BAB 1
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kehamilan adalah periode paling penting yang membutuhkan perhatian khusus terhadap asuhan gizi dan pola hidup ibu. Salah satu kebiasaan yang sering ditemui pada ibu hamil adalah konsumsi kopi. Kopi mengandung kafein yang dapat menembus plasenta dan mempengaruhi janin. Konsumsi kafein berlebihan selama kehamilan dikaitkan dengan peningkatan risiko keguguran, berat badan janin lahir rendah (BBLR) dan gangguan perkembangan janin (Karlinah, 2019). Selain itu, kafein bisa melintasi plasenta sehingga meningkatkan laju jantung dan juga pernafasan janin. Satu hal yang menjadi kekhawatiran adalah kafein dapat mengurangi penyerapan zat besi pada ibu hamil yang secara teoritis dapat memicu anemia.

Menurut (WHO, 2023) konsumsi kafein harian ibu hamil sebaiknya tidak melebihi 200 mg/hari (setara ± 1-2 cangkir kopi). Namun, masih banyak ibu hamil yang tidak mengetahui batas aman konsumsi kopi dan dampaknya. Pengetahuan ibu hamil tentang ini sangat berpengaruh terhadap perilaku mereka dalam membatasi konsumsi kopi selama kehamilan.

Di Indonesia, budaya minum kopi sudah mengakar kuat di berbagai daerah, khususnya di Aceh. Aceh dikenal sebagai salah satu penghasil kopi terbesar dan memiliki tradisi minum kopi yang kental. Kondisi ini membuat ibu hamil di Aceh lebih sering terpapar kopi, baik karena kebiasaan pribadi maupun lingkungan sosial. Dalam konteks konsumsi kopi, ibu yang memahami risiko kafein terhadap janin cenderung akan mengurangi atau menghindari kopi selama kehamilan.

Kafein bisa melintasi plasenta sehingga meningkatkan laju jantung dan juga pernafasan janin.Satu hal yang menjadi kekhawatiran adalah kafein dapat mengurangi penyerapan zat besi pada ibu yang secara teoritis dapat memicu anemia. Karena perempuan hamil rentan terkena anemia, maka mengkonsumsi kafein bisa memberikan efek buruk dan memperparah keadaan seperti pusing, kelelahan serta detak jantung tak teratur. Mengkonsumsi kopi sudah menjadi tradisi turun temurun di masyarakat khususnya didaerah perdesaan tidak terkecuali ibu hamil, dan ibu hamil tersebut tidak peduli dengan kesehatannnya. Hal tersebut dikarenakan kurangnya pengetahuan ibu tentang dampak buruk mengkonsumsi kopi dan belum adanya penyuluhan tentang konsumsi kopi pada ibu hamil (Karlinah, 2019). Tanpa pengetahuan yang memadai, ibu hamil berpotensi terus mengkonsumsi kopi tanpa mempertimbangkan dampaknya bagi kesehatan janin.

Menurut hasil penelitian Sukrisno pada tahun 2007 dalam Chici (2021) , (Peneliti Pasca Panen Pusat Penelitian Kopi dan Kakao Indonesia), menyebutkan bahwa Kafein berdampak pada janin karena dapat menyeberang plasenta dan masuk ke dalam sirkulasi janin dengan resiko terberatnya adalah terjadi keguguran, kafein juga dapat menyebabkan peningkatan hormon epinefrin, dan menyebabkan ibu dan janinnya stres. Peningkatan kadar epinefrin akan mengakibatkan berkurangnya aliran darah ke dalam rahim, sehingga mengurangi aliran oksigen dan nutrisi ke janin. Kafein yang diminum oleh ibu hamil, tidak hanya dapat melintasi plasenta dan memasuki aliran darah janin karena hati pada janin belum mampu memproses kafein secepat ibunya, sehingga kafein itu akan tinggal di sistem peredaran darah janin dalam waktu yang lebih lama (Chici, 2021).

Berbagai studi epidemologi menunjukkan bahwa terdapatnya hubungan kuat dari efek kafein. Risiko keguguran pada wanita hamil yang mengkonsumsi secangkir atau lebih kopi per hari ditunjukkan pada sebuah studi mulai dari tahun 1998. Penelitian lain menunjukkan bahwa kopi dapat menyebabkan penurunan berat badan bayi untuk anak dan juga tingkat peningkatan aborsi spontan (Rasch, 2008 dalam Chici 2021).

Data epidemiologi menunjukkan bawa pada dosis lebih dari 300 mg kafein perhari (setara dengan kefein yang terdapat dalam 2-3 gelas kopi) dapat menyebabkan abortus spontan atau gangguan pada irama denyut jantung bayi. Ibu hamil yang mengkonsumsi lebih dari 300 mg kafein sehari selama kehamilan mempunyai kecenderungan untuk melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah (BBLR). Untuk itu perlu sebagai ibu hami mengetahui dampak yang ditimbulkan bila mengkonsumsi terlalu banyak kopi selama kehamilan. Maka perlu pengetahuan ibu terhadap dampak dan bahaya yang ditimbulkan dari kebiasaan konsumsi kopi pada kehamilan. Pengetahuan ibu hamil merupakan salah satu faktor penting yang mempengaruhi perilaku mereka dalam memilih makanan dan minuman.

Menurut Notoadmojo (2020) pengetahuan yang baik akan mempengaruhi sikap dan pada akhirnya membentuk perilaku yang sehat. Selain itu tingkat pendidikan seorang wanita mempengaruhi pengetahuan yang dimiliki, dengan tingkat pengetahuan yang baik wanita akan semakin peka dan mudah dalam mencari tahu, mendapat, dan menerima informasi dalam hal ini adalah informasi mengenai kehamilan.

Menurut data ibu hamil yang memeriksakan diri ke Puskesmas selama 3 bulan terakhir sebanyak 83 orang, ibu hamil yang datang pada bulan Juni

berjumlah 38 orang (Puskesmas Meureubo, 2026).

Berdasarkan survei awal peneliti di Puskesmas Meureubo terdapat ibu-ibu hamil rutin melakukan pemeriksaan kehamilan di Puskesmas, tetapi masih banyak ibu hamil yang sering mengkonsumsi kopi selama kehamilan dan tidak mengetahui dampak yang ditimbulkan jika terlalu banyak mengkonsumsi kopi selama kehamilan. Ibu hamil yang datang ke puskesmas sebagian besar belum mengetahui bahwasanya kopi mengandung kafein yang berbahaya bagi janin.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti mengambil judul skripsi mengenai hubungan pengetahuan ibu hamil dengan mengkonsumsi kopi pada kehamilan di Puskesmas Meureubo Kecamatan Meureubo Kabupaten Aceh Barat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah peneliti kemukakan diatas maka perumusan masalahnya ialah mengenai pengetahuan ibu hamil yang mengkonsumsi kopi. ‘’Apakah ada hubungan pengetahuan ibu hamil tentang mengkonsumsi kopi pada kehamilan di Puskesmas Meureubo Kecamatan Meureubo Kabupaten Aceh Barat?’’

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan hubungan pengetahuan ibu hamil tentang mengkonsumsi kopi pada kehamilan di Puskesmas Meureubo Kecamatan Meureubo Kabupaten Aceh Barat.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan ibu hamil di Puskesmas Meureubo Kecamatan Meureubo.
2. Mengidentifikasi gambaran kebiasaan konsumsi kopi ibu hamil di Puskesmas Meureubo Kecamatan Meureubo.
3. Menganalisis hubungan pengetahuan ibu hamil tentang mengkonsumsi kopi pada kehamilan di Puskesmas Meureubo Kecamatan Meureubo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Peneliti

Menambah referensi ilmiah tentang pengetahuan ibu hamil tentang konsumsi kopi pada kehamilan, mendukung atau memperkuat teori yang terkait pengetahuan ibu hamil serta dapat menjadi dasar untuk penelitian lanjutan dengan metode berbeda.

1.4.2 Tempat Penelitian

Menambah referensi terkait pengetahuan ibu hamil dalam mengkonsumsi kopi pada kehamilan dan sebagai dasar dalam merancang kebijakan atau kegiatan edukasi rutin mengenai bahaya konsumsi kopi berlebih pada ibu hamil.

1.4.3 Universitas Prima Indonesia

Penelitian ini dapat memberikan informasi yang berguna tentang hubungan antara pengetahuan ibu hamil tentang konsumsi kopi pada kehamilan, sehingga dapat menjadi dasar untuk menyusun program edukasi kesehatan yang relevan.