

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehamilan merupakan proses fisiologis dan alamiah yang melibatkan konsepsi, implantasi (nidasi), adaptasi ibu terhadap perubahan kehamilan, pemeliharaan janin, serta perubahan hormonal sebagai satu kesatuan dalam rangkaian persiapan untuk mendukung kelahiran bayi (Karami, 2022; Qiao, 2024). Nutrisi merupakan salah satu faktor utama yang memengaruhi hasil akhir kehamilan. Kekurangan gizi sebelum dan selama kehamilan dapat mengganggu fungsi plasenta sebagai organ utama penyedia nutrisi bagi janin. Kondisi ini dapat menyebabkan berbagai komplikasi, seperti bayi lahir dengan berat badan lahir rendah (BBLR), kelahiran prematur, kelainan bawaan, maupun anemia pada ibu hamil (Abdilahi et al., 2024; Araujo Costa, 2023; Wang, 2025).

Anemia pada kehamilan masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius di Indonesia, termasuk di Kabupaten Cilacap. Berdasarkan Riskesdas 2023, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia tercatat sebesar 27,4%, menurun dari 37,1% pada tahun 2018, namun tetap berada di atas ambang batas masalah kesehatan masyarakat menurut WHO ($\geq 20\%$) (Kemenkes RI, 2024). Data epidemiologis terbaru menegaskan bahwa anemia pada ibu hamil berkontribusi terhadap peningkatan risiko komplikasi serius, termasuk perdarahan postpartum, kelahiran prematur, dan BBLR, yang merupakan penyebab penting morbiditas serta mortalitas ibu dan bayi (Fente, 2025; Indonesia, 2024; Wang, 2025).

Secara global, *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa lebih dari 40% ibu hamil mengalami anemia, dengan angka tertinggi terjadi di Asia Selatan dan Afrika (Abdilahi et al., 2024). Meta-analisis terbaru juga menunjukkan bahwa satu dari tiga ibu hamil di dunia mengalami defisiensi hemoglobin yang berisiko terhadap kehamilan dan janin (Karami, 2022). Di Indonesia, prevalensi anemia pada ibu hamil masih cukup tinggi. Studi kohor prospektif melaporkan bahwa anemia pra-kehamilan berkaitan erat dengan kejadian anemia pada anak balita, menegaskan pentingnya intervensi gizi sejak periode pra-konsepsi (Wirawan, 2022).

Di Provinsi Jawa Tengah, laporan Dinas Kesehatan tahun 2021 mencatat prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 57%, lebih tinggi dibandingkan rata-rata nasional (Kemenkes RI., 2023). Data ini menandakan bahwa lebih dari separuh ibu hamil di provinsi tersebut berisiko mengalami gangguan akibat defisiensi hemoglobin. Kondisi serupa juga dilaporkan di Kabupaten Cilacap. Berdasarkan laporan Puskesmas Wanareja I, pada periode Mei–Juli 2024 terdapat lebih dari seratus ibu hamil yang terdeteksi mengalami anemia.

Anemia pada kehamilan secara signifikan meningkatkan risiko kelahiran prematur dan BBLR, yang berdampak pada kesehatan, tumbuh kembang, serta kelangsungan hidup bayi (Fente, 2025; Wang, 2025). Selain itu, anemia menurunkan kualitas hidup ibu secara signifikan, ditandai dengan kelelahan ekstrem, kelemahan tubuh, pusing berulang, sesak napas bahkan saat istirahat, serta gejala lain yang memengaruhi kesejahteraan emosional dan produktivitas (Margawati, 2023; Zulfikar, 2025). Oleh karena itu, identifikasi faktor risiko,

implementasi intervensi pencegahan yang efektif, serta pemantauan berkelanjutan sangat penting untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak.

Salah satu intervensi gizi sederhana yang potensial adalah konsumsi telur rebus. Beberapa penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa konsumsi telur ayam rebus dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia (Basrowi, 2024; Margawati, 2023). Telur ayam dipilih dibandingkan telur puyuh karena lebih mudah diperoleh, terjangkau, serta diterima secara luas oleh masyarakat. Selain itu, kandungan nutrisinya cukup memadai untuk intervensi tunggal, dengan protein berkualitas tinggi, zat besi, vitamin A, dan kolin yang berperan penting dalam hematopoiesis. Sementara itu, meskipun telur puyuh memiliki kadar zat besi lebih tinggi per 100 gram, ukurannya kecil sehingga untuk mencapai nilai gizi setara diperlukan konsumsi beberapa butir sekaligus. Hal ini kurang praktis dalam penerapan komunitas, terutama pada ibu hamil (Putra & Suryani, 2021; Sukmawati & Pratiwi, 2019). Penelitian lain juga melaporkan bahwa konsumsi telur ayam secara rutin lebih efektif dalam memperbaiki status gizi dan status hemoglobin pada ibu hamil dibandingkan telur puyuh (Kusuma et al., 2020). Oleh karena itu, penelitian mengenai pengaruh pemberian telur ayam rebus terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia di Puskesmas Wanareja I Kabupaten Cilacap tahun 2025 menjadi sangat relevan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti ilmiah kontekstual, mengidentifikasi efektivitas intervensi lokal, serta mendukung upaya puskesmas dalam menurunkan angka anemia ibu hamil melalui pendekatan diet yang praktis dan ekonomis.

Penelitian ini memiliki unsur keterbaharuan (*novelty*) karena secara spesifik mengkaji pengaruh pemberian telur rebus sebagai intervensi diet terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia, dengan fokus pada konteks lokal di Puskesmas Wanareja I. Berbeda dengan sebagian besar penelitian sebelumnya yang cenderung bersifat umum, dilakukan di wilayah perkotaan, atau melibatkan kombinasi berbagai intervensi gizi, penelitian ini menitikberatkan pada satu jenis intervensi berbasis pangan lokal yang mudah diakses, yaitu telur rebus. Penelitian ini dirancang dengan pendekatan kuantitatif yang terukur dan mempertimbangkan kondisi sosial budaya masyarakat setempat, sehingga diharapkan dapat menghasilkan bukti ilmiah yang kontekstual dan aplikatif. Temuan dari penelitian ini diharapkan dapat memperkaya literatur ilmiah mengenai intervensi gizi berbasis makanan lokal serta mendukung upaya penanggulangan anemia pada ibu hamil melalui pendekatan yang lebih sederhana, terjangkau, dan berkelanjutan

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

Apakah ada pengaruh pemberian telur rebus terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia di Puskesmas Wanareja I Kabupaten Cilacap pada tahun 2025?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh pemberian telur rebus terhadap kadar hemoglobin

pada ibu hamil anemia di Puskesmas Wanareja I Kabupaten Cilacap pada tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui kadar hemoglobin ibu hamil anemia sebelum pemberian telur rebus di Puskesmas Wanareja I Kabupaten Cilacap.
- b. Mengetahui kadar hemoglobin ibu hamil anemia setelah pemberian telur rebus di Puskesmas Wanareja I Kabupaten Cilacap.
- c. Menganalisis perbedaan kadar hemoglobin ibu hamil anemia sebelum dan setelah pemberian telur rebus di Puskesmas Wanareja I Kabupaten Cilacap.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini berada dalam ranah praktik kebidanan berbasis bukti dan promosi kesehatan, dengan fokus utama pada upaya derajat kesehatan ibu hamil melalui intervensi gizi pada ibu hamil anemia. Penelitian ini mencakup aspek pemantauan status hemoglobin, pemenuhan kebutuhan zat besi dan protein hewani melalui pemberian telur rebus, serta evaluasi efektivitas intervensi sederhana yang dapat diterapkan di tingkat layanan primer. Selain itu, penelitian ini juga menyentuh aspek komunikasi edukatif antara tenaga kesehatan dan ibu hamil dalam meningkatkan kepatuhan konsumsi makanan bergizi. Dalam kerangka yang lebih luas, penelitian ini turut mendukung pencapaian program nasional dalam meningkatkan derajat kesehatan ibu dan bayi sejak masa kehamilan.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teori

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khazanah ilmu pengetahuan di bidang kebidanan dan gizi, khususnya mengenai pengaruh intervensi diet berupa pemberian telur rebus terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia. Temuan ini dapat menjadi dasar untuk penelitian lebih lanjut mengenai efektivitas dan mekanisme kerja nutrisi dalam telur terhadap hematopoiesis pada kehamilan.

2. Manfaat Praktis

Selain itu hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dan manfaat yang signifikan bagi berbagai pihak terkait, baik secara praktis dalam pelayanan kesehatan maupun secara teoritis dalam pengembangan ilmu pengetahuan, antara lain:

a. Bagi penulis

Penelitian ini akan memenuhi salah satu persyaratan akademik bagi penulis untuk menyelesaikan pendidikan Sarjana Kebidanan. Selain itu, proses penelitian dan penulisan penelitian ini akan meningkatkan pemahaman mahasiswa mengenai pengaruh pemberian telur rebus terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Wanareja I Kabupaten Cilacap pada tahun 2025.

b. Bagi Institusi Kesehatan

Penelitian ini akan memberikan informasi dan pemahaman yang

lebih mendalam kepada tenaga kesehatan, khususnya bidan, dan dapat digunakan sebagai bahan referensi dan pembelajaran bagi mahasiswa kebidanan, kesehatan masyarakat, dan gizi terkait intervensi diet untuk mengatasi masalah gizi pada ibu hamil.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khazanah referensi ilmiah di bidang kebidanan, khususnya yang berkaitan dengan aspek pemberian protein berupa telur terhadap anemia. Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan kajian lebih lanjut oleh mahasiswa dan peneliti lain yang tertarik pada topik serupa.

d. Bagi Klien

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan alternatif intervensi diet yang mudah diakses dan terjangkau untuk membantu meningkatkan kadar hemoglobin selama kehamilan, sehingga dapat mengurangi risiko komplikasi akibat anemia.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian ini memiliki keaslian karena akan dilakukan di lokasi spesifik, yaitu wilayah kerja Puskesmas Wanareja I Kabupaten Cilacap, dengan mempertimbangkan konteks lokal dan karakteristik populasi ibu hamil di daerah tersebut. Meskipun beberapa penelitian serupa telah dilakukan di berbagai wilayah lain di Indonesia, penelitian ini akan memberikan data spesifik dan terkini untuk wilayah studi, yang mungkin memiliki faktor-faktor unik yang memengaruhi prevalensi anemia dan respons terhadap intervensi. Penelitian ini

juga berupaya mengkonfirmasi temuan dari studi-studi sebelumnya dalam konteks lokal Puskesmas Wanareja I pada tahun 2025.

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Desain Penelitian, Analisis Data, Hasil Penelitian	Perbedaan dengan Penelitian ini
1	Pengaruh Pemberian Telur Ayam Ras Rebus Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Anemia di Puskesmas Walantaka, Kota Serang (Suheni et al., 2020)	Quasi-eksperimental. Subjek 18 ibu hamil anemia pada kelompok intervensi diberikan 1 butir telur rebus/hari selama 14 hari. Rata-rata kadar Hb meningkat sebesar 1,366 g/dL (dari 9,767 menjadi 11,133) dengan signifikansi $p=0,000$. Kelompok kontrol tidak diberi intervensi telur, peningkatan Hb sebesar 0,56 g/dL.	Penelitian ini dilakukan pada populasi dan lokasi berbeda serta tanpa kombinasi intervensi tambahan seperti Fe rutin. Penelitian Anda mengeksplorasi efektivitas secara spesifik dalam konteks Puskesmas Wanareja I.
2	Pengaruh Konsumsi Telur Ayam Ras Rebus Ditambah Tablet Fe terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Anemia di UPTD Puskesmas Nguter, Sukoharjo (Istiyani, 2023)	Eksperimental. Subjek 17 ibu hamil anemia diberi telur rebus + Fe rutin selama 2 minggu. Rata-rata peningkatan Hb sebesar 0,794 g/dL, $p=0,000$. Kontrol hanya Fe rutin, peningkatan Hb 0,435 g/dL, $p=0,000$.	Menggunakan kombinasi intervensi telur dan Fe, sedangkan penelitian Anda fokus pada telur rebus sebagai intervensi utama.
3	Efektivitas Konsumsi Telur Ayam Rebus dan Tablet Fe terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Anemia di Klinik I Bekasi Tahun 2023 (Sulastri & Amin, 2024)	Quasi-eksperimental. 15 responden diberi telur rebus + tablet Fe. Peningkatan Hb 1,513 g/dL, $p=0,000$. Kelompok kontrol (tablet Fe saja) mengalami peningkatan 0,633 g/dL, $p=0,000$.	Desain dan kombinasi intervensi serupa, namun lokasi dan pendekatan analisis berbeda. Durasi intervensi tidak disebutkan.
4	Pengaruh Konsumsi Telur Rebus terhadap	Pre-eksperimental. 15 responden diberi 1 butir telur rebus/hari selama 1	Tidak menggunakan kelompok kontrol dan dilakukan dalam

	Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Anemia di Desa Cerme, Kabupaten Kediri Tahun 2022 (Supiati dkk.)	minggu. Rata-rata peningkatan Hb 0,94 g/dL, p=0,000. Tidak ada kelompok kontrol.	waktu yang lebih singkat. Penelitian Anda menggunakan kontrol untuk validitas lebih kuat.
5	Pengaruh Asupan Telur Ayam Rebus terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Anemia di Kabupaten Manado (Keintjem dkk., Hariyati, 2021)	Desain, lokasi, dan durasi tidak disebutkan. Intervensi telur rebus menghasilkan peningkatan Hb sebesar 1,13 g/dL, p=0,001.	Kekurangan data metodologis menjadi keterbatasan pembanding. Penelitian Anda lebih eksplisit dalam metodologi dan konteks lokal.

Sumber Data Sekunder (2025

