

## GAMBARAN PENGETAHUAN TENTANG KEBUTUHAN NUTRISI PADA MASA NIFAS DI PUSKESMAS TANETE KABUPATEN BULUKUMBA

Haerani<sup>1</sup>, Sumarni<sup>2</sup>, Indra Inranda Reski<sup>3</sup>, Fitri<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Akademi Kebidanan Tahirah Al Baeti Bulukumba, Indonesia

Haeranirani987@gmail.com

### ABSTRAK

*Mengingat pentingnya nutrisi, Departemen Kesehatan mempunyai program yang berkaitan dengan kesehatan bagi ibu dan anak dengan meningkatkan nutrisi bagi ibu nifas yang berhubungan dengan kebutuhan nutrisi pada masa nifas. Akan tetapi ada salah satu faktor yang dapat menjadi masalah dan dapat menghambat proses kebutuhan nutrisi ibu yaitu faktor ibu hanya mengurus anak dengan ibu lebih memperhatikan nutrisi anak atau makanan yang dikonsumsi anaknya. Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi masa nifas pada tingkat yang baik, cukup dan kurang. Metode penelitian deskriptif, lokasi penelitian di Puskesmas Tanete pada bulan Mei-Juli tahun 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas dengan sampel sebanyak 40 orang dengan teknik pengambilan sampel dengan cara total sampling. Adapun hasil dari 40 responden terdapat 2 responden (5%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik, 22 responden (55%) memiliki pengetahuan cukup, dan 16 responden (40%) memiliki pengetahuan kurang karena mayoritas responden bekerja sebagai ibu rumah tangga yang hanya mengurus suami dan anak.*

*Kata Kunci : Pengetahuan, Kebutuhan nutrisi, Ibu Nifas*

### ABSTRACT

*Increasing the importance of nutrition the department of health has a program related to health for mothers and children by increasing nutrition for postpartum mothers related to nutritional needs during the puerperium. However, there is one factor that can be a problem and can hamper the process of maternal nutritional needs, namely the mother only takes care of the child with the mother paying more attention to the nutrition of the child consumes. The purpose of this study is to find out the description of postpartum mothers knowledge about the nutritional needs of the puerperium at a good, sufficient and less level. This type of research is a descriptive research method, namely research conducted with the main objective to make a picture or description of the situation objectively. The location of this research was at Tanete Health Center in May-July 2019. The population in this study was all postpartum mothers with a sample of 40 people with total sampling technique. The variable in this study was the mothers knowledge of nutrition needs. The results showed that of the 40 respondents there were 2 respondents (5%), had a good level of knowledge, 22 respondents (55%) had enough knowledge, and 16 respondents (40%) had a sufficient level of*

*knowledge due to the majority of respondents working as housewives who only take care of her husband and child.*

*Keywords : knowledge, nutritional needs, postpartum mothers*

## **PENDAHULUAN**

Masa nifas merupakan proses pemulihan rahim dan alat-alat reproduksi yang proses mengecilnya kembali rahim ke ukuran semula tentu akan berlangsung secara bertahap, membutuhkan waktu yang berbeda-beda setiap orangnya, biasanya berlangsung sekitar 40 hari. Ibu di masa nifas memerlukan diet untuk mempertahankan tubuh terhadap infeksi, mencegah komplikasi, dan untuk memulai proses pemberian ASI eksklusif (Desi, 2016).

Masa nifas atau puerperium dimulai sejak 1 jam setelah lahirnya plasenta sampai dengan 6 minggu (42 hari). Pelayanan pasca persalinan harus terselenggarakan pada masa itu untuk memenuhi kebutuhan ibu dan bayi, yang meliputi upaya pencegahan, deteksi dini dan pengobatan komplikasi dan penyakit yang mungkin terjadi, serta penyediaan pelayanan pemberian ASI (Wa Ode Aulia Nurfatullah, 2016).

Pada ibu nifas, makanan yang bergizi dan sesuai porsi akan menyebabkan ibu dalam keadaan sehat dan segar. Ibu nifas yang mengkonsumsi makanan yang bergizi terutama protein sangat penting dikonsumsi ibu nifas karena dapat mempengaruhi proses penyembuhan untuk membantu proses penyembuhan dan membantu proses pencernaan, kadar vitamin dan air dalam buah juga sangat

baik menjaga kesehatan tubuh dan ibu nifas perlu makanan bergizi dan porsi makan perlu ditingkatkan untuk proses pemenuhan fisik ibu selama nifas dan melawan infeksi pemenuhan kebutuhan nutrisi yang baik merupakan salah satu faktor yang membantu proses penyembuhan luka perineum. Jadi kebiasaan berpantang makanan pada masa nifas akan kurang menguntungkan bahkan merugikan.

Sedangkan data ibu nifas yang diperoleh dari dinas kesehatan Kabupaten Bulukumba ibu yang sedang dalam masa nifas pada tahun 2016 periode bulan Januari-Desember sebanyak 6032 ibu, ibu yang sedang dalam masa nifas pada tahun 2017 periode bulan Januari sampai Desember sebanyak 6071.

Data ibu nifas yang diperoleh dari Puskesmas Tanete Kab. Bulukumba ibu yang sedang dalam masa nifas pada tahun 2016 periode bulan Januari sampai Desember sebanyak 200 ibu dan pada tahun 2017 periode bulan Januari sampai November sebanyak 210 ibu dan pada tahun 2018 periode bulan Januari sampai November sebanyak 360 ibu.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti mengenai pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi di wilayah kerja Puskesmas Tanete ada beberapa ibu nifas yang sempat di wawancarai dan pengetahuan ibu nifas

tersebut sangat kurang pemahamannya tentang gizi seimbang dan tidak mengkonsumsi makanan tambahan seperti kentang, beras merah, telur, daging ayam, kacang-kacangan dan daun kelor untuk memenuhi kebutuhan nutrisi selama masa nifas.

## METODE

Jenis penelitian adalah deskriptif kuantitatif yaitu statistik yang berfungsi untuk mendeskripsikan atau memberi gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi dengan data berbentuk kuantitatif. Lokasi penelitian dilakukan di Puskesmas Tanete Kabupaten Bulukumba pada bulan Mei-Juli 2018. Adapun jumlah sampel yang digunakan yaitu 40 orang

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

**Tabel I Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur di Puskesmas Tanete Kabupaten Bulukumba**

Umur	N	%
22-25	8	20
26-30	7	17,5
31-35	8	20
36-40	10	25
41-45	7	17,5
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel I didapatkan hasil bahwa dari 40 responden, sebagian besar

responden berumur 36-40 tahun sebanyak 10 orang (25%). Sedangkan yang paling sedikit berada pada rentan umur 26-30 tahun dan 41-45 tahun masing-masing berjumlah 7 orang (17,5%).

**Tabel II Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan di Puskesmas Tanete Kabupaten Bulukumba**

Kategori	F	%
SD	8	20
SMP	12	30
SMA	17	42,5
S1	13	7,5
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel II didapatkan hasil bahwa, sebagian besar responden berpendidikan SMA sebanyak 17 orang (42,5%) dan paling sedikit berada pada tingkat SD sebanyak 8 orang (20%)

**Tabel III Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan di Puskesmas Tanete Kabupaten Bulukumba**

Kategori	F	%
PNS	2	5
Pedagang	14	23
IRT	20	50
Wiraswasta	4	10
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel III didapatkan hasil bahwa dari 40 responden, sebagian besar responden berprofesi sebagai IRT sebanyak 20 orang (50%), dan paling rendah berprofesi sebagai PNS sebanyak 2 orang (5%).

Variabel yang Diteliti

**Tabel IV Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Kebutuhan Nutrisi Masa Nifas di Puskesmas Tanete Kab. Bulukumba**

Pengetahuan	N	%
Baik	2	5
Cukup	22	55
Kurang	16	40
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer 2019

Berdasarkan tabel IV ditemukan hasil bahwa dari 40 responden, sebagian besar ibu memiliki pengetahuan tentang kebutuhan nutrisi masa nifas dalam kategori cukup sebanyak 22 orang (55%), dan paling sedikit berada pada pengetahuan baik sebanyak 2 orang (5%)

## Pembahasan

Pengetahuan merupakan hasil tahu dari seseorang terhadap suatu objek tertentu dimana pengetahuan dapat berguna dalam kehidupan manusia sebagai acuan atau motivasi seseorang untuk melakukan hal yang mereka anggap benar.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anik Nur

Hastuti (2018) tentang gambaran pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi, yaitu dalam kategori baik sebanyak 2 responden (5%), sedangkan pengetahuan cukup sebanyak 20 responden (58,8%) dan berpengetahuan kurang 6 responden (17,6%). Hal ini disebabkan karena sebagian responden hanya tingkat SMA.

Dalam penelitian ini ada hal-hal yang mempengaruhi tingkat pengetahuan responden di Puskesmas Tanete yaitu faktor umur, pendidikan, dan pekerjaan adapun hasil penelitian berdasarkan umur responden yang dilakukan oleh ibu nifas di Puskesmas Tanete mayoritas responden berada pada rentang umur 36-40 tahun (25%), umur tersebut sudah cukup mengembangkan pengetahuannya sendiri termasuk pengetahuan tentang kebutuhan nutrisi yang dapat diperoleh dari media elektronik maupun media cetak atau penyuluhan dari tenaga kesehatan dan pengetahuannya dalam kategori baik, usia berpengaruh pada daya tangkap dan pola pikir seseorang, semakin bertambahnya usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya sehingga pengetahuan yang diperoleh semakin membaik. Berdasarkan hasil penelitian tentang karakteristik responden ditemukan yang pendidikan SD sebanyak 8 responden (20%) yang berpendidikan SMP sebanyak 12 responden (30%) yang berpendidikan SMA sebanyak 17 responden (42,5%) sedangkan perguruan tinggi sebanyak 3 responden (7,5%).

Hasil penelitian berdasarkan pada tingkat pendidikan responden yang

mayoritas SMA sebanyak 30%) dan responden memiliki tingkat pengetahuan yang kurang. Pendidikan merupakan suatu tolak ukur untuk meningkatkan pengetahuan seseorang, karena semakin tinggi pendidikan turut pula menentukan mudah tidaknya seseorang menyerap dan memahami pengetahuan yang mereka peroleh, pada umumnya mereka yang berpendidikan yang tinggi maka semakin membaik pengetahuan yang cukup sehingga hasil penelitian tidak sesuai dengan teori yang ada (Notoatmodjo, 2012).

Hasil penelitian berdasarkan pekerjaan responden sebagian besar adalah sebagai ibu rumah tangga sebanyak 40 responden (50%), dan memiliki pengetahuan kurang. Dimana setiap harinya hanya mengurus suami dan anak sehingga ibu nifas kurang memperoleh informasi termasuk informasi mengenai kebutuhan nutrisi pada masa nifas. Menurut pendapat Notoatmodjo (2012), pekerjaan berhubungan dengan sosial ekonomi yang akan mendukung tingginya pengetahuan seseorang sedangkan ekonomi berkaitan dengan pendidikan yang mempengaruhi pula tingkat pengetahuan seseorang, dan dalam penelitian ini responden hanya mampu mengembangkan pengetahuannya pada kategori cukup sehingga sejalan dengan teori.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diambil, maka yang dapat disimpulkan sebagai responden

1. Pengetahuan ibu nifas tentang Kebutuhan Nutrisi Masa Nifas di Puskesmas Tanete termasuk dalam kategori berpengetahuan baik sebanyak 2 responden (5%)
2. Pengetahuan ibu nifas tentang Kebutuhan Nutrisi Masa Nifas termasuk dalam kategori cukup sebanyak 22 responden (55%)
3. Pengetahuan ibu nifas tentang Kebutuhan Nutrisi Masa Nifas dalam kategori berpengetahuan kurang sebanyak 16 responden (40%).

## DAFTAR PUSTAKA

- Ambarawati. 2016. *Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang Kebutuhan Nutrisi Masa Nifas*. Akbid Tahirah Al Baeti Bulukumba
- Dinkes Kabupaten Bulukumba. 2016-2018. *Profil Kesehatan Kabupaten Bulukumba*.
- Hidayat, A.A. 2014. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknis Analisis Data*. Jakarta
- Notoatmodjo, S. 2014. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian : Pendekatan Praktis (Edisi 3)*. Jakarta : Salemba Medika
- Sugiyono. 2013. *Metode penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta

Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta

Wa Ode Aulia Nurfatullah. 2016. *Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Menyusui*. Yayasan Pendidikan Sowite Akademi Kebidanan Paramata Raha Kabupaten Muna