapan 2 bahwa, ibu hamil trimester I di puskesmas tersebut masih terdapat permasalahan gizi dengan ditemukan kasus pada tahun 2023 terdapat ibu hamil dengan anemia sebanyak 15 orang dan ibu hamil dengan Kekurangan Energi Kronik sebanyak 49 ibu hamil. Permasalahan gizi dapat terjadi ketika seseorang tidak memiliki pengetahuan yang baik mengenai gizi. Di Puskesmas Banguntapan 2 sudah sering memberikan pendidikan kesehatan bagi ibu hamil tentang gizi seimbang namun pemberian pendidikan kesehatan terkait gizi seimbang menggunakan media leaflet belum pernah diberikan. Oleh karena itu, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang Gizi Seimbang”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang gizi seimbang?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian Pendidikan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang gizi seimbang.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya pengetahuan dan sikap ibu hamil terhadap gizi seimbang sebelum diberikan Pendidikan kesehatan.
- b. Diketuinya pengaruh pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang gizi seimbang setelah diberikan pendidikan.

## **D. Manfaat**

### 1. Manfaat teoritis

#### a. Bagi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat bagi mahasiswa dan dapat digunakan sebagai referensi untuk menambah wawasan bagi mahasiswa program studi kebidanan khususnya tentang pengaruh Pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang gizi seimbang.

#### b. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai bahan dan masukkan atau informasi bagi peneliti tentang pengaruh Pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang gizi seimbang.

### 2. Manfaat praktis

#### a. Ibu hamil trimester I

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan pasien tentang tentang gizi seimbang.

b. Manfaat bagi penulis

Manfaat bagi penulis adalah dapat menambah wawasan dan pengetahuan penulis dan dapat secara langsung diterapkan asuhan kebidanan pada pasien dengan menerapkan teori yang ada.

3. Manfaat bagi pembaca

Manfaat bagi pembaca adalah pembaca dapat menerapkan serta meningkatkan pengetahuan pembaca tentang manfaat Pendidikan terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang gizi seimbang.

PERPUSTAKAAN  
JENDERAL ACHMAD YANI  
UNIVERSITAS YOGYAKARTA

## E. Keaslian Peneletian

**Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian**

Nama Peneliti, tahun Publikasi	Judul Penelitian	Desain dan Variabel	Hasil penelitian	Perbedaan
Ernanda Arifka Maharani, Happy Dwi Aprilin, 2020	Pengaruh Pemberian Booklet Piring Untuk Bumil Tentang Gizi Seimbang Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Trimester I	Dalam studi ini, Desain penelitian pra-eksperimental dengan menggunakan metodologi single group pretest-posttest digunakan dalam penelitian ini. Variabel berikut adalah bagian dari penelitian ini:  1. Variabel Independen : Pemberian buku pedoman “Piring Untuk Bumil” kepada ibu hamil pada Trimester I tentang gizi seimbang.  2.. Variabel Dependen: a. Kesadaran ibu hamil akan gizi seimbang sepanjang Trimester I.  b. Sikap ibu hamil trimester I terhadap pola makan sehat	Hasil yang menunjukkan setelah mendapat buklet 'Piring Untuk Bumil' tentang gizi seimbang, penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap ibu hamil trimester pertama meningkat secara signifikan.	Waktu dan tempat penelitian, media yang digunakan
Katrina Ra Mete1 , : Eka Yuni Indah Nurmala2 , Dian Hanifah, 2022	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan gizi ibu ibu	Dalam penelitian ini, digunakan desain penelitian observasional analitik dengan desain	Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi dengan status gizi	Waktu dan tempat penelitian, desain penelitian  Penelitian ini meneliti hubungan tingkat

Nama Peneliti, tahun Publikasi	Judul Penelitian	Desain dan Variabel	Hasil penelitian	Perbedaan
	hamil di Dusun Krajan, Desa Sumbersekar, Kecamatan Dau, Kabupaten Malang dengan pandemi pada trimester pertama.	<p>penelitian cross sectional. Variabel yang digunakan adalah sebagai berikut:</p> <p>Variabel terikat:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Status gizi ibu hamil trimester I</li> </ul> <p>Variabel bebas:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang gizi.</li> </ul>	<p>ibu hamil trimester I di Dusun Krajan, Desa Sumbersekar, Kecamatan Dau, Kabupaten Malang. Mayoritas tingkat pengetahuan ibu tentang gizi dan status gizi ibu hamil trimester I berada dalam kategori yang cukup dan normal.</p>	<p>pengetahuan ibu hamil tanpa menggunakan media pendidikan. Yang diukur dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan</p>
Alit Suwandewi1, Hiryadi2, Miranti Rahayu, 2021	Pengaruh Pemberian Pendidikan Kesehatan Program Isi Piringku Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil	<p>Desain penelitian yang digunakan dalam jurnal tersebut adalah studi quasi-eksperimental dengan rancangan pre-test post-test group design.</p> <p>Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:</p> <p>Variabel Independen: Pemberian pendidikan kesehatan program isi piringku</p> <p>Variabel Dependen: Tingkat pengetahuan ibu hamil</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam tingkat pengetahuan ibu hamil setelah diberikan pendidikan kesehatan program isi piringku. Sebelum intervensi, hanya 6.2% ibu hamil yang memiliki tingkat pengetahuan baik, sedangkan setelah intervensi, jumlah ibu hamil dengan tingkat pengetahuan baik meningkat menjadi 92.3%.</p>	<p>Waktu dan tempat penelitian, media yang digunakan</p> <p>Yang diteliti dalam penelitian ini adalah pengaruh Pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan ibu hamil</p>