

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan ibu hamil, secara global, menjadi salah satu prioritas utama dalam upaya mengurangi masalah kesehatan yang dialami ibu hamil dan meningkatkan kesejahteraan masyarakat (WHO, 2024; Kemenkes, 2018). Menurut Kementerian Kesehatan Indonesia (2022), masalah kesehatan utama yang sering dialami oleh ibu hamil adalah gizi dan kesehatan mental. *World Health Organization* (WHO) (2024) mengemukakan bahwa sekitar 10% ibu hamil mengalami gangguan mental, seperti stres, yang dapat meningkatkan komplikasi selama kehamilan (Kemenkes, 2020). Penelitian Pratama (2022) menunjukkan bahwa sebanyak 51,2% ibu hamil mengalami stres dengan kategori berat. Tingkat stres yang tinggi tidak hanya berdampak buruk pada kesehatan mental, tetapi juga dapat menurunkan status gizi ibu hamil dan berkontribusi terhadap terjadinya Kekurangan Energi Kronik (KEK), yaitu kondisi kekurangan gizi jangka panjang (Nuryanti *et al.*, 2022).

Di sisi lain, kualitas diet juga berperan penting dalam menentukan status gizi ibu hamil. Namun demikian, sebagian besar ibu hamil di Indonesia cenderung lebih memprioritaskan kuantitas makanan dibandingkan dengan kualitas atau keragamannya (Qamariyah *et al.*, 2024). WHO (2023) melaporkan bahwa 89% ibu hamil di Indonesia mengalami kekurangan asupan energi. Siriken *et al.* (2023) menambahkan bahwa 29,5% ibu hamil mengalami kekurangan gizi akibat rendahnya keragaman pangan. Rendahnya konsumsi makanan bergizi seimbang berdampak pada tidak terpenuhinya kebutuhan zat gizi makro dan mikro, sehingga meningkatkan risiko terjadinya KEK (Mitran *et al.*, 2024).

Data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) (2023) menunjukkan bahwa prevalensi KEK secara nasional pada ibu hamil mencapai 11,5%, berdasarkan indikator Lingkar Lengan Atas (LiLA) dengan ambang batas kurang dari 23,5 cm (Kemenkes, 2023; Mulyono *et al.*, 2024). Berdasarkan tingkat provinsi, Jawa Barat mencatat prevalensi ibu hamil yang mengalami KEK sebesar 11,6%, sedikit lebih tinggi dibandingkan prevalensi nasional. Salah satu wilayah dengan jumlah kasus komplikasi kehamilan yang tinggi di Jawa Barat adalah Kabupaten Bandung, yang

mencatat prevalensi KEK sebesar 5% (Dinas Kesehatan Kabupaten Bandung, 2023). Namun, prevalensi ini belum mempresentasikan kondisi di tingkat kecamatan yang lebih rinci.

Perbedaan prevalensi KEK antardaerah mengindikasikan adanya ketimpangan status gizi ibu hamil, yang dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti akses terhadap pelayanan kesehatan dan kondisi sosial ekonomi masyarakat setempat. Kecamatan Cangkuang, tercatat sebagai wilayah dengan prevalensi KEK tertinggi di Kabupaten Bandung, yaitu sebesar 16,6%. Temuan ini menunjukkan adanya permasalahan gizi yang cukup serius di wilayah tersebut.

Kondisi kekurangan gizi pada ibu hamil perlu mendapat perhatian serius karena dapat berdampak buruk terhadap janin serta meningkatkan risiko komplikasi selama kehamilan (Kemenkes, 2023). Selama masa kehamilan, kebutuhan gizi meningkat sekitar 15% dibandingkan dengan kondisi wanita tidak hamil. Penelitian Benny *et al.* (2024) membuktikan adanya hubungan antara KEK pada ibu hamil dengan peningkatan risiko komplikasi. Kondisi KEK umumnya disebabkan oleh ketidakseimbangan antara asupan gizi yang dibutuhkan dan energi yang dikeluarkan (Kadmaerubun *et al.*, 2023). Oleh karena itu, ibu hamil perlu memastikan bahwa makanan yang dikonsumsi tidak hanya cukup dari segi kuantitas, tetapi juga memenuhi prinsip gizi seimbang dan beragam untuk mencegah terjadinya KEK (Kemenkes, 2014; Qamariyah *et al.*, 2024).

Berdasarkan permasalahan tersebut, penelitian ini memfokuskan kajian pada ibu hamil di Kecamatan Cangkuang, Kabupaten Bandung, sebagai wilayah dengan prevalensi KEK tertinggi di tingkat kabupaten. Meskipun sejumlah penelitian telah meneliti hubungan antara kualitas diet dan status gizi, studi ini bertujuan lebih mendalami peran tingkat stres sebagai faktor tambahan. Di samping itu, keterkaitan antara stres dengan status gizi ibu hamil masih jarang diteliti dalam penelitian di Indonesia, sehingga menjadi aspek yang perlu dikaji lebih lanjut. Oleh karena itu, penelitian ini menganalisis hubungan kualitas diet dan tingkat stres dengan status gizi pada ibu hamil di Kecamatan Cangkuang Kabupaten Bandung.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu bagaimana kualitas diet, tingkat stres, dan status gizi pada ibu hamil di Kecamatan Cangkuang, Kabupaten Bandung, serta bagaimana hubungan kualitas diet dan tingkat stres dengan status gizi pada ibu hamil di Kecamatan Cangkuang, Kabupaten Bandung?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk menganalisis hubungan kualitas diet dan tingkat stres dengan status gizi pada ibu hamil di Kecamatan Cangkuang, Kabupaten Bandung.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengidentifikasi karakteristik ibu hamil di Kecamatan Cangkuang Kabupaten Bandung
2. Mengidentifikasi kualitas diet dan asupan zat gizi makronutrien ibu hamil Kecamatan Cangkuang Kabupaten Bandung
3. Mengidentifikasi tingkat stres ibu hamil di Kecamatan Cangkuang Kabupaten Bandung
4. Menganalisis hubungan kualitas diet dengan status gizi pada ibu hamil di Kecamatan Cangkuang Kabupaten Bandung.
5. Menganalisis hubungan tingkat stres dengan status gizi pada ibu hamil di Kecamatan Cangkuang Kabupaten Bandung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

1. Bagi ibu hamil, dapat meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya kualitas diet dan pengelolaan stres dalam mendukung kehamilan yang sehat.

2. Bagi puskesmas, dapat memberikan gambaran mengenai hubungan kualitas diet dan tingkat stres dengan status gizi pada ibu hamil di Kabupaten Bandung.

1.4.2 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dengan perkembangan ilmu gizi, khususnya hubungan antara kualitas diet dan tingkat stres dengan status gizi ibu hamil. Selain itu, penelitian ini juga dapat memperkuat teori yang mengaitkan gizi dengan kesehatan mental dan fisik selama kehamilan.

Hasil penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai sumber literatur tambahan dan dasar referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin mengkaji topik serupa, serta bahan pertimbangan untuk melakukan penelitian lanjutan dengan pendekatan atau desain penelitian yang berbeda guna memperkaya pemahaman tentang faktor-faktor yang memengaruhi status gizi ibu hamil.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Kecamatan Cangkuang, Kabupaten Bandung, dengan responden ibu hamil yang memeriksakan kehamilan di fasilitas kesehatan. Jumlah sampel sebanyak 60 orang, diperoleh melalui teknik convenience sampling. Pendekatan yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain *cross-sectional*, untuk menganalisis hubungan antara kualitas diet dan tingkat stres (variabel independen) dengan status gizi ibu hamil (variabel dependen). Analisis data dilakukan secara bivariat menggunakan uji *Rank Spearman* untuk data tidak berdistribusi normal (kualitas diet) dan uji *Pearson* untuk data berdistribusi normal (tingkat stres). Batasan penelitian meliputi keterbatasan wilayah yang hanya pada satu kecamatan, serta waktu pengumpulan data yang singkat.