

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG GIZI IBU MENYUSUI
DI BPS MULYATI, Amd.Keb NATAR LAMPUNG SELATAN TAHUN 2014**

Anggraini⁽¹⁾, Marina Mahesi⁽²⁾

ABSTRAK

Latar belakang: Gizi pada ibu menyusui sangat erat kaitannya dengan produksi air susu, yang sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang bayi. Kekurangan gizi pada ibu menyusui selain menimbulkan gangguan kesehatan pada ibunya juga dapat menimbulkan gangguan kesehatan pada bayinya. Dinas Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2010 yang menunjukkan 12,6% proses pertumbuhan dan perkembangan anak terganggu, bayi mudah sakit dan mudah terkena infeksi ini terjadi akibat kekurangan gizi berulang dalam waktu lama, kurangnya pemberian ASI. Diketahui gambaran pengetahuan ibu nifas tentang gizi ibu menyusui di BPS Mulyati, Amd.Keb Natar Lampung Selatan Tahun 2014

Metode penelitian: Jenis penelitian kuantitatif rancangan deskriptif dengan pendekatan *Cross sectional*. Responden dalam penelitian ini adalah ibu nifas yang menyusui yang berkunjung ke BPS Mulyati, Amd.Keb. Natar Lampung Selatan sejumlah 32 ibu nifas yang menyusui pada tanggal 16 Mei 2014 sampai dengan 11 Juni 2014. Teknik sampling yang digunakan adalah Accidental sampling.

Kesimpulan: Bahwa sebanyak 18 ibu (56,2%) memiliki pengetahuan tentang gizi ibu menyusui dalam kategori kurang baik, 17 ibu (53,1%) memiliki pengetahuan tentang gizi ibu menyusui berupa manfaat gizi pada ibu menyusui dalam kategori kurang baik, 18 ibu (56,2%) memiliki pengetahuan tentang gizi ibu menyusui berupa sumber gizi pada ibu menyusui dalam kategori kurang baik, 16 ibu (50%) memiliki pengetahuan tentang gizi ibu menyusui berupa dampak kekurangan gizi pada ibu menyusui dalam kategori kurang baik.

Saran: Ibu nifas agar lebih meningkatkan kesadaran terhadap perlunya pengetahuan tentang gizi ibu menyusui sehingga mereka dapat mengetahui dan mengenali apa manfaat dan dampak kekurangan gizi pada ibu menyusui dengan demikian diharapkan gangguan/komplikasi dalam masa nifas dapat dideteksi secara dini.

Kata Kunci : Pengetahuan, Gizi, Ibu Menyusui

PENDAHULUAN

Derajat kesehatan suatu negara ditentukan oleh beberapa indikator, salah satu indikator tersebut adalah Angka Kematian Ibu (AKI). Angka Kematian Ibu menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 adalah 228 per 100.000 kelahiran hidup, sedangkan target MDGs pada tahun 2015, AKI dapat diturunkan menjadi 102 per 100.000 kelahiran hidup⁽¹⁾. Penyebab langsung kematian ibu adalah perdarahan 60-70%, infeksi nifas 20-30% dan kematian akibat abortus dan partus lama 10-20%⁽²⁾.

Komplikasi masa nifas yaitu infeksi yang merupakan penyebab terjadinya Angka Kematian Ibu (AKI). Masa nifas disebut juga masa post partum atau puerperium adalah masa

yang dimulai setelah plasenta keluar dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan semula (sebelum hamil). Masa nifas berlangsung selama kira-kira enam minggu⁽³⁾.

Gizi pada ibu menyusui sangat erat kaitannya dengan produksi air susu, yang sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang bayi. Bila pemberian ASI berhasil baik, maka berat badan bayi akan meningkat, integritas kulit baik, tonus otot, serta kebiasaan makan yang memuaskan. Ibu menyusui tidaklah terlalu ketat mengatur nutrisinya, yang penting adalah makanan yang menjamin pembentukan air susu yang berkualitas dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya⁽⁴⁾.

1.) Dosen Program Studi Kebidanan Universitas Malahayati B. Lampung
2.) Program Studi Kebidanan Universitas Malahayati B. Lampung

Kekurangan gizi pada ibu menyusui selain menimbulkan gangguan kesehatan pada ibunya juga dapat menimbulkan gangguan kesehatan pada bayinya, karena air susu ibu mengandung banyak substansi anti infeksi dan faktor-faktor proteksi terhadap berbagai virus dan organisme yang membahayakan.

Kekurangan gizi pada ibu menyusui merupakan salah satu masalah negara berkembang termasuk Indonesia. Di negara miskin, sekitar 20-35% proses pertumbuhan dan perkembangan anak terganggu, bayi mudah sakit dan mudah terkena infeksi yang disebabkan oleh masalah yang berkaitan dengan kekurangan gizi pada ibu menyusui. WHO memperkirakan diseluruh dunia 17% ibu menyusui kekurangan gizi.

Data yang dikeluarkan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2010 yang menunjukkan 12,6% proses pertumbuhan dan perkembangan anak terganggu, bayi mudah sakit dan mudah terkena infeksi, terjadi akibat kekurangan gizi berulang dalam waktu lama, kurangnya pemberian ASI yang sangat penting dan sangat erat kaitannya bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi, ASI juga merupakan makanan utama bagi bayi⁽⁵⁾.

Berdasarkan survey pendahuluan di BPS Mulyati, Amd.Keb. Natar Lampung Selatan pada tanggal 8 Februari 2014 didapatkan data padatanggal 1 Desember 2013 – 8 Februari 2014 terdapat sebanyak 97 ibu nifas normal. Setelah penulis melakukan penyebaran kuisioner terhadap 7 ibu nifas tentang gizi ibumenyusui didapatkan 3 (42,9%) ibu nifas mengetahui tentang gizi ibu menyusui dan dapat menyebutkan manfaat gizi ibu menyusui, sedangkan 4 (57,1%) ibu nifas tidak mengetahui manfaat gizi ibu menyusui⁽⁶⁾.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis ingin melakukan penelitian dengan judul "Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Gizi Ibu Menyusui di BPS Mulyati Natar Lampung Selatan".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian deskriptif telah dilakukan pada tanggal 16 Mei 2014 sampai dengan 11 Juni 2014. Tempat penelitian ini adalah di BPS Mulyati, Amd.Keb. Natar Lampung Selatan.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh seluruh ibu nifas di BPS Mulyati, Amd.Keb. Natar Lampung Selatan, jumlah ibu

nifas yang menyusui dari tanggal 28 Januari 2014-28April 2014 yaitu 129 ibu nifas. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 32 ibu nifas yang menyusui di BPS Mulyati, Amd.Keb Natar Lampung Selatan dari tanggal 16 Mei 2014 – 11 Juni 2014. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *accidental sampling*

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel tunggal yaitu pengetahuan ibu nifas tentang gizi dalam menyusui di BPS Mulyati, Amd.Keb. Natar Lampung Selatan. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis data Univariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisis Univariat

Tabel 1

Hasil Analisis Univariat
Distribusi Frekuensi Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Gizi Ibu Menyusui di BPS Mulyati, Amd.keb Natar Lampung Selatan Tahun 2014

No	Variabel	N	%
1	Pengetahuan		
	Baik	14	43,8
	Kurang baik	18	56,2

Berdasarkan tabel di atas maka diketahui sebanyak 18 ibu (56,2%) memiliki pengetahuan tentang gizi ibu menyusui dalam kategori kurang baik. Dengan demikian maka pengetahuan ibu nifas tentang gizi ibu menyusui di BPS Mulyati Amd.keb Natar Lampung Selatan Tahun 2014 adalah kurang baik.

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Gizi Ibu Menyusui Berupa Manfaat Gizi Pada Ibu Menyusui di BPS Mulyati, Amd.Keb Natar Lampung Selatan Tahun 2014

No	Variabel	N	%
1	Pengetahuan		
	Baik	15	46,9
	Kurang baik	17	53,1

Berdasarkan tabel diatas maka diketahui sebanyak 17 ibu (53,1%) memiliki pengetahuan tentang gizi ibu menyusui berupa manfaat gizi pada ibu menyusui dalam kategori

kurang baik. Dengan demikian maka pengetahuan ibu nifas tentang gizi ibu menyusui berupa manfaat gizi pada ibu menyusui di BPS Mulyati, Amd.keb Natar Lampung Selatan Tahun 2014 adalah kurang baik.

Tabel 3
 Distribusi Frekuensi Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Gizi Ibu Menyusui Berupa Sumber Gizi Pada Ibu Menyusui di BPS Mulyati, Amd.Keb Natar Lampung Selatan Tahun 2014

No	Variabel	N	%
1	Pengetahuan		
	Baik	14	43,8
	Kurang baik	18	56,2

Berdasarkan tabel diatas maka diketahui sebanyak 18 ibu (56.2%) memiliki pengetahuan tentang gizi ibu menyusui berupa sumber gizi pada ibu menyusui dalam kategori kurang baik. Dengan demikian maka pengetahuan ibu nifas tentang gizi ibu menyusui berupa sumber gizi ibu menyusui di BPS Mulyati, Amd.Keb Natar Lampung Selatan Tahun 2014 adalah kurang baik.

Tabel 4
 Distribusi Frekuensi Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Gizi Ibu Menyusui Berupa Dampak Kekurangan Gizi Pada Ibu Menyusui di BPS Mulyati, Amd.Keb Natar Lampung Selatan Tahun 2014

No	Variabel	N	%
1	Pengetahuan		
	Baik	16	50,0
	Kurang baik	16	50,0

Berdasarkan tabel diatas maka diketahui sebanyak 16 ibu (50%) memiliki pengetahuan tentang gizi ibu menyusui berupa dampak kekurangan gizi pada ibu menyusui dalam kategori kurang baik. Dengan demikian maka pengetahuan ibu nifas tentang gizi ibu menyusui berupa dampak kekurangan gizi pada ibu menyusui di BPS Mulyati, Amd.Keb Natar Lampung Selatan Tahun 2014 adalah kurang baik.

PEMBAHASAN

Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Gizi Ibu Menyusui di BPS Mulyati, Amd.Keb Natar Lampung Selatan Tahun 2014

Berdasarkan tabel di atas distribusi frekuensi Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Gizi ibu Menyusui di BPSMulyati Amd.Keb Natar Lampung Selatan Tahun 2014 dapat di ketahui sebanyak 18 ibu (56,2%) dalam kategori kurang baik, 14 ibu (43,8%) dalam kategori baik. Distribusi frekuensi pengetahuan ibu nifas tentang manfaat gizi ibu menyusui lebih tinggi dalam kategori kurang baik, yaitu sebanyak 17 ibu (53,1%).

Pengetahuan adalah hasil pengindraan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya). Dengan sendirinya pada waktu pengindraan sehingga menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas penelitian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra pendengaran (telinga), dan indra penglihatan (mata)⁶. Berdasarkan teori dan hasil penelitian diatas, menurut peneliti tingginya proporsi pengetahuan gizi nifas baik dari manfaat, sumber dan dampak kekurangan gizi pada ibu menyusui lebih tinggi pada kategori kurang baik, kemungkinan pertama dikarenakan kurang intensifnya sosialisasi gizi ibu menyusui selama masa kehamilan dan pada masa nifas dari petugas kesehatan kepada ibu. Selama ini petugas kesehatan hanya sekedar memeriksa dan jarang memberikan informasi secara terperinci tentang manfaat, sumber dan dampak kekurangan gizi pada ibu menyusui.

Kemungkinan kedua, hal ini berkaitan dengan tingkat pendidikan, berdasarkan karakteristik responden pada tabel 4.2 diketahui sebanyak 13 responden (40,6%) berpendidikan SMP, rendahnya pendidikan responden juga dapat berpengaruh pada daya tangkap tentang materi atau objek baru yang disampaikan oleh petugas kesehatan ataupun yang didapat responden dari media elektronik dan media cetak. Rendahnya pendidikan juga akan mempengaruhi pola pikir responden yang diwujudkan dengan meremehkan dan mengabaikan informasi tentang gizi ibu menyusui sehingga menyebabkan pengetahuan ibu tentang gizi ibu menyusui menjadi kurang baik.

Hal ini sesuai dengan teori pendidikan adalah upaya untuk memberikan pengetahuan sehingga terjadi perubahan perilaku positif yang meningkat. Pada umumnya semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi juga tingkat pengetahuannya karena akan lebih mampu memahami arti dan menangkap materi atau hal-hal baru yang disampaikan⁽⁶⁾.

Kemungkinan ketiga, keadaan sosialekonomi ibu menuntut ibu nifas untuk ikut serta memenuhi kebutuhan keluarganya seperti dengan bekerja sehingga ibu kurang aktif dalam mencari informasi tentang perawatan payudara dari mulai manfaat, sumber dan dampak kekurangan gizi pada ibu menyusui baik dari media cetak, media elektronik maupun dari petugas kesehatan langsung. Ibu-ibu yang bekerja ini lebih memilih bekerja untuk menaikkan pendapatan keluarga atau mereka lebih fokus dalam menaikkan derajat sosial ekonomi keluarga daripada sibuk mencari informasi tentang gizi ibu menyusui. Dengan adanya kesibukan dalam bekerja maka peluang untuk mencari informasi baik dari media cetak ataupun dari media elektronikpun sangat kecil, sehingga pengetahuan ibu tentang gizi ibu menyusui menjadi sangat sedikit.

Responden yang memiliki tingkat pengetahuan kurang baik sebanyak 18 responden (56,2%), sedangkan responden yang mempunyai tingkat pengetahuan baik sebanyak 14 responden (43,8%) itu berarti responden sudah mengerti tentang perawatan payudara dari mulai manfaat, sumber dan dampak kekurangan gizi pada ibu menyusui. Ibu-ibu yang mempunyai pengetahuan yang baik disebabkan ibu telah mendapatkan informasi tentang perawatan payudara baik dari media cetak, media elektronik ataupun dari petugas kesehatan langsung sehingga mereka mampu menjawab kuesioner yang peneliti berikan. Ibu-ibu tersebut mempunyai pola pikir bahwa gizi pada ibu menyusui tersebut penting untuk kelangsungan hidup bayi sehingga ibu tertarik untuk mencari informasi tentang gizi pada ibu menyusui baik dari menonton televisi ataupun dari media cetak sehingga ibu-ibu ini lebih bisa menjawab pertanyaan yang diberikan oleh peneliti dan hasilnya dalam kategori baik. Beberapa pendapat peneliti diatas dapat menjadi faktor predisposisi ibu yang tidak memiliki objek yang jelas tentang gizi pada ibu menyusui yang menyebabkan responden

kurang baik dalam menjawab pertanyaan yang di berikan oleh peneliti

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan gambaran pengetahuan ibu nifas tentang gizi ibu menyusui di BPS Mulyati, Amd.Keb. Natar Lampung Selatan Tahun 2014 maka dapat disimpulkan: secara umum distribusi frekuensi pengetahuan ibu nifas di BPS Mulyati, Amd.Keb. Natar Lampung Selatan Tahun 2014 tentang gizi ibu menyusui mayoritas dalam kategori kurang baik, yaitu sebanyak 18 ibu (56,2%).

SARAN

1. Bagi Tempat Penelitiandi BPS Mulyati, Amd.Keb Natar Lampung Selatan.
Diharapkan kepada petugas kesehatan agar lebih meningkatkan usaha preventif dan promotif tentang gizi ibu menyusui mulai dari manfaat, sumber dan dampak kekurangan gizi pada ibu menyusui kepada ibu nifas dengan metode dan bahasa yang mudah dimengerti secara terperinci. Kemudian untuk ibu-ibu yang sibuk bekerja petugas kesehatan dapat memberikan informasi pada saat melakukan kunjungan nifas ke rumah.
2. Bagi Prodi DIII Kebidanan Universitas Malahayati.
Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu sumber bacaan atau literatur bagi para mahasiswa yang membutuhkan informasi mengenai gizi ibu menyusui.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Disarankan mengembangkan variabel penelitian dalam rangka mencari hubungan antara faktor-faktor yang berkaitan dengan pengetahuan ibu nifas tentang perawatan payudara.
4. Bagi Ibu Nifas
Sebagai masukan bagi ibu nifas agar lebih meningkatkan kesadaran terhadap perlunya pengetahuan tentang gizi ibu menyusui sehingga mereka dapat mengetahui dan mengenali apa manfaat dan dampak kekurangan gizi pada ibu menyusui dengan demikian diharapkan gangguan/komplikasi dalam masa nifas dapat dideteksi secara dini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Dep.Kes RI. 2011. *Rencana Strategi Nasional Making Pregnancy Safer* Ari, Sulistyawati. 2009. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Yogyakarta: ANDI
2. Manuaba, IBG, 2007. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana*, EGC.
3. Ari, Sulistyawati. 2009. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Yogyakarta: ANDI
4. Vivian, Nanny. 2012. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Jakarta : Salemba Medika.
5. DinKes Lampung. 2010. *Pertumbuhan dan Perkembangan Anak*. <http://www.dinkes.go.id/index.php?vw=2&id=790> pada tanggal 29 Januari 2010, diunduh pada tanggal 8 Februari 2014. (MPS) di Indonesia 2010-2013. Jakarta: Dep.Kes & WHO.
6. Profil BPS Mulyati, Amd.Keb. Natar Lampung Selatan Tahun 2014.
7. Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT.Asdi Mahasatya.