GAMBARAN PENGETAHUAN IBU NIFAS TENTANG KEBUTUHAN NUTRISI PADA MASA NIFAS DI RSUD DR. H. MOCH. ANSARI SALEH BANJARMASIN

Rabiatul Adawiyah*, Sarkiah¹, Laurensia Yunita²
Akademi Kebidanan Sari Mulia Banjarmasin
Program DIII Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sari Mulia Banjarmasin
Email: rara.adawiyah21@gmail.com, telp: 08999381067

Abstrak

Kebutuhan nutrisi ibu nifas lebih banyak karena selain untuk pembentukan Air Susu Ibu (ASI) dalam proses menyusui juga berguna dalam proses pemulihan kondisi setelah melahirkan. Masih banyak ibu nifas yang tidak makan-makanan yang bergizi, pantang makan terhadap makananmakanan tertentu yang seharusnya itu sangat dibutuhkan oleh ibu nifas. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan di RSUD Dr. H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin pada 10 orang ibu nifas ada 7 ibu nifas yang tidak mengetahui tentang manfaat kebutuhan nutrisi saat masa nifas beserta kerugiannya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi pada masa nifas di RSUD Dr. H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin. Rancangan ini menggunakan metode penelitian Deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Lokasi penelitian ini di RSUD Dr.H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin dilakukan sejak 12 - 18 Mei 2016. Jumlah sampel sebanyak 40 ibu nifas dengan teknik accidental sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Penelitian hanya menggunakan variabel tunggal yaitu pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi pada masa nifas. Hasil pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi pada masa nifas untuk kategori baik sebanyak 11 responden (27.5%), kategori cukup sebanyak 25 responden (62.5%) dan kategori kurang sebanyak 4 responden (10%). Dapat disimpulkan bahwa Pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi pada masa nifas di RSUD Dr. H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin dapat dikategorikan cukup yaitu sebanyak 25 responden (62.5%).

Kata Kunci: Pengetahuan, Nifas, Nutrisi

PENDAHULUAN

Masa nifas (puerperium) dimulai setelah plasenta lahir dan berakhir ketika alatalat kandungan kembali seperti keadaan semula sebelum hamil. Masa nifas berangsur kurang lebih 6 minggu atau 42 hari, merupakan waktu yang diperlukan untuk

pulihnya kembali alat kandungan pada keadaan yang normal (Ambarwati, 2010).

Setelah melahirkan, kebutuhan gizi ibu nifas lebih banyak karena selain untuk pembentukan Air Susu Ibu (ASI) dalam proses menyusui juga berguna dalam proses pemulihan kondisi setelah melahirkan. Bila nutrisi ibu nifas tidak terpenuhi maka proses pemulihan kondisi ibu seperti sebelum hamil akan lebih lama dan produksi ASI akan berkurang, karena di dalam tubuh makanan akan diuraikan menjadi suatu zat yang nantinya akan digunakan tubuh dalam menjalankan fungsinya (Anonim, 2011).

Upaya pemulihan kesehatan ibu nifas adalah dengan penyediaan makanan yang memadai, yakni ibu nifas harus banyak mengkonsumsi makanan yang bergizi dan seimbang, cukup protein, mineral, vitamin, serta makanan tambahan sebanyak 500 kalori perhari, karena selain berguna untuk produksi air susu ibu (ASI) juga berfungsi sebagai proses perbaikan sel-sel tubuh yang telah rusak selama proses persalinan, mengingat pentingnya pemulihan kesehatan dan pembentukan ASI, maka perlu pengawasan apakah ibu memperoleh makanan dengan kualitas dan kwantitas yang dibutuhkan bagi pemulihan tubuhnya, juga pengetahuan tersendiri bagi ibu nifas tentang pentingnya makanan bergizi seimbang (Prawiroharjo, 2003).

Sebagian besar ibu nifas masih belum mengetahui tentang kebutuhan nutrisi selama masa nifas, serta manfaat dan kerugian jika kebutuhan nutrisinya belum terpenuhi. Hal ini menunjukkan bahwa kurangnya pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi selama masa nifas yang disebabkan oleh faktor umur, tingkat pendidikan, pengalaman, pekerjaan, paritas, sosioekonomi, dukungan keluarga dan kebiasaan (Bahiyatun, 2009).

Menurut penelitian Maya Pungkyami, yang dilaksanakan pada tanggal 22 Maret-15 April 2014 didapatkan hasil penelitian: Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang gizi selama masa nifas di RSUD Dr. Moewardi Surakarta tahun 2014 pada tingkat baik sebanyak 9 responden (25,7%), pada tingkat cukup sebanyak 18 responden (51,4%) dan pada tingkat kurang sebanyak 8 reponden (22,9%). Dan dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan ibu nifas tentang gizi masa nifas di RSUD Dr. Moewardi Surakarta dalam kategori cukup.

Dari data tahun 2015 yang diperoleh di ruang nifas RSUD Dr. H. Moch Ansari Banjarmasin sebanyak 4351 Saleh melahirkan secara normal maupun dengan tindakan. Hal ini disebabkan karena RSUD Dr.H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin merupakan rumah sakit rujukan pertama di wilayah Banjarmasin. Selain itu rujukan juga dari kabupaten seperti Batola, khususnya peserta BPJS. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan pada tanggal 2 Februari 2016 pada 10 orang ibu nifas ada 7 ibu nifas yang tidak mengetahui tentang manfaat kebutuhan nutrisi saat masa nifas beserta kerugiannya, masih ada keluarga mempercayai pantangan pada masa nifas dan dilihat dari segi sosio ekonomi yang rendah masih belum mencukupi kebutuhan nutrisi yang seharusnya itu sangat dibutuhkan oleh ibu nifas. Sedangkan 3 ibu nifas mengetahui tentang manfaat kebutuhan nutrisi pada masa nifas beserta kerugiannya. Tetapi ada saja yang belum melaksanakannya dengan baik.

Berdasarkan data yang ada maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian

tentang "Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas tentang Kebutuhan Nutrisi Pada Masa Nifas di RSUD Dr.H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin.

BAHAN DAN METODE

Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan melihat gambaran pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi pada masa nifas dengan karakteristik meliputi umur, pendidikan, pekerjaan dan paritas. Metode penelitian ini menggunakan metode cross sectional. Study cross sectional adalah suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktorfaktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat.

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian yang akan diteliti (Arikunto, 2010). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang ada baik melahirkan secara normal maupun persalinan dengan tindakan di RSUD Dr.H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin. Data yang didapat berdasarkan pada jumlah

ibu nifas pada bulan Maret 2016 sebanyak 265 orang. Sampel penelitian adalah bagian yang diambil dari keseluruhan objek yang mewakili diteliti dan dianggap seluruh populasi (Suryono, 2011). **Teknik** pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik accidental sampling. Accidental sampling adalah suatu teknik penentuan sampel berdasarkan kebetulan, yaitu siapa saja yang secara kebetulan bertemu dengan peneliti dapat dipakai menjadi sampel. Sampel yang digunakan pada penelitian ini menggunakan minimal sampel dengan kelonggaran 15% sehingga didapat jumlah sampel sebanyak 40 orang.

Penelitian ini dilakukan dengan memberikan lembar pernyataan persetujuan dan memberikan kuesioner tentang kebutuhan nutrisi pada masa nifas kepada ibu nifas.

HASIL

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi pada masa nifas di RSUD DR.H.Moch. Ansari Saleh Banjarmasin. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan mengumpulkan data dari responden 12 - 18 Mei 2016 sebanyak 40 sampel yang tersaji dalam tabel berikut

Gambaran umum karakteristik responden
 Tabel 1 Distribusi frekuensi umur ibu nifas di RSUD
 Dr.H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin

Umur	Frekuensi	Persentase (%)
20 - 35 tahun	29	72.5%
<20 / >35 tahun	11	27.5%
Jumlah	40	100%

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa umur responden yang paling banyak yaitu 20-35 tahun (tidak beresiko) dengan jumlah 29 orang (72.5%), sedangkan responden terkecil adalah berumur <20/>35 tahun dengan jumlah 11 orang (27.5%). Umur responden yang tertua pada usia 42 tahun dan umur termuda pada usia 16 tahun.

Tabel 2 Distribusi frekuensi tingkat pendidikan ibu nifas di RSUD Dr.H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin

Pendidikan	Frekuensi	Persentase(%)
Perguruan Tinggi/D3	6	15%
SLTA/Sederajat	14	35%
SLTP/Sederajat	11	27.5%
SD/Sederajat	8	20%
Tidak sekolah	1	2.5%
Jumlah	40	100%

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa tingkat pendidikan responden yang paling banyak adalah yang tingkat pendidikan SLTA sebanyak 14 orang (35%), dan yang paling sedikit adalah yang

tidak sekolah hanya ada 1 orang saja (2.5%).

Tabel 3 Distribusi frekuensi paritas ibu nifas di RSUD RSUD Dr.H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin

Paritas	Frekuensi	Persentase (%)	
Primipara	14	35%	
Multipara	24	60%	
Grandemultipara	2	5%	
Jumlah	40	100%	

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa paritas responden yang paling banyak adalah pada multipara sebanyak 24 orang (60%) dan yang paling sedikit pada primipara hanya ada 2 orang saja (5%). Ibu nifas yang paling banyak memiliki anak 5 orang dan yang paling sedikit memiliki 1 orang anak.

Tabel 4 Distribusi frekuensi pekerjaan ibu nifas di RSUD Dr.H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Bekerja	7	17.5%
Tidak bekerja	33	82.5%
Jumlah	40	100%

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa responden yang paling banyak adalah yang tidak bekerja sebanyak 33 orang (82.5%) dan yang paling sedikit adalah yang bekerja sebanyak 7 orang (17.5%).

2. Pengetahuan responden

Tabel 5 Distribusi frekuensi pengetahuan tentang kebutuhan nutrisi pada masa nifas di RSUD Dr.H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin

	Saich Banja	111143111	
No.	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Baik	11	27.5%
2.	Cukup	25	62.5%
3.	Kurang	4	10%
Iuml	ah	40	100%

Berdasarkan tabel 5 dapat dilihat

bahwa pengetahuan ibu nifas tentang

kebutuhan nutrisi pada masa nifas di RSUD Dr. H. Moch Ansari Saleh Banjarmasin yang paling banyak adalah yang memiliki pengetahuan cukup yaitu 25 orang (62.5%) dan yang paling sedikit adalah yang memiliki pengetahuan kurang yaitu 4 orang (10%). Dan didapatkan hasil bahwa rata-rata pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi pada masa nifas dalam kategori cukup dengan nilai 71.4.

Pengetahuan berdasarkan karakteristik Tabel 6 pengetahuan berdasarkan umur

Umur	Pengetahuan					
	Baik	%	Cukup	%	Kurang	%
20-35 tahun	5	45.5	20	80.0	4	100
< 20/>35 tahun	6	54.5	5	20.0	0	0
Jumlah	11	100	25	100	4	100

Dari tabel 6 didapatkan hasil bahwa karakteristik pengetahuan berdasarkan umur yang paling banyak adalah yang memiliki pengetahuan cukup dengan umur 20 - 35 tahun dengan jumlah 20 orang (80.0%) dan umur <20 - >35 tahun dengan jumlah 5 orang (20.0%).

Tabel 7 Pengetahuan berdasarkan tingkat pendidikan

Pendidikan	Pengetahuan							
	Baik	Baik % cukup % kurang						
PT/D3	4	36.4	2	8.0	0	0		
SLTA/Sederajat	5	45.5	9	36.0	0	0		
SLTP/Sederajat	2	18.2	8	32.0	1	25.0		
SD/Sederajat	0	0	5	20.0	3	75.0		
Tidak Sekolah	0	0	1	4.0	0	0		
Jumlah	11	100	25	100	4	100		

Dari tabel 7 didapatkan hasil bahwa karakteristik pengetahuan berdasarkan tingkat pendidikan yang paling banyak adalah yang memiliki pengetahuan cukup dengan tingkat pendidikan PT / DIII ada 2 orang (8.0%), SLTA ada 9 orang (36.0%), SLTP ada 8 orang (32.0%), SD ada 5 orang (20.0%), tidak sekolah ada 1 orang (4.0%).

Tabel 8 pengetahuan berdasarkan paritas

Paritas	Pengetahuan					
	Baik	%	Cukup	%	Kurang	%
Primipara	4	36.4	8	32.0	2	50.0
Multipara	7	63.6	15	60.0	2	50.0
Grandemultipara	0	0	2	8.0	0	0
Jumlah	11	100	25	100	4	100

Dari tabel 8 didapatkan hasil bahwa karakteristik pengetahuan berdasarkan paritas yang paling banyak adalah yang memiliki pengetahuan cukup pada primipara ada 8 orang (32.0%), multipara ada 15 orang (60.0%), grandemultipara ada 2 orang (8.0%).

Tabel 9 pengetahuan berdasarkan pekerjaan

Pekerjaan	Pengetahuan								
	Baik	Baik % Cukup % Kurang %							
Bekerja	3	27.3	2	8.0	2	50.0			
Tidak bekerja	8	72.7	23	92.0	2	50.0			
Jumlah	11	100	25	100	4	100			

Dari tabel 9 didapatkan hasil bahwa karakteristik pengetahuan berdasarkan pekerjaan yang paling banyak adalah yang memiliki pengetahuan cukup dengan ibu nifas yang bekerja ada 2 orang (8.0%) dan yang

tidak bekerja ada 23 orang (92.0%).

PEMBAHASAN

1. Karakteristik ibu nifas

a. Umur

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa umur responden yang tidak beresiko (20 - 35 tahun) ada 29 orang (72.5%) dan responden yang beresiko (<20/>35 tahun) ada 11 orang (27.5%). Menurut Lastri (2011), semakin cukup tingkat kematangan umur, dan kekuasaan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. Umur 20-35 tahun merupakan umur pada tahap produktif dan merupakan masa dimana seseorang mudah menerima informasi baru dan memaknainya dengan keadaan lingkungan. Dengan semakin banyaknya umur atau semakin tua seseorang maka akan mempunyai kesempatan dan waktu yang lebih lama dalam mendapatkan informasi.

Umur kurang dari 20 tahun secara biologis belum optimal emosinya cenderung labil dan mentalnya belum

matang. Sedangkan umur diatas 35 tahun terkait dengan kemunduran dan penurunan daya tahan tubuh dan daya ingat sering menimpa di usia ini (Sarwono, 2008).

Umur yang terlalu muda atau kurang dari 20 tahun dan umur yang terlalu tua atau lebih dari 35 tahun merupakan kehamilan resiko tinggi. Pada penelitian ini terdapat reponden yang memiliki umur 16 tahun dimana kehamilan pada usia muda ini merupakan faktor resiko yang dimana organ-organ reproduksinya belum sempurna secara keseluruhan, disertai kejiwaan yang belum bersedia menjadi seorang ibu. Keadaan ini mempengaruhi kehidupan organ janin dalam rahim. Selain itu juga faktor ini dianggap nantinya akan mempengaruhi kondisi ibu dan janin, serta memungkinkan terjadinya penyulit pada waktu persalinan. Sedangkan responden yang tertua dalam penelitian ini pada usia 42 tahun dimana pada usia ini

kemungkinan terjadi problem kesehatan seperti hipertensi, diabetes mellitus, anemis, persalinan terjadi saat persalinan lama, perdarahan dan risiko cacat bawaan sehingga dapat berakibat terhadap kesehatan ibu maupun perkembangan dan pertumbuhan janin dan beresiko untuk mengalami kelainan premature. Selain itu juga umur ibu yang kurang dari 20 tahun atau lebih dari 35 tahun secara tidak langsung berpengaruh terhadap kejadian Asphyxia Neonatorum.

b. Tingkat pendidikan

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa tingkat pendidikan responden yaitu tingkat pendidikan Perguruan Tinggi/D3 sebanyak 6 orang (15%), tingkat pendidikan SLTA sebanyak 14 orang (35%), tingkat pendidikan SLTP sebanyak 11 orang (27.5%), tingkat pendidikan SD sebanyak 8 orang (20%) dan yang tidak sekolah sebanyak 1 orang (2.5%).

Pendidikan diperlukan untuk mendapatkan informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidupnya. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang semakin mudah menerima informasi serta mengaplikasikannya, sebaliknya pendidikan yang kurang akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap nilai-nilai baru yang diperkenalkannya (Notoatmodjo, 2005). Dalam teori ini tingkat pendidikan seseorang sangat mempengaruhi semua aktifitas yang dilakukannya. Hal ini disebabkan karena dalam proses pendidikan terjadi perubahan kecakapan, mental, dan emosional ke arah tingkat kedewasaan yang lebih baik.

c. Paritas

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat responden bahwa paritas primipara sebanyak 14 orang (35%), multipara sebanyak 24 orang (60%), grandemultipara sebanyak 2 (5%). Menurut orang Notoatmodjo (2005) Paritas adalah jumlah kelahiran yang pernah di alami ibu. Melahirkan memelihara dan anak merupakan pengalaman dalam kehidupan

seorang ibu. Pengalaman adalah hasil reaksi antara interaksi panca indra terhadap suatu objek selama periode tertentu sehingga seseorang menjadi tahu dan terampil terhadap sesuatu.

Pada penelitian ini terdapat ibu nifas yang telah mengalami kehamilan kelima (Grandemultipara). Kehamilan pada kelompok ini sering disertai penyulit letak, seperti kelainan pendarahan antepartum, pendarahan post partum, dll. Ibu yang memiliki anak lebih dari 4, apabila terjadi kehamilan lagi, perlu diwaspadai kemungkinan terjadinya persalinan lama, karena semakin banyaknya anak, maka rahim ibu makin melemah. Tenaga ibu pun untuk mengedan sudah berkurang.

Selain itu juga terdapat ibu nifas yang baru pertama kali hamil (Primipara). Pada primipara terdapat kekakuan jaringan panggul yang belum pernah menghadapi kehamilan akan banyak menentukan kelancaran proses persalinannya nanti.

d. Pekerjaan

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa responden yang tidak bekerja sebanyak 33 orang (82.5%) dan yang bekerja sebanyak 7 orang (17.5%).

Pekerjaan adalah kebutuhan yang harus dilakukan terutama untuk menunjang kehidupan dalam berkeluarga. Dengan bekerja seseorang akan banyak berinteraksi dengan lingkungan. Lingkungan adalah segala sesuatu yang ada disekitar individu, baik lingkungan fisik, biologis, maupun sosial sehingga terjadi adanya interaksi timbal balik antar individu (Notoatmodjo, 2005).

 Pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi pada masa nifas

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Ruang Nifas RSUD Dr.H.Moch Ansari Saleh Banjarmasin didapatkan hasil bahwa pengetahuan ibu nifas yang berpengetahuan baik sebanyak 11 orang (27.5%), yang berpengetahuan cukup sebanyak 25 orang (62.5%) dan yang berpengetahuan kurang sebanyak 4

orang (10%). Didapatkan hasil bahwa ratarata pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi pada masa nifas dalam kategori cukup dengan nilai 71.4.

Menurut Notoatmodjo (2010) ada beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang yaitu pendidikan, media masa/sumber informasi, sosial budaya dan ekonomi, paritas, lingkungan, umur dan pekerjaan.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi pada masa nifas dalam kategori cukup dan sebagian besar responden adalah ibu rumah tangga. Dapat dilihat pada tabel 9 ibu nifas yang sebagai ibu rumah tangga yang mempunyai pengetahuan cukup sebanyak 23 orang (92.0%). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Paulina Famela (2012) mengatakan bahwa seseorang yang bekerja pengetahuannya akan lebih luas dari pada seseorang yang tidak bekerja. Seseorang yang bekerja akan memiliki pengetahuan yang lebih baik, hal ini dikarenakan ibu yang bekerja akan lebih mudah mendapatkan pengetahuan melalui komunikasi interpersonal selain itu dengan bekerja seseorang memperoleh pengetahuan yang lebih luas. Hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2003) bahwa dengan bekerja seseorang dapat berbuat sesuatu yang bernilai, bermanfaat memperoleh dan berbagai pengalaman.

Walaupun kebanyakan ibu nifas disana dengan umur produktif (20-35 tahun), paritas multipara, dan lulusan SLTA yang banyak seharusnya mereka memperoleh informasi tentang kesehatan khususnya kebutuhan nutrisi pada masa nifas yang seharusnya mereka juga akan lebih menerapkan dalam kehidupannya sehari-hari.

Umur responden yang sebagian besar berada di tahap reproduktif merupakan masa dimana seseorang mudah menerima informasi baru dan memaknainya dengan keadaan lingkungan. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Siregar (2012) mengatakan bahwa ibu nifas dapat umur mempengaruhi bagaimana ibu nifas tersebut mengambil keputusan pemeliharaan dalam dirinya sendiri. Semakin cukup umur, tingkat kematangan seseorang akan lebih dipercaya daripada orang yang belum cukup tinggi kedewasaannya, jika kematangan usia seseorang cukup tinggi maka pola berfikir seseorang akan lebih dewasa. Ibu yang mempunyai usia produktif berpikir akan lebih secara rasional dan matang.

Pengalaman melahirkan lebih dari satu kali juga bisa mempengaruhi pengetahuan yang dimiliki seseorang. Dengan pengalaman melahirkan lebih yang dari satu kali kemungkinan pengalaman ibu tentang pengetahuan kebutuhan nutrisi pada masa nifas juga lebih baik. Hal itu terlihat pada paritas multipara.

Selain itu semakin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Hal ini dapat dilihat dari kebanyakan responden mayoritas pendidikan SLTA dimana informasi saat dibangku sekolah lebih luas dan pengetahuannya pun juga lebih baik daripada pendidikan SLTP

ataupun SD. Jika seseorang tingkat pendidikannya rendah maka akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan informasi dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan. Peneliti berpendapat bahwa semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan semakin baik pula pengetahuan yang dimilikinya, tetapi pengetahuan yang baik tidak mutlak diperoleh dari pendidikan formal tetapi juga dapat diperoleh dari pendidikan non formal atau dengan media massa seperti TV, radio, majalah, dan lainlain.

Pada penelitian ini menggunakan penyebaran kuesioner dari 20 pertanyaan yang ada, kebanyakan ibu nifas tidak mengetahui pada pertanyaan no 18 yang dapat dilihat dari 40 responden hanya 1 orang yang menjawab benar (2.5%), pada no 17 hanya ada 8 orang saja yang menjawab benar (20%) dan pada no 13 hanya ada 10 orang yang menjawab benar (25%) yaitu tentang gizi seimbang pada masa nifas. Dimana dapat dilihat ibu nifas tidak mengetahui tentang beberapa item manfaat dari unsur-unsur menu

makanan yang seimbang misalnya seperti sumber pembangun (protein), pengatur dan pelindung (mineral, air, dan vitamin) dalam beberapa jenis makanan. Selain itu juga ibu nifas kurang mengetahui takaran kebutuhan protein yang cukup dibutuhkan ibu nifas itu tersebut. Karena apabila sesuatu hal itu dikonsumsi terlalu berlebihan juga tidak baik untuk kesehatan tubuh. Pada no 16 hanya ada 17 orang yang menjawab benar (42.5%) yaitu tentang dampak kurang gizi pada ibu nifas. Masih ada ibu nifas yang mempercayai pantangan pada salah satu jenis makanan. Jika mengkonsumsi makanan itu akan memperlambat penyembuhan luka padahal sebenarnya makanan dengan jenis tersebut malah sangat bagus dikonsumsi untuk proses penyembuhan luka.

Walaupun sebagian besar ibu nifas memiliki pengetahuan cukup tentang kebutuhan nutrisi pada masa nifas, namun pengetahuan saja tidak bisa menjadi patokan bahwa ibu dapat mengaplikasikan ke dalam kehidupan sehari-hari dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi pada masa nifas karena

masih ada beberapa ibu nifas membatasi makanan yang dikonsumsi saat masa nifas dimana hal ini mungkin disebabkan oleh dorongan orang tua dan keluarga yang dianggap lebih berpengalaman sesuai dengan latar belakang dan budaya yang mereka miliki. Pada penelitian ini pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan nutrisi pada masa nifas dalam kategori cukup, dimana ibu nifas besar sudah mengerti bahwa sebagian seseorang yang berada pada masa nifas memerlukan makanan yang lebih banyak daripada biasanya, tetapi masih ada saja beberapa ibu nifas yang kurang memahami hal tersebut sehingga akan tidak memperhatikan asupan nutrisi pada saat nifas. Seharusnya ibu nifas yang sudah memiliki pengetahuan yang cukup dapat merubah sikapnya untuk memperhatikan asupan nutrisi dan menerapkan dalam kehidupan sehari-hari agar tidak beresiko terjadinya komplikasi pada masa nifas.

UCAPAN TERIMAKASIH

mengucapkan terimakasih Peneliti terutama kepada Ibu Sarkiah, SST., M.Kes selaku pembimbing I dan Laurensia Yunita, SST., M.Kes selaku pembimbing II, peneliti mengucapkan banyak terimakasih atas arahan bimbingan serta beliau berdua sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan, dan peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada Ibu RR, Dwi Sogi Sri Redjeki, SKG.. M.Pd. Ibu Anggrita Sari.S.Si.T,M.Pd,M.Kes, Susanti Suhartati, SST., M.Kes, Kepala Diklat RSUD DR. H. Moch. Ansari Saleh Banjarmasin, Kedua orang tua dan juga keluarga, dan semua pihak yang bersangkutran sehingga terselesaikannya karya tulis ilmiah ini.

DAFTAR PUSTAKA

Akademi Kebidanan Sari Mulia, 2015. *Panduan Tugas Akhir*: Akademi Kebidanan Sari Mulia Banjarmasin.

Ambarwati, E,R,Diah,W. 2010. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika

- Anonim, 2011. *Memahami Berbagai Macam Penyakit*. Dialihbahasakan oleh Paramita. Jakarta: PT Indeks.
- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Bahiyatun, 2009. Buku Ajar Kebidanan Asuhan Nifas Normal. Jakarta: EGC
- Notoatmodjo, Soekidjo, 2005. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, Soekidjo, 2010. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Prawiroharjo, Sarwono. 2003. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka
- Sarwono Prawiroharjo, 2008. Buku Acuan Pelayanan Kesehatan Maternal dan Antenatal. Jakarta: JNPKKR-POGI
- Suryono, 2011. *Metodologi Penelitian Kualitatif dalam Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.