

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Laporan Profil Kesehatan Indonesia (2018), menunjukkan bahwa pemerintah Indonesia telah berupaya untuk mengurangi Angka Kematian Ibu, khususnya pasca melahirkan atau ibu nifas. Di Provinsi Kalimantan Selatan sendiri, cakupan kunjungan yang dilakukan oleh pemerintah daerah provinsi selama 10 tahun terakhir dari periode 2008 hingga 2018 sebesar 86,40%. Capaian ini di atas capaian rata-rata negara Indonesia, yakni sebesar 85,92%.

Meskipun capaian kunjungan nifas yang dilakukan oleh Pemerintah Provinsi Kalimantan Selatan tergolong baik dan di atas skor rata-rata, namun dari kelima provinsi di Pulau Kalimantan, Angka Kematian Ibu Nifas di Provinsi Kalimantan Selatan mencapai 0,097% (tertinggi setelah Kalimantan Tengah dan Kalimantan Timur) atau sekitar 79 orang adari 81.296 jumlah ibu melahirkan. Meskipun tergolong rendah, namun angka kematian ibu hendaknya terus ditekan dan diantisipasi, sehingga potensi kematian ibu nifas pun juga berkurang, khususnya provinsi Kalimantan Selatan (Profil Kesehatan Indonesia, 2018).

Program pemberian kapsul vitamin a, ibu nifas merupakan program sasaran yang mendapat sasaran program vitamin a. Karena saat proses melahirkan ibu telah kehilangan sejumlah darah sehingga dengan mengkonsumsi ibu vitamin a ibu nifas dapat meningkatkan daya tahan tubuh, mempercepat proses pemulihan, dan mencegah anemia. Adapun jumlah cakupan ibu nifas yang mendapat vitamin a pada tahun 2020 adalah 10.897 (81.1%) relatif menurun bila dibanding kan tahun 2019 13.301 orang (97.6%) (Dinkes Kota Banjarmasin, 2020).

Menurut Acog Committee Opinion dalam jurnal The American College of Obstetricians and Gynecologists (2018), urgensi terhadap upaya pengoptimalan kesehatan ibu harus menjadi proses yang berkelanjutan dengan melalui layanan dan dukungan yang disesuaikan dengan kebutuhan ibu yang

bersangkutan. Oleh sebab itu, semua wanita hendaknya memperoleh informasi atau pengetahuan yang cukup mengenai usaha yang bisa diterapkan demi memelihara kesehatan diri, khususnya selama hamil, bersalin, dan nifas.

Masa nifas (puerperium) diawali sesudah plasenta lahir serta berhenti saat organ kandungan kembali serupa kondisi awal sebelum kehamilan (Ambarwati, 2010). Sesudah melahirkan, keperluan gizi ibu nifas lebih banyak, sebab selain diperuntukkan demi pemrosesan Air Susu Ibu (ASI) juga bermanfaat untuk pemulihan kondisi setelah melahirkan. Usaha perbaikan kesehatan ibu nifas ialah dengan pengadaan pasokan makanan yang cukup, yakni ibu nifas mesti banyak mengonsumsi makanan yang mengandung gizi seimbang, mineral, cukup protein, vitamin, dan makanan tambahan sejumlah 500 kalori perhari. Hal ini berguna untuk produksi ASI pun bermanfaat untuk proses pemulihan sel-sel yang sudah rusak sepanjang proses persalinan. Menimbang krusialnya proses pemulihan kesehatan serta pemrosesan ASI, maka harus diadakan observasi apakah ibu mendapatkan makanan dengan mutu serta jumlah yang diperlukan untuk pemulihan fisiknya, juga pengetahuan untuk ibu nifas terkait krusialnya makanan dengan gizi seimbang (Prawiroharjo, 2003).

Ibu hamil pada masyarakat Banjarmasin, Kalimantan Selatan juga memahami larangan yang diturunkan oleh nenek moyang mereka. Larangan ini diterapkan baik ketika hamil serta sesudah melahirkan. Larangan ini ditujukan agar sepanjang kehamilan serta persalinan, ibu dan bayi terlepas dari kondisi yang bisa mencelakakan ibu sepanjang kehamilan serta kelahiran. Salah satu larangan yang dilakukan masyarakat Banjarmasin, Kalimantan Selatan adalah tidak diperkenankan memakan makanan yang amis, seperti ikan berpatil dan ikan papuyu, tidak boleh minum es, dan tidak boleh mengonsumsi makanan berlemak (Susvita, Sari, dkk. 2016).

Serupa dengan budaya di negara malaysia yang tidak memperkenankan ibu nifas untuk mengonsumsi durian (Foster, 2009), budaya di Banjarmasin juga tidak memperbolehkan ibu nifas untuk mengonsumsi durian karena akan menghambat produksi ASI. Padahal jika ditinjau dari segi kesehatan Huda,

dkk. 2019 menyatakan bahwa durian dapat membantu menambah tenaga yang berasal dari kandungan manis buah durian sehingga cocok untuk kebutuhan nutrisi ibu nifas selama tidak berlebihan.

Di samping itu, ibu nifas di Banjarmasin juga dilarang total makan ikan (ikan bersisik, ikan tauman) sebab dipercaya ikan mengakibatkan area genetalia gatal serta beraroma tidak sedap, makanan pedas, makanan asam sebab dapat mengakibatkan bayi diare, dilarang memakan buah tertentu sebab dapat mengakibatkan ASI terasa asam serta bayi tidak mau menyusu. Selain sumber makanan tersebut, faktanya Di daerah Banjarmasin masih banyak ditemukan ibu nifas yang berpantang untuk mengkonsumsi ikan segar dikarenakan akan membuat ASI menjadi amis, darah nifas akan lambat berhenti. Padahal menurut Purnani, 2019 ikan segar berperan penting dalam meregenerasi dan membangun sel-sel yang rusak, terutama jika ibu menjalani proses melahirkannya dengan operasi.

Pantangan yang cukup luas diyakini kebenarannya di daerah Banjarmasin ialah dengan mengonsumsi ikan kering dan cacapan (campuran garam, bawang merah, cabai, terasi, penyedap rasa, asam buah atau buah ramania, sebagai pengganti sambel) akan mempercepat pulihnya masa nifas. Padahal hal tersebut tidak dianjurkan karena kandungan protein yang terbilang cukup rendah pada ikan asin akan memperlambat penyembuhan dan kelancaran ASI saat nifas. Selain anjuran untuk mengonsumsi ikan asin, budaya mengonsumsi makanan untuk ibu nifas di daerah Banjarmasin juga terlihat dari fakta bahwa ibu nifas tidak boleh memakan nasi kuning. Padahal nasi kuning mengandung karbohidrat dan lemak dari santan kelapa yang diolah sebagai bahan utama pembuatan nasi kuning, buah-buahan atau sayuran juga punya mempunyai batasan dalam mengonsumsi, dikarenakan mereka takut timbul alergi dari makanan yang mereka konsumsi (Susvitasari, 2016). Padahal Kemenkes RI, 2021 sejatinya mengonsumsi buah-buahan dan sayuran sangat dianjurkan pada ibu nifas.

Padahal tidak ada penelitian yang mengharuskan bahwa ibu nifas harus berpantang dalam memenuhi kebutuhan nutrisinya. Kebutuhan ibu nifas meliputi gizi, kebersihan, istirahat, serta perawatan tubuh (Sinambela, 2020).

Kebutuhan gizi yang wajib dipenuhi sepanjang masa nifas berjumlah 2900 kkal dalam sehari dengan melipatgandakan makanan yang bergizi seperti karbohidrat, sayur, lauk buah, serta vitamin, selain itu tidak ada larangan yang bermanfaat untuk melancarkan ASI, memperlekas penyembuhan, serta gizi terpenuhi (Nugraheni, 2014). Adapun kebutuhan gizi tersebut meliputi karbohidrat 600gr perhari, protein hewani 210gr perhari, protein nabati 300gr perhari, Serat 400gr perhari, Buah 400gr perhari, Minyak atau Lemak 30gr perhari, Kebutuhan Sukrosa (Gula) 20gr perhari, Mineral 2,8 liter hingga 3 liter perhari, Vitamin C 30mg dan Vitamin A 850mg (Kemenkes RI, 2021).

Sepanjang ibu tidak mempunyai penyakit yang mewajibkan ibu menerapkan diet khusus, maka tidak ada larangan makanan tertentu bagi ibu menyusui. Hal yang mesti menjadi atensi ialah jikalau kebutuhan gizi ibu menyusui tidak tercukupi, maka kebutuhan gizi untuk pemrosesan ASI akan diperoleh dari persediaan yang ada pada ibu. Keadaan ini akan mengakibatkan ibu menanggung defisiensi zat gizi sehingga menaikkan risiko munculnya penyakit. Jika hal ini berjalan lama, mutu ASI akan menurun sehingga berefek buruk bagi bayi. Oleh sebab itu, ibu nifas perlu mengetahui lebih lanjut mengenai kebutuhan nutrisi yang dibutuhkan saat nifas (Hayu, Rini. 2013). Berlandaskan pemaparan tersebut, peneliti ingin menelaah lebih intens berkenaan dengan pengetahuan ibu nifas terkait kebutuhan nutrisi di waktu nifas.

Di waktu nifas, dibutuhkan nutrisi yang berkualitas tinggi dengan cukup kalori, cairan, protein, serta vitamin. Diet yang dianjurkan mesti berkualitas tinggi dengan cukup kalori, cairan, protein, serta vitamin. Pantangan untuk mengkonsumsi makanan tidak boleh dilaksanakan oleh ibu nifas sebab bisa melambatkan prosedur pemulihan luka jahitan. Padahal sebagaimana diketahui bahwa proses pemulihan luka amat memerlukan protein. Oleh sebab itu, ibu post partum disarankan untuk makan dengan pola yang tepat sesuai dengan mutu serta jumlahnya (Rahmawati, 2017).

Ketidaktahuan ibu nifas terhadap pola makan atau kebutuhan nutrisi yang diperlukan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Anggraeni dan Mahesi (2015), mengkaji mengenai pengetahuan ibu nifas terhadap nutrisi yang dibutuhkan ibu menyusui berdasarkan 3 faktor yakni pendidikan, informasi dan ekonomi. Adapun penelitian yang dilakukan Adawiyah, Sarkiah, dan Yunita (2016), pada hal yang sama melalui 4 faktor umur, pendidikan, paritas, dan pekerjaan. Penelitian terakhir oleh Rahmawati dan Suwoyo (2019), mengkaji mengenai pengetahuan ibu nifas terhadap nutrisi yang dibutuhkan ibu mengenai pengetahuan ibu nifas berdasarkan 3 faktor yakni usia, pekerjaan, dan pendidikan. Oleh sebab itu, kurangnya nutrisi pada ibu hamil diakibatkan oleh faktor internal ataupun eksternal, baik dari dalam diri sang ibu atau lingkungan sekitar. Berlandaskan penelitian Baumali (2009) mayoritas masyarakat dari beraga budaya yakin dengan adanya korelasi antara makanan dengan kesehatan ibu nifas yang sebenarnya keliru, mereka menyodorkan perlindungan yang amat protektif kepada ibu nifas sehingga langkah untuk mengonsumsi makanan ditetapkan oleh pihak yang dinilai memiliki otoritas dalam hal ini suami serta orang tua dan orang yang mempunyai keahlian seperti dukun.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan pada tanggal 30 September 2021 pada 7 orang ibu nifas, seluruh ibu nifas masih melakukan pantang makanan pada ikan segar dan sering mengonsumsi cacapan setiap harinya. Kemudian ibu nifas mengatakan bahwa mereka dalam sehari makan dengan porsi yang banyak (3-4x dalam sehari), serta masih ada keluarga yang mempercayai pantangan pada masa nifas.

Berlandaskan pemaparan di atas, peneliti berminat untuk menelaah pengetahuan ibu nifas berdasarkan faktor budaya nutrisi pada ibu nifas yang ada di Puskesmas Pelambuan Kota Banjarmasin Provinsi Kalimantan Selatan.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran pengetahuan ibu nifas mengenai nutrisi ibu nifas di Puskesmas Pelambuan Banjarmasin Barat ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu nifas terhadap nutrisi pada masa nifas di Wilayah Puskesmas Pelambuan Banjarmasin Barat

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan berdasarkan karakteristik ibu nifas melingkupi umur, pendidikan, pekerjaan dan budaya di Puskesmas Pelambuan Banjarmasin Barat.
- b. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu nifas berdasarkan jenis nutrisi yang harus dikonsumsi ibu nifas di Puskesmas Pelambuan Banjarmasin Barat.
- c. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu nifas berdasarkan komposisi nutrisi yang dikonsumsi ibu nifas di Puskesmas Pelambuan Banjarmasin Barat.
- d. Untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu nifas berdasarkan macam-macam dampak jika ibu berpantang makanan selama nifas di Puskesmas Pelambuan Banjarmasin Barat

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Pasien

Untuk meningkatkan ilmu pengetahuan ibu terkait pentingnya nutrisi selama nifas untuk menambah stamina ibu, mempercepat proses pulihnya luka jalan lahir dan memperlancar ASI

2. Bagi Institusi Pendidikan dan Mahasiswa

Selaku bahan dokumentasi, referensi pustaka, bahan pertimbangan dan evaluasi institusi untuk mengetahui kemampuan mahasiswa dalam melakukan penelitian

3. Bagi Penulis

Dapat memperlihatkan ilmu dan teori kepada klien sesuai dengan teori yang telah didapat di bangku kuliah