

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan situasi di mana konsentrasi hemoglobin (Hb) dalam darah berada di bawah standard normal berdasarkan usia dan jenis kelamin seseorang. Hemoglobin (Hb) adalah parameter yang sering digunakan untuk menilai seberapa sering anemia muncul. Tingkat hemoglobin yang rendah menandakan adanya anemia. Hemoglobin adalah zat warna dalam darah yang berfungsi dalam pengangkutan oksigen dan karbon dioksida di tubuh manusia (Zaki et al., 2024).

Badan Kesehatan Dunia, yang sering disebut sebagai Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), memperkirakan bahwa antara 35% sampai 75% wanita hamil di negara berkembang dan 18% di negara maju mengalami anemia. Menurut data dari WHO, tingkat kejadian anemia di antara wanita hamil di seluruh dunia mencapai 41,8%. Di Asia, diperkirakan bahwa tingkat anemia pada wanita hamil mencapai 48,2%, sementara di Afrika 57,1%, di Amerika 24,1%, dan di Eropa 25,1% (Sania & Adinda Herdiannisa, 2022).

Di Indonesia, data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 mengindikasikan bahwa tingkat anemia pada ibu hamil telah berkurang menjadi 27,7%, berbeda dengan angka sebelumnya yang mencapai 48,9%. Meski demikian, angka ini masih terbilang tinggi dan menunjukkan bahwa hampir satu dari tiga ibu hamil di Indonesia mengalami anemia. Lebih jauh, beberapa penelitian lokal yang dilakukan pada tahun 2024 melaporkan prevalensi yang

lebih tinggi di sejumlah daerah, antara 35–38%, terutama di wilayah pedesaan yang mengalami kesulitan dalam akses terhadap layanan kesehatan dan pendidikan gizi (Wanengsih Eric, 2025).

Di Indonesia, tingkat anemia pada wanita hamil mencapai 37,1%, dengan angka tertinggi ditemukan di daerah pedesaan, yaitu 37,8%, dan terendah di kawasan perkotaan yang sebesar 36,4%. Namun, pada tahun 2018, angka anemia pada wanita hamil tetap paling tinggi di daerah pedesaan dengan 49,5% dan di perkotaan mencapai 48,3% (Yanti et al., 2023).

Di Indonesia, berdasarkan informasi dari Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu, total ibu yang sedang hamil pada tahun 2024 mencapai 37.586 orang. Data tertinggi pertama terletak di kecamatan Selebar dalam area kerja puskesmas Telaga Dewa, dengan jumlah 88 73 110 33 68 597 ibu hamil (90,3%) yang telah menjalani pemeriksaan Hb, dan dari jumlah tersebut, sebanyak 57 orang (9,5%) mengalami anemia. Angka ini lebih tinggi jika dibandingkan dengan Puskesmas Jembatan Kecil yang memiliki 48 orang (8%), serta Puskesmas Betungan yang mencatat 34 orang (5,6%) (Dinkes Kota Bengkulu, 2024).

Di Indonesia, anemia pada wanita hamil biasanya disebabkan oleh perubahan fisiologis yang terjadi selama proses kehamilan dan tingginya kebutuhan nutrisi, terutama zat besi, vitamin B12, dan asam folat. Selama periode ini, volume darah meningkat sekitar 20 hingga 30 persen, sehingga tubuh memerlukan lebih banyak zat besi dan vitamin untuk memproduksi hemoglobin. Anemia yang paling umum dialami oleh ibu hamil adalah anemia

defisiensi besi, yang muncul karena meningkatnya permintaan zat besi seiring dengan perkembangan kehamilan. Zat besi memiliki peran penting dalam mendukung pertumbuhan janin melalui aliran darah dari plasenta, memperluas jaringan, meningkatkan jumlah sel darah merah, dan memenuhi kebutuhan darah saat proses reproduksi (Amalia et al., 2022).

Anemia pada wanita hamil dapat muncul akibat sejumlah alasan, salah satunya adalah kurangnya kandungan zat besi yang merupakan penyebab utama anemia di seluruh dunia. Kekurangan zat besi seringkali disebabkan oleh pola makan yang tidak memadai, hilangnya darah, serta masalah dalam proses penyerapan zat besi. Pola konsumsi yang tidak mencukupi zat besi atau tidak seimbang dapat menyebabkan kekurangan zat besi selama kehamilan. Keadaan anemia akibat kekurangan zat besi ini dapat berakibat serius bagi kesehatan ibu serta bayi. Wanita hamil yang mengalami anemia parah berisiko lebih tinggi untuk menghadapi komplikasi, seperti pendarahan berat saat melahirkan, infeksi pasca melahirkan, serta hipertensi selama masa kehamilan (Murniati, Birgita, and Warkula, 2020).

Berdasarkan efek tersebut, penting untuk memberikan perawatan gizi kepada perempuan hamil yang mengalami anemia. Pola makan yang tinggi zat besi sangat dianjurkan untuk wanita hamil yang memiliki anemia, sebab selama masa kehamilan, diperlukan asupan nutrisi yang seimbang untuk memenuhi kebutuhan perempuan dan janin. Kebutuhan gizi pada periode ini meningkat hingga sekitar 68% dibandingkan dengan sebelum hamil. Memastikan asupan gizi yang optimal sangat krusial, karena kurangnya nutrisi dapat mengganggu

perkembangan ibu dan janin serta menyebabkan berbagai masalah kesehatan. Salah satu masalah gizi yang paling umum dihadapi oleh ibu hamil adalah anemia (Yunadi & Budiarti, 2022).

Berdasarkan data yang diperoleh pada latar belakang maka penulis ingin memberikan “Asuhan gizi pada ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu”

B. Rumusan Masalah

Anemia pada wanita hamil tetap menjadi isu gizi yang memengaruhi kesehatan baik ibu maupun bayi. Di Puskesmas Telaga Dewa, tingkat kasus anemia tergolong tinggi; pada tahun 2024, terdapat 57 ibu hamil (9,5%) yang mengidap anemia. Faktor-faktor yang memengaruhi keadaan ini mencakup kurangnya asupan gizi, pengetahuan yang rendah mengenai zat besi, aspek ekonomi, serta rendahnya tingkat kepatuhan dalam mengonsumsi tablet tambahan darah. Oleh karena itu, peneliti akan melakukan Proses Asuhan Gizi pada ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Telaga Dewa tahun 2026.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Melaksanakan Asuhan Gizi Pada Ibu Hamil Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Tahun 2026

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan Assesment gizi Pada Ibu Hamil Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Tahun 2026

- b. Menetapkan Diagnosa gizi Pada Ibu Hamil Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Tahun 2026
- c. Melakukan Intervensi Pada Ibu Hamil Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Tahun 2026
- d. Melakukan Monitoring dan Evaluasi Pada Ibu Hamil Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Tahun 2026

D. Manfaat

1. Bagi Mahasiswa

- a. Dapat mengetahui proses asuhan gizi pada ibu hamil anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Dewa Kota Bengkulu Tahun 2026
- b. Menambah wawasan mengenai penyakit anemia pada ibu hamil
- c. Meningkatkan keterampilan mahasiswa dalam mengerjakan PAGT
- d. Dapat meningkatkan kemampuan melaksanakan konseling gizi

2. Bagi Pasien

- a. Meningkatkan pengetahuan mengenai diet pada Ibu Hamil Anemia
- b. Mengetahui beberapa kebiasaan yang salah berkaitan dengan gizi dan makanan yang dapat memicu terjadinya anemia

3. Bagi Puskesmas

- a. Menambah wawasan dan meningkatkan pelayanan mengenai proses asuhan gizi bagi Ibu Hamil Anemia
- b. Sebagai literatur yang berkaitan dengan diet bagi Ibu Hamil Anemia

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama Penelitian	Judul Penelitian	Hasil
1	(Siti Nur Aini & Juli Selvi Yanti, 2021)	Asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan anemia ringan	Berdasarkan temuan riset, penggunaan tablet Fe dan asupan 300 gram sayur bayam setiap hari selama seminggu pada ibu yang sedang hamil dengan anemia ringan terbukti mampu meningkatkan tingkat hemoglobin (Hb). Hb awal: 9,4 gr/dL Hb setelah 1 minggu asuhan: 11,2 gr/dL Artinya, asuhan kebidanan yang diberikan efektif memperbaiki anemia ringan pada ibu hamil.
2	(Sulistyawati & Ayati Khasanah, 2019)	Asuhan kebidanan pada ibu hamil dengan anemia dan faktor yang melatarbelakangi	Hasil Penelitian menunjukkan bahwa ibu hamil yang mengalami anemia dengan kadar Hb 9 gr% mengalami perbaikan kondisi setelah diberikan asuhan kebidanan berupa edukasi gizi, istirahat cukup, dan konsumsi tablet Fe secara rutin. Setelah tiga kali kunjungan, kadar Hb meningkat menjadi 10,6 gr%, dan keluhan lemas serta pusing hilang. Artinya, asuhan kebidanan yang diberikan efektif memperbaiki anemia ringan pada ibu hamil.
3	(T. Fitriani et al., 2025)	Asuhan kebidanan komunitas pada keluarga Tn. P dengan anemia ringan pada ibu hamil di dusun Aik Lengis Desa Kuta Kecamatan Pujut	Hasil studi menunjukkan bahwa wanita hamil yang mengalami anemia ringan (Hb 9,2 g%) dapat ditangani dengan pendekatan asuhan kebidanan di komunitas. Asuhan yang diberikan mencakup pendidikan tentang nutrisi, distribusi tablet Fe, vitamin B kompleks, dan vitamin C, serta penyampaian informasi mengenai tanda-tanda bahaya dan persiapan untuk melahirkan. Setelah pelaksanaan intervensi, kondisi ibu mengalami perbaikan dan tingkat Hb meningkat dari 9,2 g% menjadi 10,8 g%, yang mengindikasikan bahwa asuhan kebidanan yang dilakukan berhasil dan efisien dalam mengatasi anemia ringan pada wanita hamil.