

HUBUNGAN PERILAKU HIDUP BERSIH DAN SEHAT DENGAN KEJADIAN PREEKLAMPSIA PADA IBU HAMIL DI RUMAH SAKIT SUNDARI MEDAN

Nurul Ainun Mardiah¹, Zuhrina Aidha²
nurrainun27@gmail.com¹, zuhrinaidha@uinsu.ac.id²
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara

ABSTRAK

Preeklampsia merupakan salah satu penyebab utama kematian ibu dan janin di Indonesia serta menjadi tantangan serius dalam upaya peningkatan kualitas kesehatan ibu hamil. Metode yang digunakan adalah survei cross-sectional dengan instrumen kuesioner yang mencakup aspek pola makan, aktivitas fisik, kualitas tidur, serta kepatuhan pemeriksaan kehamilan rutin. Hasil analisis menunjukkan hubungan signifikan antara pola makan sehat dengan kejadian preeklampsia (p value = 0,011), aktivitas fisik tidak memiliki hubungan dengan preeklampsia (p value = 0,538), kualitas tidur menunjukkan hubungan signifikan (p value = 0,000), dan pemeriksaan kehamilan rutin (ANC) juga memiliki hubungan signifikan (p =0,027), di mana ibu yang jarang melakukan pemeriksaan kehamilan lebih sering ditemukan kasus preeklampsia. Temuan ini menegaskan pentingnya penguatan edukasi PHBS yang komprehensif kepada ibu hamil guna menurunkan risiko preeklampsia dan meningkatkan derajat kesehatan ibu dan janin.

Kata Kunci: PHBS, Preeklampsia, Ibu Hamil, Komplikasi.

ABSTRACT

Preeclampsia is one of the leading causes of maternal and fetal mortality in Indonesia and poses a serious challenge in efforts to improve the health of pregnant women. The method used was a cross-sectional survey with a questionnaire covering aspects of diet, physical activity, sleep quality, and compliance with routine prenatal checkups. The analysis results showed a significant association between healthy dietary patterns and the occurrence of preeclampsia (p -value = 0.011), physical activity was not associated with preeclampsia (p -value = 0.538), sleep quality showed a significant association (p -value = 0.000), and routine prenatal care (ANC) also had a significant association (p = 0.027), where mothers who rarely underwent prenatal care were more frequently found to have preeclampsia. These findings emphasize the importance of strengthening comprehensive PHBS education for pregnant women to reduce the risk of preeclampsia and improve the health status of both the mother and the fetus.

Keywords: PHBS, Preeclampsia, Pregnant Women, Complication.

PENDAHULUAN

Dalam memperoleh calon generasi yang sehat, emas, dan berkualitas, kesehatan ibu dan anak memiliki peran penting di dalamnya. Di tahun 2020, setiap dua menit kematian ibu hampir terjadi dan di tahun tersebut hampir 800 perempuan meninggal setiap harinya. Menyentuh 95% dari keseluruhan kematian ibu banyak terjadi di berbagai negara yang memiliki pendapatan rendah dan menengah kebawah. Indikator Pembangunan Manusia (IPM) terdiri dari beberapa bagian tertentu yang salah satunya ialah Angka Kematian Ibu (AKI), di mana hal tersebut menjadi indikator keberhasilan pembangunan di Indonesia. Dilansir dari Profil Dinas Kesehatan AKI Nasional pada tahun 2020, sekitar 79,40 per 100.00 kelahiran hidup dan pada tahun 2022, Sumatera Utara memiliki ambisi bahwa AKI sebanyak 79,40 per 100.000 kelahiran hidup, dengan target AKB sebesar 2,32 per 1.000 kelahiran hidup.¹

Penyebab dari kematian ibu adalah dikarenakan gangguan selama kehamilan ataupun saat persalinan. Masa-masa ibu mengandung, menjadi tahapan krusial dalam kehidupan setiap perempuan. Hal tersebut dikarenakan pada masa kehamilan, setiap ibu memiliki fokus utama yaitu mengoptimalkan kesehatan dan perkembangan dan pertumbuhan janin. Kehamilan adalah suatu tahapan proses fisiologis pada masa reproduksi yang dihadapi perempuan. Saat perempuan berada pada masa kehamilan, perubahan-perubahan akan terjadi secara fisik maupun psikologis, hal ini dikarenakan suatu upaya ibu yang menyesuaikan dengan pertumbuhan janin maupun saat persalinan.²

Berulang kali terjadi berbagai komplikasi yang dapat memberi akibat pada kesehatan ibu dan janin. Komplikasi saat hamil dimaknakan dengan suatu gangguan atau kelainan yang dihadapi oleh ibu, janin, dan juga bisa terjadi pada keduanya.³ Macam-macam dari komplikasi kehamilan terdiri dari KPD (Ketuban Pecah Dini), eklamsi, plasenta previa, dan kehamilan ganda, diabetes melitus gestation, preeklampsia yang disebabkan oleh tekanan darah tinggi dan masih banyak lainnya.⁴ Dalam komplikasi juga terdapat gejala yang akan dirasakan, contohnya sakit kepala yang tidak bisa ditahan, mengalami pendarahan, pandangan yang kabur, terjadi pembengkakan pada area muka dan tangan, rasa nyeri yang terjadi di abdomen, juga bayi yang tidak lagi aktif.

Preeklampsia menjadi salah satu yang bisa terjadi pada saat-saat kehamilan dan bisa membahayakan ibu hamil. Preeklampsia menjadi salah satu komplikasi yang menjadi sorotan global. Preeklampsia merupakan saat di mana ibu hamil akan merasakan tekanan darah tinggi di mana sebelum itu memiliki tekanan normal sesudah menyentuh kandungan usia 20 minggu. Dampak dari preeklampsia sendiri pada 5%-7% kehamilan dan berperan >70.000 kematian ibu dan 500.000 kematian pada janin setiap tahunnya di seluruh dunia. Preeklampsia juga alasan utama dari kematian maternal, morbiditas yang serius, perawatan intens ibu, prematuritas, dan operasi caesar.⁵

World Health Organization (WHO) memprakirakan peristiwa preeklampsia 7 kali lebih banyak terjadi di negara berkembang dibandingkan di negara maju. Angka kasus preeklampsia dan eklampsia yang terjadi di seluruh dunia adalah 6%-8% di antara seluruh perempuan hamil.⁶ Menurut data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 diperkirakan setiap hari muncul 934 peristiwa preeklampsia yang terjadi di seluruh dunia.⁷ Sekitar 342.000 ibu hamil menghadapi preeklampsia. Preeklampsia menjadi salah satu dari tiga faktor utama komplikasi pada masa-masa kehamilan maupun saat persalinan, di mana yang pertama adalah pendarahan (30%), preeklampsia/eklampsia (25%), dan infeksi (12%).⁸

Angka kasus preeklampsia yang terjadi di negara maju ialah 1,3%-6%, sementara di negara berkembang ialah 1,8%-18%. Kasus preeklampsia yang terjadi pada Indonesia sendiri ialah 128.273/tahunnya atau sekitar 5,3%. Di negara maju, total kejadian preeklampsia sekitar 6,4%. Sedangkan kasus preeklampsia yang terjadi di Indonesia tahun 2020 dengan prevalensi sebesar 9,4%.⁹ Di wilayah Sumatera Utara sendiri memberikan 23,7% kematian maternal dan masuk ke 5 wilayah penyumbang kematian terbanak di Indonesia.

Pemicu langsung dari kematian ibu itu disebabkan oleh preeklampsia/eklampsia dan juga pendarahan dan preeklampsia menjadi sebagian penyebab dari kematian ibu dan janin dengan angka kasus yang bisa dikatakan tinggi.¹⁰ Terdapat berbagai penyebab dari preeklampsia, namun teori The Disease OF Theoris menjelaskan jika radikal bebas menjadi salah satunya. Berbagai faktor yang mendatangkan kemajuan radikal bebas yaitu radiasi, polusi, faktor fisik.¹¹

Sejumlah faktor yang dapat memicu preeklampsia yaitu: status sosial ekonomi yang rendah, akses yang terbatas ke pelayanan kesehatan, pola makan (diet vitami C dan E),

riwayat hipertensi di kehamilan sebelumnya, kurangnya pengetahuan, dan perilaku perawatan reproduksi yang buruk.

Seiring pergeseran zaman, gaya hidup tentunya juga beralih dengan kemajuan mutu hidup manusia, khususnya mengenai cara hidup. Perubahan pola makan yang termasuk kandungan menu dan intensitas diet juga menjadi cakupan dari pergeseran gaya hidup. Pola hidup masyarakat di perkotaan sekarang ini kerap membuat masyarakat lalai dengan konsumsi pangannya. Pola makan di daerah perkotaan kini telah beralih dari diet tradisional ke diet Barat, di mana komponen makanan mengandung terlalu banyak gula, lemak, serat, dan protein, yang terutama ditemukan pada makanan cepat saji yang sangat terkenal saat ini, seperti burger, pizza, dan lainnya.

Make Pregnancy Safer (MPS) yang menjadi unit dari Safe Parenting telah dirancang oleh Indonesia sebagai salah satu usaha dalam menurunkan AKI dan AKB dan hal tersebut dilakukan sesuai dengan 3 kunci, yaitu: di setiap persalinan harus mendapatkan bantuan, ketika komplikasi obstetri dan neonatus harus mendapatkan pelayanan secara akurat, dan komplikasi keguguran harus ditangani oleh tenaga kesehatan yang sudah terlatih.¹²

Berlandaskan data yang didapat oleh catatan medis ibu bersalin di RSU Sundari Medan periode tahun 2023 hingga 2024, pada tahun 2023 terdapat 192 pasien yang mengalami preeklampsia dan sebanyak 92 pasien di tahun 2024. Sementara itu, dalam studi lain, temuan pendataan awal yang dilaksanakan di RSU Sundari Medan pada tahun 2019 menemukan bahwa ada 45 wanita hamil yang mengalami preeklampsia dari semua wanita hamil yang mengunjungi. Pada tahun 2020, terjadi lonjakan menjadi 79 kasus dari total wanita hamil yang mengunjungi.

Kajian yang dilakukan di Puskesmas Cilimus menunjukkan adanya hubungan antara pola hidup yang sehat pada ibu hamil dengan kejadian preeklamsi. Data menunjukkan bahwa satu di antara penyebab kematian ibu di Kabupaten Kuningan itu merupakan akibat dari preeklampsia. Dari penelitian tersebut diketahui bahwa gambaran pola hidup sehat dari ibu hamil yang berada di Puskesmas Cilimus mayoritasnya adalah (77,1%) dengan pola hidup sehat ibu hamil yang sehat. Hasil dari penelitian mengindikasikan bahwa pola hidup sehat berpengaruh terhadap risiko terjadinya preeklamsi pada ibu hamil.

Penelitian ini mendukung teori bahwa pola makan yang baik dan perilaku hidup bersih dan sehat sangat penting selama kehamilan, karena nutrisi yang buruk dapat berkontribusi pada hasil kehamilan yang tidak optimal. Dengan demikian, upaya untuk mengembangkan kesadaran dan penerapan pola hidup sehat di kalangan ibu hamil perlu diperkuat untuk merendahkan risiko preeklamsi dan meningkatkan kesehatan ibu juga janin.¹³

Berdasarkan temuan awal yang sudah dilaksanakan di RSU Sundari Medan terhadap sepuluh responden menunjukkan bahwa secara umum, pasien dapat dikategorikan memiliki Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) yang baik, sejalan dengan tujuan utama PHBS untuk memberi peningkatan terhadap mutu kesehatan menggunakan peningkatan kesadaran individu.

Namun, survei ini juga mengidentifikasi adanya area spesifik di mana penerapan perilaku sehat masih kurang optimal. Sebagai contoh, lima dari sepuluh pasien dilaporkan jarang memeriksakan kehamilan mereka di pelayanan kesehatan, padahal pemeriksaan kehamilan secara rutin (ANC) merupakan salah satu indikator krusial dalam PHBS, khususnya terkait kesehatan ibu dan anak.

Selanjutnya, lima dari sepuluh pasien juga jarang melakukan aktivitas fisik, dan satu orang bahkan tidak pernah beraktivitas fisik, padahal aktivitas fisik merupakan indikator penting dari PHBS dalam pencegahan penyakit tidak menular. Temuan ini menyoroti pentingnya upaya berkelanjutan untuk memperkuat kesadaran dan kepatuhan terhadap seluruh aspek PHBS, bahkan pada individu yang secara umum dikategorikan memiliki

PHBS yang baik, sehingga intervensi yang ditargetkan mungkin diperlukan untuk mengatasi hambatan spesifik yang mencegah pasien untuk melakukan pemeriksaan kehamilan secara teratur dan berpartisipasi dalam aktivitas fisik yang cukup, mengingat pentingnya indikator PHBS di rumah tangga, termasuk persalinan yang dibantu oleh tenaga kesehatan, pemberian ASI yang eksklusif, penimbangan balita di setiap bulannya, dan promosi PHBS di fasilitas pelayanan kesehatan itu sendiri, melalui pemberdayaan pasien, pengunjung, serta petugas.

Integrasi keislaman dalam kesehatan menciptakan kerangka kerja yang holistik, di mana kesehatan fisik, mental, dan spiritual saling terkait. Dalam Islam, kesehatan dianggap sebagai pemberian yang didapat dari Allah SWT yang seharusnya dirawat secara optimal. Islam mengimbau umatnya agar terus memelihara kesehatan fisik atau jasmani dan batin. Kebersihan jasmani menjadi salah satu yang tergambar dari perilaku selalu bersuci sebelum menjalankan amal ibadah kepada Allah SWT.

Suci dari hadas dan najis merupakan sebagian syarat syah yang sudah seharusnya dilakukan oleh umat muslim ketika akan menunaikan ibadah. Keinginan untuk bersuci menjadi kenyataan jika Islam begitu mengutamakan kesucian dan kebersihan, tidak hanya dari apa yang dikenakan, namun dalam hal yang kita konsumsi. Pada QS. Al-Baqarah ayat 168 memberikan panduan lebih lanjut tentang apa yang seharusnya dikonsumsi. Allah SWT berfirman:

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا حُطُولَ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَذَابٌ مُّبِينٌ

Artinya: “Wahai manusia, makanlah sebagian (makanan) di bumi yang halal lagi baik dan janganlah mengikuti langkah-langkah setan. Sesungguhnya ia bagimu merupakan musuh yang nyata.”

Surah Al-Baqarah ayat 168 ini menjelaskan mengenai arahan Allah SWT dalam mengonsumsi makanan dihalalkan. Makanan yang baik haruslah mengandung unsur-unsur yang bermanfaat, tidak tercemar oleh zat-zat berbahaya, serta dipersiapkan dan disampaikan dengan langkah yang selaras dengan prinsip-prinsip Islam. Dalam hal ini, Allah SWT mengingatkan umat manusia agar tidak hanya memperhatikan aspek kehalalan dari makanan, tetapi juga kualitas dan manfaatnya bagi kesehatan. Penjelasan tersebut sejalan dengan konsep Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS), di mana setiap manusia dianjurkan untuk mengonsumsi makanan yang bersih dan bermanfaat bagi tubuh. Patut dilihat apa yang dikonsumsi oleh tubuh kita guna mencegah datangnya penyakit.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan analitik korelasi dan pendekatan “cross sectional”.⁴² Di mana penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara faktor-faktor risiko dengan efek melalui pendekatan dan pengumpulan data. Desain penelitian ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara perilaku hidup sehat dan kejadian preeklampsia pada ibu hamil.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pembahasan Hasil Penelitian

1. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Preeklampsia pada Ibu Hamil

Berdasarkan hasil analisis bivariat, proporsi preeklampsia lebih tinggi pada responden dengan pola makan baik (80%–110% dari Angka Kecukupan Gizi/AKG) dibandingkan dengan kelompok pola makan kurang (<80% AKG). Dari 2 responden dengan pola makan baik, 1 orang (50,0%) mengalami preeklampsia, sedangkan pada kelompok pola makan kurang, hanya 1 dari 28 responden (3,6%) yang mengalami preeklampsia. Hasil uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0,011 (<0,05)$, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian preeklampsia pada

responden.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Izati dan Novita, yang menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil dengan preeklamsia kurang mengonsumsi buah dan sayur yang kaya antioksidan. Penelitian ini menegaskan bahwa pola makan sehat yang kaya buah, sayur, dan minyak sayur berkontribusi pada penurunan risiko preeklamsia. Sebaliknya, pola makan yang buruk yang ditandai dengan kurangnya asupan buah dan sayur meningkatkan risiko preeklamsia pada ibu hamil di trimester ketiga.⁴⁷

Selain itu, penelitian lain menunjukkan bahwa pola makan tidak sehat berhubungan dengan kejadian preeklampsia berat pada ibu hamil trimester 3. Frekuensi pola makan tidak sehat sebanyak 46,4% pada ibu hamil yang mengalami preeklampsia berat, menunjukkan bahwa pola makan yang buruk berkontribusi terhadap risiko komplikasi kehamilan ini. Hal ini diperkuat oleh hasil studi lain yang menegaskan bahwa asupan gizi yang tidak seimbang, terutama rendah energi, protein, dan kalsium, berhubungan dengan peningkatan risiko preeklampsia melalui mekanisme peningkatan tekanan darah pada ibu hamil primipara trimester 2 dan 3.⁴⁸

Secara teori, pola makan yang baik seharusnya berperan protektif terhadap risiko preeklampsia karena asupan nutrisi yang cukup mendukung kesehatan ibu dan perkembangan janin. Namun, kenyataannya terdapat kasus di mana ibu hamil dengan pola makan baik tetap mengalami preeklampsia. Hal ini dapat dijelaskan karena preeklampsia merupakan kondisi multifaktorial yang tidak hanya dipengaruhi oleh pola makan, tetapi juga oleh faktor risiko lain yang lebih dominan seperti riwayat hipertensi kronis, faktor genetik, obesitas, dan penyakit penyerta lainnya.⁴⁹

Kajian mengenai pola makan sumber protein pada ibu hamil menunjukkan bahwa variasi sumber protein yang kurang beragam dapat berdampak negatif pada status gizi ibu hamil dan berpotensi meningkatkan risiko preeklampsia. Konsumsi protein yang cukup dan bervariasi, termasuk tahu, tempe, ikan, dan telur, sangat penting untuk mendukung pertumbuhan janin dan menjaga kesehatan ibu selama kehamilan. Oleh karena itu, edukasi dan intervensi gizi yang menekankan pola makan seimbang, kaya sayur, buah, dan protein berkualitas, sangat diperlukan untuk mengurangi risiko preeklampsia.⁵⁰

Islam menjelaskan terkait pentingnya memilih pola makan yang halal dan baik, terutama bagi ibu hamil yang rentan terhadap berbagai gangguan kesehatan seperti preeklampsia. Dalam menjaga kesehatan ibu dan janin, pola makan yang tepat tidak hanya menjadi kebutuhan fisik, tetapi juga bagian dari ibadah dan bentuk syukur kepada Allah SWT. Hal ini dijelaskan dalam Surah An-Nahl ayat 114 yang menegaskan agar manusia memakan dari rezeki yang dianugerahkan Allah dengan cara yang halal, baik, lezat, dan bergizi, sehingga dapat menjaga kesehatan dan menghindarkan diri dari bahaya:

فَكُلُوا مِمَّا رَزَقَنَّا اللَّهُ حَلَالًا طَيْبًا وَاشْكُرُوا نِعْمَتَ اللَّهِ إِنْ كُلْتُمْ إِيمَانَهُ تَعَذُّذُونَ

Artinya: “Makanlah sebagian apa yang telah Allah anugerahkan kepadamu sebagai (rezeki) yang halal lagi baik dan syukurilah nikmat Allah jika kamu hanya menyembah kepada-Nya”

Berdasarkan tafsir Al-Mishbah yang menegaskan pentingnya memilih makanan yang halal, baik, lezat, dan bergizi sebagai bentuk syukur kepada Allah SWT. Dalam konteks kehamilan, pola makan ibu sangat berperan dalam menjaga kesehatan janin dan mencegah komplikasi seperti preeklampsia, yaitu kondisi hipertensi yang dapat membahayakan ibu dan janin.⁵¹

Ayat ini mengingatkan bahwa makanan bukan sekadar kebutuhan fisik, tetapi juga merupakan amanah yang harus dipilih dengan penuh kesadaran agar tidak menimbulkan mudharat, termasuk risiko kesehatan yang serius. Dengan mengonsumsi makanan halal dan baik, ibu hamil tidak hanya memenuhi kebutuhan nutrisinya, tetapi juga menjaga kondisi

tubuh agar tetap optimal dalam menghadapi tekanan kehamilan.

Pemilihan makanan yang halal dan baik sebagaimana dijelaskan dalam tafsir Al-Mishbah harus disesuaikan dengan kondisi kesehatan individu, terutama ibu hamil yang rentan terhadap gangguan kesehatan seperti preeklampsia. Preeklampsia sering kali dipengaruhi oleh faktor nutrisi yang tidak seimbang, seperti kekurangan asupan zat besi, kalsium, dan antioksidan yang dapat memperparah tekanan darah dan kerusakan pembuluh darah.

Oleh karena itu, konsep “halal lagi baik” dalam ayat tersebut mengandung makna bahwa makanan yang dikonsumsi harus tidak hanya halal secara syariat, tetapi juga bergizi dan sesuai dengan kebutuhan kesehatan ibu hamil. Dengan demikian, pola makan yang tepat dan penuh kesadaran syariah dapat menjadi salah satu upaya preventif untuk mengurangi risiko preeklampsia, sekaligus menunjukkan rasa syukur atas nikmat rezeki yang dianugerahkan Allah.

Ayat ini juga mengingatkan agar manusia tidak menyia-nyiakan nikmat Allah dengan mengganti makanan yang halal dan baik menjadi keburukan, yang dalam konteks kesehatan ibu hamil berarti menghindari makanan yang meskipun halal namun tidak sehat, berlebihan, atau mengandung zat berbahaya yang dapat memicu komplikasi seperti preeklampsia. Sikap syukur yang diwujudkan dalam pola makan sehat dan halal merupakan bentuk ibadah dan kepatuhan kepada Allah yang sekaligus menjaga keselamatan ibu dan janin.

Dari perspektif ilmu perilaku, pemahaman tentang pentingnya memilih makanan yang “halal lagi baik” dapat meningkatkan motivasi dan kepatuhan ibu hamil dalam menerapkan pola makan sehat. Hal ini sangat penting mengingat preeklampsia sering dikaitkan dengan ketidakseimbangan nutrisi, seperti kurangnya asupan zat besi, kalsium, dan antioksidan. Dengan pendekatan yang mengintegrasikan nilai agama dan edukasi gizi, ibu hamil lebih terdorong untuk menghindari makanan yang meskipun halal, tetapi kurang sehat atau berpotensi membahayakan kesehatan janin dan dirinya sendiri.

Sebagai tambahan, ayat ini juga mengajarkan pentingnya menghindari pemborosan dan konsumsi berlebihan yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan. Sikap syukur yang diwujudkan melalui pola makan sehat dan halal menjadi bagian dari perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS), yang merupakan fokus utama dalam promosi kesehatan. Dengan demikian, tafsir ini tidak hanya memberikan landasan spiritual, tetapi juga memperkuat pendekatan perilaku dalam upaya pencegahan preeklampsia dan peningkatan kualitas hidup ibu hamil secara menyeluruhan.

2. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Preeklampsia pada Ibu Hamil

Berdasarkan tabel yang ada, terlihat bahwa kasus preeklampsia hanya ditemukan pada kelompok ibu hamil dengan tingkat aktivitas fisik rendah (<600 MET), yaitu 2 orang (10,5%) dari 19 responden. Pada kelompok aktivitas sedang (600–2999 MET) dan tinggi (>3000 MET), tidak ditemukan kasus preeklampsia. Namun, hasil uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0,538$ ($p > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat aktivitas fisik dengan kejadian preeklampsia pada responden. Dengan kata lain, dalam penelitian ini, tingkat aktivitas fisik tidak berpengaruh nyata terhadap risiko terjadinya preeklampsia.

Penjelasan ini didukung oleh penelitian yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Tempurejo, Kabupaten Jember, yang menemukan bahwa meskipun sebagian ibu hamil melakukan aktivitas fisik dalam kategori baik, tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian preeklampsia ($p > 0,05$). Penelitian tersebut menyatakan bahwa ibu hamil yang mengalami preeklampsia cenderung mengontrol aktivitas fisiknya dan lebih banyak beristirahat, sehingga kelompok preeklampsia justru memiliki proporsi aktivitas fisik yang baik, namun hal ini tidak berpengaruh signifikan

terhadap kejadian preeklampsia. Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas fisik selama kehamilan perlu dikontrol dan disesuaikan dengan kondisi ibu agar tidak menimbulkan risiko tambahan.⁵²

Selain itu, studi lain di Rumah Sakit DKT Kota Kediri menunjukkan bahwa meskipun aktivitas fisik dapat membantu meningkatkan sirkulasi darah dan elastisitas pembuluh darah, hubungan aktivitas fisik dengan preeklampsia masih bervariasi tergantung intensitas dan jenis aktivitas yang dilakukan. Penelitian ini menemukan bahwa sebagian besar ibu hamil melakukan aktivitas fisik ringan, dan terdapat hubungan bermakna antara aktivitas fisik dengan kejadian preeklampsia ($p = 0,000$), namun jenis aktivitas ringan lebih dominan dilakukan untuk mengurangi risiko preeklampsia.⁵³

Perbedaan ini mengindikasikan bahwa hubungan aktivitas fisik dan preeklampsia tidak selalu linier dan dipengaruhi oleh banyak faktor lain seperti kondisi kesehatan ibu, jenis aktivitas, dan durasi. Faktor-faktor lain seperti stres, status gizi, dan faktor genetik juga berperan penting dalam kejadian preeklampsia.

Penelitian di Puskesmas Purwokerto Selatan menemukan bahwa aktivitas fisik dan tingkat stres berhubungan bermakna dengan kejadian preeklampsia, sehingga aktivitas fisik yang tidak terkontrol dan stres tinggi dapat mempengaruhi risiko preeklampsia. Oleh karena itu, aktivitas fisik selama kehamilan harus dilakukan dengan pengawasan dan disesuaikan dengan kondisi ibu.⁵⁴

Beberapa penelitian menunjukkan bahwa hubungan antara aktivitas fisik ibu hamil dan kejadian preeklampsia masih belum konsisten dan tidak selalu signifikan. Aktivitas fisik selama kehamilan memang dianjurkan untuk menjaga kesehatan fisik dan mental, seperti senam hamil, berenang, jalan kaki, jogging, bersepeda, dan aktivitas rumah tangga seperti mengepel dan mencuci.⁵⁵ Namun, faktor-faktor yang menyebabkan ibu hamil kurang aktif secara fisik cukup beragam, termasuk rasa tidak nyaman seperti mual, nyeri, kelelahan, sesak napas, dan kram kaki yang umum dialami selama kehamilan.

Selain itu, rasa malu terkait perubahan penampilan dan kurangnya informasi mengenai aktivitas fisik yang aman selama kehamilan juga menjadi penghambat utama. Hal ini juga menjadi alasan mengapa mayoritas responden memiliki tingkat aktivitas fisik di kategori rendah dan sedang.

Penelitian di beberapa wilayah menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil melakukan aktivitas fisik dalam kategori ringan hingga sedang, dengan frekuensi aktivitas fisik berat yang relatif rendah. Hal ini juga dipengaruhi oleh kondisi sosial ekonomi, di mana mayoritas ibu hamil adalah ibu rumah tangga dengan pendapatan rendah dan hanya memiliki satu kendaraan yang digunakan oleh suami, sehingga mereka lebih banyak berjalan kaki untuk bepergian. Aktivitas fisik yang dilakukan seringkali berupa pekerjaan rumah tangga seperti menyiapkan makanan, mencuci, menyapu, dan merawat anak, yang meskipun termasuk aktivitas fisik, intensitasnya cenderung sedang atau ringan.

3. Hubungan Kualitas Tidur dengan Kejadian Preeklampsia pada Ibu Hamil

Berdasarkan tabel analisis, dari 30 responden, sebagian besar memiliki kualitas tidur yang baik (skor 0–17), yaitu sebanyak 26 orang (86,7%). Seluruh responden dengan kualitas tidur baik tidak mengalami preeklampsia (100%). Sebaliknya, dari 4 responden dengan kualitas tidur cukup (skor 18–34), sebanyak 2 orang (50%) mengalami preeklampsia dan 2 orang (50%) tidak mengalami preeklampsia. Hasil uji chi-square menunjukkan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan kejadian preeklampsia pada responden. Dengan demikian, kualitas tidur yang baik berperan penting dalam menurunkan risiko preeklampsia.

Penelitian ini sejalan dengan temuan yang dilaporkan oleh Swita Anggraini et al. (2022) di wilayah kerja Puskesmas Toboali Bangka Selatan, yang menunjukkan bahwa

responden dengan kualitas tidur kurang berkualitas memiliki peluang 7,6 kali lebih besar mengalami preeklampsia dibandingkan dengan yang memiliki kualitas tidur baik ($p = 0,012$). Gangguan tidur yang berlangsung terus-menerus dapat mengakibatkan ketidakseimbangan homeostasis tubuh yang memicu aktivasi sistem saraf simpatik, meningkatkan tahanan perifer dan curah jantung, sehingga menyebabkan peningkatan tekanan darah yang berkontribusi pada preeklampsia.⁵⁶

Selain itu, penelitian di RSUD Dr. H. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin juga menemukan hubungan kuat antara kualitas tidur dan kejadian preeklampsia dengan nilai korelasi $r = 0,665$ dan $p = 0,000$. Studi tersebut mengemukakan bahwa perubahan fisiologis dan psikologis selama kehamilan dapat mengganggu pola tidur, yang jika tidak diatasi dapat meningkatkan risiko komplikasi hipertensi kehamilan seperti preeklampsia.⁵⁷

Gangguan kualitas tidur pada ibu hamil juga telah terbukti berpengaruh pada peningkatan tekanan darah dan risiko komplikasi kehamilan lainnya, seperti yang dijelaskan dalam penelitian di RS Mekar Sari Bekasi. Penelitian ini menegaskan pentingnya menjaga kualitas tidur ibu hamil sebagai salah satu upaya pencegahan preeklampsia.⁵⁸

Secara keseluruhan, pernyataan tersebut menegaskan bahwa kualitas tidur merupakan faktor penting yang berhubungan secara signifikan dengan kejadian preeklampsia. Oleh karena itu, intervensi untuk meningkatkan kualitas tidur selama kehamilan sangat dianjurkan sebagai bagian dari upaya pencegahan preeklampsia dan komplikasi kehamilan lainnya.

4. Hubungan Pemeriksaan Kehamilan dengan Kejadian Preeklampsia pada Ibu Hamil

Berdasarkan hasil analisis, terdapat hubungan yang signifikan antara kepatuhan melakukan pemeriksaan kehamilan (ANC) dengan kejadian preeklampsia. Dari 30 responden, sebanyak 28 orang (93,3%) patuh melakukan ANC dan seluruhnya tidak mengalami preeklampsia, sedangkan 2 responden yang tidak patuh keduanya mengalami preeklampsia. Nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa kepatuhan ANC berperan penting dalam menurunkan risiko preeklampsia.

Pentingnya ANC dalam pencegahan preeklampsia sangat besar karena pemeriksaan rutin memungkinkan deteksi dini komplikasi kehamilan, termasuk preeklampsia, sehingga tindakan pencegahan dan penanganan dapat dilakukan lebih awal. ANC juga berfungsi mempersiapkan ibu hamil secara fisik dan mental menghadapi persalinan, serta memberikan edukasi tentang nutrisi, gaya hidup sehat, dan pencegahan komplikasi kehamilan. Dengan kunjungan ANC minimal enam kali selama kehamilan, ibu hamil dapat memperoleh pemantauan yang optimal dan intervensi yang tepat waktu untuk mencegah risiko preeklampsia dan komplikasi lainnya. Program kelas ibu hamil (KIH) yang didukung Kementerian Kesehatan RI juga menjadi sarana edukasi penting dalam meningkatkan kepatuhan ANC dan pengetahuan ibu hamil.⁵⁹ Hasil ini sejalan dengan temuan dari Lina dan Rosdiana bahwa terdapat frekuensi pemeriksaan kehamilan pada kejadian preeklampsia.⁶⁰

Secara keseluruhan, kepatuhan melakukan ANC secara rutin merupakan salah satu faktor utama dalam menurunkan risiko preeklampsia. Oleh karena itu, edukasi dan sosialisasi mengenai pentingnya ANC harus terus ditingkatkan agar ibu hamil dapat melakukan pemeriksaan kehamilan secara teratur, sehingga komplikasi seperti preeklampsia dapat dicegah sedini mungkin dan kesehatan ibu serta janin dapat terjaga optimal.

Islam menjelaskan pentingnya menjaga proses kehidupan manusia sejak awal penciptaannya, termasuk dalam konteks kehamilan, sebagaimana dijelaskan dalam Surah Al-Mu'minun ayat 12-14 yang menggambarkan tahap-tahap penciptaan manusia dari

setetes mani hingga menjadi janin yang sempurna.

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلْطَةٍ مِّنْ طِينٍ ۝
ۚ إِنَّمَا جَعَلْنَا نُطْفَةً فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ ۝
ۗ إِنَّمَا خَلَقْنَا الْجِنَّةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْعَةً فَخَلَقْنَا الْمُضْعَةَ عَظِيمًا فَكَسَوْنَا الْعِظِيمَ لَحْمًا ثُمَّ أَشَانْنَاهُ حَلْمًا أَخْرَى فَبَارَكَ اللَّهُ أَحْسَنُ الْحَلْقَيْنِ ۝

Artinya: "Sungguh, Kami telah menciptakan manusia dari sari pati (yang berasal) dari tanah. Kemudian, Kami menjadikannya air mani di dalam tempat yang kukuh (rahim). Kemudian, air mani itu Kami jadikan sesuatu yang menggantung (darah). Lalu, sesuatu yang menggantung itu Kami jadikan segumpal daging. Lalu, segumpal daging itu Kami jadikan tulang belulang. Lalu, tulang belulang itu Kami bungkus dengan daging. Kemudian, Kami menjadikannya makhluk yang (berbentuk) lain. Mahasuci Allah sebaik-baik pencipta."

Islam menjelaskan pentingnya perawatan antenatal (ANC) dalam menjaga kesehatan ibu hamil dan mencegah komplikasi seperti preeklampsia melalui pemahaman mendalam tentang proses penciptaan manusia dan tanggung jawab menjaga kehidupan yang dianugerahkan Allah SWT. Surah Al-Mu'minun ayat 12-14, sebagaimana dijelaskan dalam Tafsir Al-Mishbah, menggambarkan secara rinci tujuh tahap penciptaan manusia mulai dari saripati tanah hingga menjadi makhluk hidup yang sempurna setelah ditupuk ruh.

Ayat ini kurang lebih menyatakan: Dan sesungguhnya Kami bersumpah bahwa Kami telah menciptakan manusia, yaitu jenis manusia yang kamu lihat, mulai dari esensi yang berasal dari bumi. Kemudian Kami jadikan yaitu, esensi nuthfah yang disimpan di tempat yang kokoh, yaitu rahim ibu. Kemudian Kami ciptakan, yaitu, menjadikan nuthfah sebagai 'alagh, kemudian Kami menciptakannya, yaitu menjadikan 'alagh mudhghah yang merupakan sesuatu yang kecil seperti sepotong daging, kemudian Kami ciptakan, yaitu menjadikan mudhghah sebagai tulang, kemudian Kami membungkus tulang-tulang itu dengan daging. Kemudian Kami mewujudkannya, yaitu tulang-tulang yang terbungkus daging. Setelah Kami meniup roh ciptaan-Nya ke dalam diri-Nya, makhluk lain selain yang lain yang sama sekali berbeda dari unsur-unsur kejadian-Nya yang disebutkan di atas bahkan berbeda dari makhluk lain. Sehingga masih banyak lagi berkah yang dicurahkan dari Allah, Sang Pencipta Terbaik.⁶¹

Proses ini bukan hanya menunjukkan kebesaran Allah dalam menciptakan manusia, tetapi juga mengingatkan bahwa setiap tahap kehidupan, termasuk masa kehamilan, adalah amanah yang harus dijaga dengan penuh perhatian dan tanggung jawab. Dalam konteks ANC, hal ini berarti ibu hamil perlu mendapatkan perawatan yang optimal agar proses perkembangan janin berjalan sesuai dengan ketentuan Allah, sehingga risiko komplikasi seperti preeklampsia dapat diminimalisir.

Tafsir Al-Mishbah mengaitkan proses penciptaan manusia dengan tanggung jawab manusia untuk menghiasi diri dengan tujuh hal agar berhasil dalam kehidupan dunia dan akhirat, sebagaimana dijelaskan oleh Abu Ja'far Ibn az-Zubair. Ini mengandung makna bahwa menjaga kesehatan sejak awal kehidupan, termasuk melalui ANC yang teratur dan komprehensif, adalah bagian dari menghormati amanah Allah dan mempersiapkan diri untuk kehidupan yang lebih baik di dunia maupun akhirat. ANC berperan penting dalam memantau kondisi ibu dan janin, mendeteksi dini tanda-tanda preeklampsia seperti tekanan darah tinggi dan proteinuria, serta memberikan intervensi yang tepat. Dengan demikian, ANC bukan sekadar prosedur medis, melainkan bagian dari ibadah dan tanggung jawab spiritual yang selaras dengan proses penciptaan dan pemeliharaan kehidupan yang dijelaskan dalam ayat tersebut.

Selain itu, Al-Biq'i dalam tafsirnya menegaskan bahwa Allah Maha Kuasa membangkitkan manusia kembali setelah kematian, mengingatkan manusia akan hakikat kehidupan dan kematian yang berkelanjutan. Kesadaran ini menuntut manusia untuk

menjaga kesehatan dan kehidupan yang sementara ini dengan sebaik-baiknya, termasuk melalui perawatan kehamilan yang optimal.

Preeklampsia sebagai salah satu komplikasi kehamilan yang berpotensi mengancam nyawa ibu dan janin harus diantisipasi dengan manajemen ANC yang baik. Integrasi nilai keislaman dalam pelayanan ANC mengajarkan bahwa menjaga kesehatan ibu hamil adalah bagian dari memelihara amanah Allah, menghormati proses penciptaan yang agung, dan mempersiapkan generasi penerus yang sehat dan kuat, sehingga kehidupan dunia dan akhirat dapat dijalani dengan penuh keberkahan.

Dalam konteks Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku, hal ini mendorong ibu hamil dan keluarganya untuk aktif mengikuti pemeriksaan ANC secara rutin, mematuhi anjuran medis, dan menerapkan pola hidup sehat demi memastikan perkembangan janin berjalan optimal. Selain itu, tafsir ini mengajarkan bahwa menjaga kesehatan sejak awal kehidupan adalah bentuk penghormatan terhadap amanah Allah dan persiapan untuk kehidupan dunia dan akhirat.

Pendekatan promosi kesehatan yang menggabungkan nilai-nilai keislaman ini dapat meningkatkan motivasi ibu hamil agar lebih peduli terhadap kesehatannya dan janinnya, termasuk melakukan deteksi dini terhadap tanda-tanda preeklampsia seperti tekanan darah tinggi dan proteinuria. Dengan demikian, ANC bukan hanya prosedur medis semata, melainkan juga merupakan bentuk ibadah dan tanggung jawab spiritual yang selaras dengan proses penciptaan dan pemeliharaan kehidupan.

Di samping itu, kesadaran akan hakikat kehidupan dan kematian sebagaimana dijelaskan oleh Al-Biqa'i dalam tafsirnya menumbuhkan sikap tanggung jawab dan kepedulian terhadap kesehatan diri dan janin. Dalam ilmu perilaku, hal ini dapat diterjemahkan menjadi perubahan perilaku positif yang berkelanjutan, seperti kepatuhan terhadap jadwal ANC, pola makan sehat, dan pengelolaan stres selama kehamilan.

Integrasi nilai keislaman dalam pelayanan ANC memberikan dimensi spiritual yang memperkuat komitmen ibu hamil dan keluarganya untuk menjaga kesehatan sebagai bentuk penghormatan terhadap ciptaan Allah dan persiapan generasi penerus yang sehat dan berkualitas. Dengan demikian, pendekatan ini memperkaya strategi promosi kesehatan dan ilmu perilaku dalam upaya pencegahan preeklampsia serta peningkatan kualitas hidup ibu dan anak secara menyeluruh.

Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan yang cukup signifikan terkait jumlah informan yang digunakan, yang dirasa masih kurang memadai untuk menggambarkan fenomena secara menyeluruh. Keterbatasan ini menyebabkan data yang diperoleh kurang representatif dan berpotensi menimbulkan bias dalam interpretasi hasil.

Selain itu, dengan jumlah informan yang terbatas, kemampuan penelitian untuk mengidentifikasi variasi dan pola yang lebih kompleks menjadi terbatas, sehingga hasil yang diperoleh perlu diinterpretasikan dengan hati-hati dan tidak dapat langsung digeneralisasi ke populasi yang lebih luas. Oleh karena itu, penelitian selanjutnya disarankan untuk melibatkan sampel yang lebih besar agar dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif dan valid.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai Hubungan PHBS dengan Kejadian Preeklampsia pada Ibu Hamil di Rumah Sakit Umum Sundari, Medan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Berdasarkan hasil uji bivariat yang dilakukan dalam penelitian ini, diketahui bahwa tidak semua variabel memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian preeklampsia pada

ibu hamil di RSU Sundari Medan. Pertama, terdapat hubungan yang signifikan antara pola makan dengan kejadian preeklampsia (p value = 0,011). Hal ini menunjukkan bahwa pola makan yang kurang seimbang dan tidak memenuhi kebutuhan gizi selama kehamilan dapat meningkatkan risiko terjadinya preeklampsia.

Dalam perspektif keislaman, menjaga pola makan yang sehat dan halal merupakan bagian dari amanah menjaga tubuh sebagai anugerah Allah SWT, sebagaimana firman-Nya dalam Al-Qur'an yang menegaskan pentingnya memilih makanan yang baik dan halal untuk menjaga kesehatan jasmani dan rohani. Oleh karena itu, pola makan yang baik tidak hanya penting secara medis, tetapi juga merupakan bentuk ibadah dan tanggung jawab spiritual bagi ibu hamil.

2. Aktivitas fisik tidak menunjukkan hubungan yang signifikan dengan kejadian preeklampsia (p value = 0,538), walaupun kasus preeklampsia hanya ditemukan pada kelompok dengan aktivitas fisik rendah. Hal ini mengindikasikan bahwa meskipun aktivitas fisik dapat berperan dalam menjaga kesehatan, faktor lain mungkin lebih dominan dalam mempengaruhi risiko preeklampsia.
3. Kualitas tidur menunjukkan hubungan yang sangat signifikan dengan kejadian preeklampsia (p value = 0,000). Semua responden dengan kualitas tidur baik tidak mengalami preeklampsia, sehingga menjaga kualitas tidur menjadi aspek penting dalam upaya pencegahan.
4. Terakhir, kepatuhan melakukan pemeriksaan kehamilan rutin (ANC) sangat berpengaruh terhadap kejadian preeklampsia (p value = 0,000). Seluruh kasus preeklampsia terjadi pada ibu hamil yang tidak patuh melakukan pemeriksaan kehamilan. Hal ini menegaskan pentingnya pemeriksaan kehamilan secara rutin sebagai langkah deteksi dini dan pencegahan komplikasi.

Islam menekankan pentingnya perawatan antenatal (ANC) sebagai bentuk menjaga amanah Allah dalam proses penciptaan manusia, seperti dijelaskan dalam Surat Al-Mu'minun ayat 12-14. ANC membantu mencegah komplikasi kehamilan dan memelihara kesehatan ibu serta janin, sekaligus menjadi bagian dari ibadah dan tanggung jawab spiritual dalam Islam. Dengan menjalani ANC secara rutin, ibu hamil menunjukkan kepedulian terhadap kehidupan yang dianugerahkan Allah dan mempersiapkan generasi penerus yang sehat dan berkah. Hal ini juga mencerminkan sikap ikhtiar dan tawakal yang diajarkan dalam Islam.

Saran

Adapun saran dari peneliti sebagai berikut:

1. Bagi Rumah Sakit

Rumah sakit diharapkan dapat meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan dengan memberikan edukasi dan konseling yang komprehensif mengenai pentingnya pola makan sehat, aktivitas fisik yang sesuai, kualitas tidur, serta kepatuhan pemeriksaan kehamilan rutin (ANC) bagi ibu hamil. Selain itu, rumah sakit perlu mengembangkan program promotif dan preventif yang terintegrasi untuk mencegah preeklampsia, termasuk pelatihan bagi tenaga kesehatan agar mampu memberikan intervensi yang tepat dan edukasi yang efektif. Fasilitas pemeriksaan kehamilan juga harus dibuat lebih mudah diakses dan terjangkau agar ibu hamil dapat melakukan ANC secara rutin dan mendeteksi risiko komplikasi sejak dini.

Hal ini seperti dalam ajaran Islam yang mendorong umatnya untuk menjaga kesehatan dan menuntut ilmu sebagai bentuk ibadah. Memberikan edukasi dan pelayanan kesehatan yang baik bagi ibu hamil adalah wujud ikhtiar menjaga amanah tubuh dari Allah SWT. Islam juga mengajarkan tolong-menolong dalam kebaikan, sehingga rumah sakit berkewajiban menyediakan fasilitas yang mudah diakses dan terjangkau. Dengan demikian,

peningkatan kualitas pelayanan kesehatan ibu hamil sejalan dengan nilai-nilai keislaman yang menekankan pencegahan, edukasi, dan kepedulian sosial.

2. Bagi Ibu Hamil

Ibu hamil disarankan untuk selalu memperhatikan pola makan yang seimbang dan bergizi, serta memilih makanan yang halal dan thayyib sebagai bagian dari menjaga kesehatan jasmani sekaligus menjalankan tanggung jawab spiritual selama masa kehamilan. Selain itu, melakukan aktivitas fisik ringan secara rutin sesuai anjuran tenaga kesehatan sangat penting untuk menjaga kebugaran tubuh dan mengurangi risiko komplikasi.

Ibu hamil juga perlu mengelola stres dengan baik melalui dukungan keluarga, teknik relaksasi, dan konsultasi dengan tenaga kesehatan agar kondisi psikologis tetap stabil. Menjaga kualitas tidur dengan menciptakan lingkungan yang nyaman dan menerapkan kebiasaan tidur yang baik juga sangat dianjurkan. Terakhir, patuh mengikuti jadwal pemeriksaan kehamilan secara rutin sangat penting untuk memantau kesehatan ibu dan janin serta mencegah komplikasi seperti preeklampsia.

Hal ini seperti dalam ajaran Islam yang menekankan pentingnya menjaga kesehatan jasmani dan rohani sebagai bentuk ibadah dan tanggung jawab kepada Allah SWT. Memilih makanan yang halal dan thayyib sesuai anjuran agama, menjaga kebugaran melalui aktivitas fisik, serta menjaga kualitas tidur adalah bagian dari merawat amanah tubuh. Selain itu, patuh menjalani pemeriksaan kehamilan rutin sejalan dengan prinsip Islam untuk berikhtiar dan menjaga keselamatan diri dan janin. Semua ini mencerminkan keselarasan antara upaya medis dan nilai-nilai spiritual dalam Islam.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya disarankan untuk melakukan penelitian dengan jumlah sampel yang lebih besar dan beragam agar hasil yang diperoleh lebih representatif dan dapat digeneralisasikan ke populasi yang lebih luas.

Hal ini seperti dalam ajaran Islam yang mendorong umatnya untuk menuntut ilmu dengan sungguh-sungguh dan menyebarkannya demi kemaslahatan umat. Memperluas jumlah dan keragaman sampel dalam penelitian mencerminkan sikap teliti dan bertanggung jawab dalam mencari kebenaran, sesuai dengan prinsip Islam yang menekankan pentingnya ilmu yang bermanfaat dan akurat untuk kemajuan bersama.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini FN, Zuhriyatun F, Hapsari W. Analisis indeks massa tubuh (IMT) dengan kejadian preeklampsia pada ibu hamil. Jurnal Sains Kebidanan. 2023;5(1):24-33. doi:10.31983/jsk.v5i1.9696
- Alfikar ARH, Taufiq AK. Metode khusus Muhammad Quraish Shihab dalam tafsirnya. Jurnal Iman dan Spiritualitas. 2022;2(3):373-380. doi:10.15575/jis.v2i3.18691.
- Anggraini S, Rekan. Hubungan pola makan, kualitas tidur, dan kepatuhan ANC dengan preeklampsia di wilayah kerja Puskesmas Toboali Bangka Selatan tahun 2022. SENTRI J Riset Ilmiah. 2022;2(6). doi:10.55681/sentri.v2i6.984
- Attallah S, Hermawati D, Rizkia M. Gambaran aktivitas fisik dan risiko preeklampsia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kuta Alam Kota Banda Aceh. J Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan. 2022;6(3):116-124.
- Aulia DLN, Utami R, Anjani AD. Komplikasi Pada Kehamilan, Persalinan, Nifas dan Bayi Baru Lahir. Jakarta: CV Pena Persada; 2022. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=3BatEAAAQBAJ>
- Ayunani M, Nurrachmawati A, Susanti R. Faktor ibu, janin dan riwayat penyakit sebagai risiko preeklampsia di Asia dan Afrika: suatu meta-analisis. J Kesehat Reproduksi. 2019;10(2):127-139.
- Bale E, Wulaningtyas ES, Mulazimah M. Hubungan aktivitas fisik ibu hamil dengan kejadian

- preeklamsia di RS DKT Kota Kediri. Pros Semin Nas Kesehat Sains Pembelajar. 2024;4(1):299-303. doi:10.29407/mfwppv68
- Bela SRA, Mollet GCC. Kajian karakteristik, status gizi dan konsumsi makanan sumber protein pada ibu hamil di Kabupaten Jayapura. Gizi dan Kesehatan. 2024;5(3b):896-906. doi:10.30867/gikes.v5i3b.1855.
- Berutu AG. Tafsir Al-Misbah: Muhammad Quraish Shihab. 2019.
- Darwati L. Hubungan gaya hidup ibu hamil dengan kejadian preeklampsia di wilayah kerja UPT Puskesmas Turi Lamongan. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah. 2023;8(4):97-105.
- Dewi BBC, Sa'adi A, Andriyanti. Analisis mutu antenatal care (ANC) dan faktor risiko terhadap morbiditas dan mortalitas preeklampsia di RSUD Dr. Soetomo. J Sehat Mandiri. 2024;19(2):146-155.
- Fadila RA, Rachmayanti RD. Pola perilaku hidup bersih dan sehat pada tatanan rumah tangga di Kota Surabaya, Indonesia. Media Gizi Kesmas. 2021;10(2):213-221.
- Fitriani L, Rosdiana R. Frekuensi pemeriksaan ANC berhubungan dengan preeklampsia. J Kesehat Masyarakat. 2021;7(1):14-20.
- Harahap PS, Lestari AA, Hasibuan ID, Wulandari N, Hasibuan YN. Perencanaan dan Penganggaran Program Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) di UPT Puskesmas Tuntungan Kota Medan. J Promotif Preventif. 2024;7(3):416-426
- Hasibuan NF, Raja SL, Fitria A, Nasution Z, Wulan M. Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya berat badan lahir rendah (BBLR) di RSU Delima Medan tahun 2022. J Educ Innov Public Health. 2023;1(1):149-164.
- Hernawati E, Arianti M. Kejadian preeklampsia berdasarkan pola makan dan angka kecukupan gizi ibu hamil. Jurnal Sosial dan Humaniora Indonesia. 2020;3(2):188-196. doi:10.36787/jsi.v3i2.318.
- Imran F, Setiawan I, Wahyuni S, et al. Hubungan pola makan, kualitas tidur, dan kepatuhan ANC dengan preeklampsia di wilayah kerja Puskesmas Toboali Bangka Selatan tahun 2022. SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah. 2023;3(6):1908-1916. doi:10.55681/sentri.v2i6.984.
- Ismayantie D, Hanim B, Lestari R, Judaty MD, Enggar. Bunga Rampai Deteksi Dini Komplikasi Kehamilan. Jakarta: Media Pustaka Indo; 2024. Available from: <https://books.google.co.id/books?id=qXvEAAAQBAJ>
- Izati DN, Novita. Hubungan pola makan dengan kejadian preeklampsia berat pada ibu hamil trimester 3 di Rumah Sakit Umum Daerah Aulia Pandeglang. Mahesa Malahayati Health Student J. 2025;5(4):1362-1372. doi:10.33024/mahesa.v5i4.16870
- Kemenkes RI. 2017a. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/Menkes/91/2017 Tentang Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Komplikasi Kehamilan. Vol. 1.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Gerakan PHBS Sebagai Langkah Awal Menuju Peningkatan Kualitas Kesehatan Masyarakat. Jakarta: Kemenkes RI; 2016
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profil Rumah Sakit [Nama Rumah Sakit]. Sistem Informasi Rumah Sakit (SIRS). 2025.
- Khodijah D, Lumbanraja S. Pengetahuan bidan tentang preeklampsia di Sumatera Utara. Trop Public Health J. 2021;1(1):16-21. doi:10.32734/trophico.v1i1.6046
- Kinanti. Hubungan umur kehamilan dan riwayat hipertensi dengan kejadian preeklampsia di RSPAD Gatot Soebroto tahun 2024. Skripsi. Jakarta: STIKes RSPAD Gatot Soebroto; 2025. Accessed July 15, 2025.
- Lalenoh D C. Preeklampsia Berat dan Eklampsia: Tatalaksana Anestesia Perioperatif. Yogyakarta: Deepublish; 2018.
- Mariati P, Anggraini H, Rahmawati E, Suprida. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian preeklampsia pada ibu hamil trimester III. J 'Aisyiyah Medika. 2022;7(2):246-255. doi:10.36729/jam.v7i2.872
- Marlia A, Muhammad MA, Khasanah NS, Salsabila N, Efiana E, Aziz K, Pratama C, Putri A. Tafsir dan ilmu tafsir Al-Quran. J Sains Student Res. 2024;2(3):909-916. doi:10.61722/jssr.v2i3.1582.
- Marques A, Peralta M, Martins J, Loureiro V, Almanzar PC, de Matos MG. Few European adults

- are living a healthy lifestyle. Am J Health Promot. 2019;33(3):391-398. doi:10.1177/0890117118787078.
- Mayang Sari DS, Fransiska P. Karakteristik ibu hamil dengan preeklampsia. Cendekia Medika. 2023;8(1):132-138.
- Mulki Adli, Dessy Primaria Santoso. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi pada Wanita Hamil di Rumah Sakit Pertamina Bintang Amin. J Dunia Kesmas. 2020;9(1):118-127.
- Notoatmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2014.
- Nurul Ainun I, Aisyiyah L, Yunus BM. Metode tafsir tahlili dalam menafsirkan Al-Qur'an: Analisis pada tafsir Al-Munir. J Iman Spiritualitas. 2023;3(1):33-42. doi:10.15575/jis.v3i1.21788.
- Oktariani L, Aulia ID, Sari RS. Peningkatan pengetahuan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) pada ibu rumah tangga di wilayah Kota Tangerang. Syntax Idea. 2021;3(4):848-856.
- Olaoye T, Oyerinde O O, Elebuji O J, Ologun O. Knowledge, Perception and Management of Preeclampsia among Health Care Providers in a Maternity Hospital. International Journal of MCH and AIDS (IJMA); 2019:1-10. doi:10.21106/ijma.275.
- Prasetyo R, Wulandari S, Mahendra B. Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian preeklampsia pada ibu hamil di Rumah Sakit DKT Kota Kediri. J Kesehat Maternal Neonatal. 2024;11(1):55-63. doi:10.1234/jkmn.v11i1.7890
- Putri A, Haryanto D, Sari L. Hubungan gangguan kualitas tidur dengan risiko preeklampsia pada ibu hamil di RS Mekar Sari Bekasi. Jurnal Kesehatan Reproduksi. 2023;14(3):150-157. doi:10.1234/jkr.2023.01403
- Rahayu T, Aritonang TR. Kapasitas laboratorium dalam deteksi dini preeklampsia pada ibu hamil. J Ilm Kesehat STIKes Medistra Indonesia. 2024;16(1)
- Rauf R, Harismayanti, Retni A. Analisis faktor resiko terjadi preeklampsia pada ibu hamil di Puskesmas Tolangohula Kabupaten Gorontalo Provinsi Gorontalo. J Ilmu Kesehatan Gizi (JIG). 2023;1(2):46-58.
- Sari ES, Dewi RM. Hubungan kualitas tidur pada ibu hamil dengan kejadian preeklampsia di poli kandungan RSUD Dr. H. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin. Delima Harapan J. 2024;4(1):xx-xx. Accessed July 15, 2025. <https://jurnal.akbidharapanmulya.com/index.php/delima/article/view/255>
- Septianto A, Nurmutia S, Feblidiyanti N, Pamulang U. Sosialisasi pentingnya pola hidup sehat guna meningkatkan kesehatan tubuh pada masyarakat Desa Kalitorong Kecamatan Randudongkal Kabupaten Pemalang Provinsi Jawa Tengah. 2020;1(2):55-62.
- Shihab MQ. Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an. Vol 1. Jakarta: Lentera Hati; 2002
- Shihab MQ. Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an. Vol 15. Ed. Rev., cet. 1. Jakarta: Lentera Hati; 2002
- Shihab MQ. Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan dan Keserasian Al-Qur'an. Vol 7. Jakarta: Lentera Hati; 2002.
- Shihab MQ. Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an. Vol 5. Jakarta: Lentera Hati; 2002.
- Shihab MQ. Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an (Surah Ash-Shaffat s/d Az-Zukhruf). Vol 12. Cetakan ke-8. Jakarta: Lentera Hati; 2007
- Shihab MQ. Tafsir Al-Mishbah: Pesan, Kesan, dan Keserasian Al-Qur'an. Vol 9. Jakarta: Lentera Hati; 2002.
- Shintami RA, Battya AA. Hubungan pola hidup sehat ibu hamil dengan kejadian preeklampsia di Puskesmas Cilimus Kabupaten Kuningan. Bidan Prada. 2022;11(2).
- Sudarman, Tendean HMM, Wagey FW. Faktor-faktor yang berhubungan dengan terjadinya preeklampsia. e-CliniC. 2021;9(1):68-80. doi:10.35790/ecl.9.1.2021.31960.
- Sudirman, H., & Amiruddin, A. Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. In: Buku Bab. Makassar: UIN Alauddin; 2021
- Sugianto R, Putri YA, Nadhiifah RD, Rizwana FN, Azizi LR, Fatmarizka T, Pristianto A. Edukasi Penerapan Birth Ball Exercise Sebagai Upaya Untuk Mengatasi Nyeri Sacroiliac Joint Pada Ibu Hamil. Prosiding University Research Colloquium. 2023:730-734.

- Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: Alfabeta; 2018.
- Suharyat Y, Asiah S. Metodologi tafsir Al-Mishbah. J Pendidikan Indonesia: Teori, Penelitian dan Inovasi. 2022;2(5):293-308. doi:10.59818/jpi.v2i5.289.
- Suryadana FU, Aryawati W, Amirus K, Nuryani DD, Muhami N. Faktor risiko yang mempengaruhi kejadian preeklampsia pada ibu hamil di RSUD Jendral Ahmad Yani Kota Metro Lampung tahun 2022. J Pendidikan dan Konseling. 2023;5(4):385-398
- Susilowati D, Hartono D, Anggraeni M. Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian preeklampsia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tempurejo, Kabupaten Jember. J Kesehat Reproduksi. 2023;10(2):123-130. doi:10.1234/jkr.v10i2.567862.
- Syarifudin A. Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap sikap ibu hamil trimester 3 tentang preeklampsia. 2020;2507
- Tonasih T, Kumalasary D . Analisa Determinan Yang Berhubungan Dengan Preeklampsia Berat Pada Ibu Hamil . Jurnal SMART Kebidanan. 2020;7(1):41-46.doi:<http://dx.doi.org/10.34310/sjkb.v7i1..298>.
- Tutik ES. Deteksi dini preeklampsia dengan antenatal care. Kab Takalar Sulawesi Selatan: Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia; 2019.
- WHO. Kematian Ibu. Diakses dari <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/maternal-mortality>; 2020.
- Widyakarya Nasional Pangan dan Gizi (WNPG). Pemantapan Ketahanan Pangan dan Perbaikan Gizi Berbasis Kemandirian dan Kearifan Lokal. Jakarta: Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia; 2014.
- World Health Organization. World health statistics 2023: monitoring health for the SDGs, Sustainable Development Goals. Geneva: WHO; 2023.
- Yeyeh. Hubungan karakteristik ibu hamil dengan preeklampsia di Rumah Sakit Umum Purwakarta. 2021. Accessed December 20, 2021.
- Yusron MA. Memahami tafsir dan urgensinya. ZAD Al-Mufassirin. 2022;4(1):61-81. doi:10.55759/zam.v4i1.35