

Gambaran Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Pantang Makanan Selama Masa Nifas di Bpm Sri Lumintu

Melati Artika Wulansari 1*, Erika Adya Laksita Yudha 2

¹D III Kebidanan STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta

²D III Kebidanan STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta

*Email: akbidpkumuhksa@gmail.com

Abstrak

Keywords:
Pengetahuan; Sikap;
Nifas; Pantang
makanan

Salah satu hambatan pemenuhan nutrisi yang sering terjadi di masyarakat adalah adanya pantang makan setelah melahirkan. Padahal setelah melahirkan seorang wanita memerlukan nutrisi yang cukup untuk memulihkan kembali seluruh alat genetaliannya. Data menunjukkan banyak ibu yang melakukan pantang makanan pada masa nifas, di Indonesia dari 5.123.764 ibu nifas sebanyak 4.206.437 ibu nifas (80%) mempunyai kebiasaan pantang makan, seperti tidak makan ikan, telur, sayur dan makanan pedas. Di Jawa Tengah dari 21.403 ibu nifas, sebesar 81,5% melakukan pantang makan. Data lain menunjukkan sebanyak 36.025 (80%) dari jumlah ibu nifas melakukan pantang makan (Dinkes Jateng, 2010). Berdasarkan dari hasil wawancara di BPM Sri Lumintu Surakarta sejumlah 5 orang ibu nifas diperoleh data bahwa semua tidak mengerti tentang pantang makanan selama nifas. Tujuan Penelitian adalah Untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap ibu tentang pantang makanan selama masa nifas di BPM Sri Lumintu Surakarta. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif murni atau survey. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu nifas di BPM Sri Lumintu sejumlah 30 responden. Pengambilan sampel dengan teknik sampel jenuh dengan jumlah sampel 30 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner tertutup, cara pengukuran langsung dengan menyebarkan kuesioner pada responden. pengetahuan ibu tentang makanan pantangan selama nifas yaitu responden berpegetahuan baik 6 orang (20%), cukup 15 orang (50%) dan kurang 9 orang (30%). Responden bersikap negatif 6 orang (20%), positif 24 orang (80%). Pengetahuan tentang pantang makanan selama nifas mayoritas mempunyai pengetahuan cukup sebanyak 15 orang (50,0%). Sikap ibu nifas mayoritas mempunyai sikap positif 24 orang (80,0%).

1. PENDAHULUAN

Periode pasca persalinan meliputi masa transisi kritis bagi ibu dan bayi secara fisiologis, emosional dan sosial. Baik negara maju atau berkembang, perhatian utama bagi ibu dan bayi banyak tertuju pada masa kehamilan dan persalinan, sementara keadaan yang sebenarnya justru merupakan kebalikannya, oleh karena resiko kesakitan

dan kematian ibu serta bayi sering terjadi pada masa pasca persalinan [4].

Data menunjukkan banyak ibu yang melakukan pantang makanan pada masa nifas, di Indonesia dari 5.123.764 ibu nifas sebanyak 4.206.437 ibu nifas (80%) mempunyai kebiasaan pantang makan, seperti tidak makan ikan, telur, sayur dan makanan pedas. Di Jawa Tengah dari 21.403 ibu nifas, sebesar 81,5% melakukan pantang makan. Data lain

menunjukkan sebanyak 36.025 (80%) dari jumlah ibu nifas melakukan pantang makan (Dinkes Jateng, 2010).

Salah satu hambatan yang sering terjadi di masyarakat adalah adanya pantang makan setelah melahirkan. Padahal setelah melahirkan seorang wanita memerlukan nutrisi yang cukup untuk memulihkan kembali seluruh alat genetaliaanya. Mereka tidak menyadari bahwa tindakannya berpengaruh terhadap lambatnya pemulihan kesehatan kembali, juga dapat terhambatnya pertumbuhan bayi. Masih adanya ibu nifas yang berpantang makanan tertentu kemungkinan bisa dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya peran keluarga, umur, pendidikan, pengetahuan, pengalaman, sosial budaya dan petugas kesehatan [5].

Tarak (pantang) terhadap makanan merupakan larangan pada ibu post partum karena dapat memperlambat proses penyembuhan luka jahitan perineum sedangkan dalam proses penyembuhan luka sangat membutuhkan protein, maka ibu post partum dianjurkan untuk makan dalam pola yang benar sesuai dengan kualitas dan kuantitas. Namun pada kenyataannya, masyarakat masih banyak yang tidak memperhatikan hal tersebut. Masyarakat masih mempercayai adanya pantang makanan, mereka menerima dan menolak jenis makanan tertentu [2].

Beberapa jenis pantangan makanan seperti bermacam-macam ikan seperti ikan mujair, udang, ikan belanak, ikan lele, ikan basah karena dianggap akan menyebabkan perut menjadi sakit, ibu melahirkan pantang makan telur karena akan mempersulit penyembuhan luka dan pantang makan daging karena akan menyebabkan perdarahan yang banyak. Jika ibu alergi dengan telur maka makanan pengganti yang dianjurkan adalah tahu, tempe, buah-buahan seperti pepaya, mangga, pisang, jeruk karena dianggap akan menyebabkan perut menjadi bengkak dan cepat hamil kembali [6].

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di BPM Sri Lumintu Surakarta pada tanggal 2 Januari 2016 didapatkan jumlah ibu nifas dari bulan November sampai Desember tahun 2015 sebanyak 53 orang. Dari hasil wawancara sejumlah 5 orang ibu nifas diperoleh data bahwa tidak mengerti tentang pantang makanan selama nifas. Karena masih mengonsumsi brokoli, soda dan cokelat.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana pengetahuan dan sikap ibu terhadap pantang makanan selama nifas di BPM Sri Lumintu Surakarta ?”.

Tujuan penelitian, untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap ibu terhadap pantang makanan selama nifas di BPM Sri Lumintu Surakarta.

2. METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif murni atau survey. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu nifas di BPM Sri Lumintu sejumlah 30 responden. Pengambilan sampel dengan teknik sampel jenuh dengan jumlah sampel 30 responden. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner tertutup, cara pengukuran langsung dengan menyebarkan kuesioner pada responden dan diolah menggunakan analisa univariat

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian ini, dijelaskan hasil penelitian dan pada saat bersamaan diberikan pembahasan yang komprehensif. Hasil dapat disajikan dalam gambar, grafik, tabel dan lain-lain yang membuat pembaca mudah mengerti [6]. Diskusi bisa dilakukan di beberapa sub-bab.

3.1. Deskriptif Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik berdasarkan kelompok umur

Umur	<i>Frequency</i>	<i>Percent (%)</i>
17 – 25 tahun	19	63.3
> 25 tahun	11	36.7
Total	30	100.0

Pada tabel di atas, diketahui sebagian besar umur responden di BPM Sri Lumintu adalah pada kelompok umur 17 tahun - 25 tahun sebanyak 19 orang (63,3%).

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tingkat Pendidikan	<i>Frequency</i>	<i>Percent (%)</i>
PT	4	13.3
SD	1	3.3
SMK	5	16.7
SMP	5	16.7
SMU/SM A	15	50.0
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel diatas, diketahui sebagian besar pendidikan responden di BPM Sri Lumintu adalah SMU/SMA sebanyak 15 orang (50.0%)

Tabel 3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	<i>Frequency</i>	<i>Percent (%)</i>
IRT	14	46.7
Swasta	14	46.7
Wiraswasta	2	6.7
Total	30	100.0

Berdasarkan tabel diatas, diketahui sebagian besar pekerjaan responden di BPM Sri Lumintu adalah sebagai IRT sebanyak 14 orang (46.7%), responden yang bekerja sebagai Swasta sebanyak 14 orang (46.7%).

3.2. Deskripsi tingkat pengetahuan ibu tentang pantang makanan selama nifas

Tabel 4. Distribusi Responden

	<i>Frequency</i>	<i>Percent (%)</i>
Baik	6	20.0
Cukup	15	50.0
Kurang	9	30.0
Total	30	100.0

Berdasarkan data di atas, diketahui sebagian besar tingkat pengetahuan responden di BPM Sri Lumintu Surakarta adalah kategori cukup sebanyak 15 responden (50%).

3.3. Deskripsi sikap ibu tentang pantang makanan selama nifas

Tabel 5. Distribusi Sikap Responden

	<i>Frequency</i>	<i>Percent (%)</i>
Negatif	6	20.0
Positif	24	80.0
Total	30	100.0

Berdasarkan data di atas, diketahui sikap ibu tentang pantang makanan selama nifas dalam kategori negatif sebanyak 6 responden (20%), dan sikap ibu dengan pantang makanan selama nifas dalam kategori positif sebanyak 24 responden (80%).

3.4. Pembahasan

Tingkat pengetahuan ibu nifas primigravida tentang Pantang Makanan menunjukkan dari 30 sampel penelitian terdapat 15 orang (50%) mempunyai tingkat pengetahuan Pantang Makanan cukup. Sesuai dengan teori Notoatmodjo [3] bahwa pengetahuan merupakan hasil dari “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh 2 faktor, yaitu faktor internal (pendidikan, pekerjaan, umur) dan faktor eksternal (lingkungan dan budaya)

Salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan ibu dalam penelitian ini adalah umur. Berdasarkan tabel pada karakteristik umur responden, sebagian besar ibu nifas primigravida yang datang pada 28 Mei – 12 Juni 2016 ke BPM Sri Lumintu Surakarta berumur 17-25 tahun sebanyak 19 orang (63,3%). Peneliti berasumsi bahwa umur ibu nifas primigravida antara 17-25 tahun dapat menerima informasi dengan baik. Hal ini membuktikan bahwa umur dapat

mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang terhadap suatu informasi baru yang diperolehnya, sesuai dengan teori Elisabeth BH (dalam Nursalam, 2007) usia adalah umur individu yang dihitung mulai saat dilahirkan sampai berulang tahun. Menurut Hurlock (1998, dalam Wawan dan Dewi, 2010) semakin cukup, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja.

Selain faktor umur, faktor pendidikan dimungkinkan juga memiliki peran dalam mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu nifas tentang pantang makanan di BPM Sri Lumintu. Berdasarkan tabel pada karakteristik pendidikan responden sebagian besar ibu nifas primigravida berpendidikan sedang, yaitu SMA sebanyak 15 orang (50%). Peneliti berasumsi bahwa pendidikan SMA cukup untuk bisa menerima informasi. Hal ini sesuai dengan teori menurut Nursalam yang dikutip dalam Sasongko (2010), bahwa makin tinggi pendidikan seseorang, maka makin mudah menerima informasi sehingga makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin baik pula tingkat pengetahuannya. Pendidikan sangat mempengaruhi seseorang dalam memotivasi untuk siap berperan dalam membangun kesehatan.

Jenis pekerjaan pada ibu nifas di BPM Sri Lumintu Surakarta sebagian besar pada IRT sebanyak 14 orang (46,7%) dan swasta sebanyak 14 orang (46,7%). Kemungkinan seorang ibu nifas akan sibuk dengan pekerjaannya sehingga pengetahuan tentang pantang makanan hanya sebatas tahu dari teman kerja atau mendapat informasi sedikit dari lingkungan luar. Hal ini sesuai teori yang dikutip oleh Kuntjotoningrat yang dikutip Nursalam dalam Sasongko (2010) menyebabkan bahwa, bekerja umumnya akan menyita waktu untuk mendapatkan informasi dan pengetahuan yang benar.

Hasil penelitian terkait dengan jawaban responden mengenai sikap tentang pantang makanan didapatkan hasil berupa sikap ibu nifas primigravida tentang pantang makanan positif terdapat 24 orang (80%) dan kategori negatif terdapat 6 orang (20%). Peneliti berasumsi dalam penyampaian informasi yang disampaikan orang lain terutama seseorang yang lebih paham mengenai kesehatan dimana isi pesan yang disampaikan cukup kuat dapat mempengaruhi seseorang untuk menilai sesuatu hal sehingga terbentuklah arah sikap tertentu.

Sesuai dengan teori Thomas dan Znaniecki (1920), sikap adalah predisposisi untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku tertentu, sehingga sikap bukan hanya kondisi internal psikologis yang murni dari individu, tetapi sikap lebih merupakan proses kesadaran yang sifatnya individual [7].

Sesuai dengan teori Azwar [1] faktor-faktor yang mempengaruhi sikap antara lain : pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan, media massa dan faktor emosional.

Peneliti berasumsi seseorang yang mempunyai sikap positif sudah tentu memiliki tindakan dan pengetahuan yang baik. Hal ini terbukti dengan adanya korelasi antara pengetahuan dengan sikap tentang pantang makanan. Dimana hasil uji statistik menunjukkan hasil bahwa tingkat pengetahuan ibu cukup terdapat 15 orang (50%). Sedangkan tingkat pengetahuan ibu baik terdapat 6 orang (20%). Hasil penelitian dapat disimpulkan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang pantang makanan cukup, dan sikap ibu nifas terhadap pantang makanan sebagian besar positif. Sikap positif disini diartikan menjauhi pantang makan selama nifas.

Kendala dalam penelitian ini adalah untuk mendapatkan responden ibu nifas

dengan primigravida di BPM Sri Lumintu Surakarta membutuhkan waktu yang lama karena persalinan setiap bulannya tidak sama jumlahnya dan ada beberapa responden yang kurang paham dengan pernyataan didalam kuesioner walaupun sudah dijelaskan oleh peneliti.

Pemilihan tempat penelitian ini adalah di BPM Sri Lumintu Surakarta yang sudah termasuk kota dan mayoritas pengetahuan masyarakat cukup karena sudah diimbangi dengan teknologi dan informasi. Seharusnya penelitian ini dilakukan di daerah atau desa yang lebih terpencil untuk mendapatkan hasil yang lebih akurat.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada ibu nifas yang datang ke BPM Sri Lumintu Surakarta dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang pantang makanan termasuk kategori cukup 15 orang (50%).
2. Sikap ibu nifas terhadap pantang makanan bersikap positif sebanyak 24 orang (80%).

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberi saran sebagai berikut:

1. Bagi ibu nifas hendaknya memperhatikan asupan-asupan gizi yang dibutuhkan selama nifas dan berusaha untuk menambah wawasan dan pengetahuan agar mengetahui asupan-asupan gizi selama nifas melalui penyuluhan-penyuluhan yang diselenggarakan oleh tenaga bidan BPM Sri Lumintu Surakarta.
2. Bagi tempat pelayanan kesehatan tetap berperan aktif dalam memberikan pengetahuan dan motivasi pada ibu nifas untuk lebih memperhatikan asupan nutrisi selama nifas.

3. Bagi institusi kesehatan tetap memberikan informasi kepada mahasiswa menambah bahan kepustakaan untuk mata kuliah asuhan kebidanan ibu nifas dan memberikan manfaat bagi peneliti lain khususnya mengenai pantang makanan dan dapat digunakan sebagai acuan dalam belajar.

REFERENSI

- [1] Azwar, S. 2007. *Sikap Manusia Teori dan Pengukuran*. Jakarta : Pustaka Pelajar
- [2] Iskandar. 2007. Pantang Makanan Setelah Kelahiran. <http://www.memokita.com>. diakses pada tanggal 4 Januari 2016

- [3] Notoatmodjo, 2007. *Kesehatan Masyarakat : ilmu dan seni*. Jakarta: Rineka Cipta
- [4] Sarwono. 2008. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- [5] Sulistyoningsih, H. 2012. *Gizi Ibu Dan Anak*. Yogyakarta: Graha ilmu
- [6] Swasono, Meutia. 2006. *Kehamilan, Kelahiran, Perawatan Ibu Dan Bayi Dalam Konteks Budaya*. Jakarta: ui-press
- [7] Wawan, A & Dewi, M. 2010. *Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika. Yogyakarta