

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang**

Masa nifas (Post Partum) adalah masa yang berlangsung selama 6 minggu atau 42 hari yang dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali ke bentuk sebelum hamil. Pada masa nifas, ibu akan mengalami banyak perubahan fisiologis selama masa pemulihan ini yang akan menimbulkan banyak ketidaknyamanan, namun tidak menutup kemungkinan perubahan fisiologis ini dapat berkembang menjadi gejala patologis jika tidak ditangani dengan baik (Yuliana & Hakim, 2020).

Angka Kematian Ibu (AKI) adalah proporsi kematian ibu selama kehamilan, persalinan, dan nifas yang disebabkan oleh peristiwa-peristiwa tersebut atau penanganannya, tetapi bukan karena sebab-sebab lain seperti kecelakaan atau ketidaksengajaan dalam setiap 100.000 kelahiran hidup. Menurut laporan postpartum, jumlah kematian ibu menurut provinsi di Indonesia menurun dari 4.226 menjadi 4.221 pada tahun 2018-2019, tetapi tidak menutup kemungkinan kematian ini dapat berkembang menjadi patologi jika tidak ditangani dengan baik. (Profil kesehatan Indonesia, 2019).

Sebagai sebuah kesepakatan pembangunan internasional yang diadakan di markas besar Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB), menurut Sustainable Development Goals (SDGs). Fakta bahwa target layanan di era SDGs lebih komprehensif adalah salah satu perubahan utama yang dibawa oleh SDGs. 100%, dengan 169 tonggak pencapaian yang harus dipenuhi untuk menurunkan AKI hingga di bawah 70 per 100.000 KH dan AKB hingga 12 per 1.000 KH pada tahun 2030. Tujuan-tujuan ini harus dicapai dalam kurun waktu 15 tahun ke depan

(berlaku dari tahun 2016 hingga 2030) (SDGs, 2017).

Di Indonesia, prevalensi kunjungan nifas (KF3) menunjukkan tren yang meningkat dari tahun 2008 hingga 2019. Pencapaian kunjungan nifas menurut provinsi di Indonesia menunjukkan bahwa Provinsi DKI Jakarta, Jawa Barat, dan Kalimantan Utara berada di urutan tertinggi dalam pencapaian kunjungan nifas lengkap (KF-3). Sedangkan Jawa Tengah, Papua, dan Papua Barat memiliki tingkat kunjungan nifas terendah. Di Indonesia, 62% dari 34 provinsi yang menyediakan data kunjungan nifas telah mencapai 80% KF3. Situasi tahun 2019 lebih baik dari tahun 2018 (60%) (Profil kesehatan Indonesia, 2019).

AKI adalah penyebab kematian yang berkaitan dengan gangguan kehamilan atau penanganannya (tidak termasuk kecelakaan atau kasus insidental) selama kehamilan, persalinan, dan masa nifas (42 hari setelah melahirkan), tanpa memperhitungkan lama kehamilan per 100.000 kelahiran hidup, menurut Laporan Kinerja Instansi Pemerintah Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat Tahun 2020. Karena Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indeks yang paling sensitif dari kesejahteraan penduduk suatu negara, maka sangat penting untuk mengevaluasi kondisi kesehatan ibu dan efektivitas inisiatif kesehatan ibu.

Kualitas dan kuantitas makanan ibu memiliki dampak yang signifikan terhadap jumlah ASI yang diproduksi, sehingga nutrisi yang seimbang dan lengkap menjadi salah satu kebutuhan ibu pascamelahirkan yang harus dipenuhi. Porsi yang tidak berlebihan dan teratur harus dicerna dari menu makanan untuk mempercepat pemulihan kesehatan dan kekuatan, meningkatkan produksi ASI, menghentikan infeksi, dan menghindari sembelit (Rahmawati, 2019). Zat gizi seimbang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan tubuh selama masa nifas,

dan nutrisi meningkat 25% pada masa ini untuk mendukung kebutuhan nutrisi bayi serta pemulihan ibu setelah melahirkan. Nutrisi yang dikonsumsi juga bermanfaat untuk fungsi, metabolisme, dan cadangan tubuh. Kekurangan nutrisi pada masa nifas akan menyebabkan gangguan pertumbuhan bayi dan ketidakstabilan kesehatan pada ibu menyusui (Norhajati, Dewi, & Inayah, 2018).

Salah satu kebutuhan dasar yang harus dipenuhi dan mendapat perhatian khusus adalah nutrisi, terutama pada ibu pasca melahirkan yang masih memiliki luka perineum atau luka operasi caesar karena nutrisi sangat penting untuk proses penyembuhan luka tersebut. Faktor utama dalam nutrisi bukanlah jumlah makanan yang masuk, melainkan nutrisi yang terkandung dalam makanan tersebut (Solehati, 2020).

Masalah kesehatan pada ibu dan anak disebabkan oleh defisit nutrisi ibu pasca melahirkan atau menyusui. Bayi yang mengalami kelainan lebih rentan terhadap penyakit dan infeksi, kecil kemungkinannya untuk tumbuh secara normal, memiliki masalah mata, tulang, dan pertumbuhan, serta membutuhkan waktu lebih lama untuk pulih dari luka perineum pada ibu pascapersalinan. Karena berbagai faktor, termasuk adanya pantangan makanan pada ibu nifas, jika ibu tidak menerima makanan dengan gizi seimbang, dapat mengakibatkan ibu kekurangan gizi, kekurangan darah, dan ibu akan memberikan ASI dengan jumlah yang sedikit sehingga ibu nifas atau ibu menyusui akan mengalami kekurangan gizi (Fitriani, 2017).

Untuk memenuhi kebutuhan energi yang meningkat, kebutuhan nutrisi ibu pasca persalinan meningkat 10% bagi mereka yang aktif dan 20% bagi mereka yang sangat aktif. Kandungan ASI yang berkualitas tinggi dapat dipengaruhi oleh pola makan pascapersalinan.

Oleh karena itu, wanita pascapersalinan harus mengonsumsi makanan yang seimbang, makanlah 500 kalori tambahan setiap hari. Dapatkan cukup protein, mineral, dan vitamin dengan mengonsumsi makanan yang seimbang. setidaknya 3 liter air setiap hari (anjurkan ibu untuk minum setiap kali menyusui). Setidaknya selama 40 hari setelah melahirkan, suplemen zat besi harus diberikan untuk membantu proses menyusui. Konsumsi 200.000 unit vitamin A agar ibu dapat memberikannya kepada anaknya melalui ASI. (Sulistiyaswati, 2015).

Pelaksanaan yang kurang ideal dapat mengakibatkan wanita mengalami berbagai masalah, yang berpotensi menimbulkan kekhawatiran selama masa nifas, maka sangat penting bagi tenaga kesehatan untuk terus memantau masa ini. Untuk kembali ke kondisi sebelum hamil, Anda harus melalui masa penyembuhan dan transisi yang dikenal sebagai fase post partum. Organ genital internal dan eksternal secara progresif kembali ke kondisi sebelum kehamilan selama periode pascapersalinan. Wanita yang baru saja melahirkan memerlukan diet tinggi kalori dan protein serta istirahat yang cukup untuk membantu proses penyembuhan berjalan lebih cepat (Khanza, 2019).

Kemajuan terbaru dalam penelitian dan pengetahuan harus diikuti agar bidan dapat memberikan perawatan berkualitas tinggi kepada pasien. Kemampuan bidan untuk mengambil keputusan terbaik terkait kondisi pasien sangatlah penting, terutama ketika menentukan kasus mana yang harus dirujuk. Bidan harus memiliki pengetahuan yang cukup untuk mengenali kelainan dan komplikasi sejak dini sehingga dapat dihindari atau ditangani dengan cepat untuk menghindari keterlambatan. Ibu pasca persalinan dapat memperoleh manfaat dari pengajaran dari bidan sehingga mereka dapat mengantisipasi dan lebih

memahami apa yang akan terjadi.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Inka (2019). Berdasarkan hasil penelitian, hampir seluruh ibu nifas yang menjadi responden memiliki pengetahuan yang baik yaitu sebanyak 18 responden (51,4%) dan sebagian memiliki pengetahuan yang cukup yaitu sebanyak 14 responden (40%). Kesimpulan penelitian ini adalah diharapkan ibu nifas di Puskesmas Margahayu Raya Kota Bandung tahun 2019 lebih mengetahui pentingnya nutrisi pada masa nifas agar dapat mencegah terjadinya Kurang Energi Kronis (KEK), terutama bagi tenaga kesehatan untuk lebih meningkatkan KIE tentang nutrisi nifas.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 10 ibu nifas di Polindes Ambawang, 7 dari 10 ibu nifas tidak mengetahui pentingnya gizi yang baik pada masa nifas, seperti mengonsumsi makanan yang mengandung protein, minum cairan yang cukup, dan mengonsumsi buah-buahan. Manfaat gizi bagi ibu nifas untuk memenuhi kebutuhannya dalam proses menyusui dan penyembuhan masa nifas hanya diketahui oleh 3 orang lainnya sudah memahami pentingnya gizi pada masa nifas, seperti mengonsumsi makanan yang mengandung protein, buah-buahan, dan cairan yang cukup.

Berdasarkan dari studi permasalahan tersebut maka peneliti tertarik mengambil judul penelitian "Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pentingnya Nutrisi Masa Nifas di Polindes Desa Ambawang Kalimantan Barat Tahun 2022"

#### Rumusan Masalah

Rumusan berupa "Bagaimana Gambaran Pengetahuan Ibu Tentang Pentingnya Nutrisi Masa Nifas di Polindes Desa Ambawang Kalimantan Barat Tahun 2022?"

## Tujuan Penelitian

### Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengetahuan ibu tentang pentingnya nutrisi masa nifas di polindes desa ambawang kalimantan barat tahun 2022

### Tujuan Khusus

Untuk mengetahui pengetahuan ibu nifas tentang pengertian kebutuhan nutrisi ibu nifas

Untuk mengetahui pengetahuan ibu nifas tentang macam-macam kebutuhan nutrisi ibu nifas

Untuk mengetahui pengetahuan ibu nifas tentang manfaat nutrisi bagi ibu nifas

Untuk mengetahui pengetahuan ibu nifas tentang dampak kurangnya asupan nutrisi terhadap ibu nifas

## Manfaat Penelitian

### Manfaat Bagi Ibu Nifas

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran ibu nifas akan nutrisi pasca persalinan dan menjadi pengalaman, evaluasi, dan alat pembelajaran meliputi pengertian nutrisi, kebutuhan nutrisi ibu nifas, manfaat nutrisi ibu nifas, dan dampak kurangnya nutrisi bagi ibu nifas. Sehingga ibu nifas dapat lebih optimal untuk kesehatannya baik fisik dan psikologis serta pemulihan dan produksi ASI lancar.

Manfaat bagi Institusi Bagi Institusi Universitas Ngudi Waluyo

Hal ini dimaksudkan agar dapat menjadi panduan bagi para mahasiswa yang ingin mengajukan penelitian yang lebih banyak, sebanding, atau lebih menantang.

#### Manfaat bagi Peneliti Selanjutnya

sebagai referensi untuk penelitian tambahan dengan topik yang sama namun dengan variabel yang berbeda, untuk memperdalam pemahaman peneliti selanjutnya mengenai pentingnya nutrisi bagi ibu nifas.

#### Manfaat bagi Polindes Ambawang

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah informasi dan berguna untuk tempat penelitian.