

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan adalah periode yang sangat penting dalam kehidupan seorang wanita, di mana perubahan fisik dan emosional terjadi. Nutrisi yang baik selama kehamilan berperan krusial dalam kesehatan ibu dan perkembangan janin. *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa asupan nutrisi yang tidak memadai dapat menyebabkan berbagai masalah kesehatan, baik bagi ibu maupun bayi, seperti anemia, pertumbuhan janin terhambat, dan risiko kelahiran prematur (WHO, 2021).

Menurut WHO, ibu hamil disarankan untuk meningkatkan asupan kalori sebesar 300 kalori per hari pada trimester kedua dan ketiga. Selain itu, kebutuhan zat besi meningkat menjadi 27 mg per hari untuk mencegah anemia, dan asupan kalsium yang cukup (1.000 mg per hari) diperlukan untuk perkembangan tulang bayi (WHO, 2021).

Asupan asam folat juga sangat penting untuk mencegah cacat lahir dan disarankan sebanyak 400–800 mcg per hari selama kehamilan (WHO, 2019).

Kurangnya asupan gizi pada ibu hamil dapat memicu kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) yang merupakan masalah kesehatan yang signifikan pada ibu hamil. Secara global, data WHO tahun 2023 memperkirakan prevalensi KEK pada ibu hamil mencapai 40%. Menurut data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi KEK pada ibu hamil di Indonesia mencapai 16,9%.

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat, prevalensi ibu hamil dengan Kekurangan Energi Kronis (KEK) pada tahun 2023 adalah 10,39%,

meningkat sebesar 1,09% dari tahun 2022 yang sebesar 9,3%. Dari 12 Kabupaten di Provinsi Sumatra Barat, Kepulauan Mentawai menempati posisi pertama dengan jumlah ibu hamil KEK terbanyak pada tahun 2023 yaitu sebesar 16,1% kemudian di posisi kedua ditempati oleh Kabupaten Pesisir Selatan dengan jumlah ibu hamil KEK sebanyak 14,08% (Dinkes Sumbar, 2023).

Pendidikan kesehatan dan edukasi merupakan alat yang efektif untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil tentang pentingnya nutrisi selama kehamilan. Penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang gizi selama kehamilan akan berdampak terhadap terjadinya kekurangan gizi pada ibu hamil. Dengan demikian, pendidikan kesehatan dapat berkontribusi signifikan terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang pola makan yang seimbang dan kebutuhan nutrisi yang spesifik selama kehamilan (Retanyngtias,*et al.*, 2022).

Menurut data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2023, hanya sekitar 50% ibu hamil yang memiliki pengetahuan yang memadai tentang nutrisi selama kehamilan. Selain itu, prevalensi anemia pada ibu hamil masih mencapai 37%, jauh di atas target nasional yang ditetapkan sebesar 20%). Hal ini menunjukkan perlunya peningkatan edukasi dan intervensi gizi yang lebih efektif bagi ibu hamil (Kemenkes, 2023).

Capaian nutrisi yang harus dicapai oleh ibu hamil mencakup: Asupan Energi: Ibu hamil disarankan untuk mengonsumsi tambahan 300 kalori per hari, terutama pada trimester kedua dan ketiga. Zat Besi: Kebutuhan zat besi minimal 27 mg per hari untuk mencegah anemia, yang merupakan masalah umum di kalangan ibu hamil.

Kalsium: Asupan kalsium yang disarankan adalah 1.000 mg per hari untuk mendukung perkembangan tulang janin. Asam Folat: Penting untuk mengonsumsi 400–800 mcg asam folat per hari untuk mencegah cacat lahir (Kemenkes 2023).

Prevalensi ibu hamil yang mengalami KEK di Sumatera Barat meningkat di tahun 2023 dengan angka kejadian sebesar 10,39% sedangkan pada tahun 2022 kejadian KEK pada ibu hamil di Sumatera barat hanya sebesar 9,3% yang artinya prevalensi KEK pada ibu hamil meningkat sebesar 1,09% . Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak ibu hamil di daerah tersebut yang tidak mendapatkan asupan gizi yang memadai untuk mendukung kesehatan mereka dan perkembangan janin (Kemenkes, 2023).

Gizi ibu hamil perlu mendapat perhatian karena sangat berpengaruh pada perkembangan janin yang dikandungnya. Pada masa kehamilan gizi ibu hamil harus memenuhi kebutuhan gizi untuk dirinya dan untuk pertumbuhan serta perkembangan janin karena gizi janin tergantung pada gizi ibu, sehingga kebutuhan gizi ibu juga harus tetap terpenuhi. Asupan energi dan protein tidak mencukupi pada ibu hamil dapat menyebabkan Kurang Energi Kronis (KEK). Wanita hamil yang mengalami KEK jika Lingkar Lengan Atas (LILA) < 23,5 cm. Ibu hamil dengan KEK berisiko melahirkan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) yang berpotensi mengalami kematian, gangguan pertumbuhan dan perkembangan anak. KEK juga dapat menjadi penyebab tidak langsung kematian ibu (Makhrifatul.2021).

Pendidikan kesehatan berperan penting dalam pemenuhan gizi ibu hamil. Melalui edukasi yang tepat, ibu hamil dapat memahami pentingnya asupan nutrisi seimbang

untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi gizi secara interaktif dan komprehensif dapat meningkatkan pengetahuan dan kesadaran ibu hamil mengenai pentingnya asupan nutrisi selama kehamilan (Wardah, 2022).

Berbagai upaya telah dilakukan oleh pemerintah termasuk melakukan upaya promosi kesehatan. Promosi kesehatan pada hakikatnya usaha menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, kelompok atau individu, dengan harapan masyarakat, kelompok atau individu dapat memperoleh pengetahuan, akhirnya diharapkan dapat berpengaruh terhadap perubahan perilaku. Upaya tersebut dilakukan dengan menggunakan media cetak, elektronik maupun media ruang. Sehingga perlu dirancang media yang sesuai dengan kebutuhan dan nilai-nilai sosial budaya masyarakat sehingga pesan dapat lebih efektif untuk merubah tingkat pengetahuan ibu tentang pola hidup sehat selama kehamilan. Media promosi kesehatan leaflet merupakan media yang peruntukannya untuk massa, biaya terjangkau, dapat menampung pesan dengan kemasan menarik (Fajrin *et.al* 2021).

Pendidikan kesehatan yang terstruktur dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi dan dampaknya terhadap kesehatan selama kehamilan. Dalam studi tersebut, ditemukan bahwa terjadi peningkatan nilai pengetahuan pada median sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan yaitu sebesar 0,5 point. Pendidikan kesehatan pada dasarnya untuk meningkatkan derajat kesehatan (kesejahteraan) dan menurunkan ketergantungan serta memberikan kesempatan pada

individu, keluarga, kelompok dan komunitas untuk mengaktualisasikan dirinya dalam mempertahankan keadaan sehat yang optimal (Annisa, *et al.* 2022).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari, *et al.* (2021) bahwa hasil pengukuran pengetahuan tentang gizi ibu hamil setelah pendidikan kesehatan dengan leaflet dilakukan yaitu kategori baik sebesar (80,8%) dengan nilai signifikansi *p-value* 0,06. Pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan meningkatkan pemahaman ibu hamil tentang gizi serta mampu menerapkan dalam kehidupan sehari-hari (Wulandari, *et al.* 2021).

Menurut penelitian Ceciliya tahun 2023 tentang pengaruh pendidikan kesehatan dengan media leaflet terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai pola hidup sehat selama kehamilan, mayoritas ibu hamil mengalami kekurangan pemahaman terkait pola hidup sehat selama masa kehamilan dengan jumlah yang signifikan, yaitu sebanyak 10 responden (33,3%) sebagian besar ibu hamil menunjukkan pengetahuan yang memadai, khususnya 16 orang (60%), setelah menerima pendidikan kesehatan melalui pembagian selebaran informasi. Pentingnya mengakui dampak langsung atau jangka pendek dari informasi yang diperoleh melalui pendidikan formal dan non-formal sangatlah penting (Ceciliya, 2023).

Periode Kehamilan merupakan momen yang menguntungkan untuk pengembangan pengetahuan dan pola hidup baik dalam Kesehatan. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nur, A., *et al.* (2022) yaitu Sebelum diberikan penyuluhan sebanyak 3 ibu hamil (30%) dengan pengetahuan baik dan setelah kegiatan terdapat peningkatan menjadi 8 ibu hamil (80%) dengan pengetahuan baik.

Kegiatan penyuluhan Nutrisi Kehamilan terbukti meningkatkan pengetahuan pada Ibu hamil sehingga dengan meningkatnya pengetahuan ibu hamil yang menjadi mitra pengabdian ini diharapkan pemenuhan nutrisi selama kehamilan bisa terpenuhi (Nur, *et al.*2022).

Rendahnya pengetahuan ibu hamil tentang pentingnya asupan nutrisi yang cukup berkontribusi terhadap kurangnya pemenuhan kebutuhan gizi selama kehamilan (Rahmawati & Sari, 2021). Sikap yang kurang mendukung, seperti ketidakinginan untuk mengubah pola makan atau mengonsumsi makanan bergizi seimbang, juga dapat memperburuk kondisi KEK pada ibu hamil (Setiawan *et al.*, 2022). Oleh karena itu, edukasi yang berkelanjutan mengenai pentingnya gizi selama kehamilan sangat diperlukan untuk meningkatkan kesadaran ibu hamil dalam memenuhi kebutuhan nutrisi yang optimal guna mencegah KEK dan dampak buruknya terhadap kesehatan ibu serta janin (Rahmawati & Sari, 2021).

Dari survey awal yang telah dilakukan peneliti di wilayah Pesisir Selatan, bahwa wilayah Pesisir selatan terdiri dari 21 Puskesmas dimana Puskesmas Kambang merupakan puskesmas dengan urutan pertama yang memiliki jumlah ibu KEK tertinggi yaitu masih ada 16% ibu hamil yang mengalami KEK pada tahun 2024. Berdasarkan survey awal yang telah dilakukan pada 10 orang ibu hamil yang berkunjung ke Puskesmas Kambang pada periode Januari 2025 didapatkan hasil yaitu 6 orang ibu hamil tidak tahu apa saja nutrisi yang baik bagi ibu hamil, 4 orang tidak tahu dengan dampak kekurangan gizi pada masa kehamilan. Setelah dilakukan

pengukuran LILA pada 10 orang ibu hamil tersebut, didapatkan ada 6 orang ibu hamil yang dinyatakan KEK dimana ukuran LILA ibu kurang dari 23,5 cm.

Berdasarkan uraian dan data-data diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait pengaruh pemberian edukasi tentang gizi ibu hamil menggunakan leaflet terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil di puskesmas kambang tahun 2025.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada skripsi ini adalah “Bagaimana pengaruh pemberian edukasi tentang gizi ibu hamil menggunakan leaflet terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil di Puskesmas Kambang tahun 2025?.”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian edukasi tentang gizi ibu hamil menggunakan leaflet terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil di Puskesmas Kambang tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui rata-rata tingkat pengetahuan ibu tentang gizi pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan menggunakan leaflet di Puskesmas Kambang tahun 2025.
- b. Diketahui rata-rata sikap ibu tentang gizi pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan edukasi dengan menggunakan leaflet di Puskesmas Kambang tahun 2025.

- c. Diketahui pengaruh pemberian edukasi tentang gizi ibu hamil menggunakan leaflet terhadap tingkat pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Kambang tahun 2025.
- d. Diketahui pengaruh pemberian edukasi tentang gizi ibu hamil menggunakan leaflet terhadap sikap ibu hamil di Puskesmas Kambang tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Teoritis

1. Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan dan pengetahuan peneliti tentang mata kuliah asuhan kebidanan kehamilan khususnya pada ibu hamil terkait gizi selama kehamilan setelah diberikan edukasi.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai informasi dan gambaran untuk pengemban penelitian khususnya untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang gizi selama kehamilan dengan memberikan edukasi pada ibu dengan menggunakan leaflet agar nutrisi ibu tercukupi selama masa kehamilan bagi peneliti selanjutnya.

2. Bagi Praktis

1. Bagi Puskesmas

Sebagai bahan masukan bagi petugas kesehatan Puskesmas Kambang dalam memberikan edukasi pada pasien ibu hamil agar tetap menjaga asupan nutrisi pada masa kehamilan agar kebutuhan nutrisi ibu tercukupi sehingga tercipta persalinan yang aman dan nyaman.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai tambahan referensi tentang pengaruh pemberian edukasi tentang gizi ibu hamil menggunakan leaflet terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil di Puskesmas Kambang tahun 2025.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Skripsi ini membahas tentang pengaruh pemberian edukasi tentang gizi ibu hamil menggunakan leaflet terhadap pengetahuan dan sikap ibu hamil di Puskesmas Kambang tahun 2025. Variabel penelitian meliputi : pemberian edukasi tentang gizi menggunakan leaflet dan pengetahuan dan sikap ibu hamil. Jenis penelitian kuantitatif, desain *Pra Eksperimen* dengan rancangan *one grup pre test – post test*.

Penelitian ini telah dilakukan mulai bulan Maret – Agustus Tahun 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah semua pasien ibu hamil trimester 1 sampai 3 yang berkunjung ke Puskemas Kambang bulan Juni tahun 2025 sebanyak 32 orang. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah sebanyak 32 orang dengan teknik pengambilan sampel yaitu *Total Sampling*. Pengolahan data dilakukan secara komputerisasi.

Analisa data secara univariat dalam bentuk distribusi frekuensi dan analisa bivariat menggunakan uji *Wicoxon*.

— 2024 —