

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses fisiologis yang dialami oleh perempuan, dari sel telur dibuahi, janin tumbuh di dalam rahim, dan bayi lahir dengan selamat (Simanjuntak et al., 2022). Selama kehamilan, ibu mengalami berbagai perubahan fisik, salah satunya adalah kenaikan berat badan yang sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin (M. S. Natalia & Faraswati, 2023). Negara maju, masalah utama adalah obesitas pada ibu hamil lebih banyak karena kurangnya pengetahuan tentang kenaikan berat badan yang sesuai usia kehamilannya (Nursihhah, 2022). Masalah kenaikan berat badan pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan yang penting. Salah satu penyebab utama dari masalah ini adalah kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang berapa banyak berat badan yang seharusnya naik sesuai dengan usia kehamilan dan cara untuk memantau berat badan mereka menggunakan grafik yang ada di Buku KIA. Kurangnya pengetahuan ini membuat ibu hamil kesulitan dalam mengatur pola makan dan aktivitas fisik yang baik selama masa kehamilan. Nutrisi yang dibutuhkan oleh ibu hamil sangat berpengaruh pada kesehatan ibu dan janin yang ada di dalam kandungan. Oleh karena itu, penting untuk memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang kebutuhan energi dan kenaikan berat badan yang sesuai dengan usia kehamilan berdasarkan ilmu yang tepat (Maria, 2021).

Data global berdasarkan dari *World Health Organization* (WHO), secara keseluruhan, jumlah wanita hamil yang mengalami kelebihan berat badan dan obesitas mencapai sekitar 43,8% (WHO, 2019). Di Indonesia, berdasarkan

Riskesdas tahun 2022, 35% ibu hamil mengalami kenaikan berat badan yang tidak sesuai dengan usia kehamilannya (Kemenkes, 2023). Jawa Timur, angka ibu hamil dengan obesitas mencapai 23,4% pada tahun 2021 (Kemenkes, 2022), sedangkan di Surabaya sekitar 28% (Dinkes Jatim, 2023). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan pada 10 orang ibu hamil di Puskesmas Tanah Kali Kedinding, didapatkan ibu hamil dengan pengetahuan baik 3 (30%), pengetahuan cukup 3 (30%), dan pengetahuan kurang 4 (40%), dengan hasil ini menunjukkan bahwa masih terdapat ibu hamil yang memiliki pengetahuan kurang di Puskesmas Tanah Kali Kedinding.

Masalah kenaikan berat badan yang berlebihan pada ibu hamil semakin banyak terjadi dalam beberapa tahun terakhir. Perubahan pola makan masyarakat modern yang lebih banyak mengonsumsi makanan tinggi kalori dan berkurangnya aktivitas fisik mempengaruhi keadaan ini. Namun, masalah ini menjadi lebih rumit karena banyak ibu hamil yang kurang memahami standar kenaikan berat badan yang sesuai dengan usia kehamilan, cara membaca grafik dalam Buku KIA, serta risiko yang mungkin muncul dari kenaikan berat badan (Syahid et al., 2023). Kurangnya pengetahuan ini membuat ibu hamil tidak menyadari betapa pentingnya mengatur kenaikan berat badan, sehingga menyebabkan jumlah ibu hamil yang mengalami kenaikan berat badan berlebih terus meningkat setiap tahun. Risiko dari kenaikan berat badan yang dialami ibu menyebabkan terjadinya diabetes gestasional, hipertensi dan preeklamsi, adapun resiko pada janin seperti makrosomia, hipoglikemia neonatal, dan jika ibu mengalami diabetes maka janinnya juga mengalami diabetes, serta risiko jangka panjang seperti obesitas dan diabetes tipe 2 pada anak menjadi semakin sering terjadi, walaupun jumlah kasus terus naik sejak

sebelum pandemi sampai tahun 2023–2024, penanganan masalah ini masih belum menunjukkan kemajuan (Lackovi et al., 2024).

Pemerintah telah mengatasi masalah ini dengan cara menyediakan Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA), menerapkan pedoman untuk memantau berat badan pada setiap kunjungan Antenatal Care (ANC) sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan No. 21 Tahun 2021, dan melaksanakan program penyuluhan gizi di tempat-tempat pelayanan kesehatan. Pengetahuan berperan penting sebagai faktor yang bisa mempengaruhi sikap dan tindakan ibu hamil dalam mengatur kenaikan berat badan. Pengetahuan yang baik akan membantu ibu hamil untuk memahami seberapa banyak berat badan yang seharusnya naik setiap trimester, mengenali risiko jika berat badan naik terlalu banyak, serta bisa memantau berat badannya sendiri dengan menggunakan grafik KIA, namun fasilitas dari pemerintah itu belum maksimal digunakan karena pengetahuan ibu hamil yang masih rendah (Siregar et al., 2023). Penelitian ini dilakukan untuk menggambarkan seberapa besar pengetahuan ibu hamil mengenai kenaikan berat badan yang sesuai dengan usia kehamilan di Puskesmas Tanah Kali Kedinding. Hasil dari penelitian ini diharapkan bisa menjadi dasar untuk mengevaluasi dan mengembangkan program pendidikan yang lebih baik. Tujuannya adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil, sehingga bisa mencegah kenaikan berat badan yang berlebihan dan mengurangi risiko komplikasi selama kehamilan.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan ibu hamil tentang kenaikan berat badan sesuai usia kehamilan di Puskesmas Tanah Kali Kedinding ?.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengidentifikasi pengetahuan ibu hamil tentang kenaikan berat badan sesuai usia kehamilan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui beberapa karakteristik ibu hamil berdasarkan (umur ibu, pendidikan, pekerjaan, gravida (jumlah kehamilan), usia kehamilan).
2. Mengetahui tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai kenaikan berat badan sesuai usia kehamilan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoris

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan kajian bagi para pembaca dan akademisi terutama mengenai pengetahuan kenaikan berat badan ibu hamil sesuai usia kehamilan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai bahan evaluasi dan dasar dalam penyuluhan gizi pada ibu hamil.

2. Bagi Ibu Hamil

Dapat menambah pemahan tentang pentingnya kenaikan berat badan sesuai usia kehamilan bagi ibu hamil dan janinnya.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan referensi atau rujukan dalam melakukan penelitian selanjutnya yang lebih baik dan relevan tentang topik penelitian ini.

3. Bagi Tempat Peneliti

Dapat dijadikan masukan untuk meningkatkan program pelayanan kesehatan pada ibu hamil khususnya tentang kenaikan berat badan ibu hamil sesuai usia kehamilan. Pelayanan yang dapat ditingkatkan meliputi (konseling gizi dan edukasi individu pada saat ANC mengenai standart kenaikan berat badan per trimester serta risiko kenaikan berat badan dan pemanfaatan buku KIA secara optimal khususnya pengajaran cara membaca dan memahami grafik buku KIA tentang kenaikan berat badan).

