BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa postpartum adalah suatu masa antara kelahiran sampai dengan masa pemulihan organ reproduksi kembali ke keadaan sebelum masa hamil yang lamanya antara 6-8 minggu (Reeder, 2011). Pada kondsi ini ibu nifas membutuhkan makanan yang seimbang, bergizi, dan cukup energi. Makanan yang dikonsumsi harus mengandung karbohidrat, protein, banyak cairan, sayur-sayuran dan buah-buahan (Waryana, 2010).

Kebutuhan nutrisi ibu masa nifas terdiri dari 60-70% karbohidrat, 10-20% protein, dan 20-30% lemak. Kebutuhan energi ibu meningkat menjadi 500-700 kkal, dengan demikian ibu harus banyak mengonsumsi makanan yang mengandung karbohidrat dan kalori tinggi. Pemenuhan kebutuhan protein juga meningkat sebanyak 20 gram per hari pada ibu menyusui dan dapat dipenuhi dengan cara menambah makanan sumber protein yang dapat diperoleh dari ikan, daging, ayam, telur, susu, dan juga tahu, tempe, serta kacang-kacangan. Asam lemak tak jenuh ganda dapat diperoleh dari minyak jagung, minyak biji kapas serta ikan salmon dan ikan haring. Kebutuhan vitamin dan mineral juga diperlukan walaupun dalam jumlah yang sedikit. Dan kebutuhan ibu masa nifas yang paling penting adalah cairan, hampir 90% air susu ibu terdiri dari air. Agar kebutuhan ini terpenuhi ibu dianjurkan minum delapan gelas air per hari (Marmi, 2013).

Banyaknya kebutuhan masa nifas ini mewajibkan ibu untuk memenuhinya, sedangkan di Indonesia sendiri masih banyak ibu postpartum yang berpantangan makanan dan ini termasuk ke dalam perkembangan budaya di masyarakat yang erat kaitannya dengan kesehatan, budaya atau kultur tersebut dapat membentuk kebiasaan dan respons terhadap kesehatan dan penyakit dalam segala masyarakat tanpa memandang tingkatannya. Karena itulah penting bagi tenaga kesehatan untuk tidak hanya mempromosikan kesehatan, tapi juga membuat mereka mengerti tentang proses terjadinya suatu penyakit dan bagaimana meluruskan keyakinan atau budaya yang dianut hubungannya dengan kesehatan (Iqbal, 2012).

Sosial budaya atau kebiasaan merupakan salah satu faktor yang sangat mempengaruhi perilaku ibu nifas dalam melakukan pantangan makanan pada masa nifas. Seharusnya pantangan terhadap makanan tidak boleh dilakukan oleh ibu postpartum karena dapat memperlambat proses pemulihan kesehatan, produksi ASI serta dapat merugikan kesehatan ibu.

Menurut Hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2015 menunjukkan AKI sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup. Berdasarkan Profil Dinas Kesehatan Kabupaten/ Kota Bogor tahun 2017 angka kematian ibu di Jawa Barat sebesar 76,03 per 100.000 kelahiran hidup. Menurut SDKI 2017 angka ini masih cukup tinggi jika dibandingkan dengan target *Sustainable Development Goals* (SDG's) angka kematian ibu kurang dari 70 per 100.000 kelahiran hidup. Salah satu alasannya

karena di indonesia sendiri masih banyak ibu nifas yang melakukan pantangan makanan pada masa nifas yaitu dari 5.123.764 ibu nifas ada 4.406.437 ibu nifas 86% mempunyai kebiasaan pantangan makanan seperti tidak makan ikan laut, telur, dan sayur (Kemenkes RI, 2015).

Masih banyaknya ibu nifas yang melakukan pantangan makanan disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya yaitu faktor predisposisi, faktor pendukung, dan faktor pendorong. Faktor predisposisi yang meliputi, sosial budaya, pendidikan, pengetahuan, pengalaman, pekerjaan, ekonomi, peran keluarga, dan usia, dan faktor pendukung yang terwujud dalam lingkungan fisik, tersedia atau tidak bersedianya fasilitas atau sarana kesehatan, misalnya puskesmas, obat-obatan, alat-alat kontrasepsi, jamban. Serta faktor pendorong yang terwujud dalam sikap dan perilaku petugas kesehatan atau petugas lainnya (Sulistyoningsih, 2012).

Berdasarkan penelitian Wahyuni dan Rumiatun pada tahun 2016 yang melibatkan 36 responden menunjukkan bahwa pengetahuan ibu nifas sebagian besar rendah (77,8%) dan sebanyak (69,4%) melakukan budaya merugikan di kehidupan sehari-hari (Wahyuni & Rumiatun, 2016). Berdasarkan penelitian Sugita pada tahun 2016 yang melibatkan 24 responden menunjukkan bahwa seluruh responden masih menggunakan beberapa budaya pada masa post partum dan menurut responden budaya-budaya tersebut sebagian besar dilakukan sampai hari ke-36 postpartum (Sugita, 2016).

Berdasarkan penelitian Hodikoh dan Setyowati pada tahun 2015 didapatkan hasil rata – rata skor nilai budaya adalah 77,23 dan hasil pemodelan nilai budaya yakni sebesar (35,5%). Berdasarkan data tersebut membuktikan bahwa nilai budaya dan pandangan masyarakat berhubungan erat dengan kemampuan ibu dalam merawat diri dan merawat bayinya (Hodikoh & Setyowati, 2015).

Berdasarkan penelitian Eldawati pada tahun 2015 yang melibatkan 53 responden dan lebih dari setengahnya (58,5%) mempunyai pengetahuan buruk yaitu sebanyak 31 orang. Banyaknya ibu postpartum yang memiliki pengetahuan rendah tentang masa nifas, disebabkan karena ibu masih memiliki pendidikan yang rendah dan ini berdampak pada sulitnya dalam menerima informasi yang kemudian menghasilkan pengetahuan. Pemahaman sikap yang dimiliki seseorang juga berkaitan dengan kepercayaan atau pemikiran ibu yang dipengaruhi oleh budaya yang ada di masyarakat. Buruknya pengetahuan dan masih banyaknya masyarakat yang mempercayai budaya akan mempengaruhi perawatan selama masa nifas, sehingga dapat meningkatkan resiko kematian pada ibu (Eldawati, 2015).

Peran perawat sangat penting terutama dalam meningkatkan kesehatan ibu postpartum, salah satunya sebagai edukator. Perawat dalam peran ini membantu ibu belajar tentang kesehatan dan yang harus dilakukan untuk memulihkan atau menjaga kesehatan dirinya sendiri (Kozier, 2010). Upaya yang perlu dilakukan untuk menanggulangi

kejadian berpantang makanan adalah dengan memberikan pengertian serta penyuluhan dengan sebaik-baiknya, bahwa berpantang makanan dapat menyebabkan gizi ibu hamil terganggu. Perbaikan gizi untuk ibu postpartum dengan memperbanyak konsumsi jenis makanan yang mengandung karbohidrat seperti nasi, kentang. Yang mengandung protein hewani seperti daging, ikan, ayam, telur. Sumber protein nabati seperti tempe, tahu, kacang-kacangan dan buah-buahan.

Berdasarkan hal-hal tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Tentang Pantangan Makanan Ibu Postpartum Di Wilayah Kota Bogor Tahun 2020"

B. Rumusan Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Tentang Pantangan Makanan Ibu Postpartum?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Untuk memperoleh gambaran pengetahuan dan sikap tentang pantangan makanan ibu postpartum.

2. Tujuan Khusus

   a. Untuk memperoleh gambaran karakteristik ibu postpartum meliputi Usia, pendidikan, pekerjaan, dan paritas.

   b. Untuk memperoleh gambaran pengetahuan ibu postpartum tentang pantangan makanan.

c. Untuk memperoleh gambaran sikap ibu postpartum tentang pantangan makanan.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

   Diharapkan dengan dilakukannya penelitian ini dapat menambah pengalaman, wawasan serta meningkatkan pengetahuan tentang proses dan cara-cara penelitian deskriptif dalam bagaimana mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap tentang pantangan makanan ibu postpartum di Wilayah Kota Bogor Tahun 2020.

2. Bagi Institusi Prodi Keperawatan Bogor

   Diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai bahan masukan, rujukan kepada para peneliti lain yang akan melakukan penelitian sejenis dalam pengembangan ilmu keperawatan khususnya di keperawatan maternitas. Serta berguna sebagai bahan referensi dan data dasar untuk penelitian selanjutnya.

3. Bagi Tempat Penelitian

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai data dasar bagi Wilayah Kota Bogor dalam mengetahui pantangan makanan yang sering dilakukan oleh ibu postpartum.