

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Notoatmodjo (2018), pengetahuan adalah hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya. Kegiatan atau upaya yang dilakukan oleh manusia mencari suatu kebenaran atau masalah yang dihadapi, pada dasarnya merupakan kodrat dari manusia itu sendiri atau lebih dikenal sebagai keinginan. Dalam arti yang lebih sempit, pengetahuan adalah sesuatu yang bisa dimiliki oleh manusia (Darsini et al., 2019). Sangat penting bagi seorang ibu untuk memiliki pengetahuan tentang pemenuhan nutrisi selama masa *post partum* (masa nifas). *Post partum* (nifas) secara harfiah adalah sebagai masa persalinan dan segera setelah kelahiran, masa pada waktu saluran reproduktif kembali ke keadaan semua (tidak hamil) (William, 1995) dalam (Aspiani, 2017). *Post partum* merupakan waktu yang sangat penting dalam kehidupan seseorang. Selama periode ini, tubuh mengalami berbagai perubahan fisik yang memerlukan pemeliharaan pola makan yang baik melalui nutrisi seimbang. Ibu nifas mengalami banyak perubahan dalam tubuhnya sehingga zat gizi sangat penting untuk kelangsungan dirinya, pertumbuhan anak dan memproduksi ASI. Ibu membutuhkan gizi yang adekuat saat nifas, kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi ibu nifas sangat berpengaruh pada jumlah ASI yang dihasilkan (Rahmanindar & Rizqoh, 2019). Seorang ibu yang memasuki masa nifas sangat memerlukan pola nutrisi yang seimbang. kebutuhan nutrisi dan cairan yang dibutuhkan ibu nifas tidak lepas dari

pedoman nutrisi yang berfokus pada penyembuhan fisik dan stabilitas setelah kelahiran. Pentingnya memperhatikan kebutuhan nutrisi ibu pada masa nifas bertujuan untuk membantu proses pemulihan pada alat reproduksi dalam dan luar yang akan kembali seperti sebelum hamil. Gizi yang diperoleh harus bermutu, cukup kalori, tinggi protein, karbohidrat, lemak, magnesium, zat besi, asam folat, zinc, Iodium, vitamin dan banyak mengandung cairan (Andina Vita Sutanto, 2022) dalam (Simanjuntak et al., 2024). Namun dalam kenyataannya, masih banyak ibu *post partum* yang belum memiliki tingkat pengetahuan yang beragam mengenai pentingnya nutrisi yang tepat selama masa pemulihan. Kebutuhan gizi protein sangat penting, terutama protein hewani karena berfungsi untuk memperlancar proses produksi ASI (Winatasari & Mufidaturrosida, 2020). Fenomena yang terjadi pada masyarakat dimana masih banyak ibu yang memiliki budaya pantang makan yang mengandung protein baik hewani atau nabati (Winatasari & Mufidaturrosida, 2020).

Menurut penelitian Simanjuntak (2024), yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pemenuhan Nutrisi Selama Masa Nifas Di Klinik Katarina Simanjuntak Tahun 2024” didapatkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 27 responden dengan pengetahuan kategori baik sebanyak 14 responden (51,8%), kategori cukup sebanyak 9 responden (33,4%) dan kategori kurang sebanyak 4 responden (14,8%). Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu nifas memiliki pengetahuan baik tentang pemenuhan nutrisi selama masa nifas. Peneliti menyarankan agar ibu yang berpengetahuan baik untuk tetap mempertahankan pengetahuannya dan untuk

ibu yang berpengetahuan cukup dan kurang, agar lebih meningkatkan pengetahuannya, dengan mencari tau melalui sosial media atau dengan mengikuti kelas ibu nifas (Simanjuntak et al., 2024). Pada saat ini banyak terjadi di kalangan ibu yaitu, 53% ibu nifas masih mempercayai budaya tarak atau pantangan mengkonsumsi makanan tertentu yang dikarenakan pengaruh dari budaya terdahulu dari orang tua yang meyakini dapat menimbulkan sesuatu yang dapat merugikan, padahal mereka masih harus memberikan ASI pada anaknya. Hal ini menyebabkan mereka ingin tarak makanan, mereka tidak sadar bahwa tindakannya dapat mempengaruhi pertumbuhan bayinya (Saidah, N. 2011) dalam (Rahmawati et al., 2019). WHO (World Health Organization) pada tahun 2020 memaparkan data berupa angka pemberian ASI eksklusif secara global, walaupun telah ada peningkatan dari tahun sebelumnya, namun angka itu tidak meningkat cukup signifikan, yaitu sekitar 44% bayi usia 0-6 bulan di seluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif pada periode 2015-2020 dari 50% target pemberian ASI eksklusif. Masih rendahnya pemberian ASI eksklusif akan berdampak pada kualitas dan daya hidup generasi penerus. Secara global pada tahun 2019, 144 juta balita diperkirakan stunting, 47 juta diperkirakan kurus dan 38,3 juta mengalami kelebihan berat badan atau obesitas (WHO, 2020). Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2021, 52,5% atau hanya setengah dari 2,3 juta bayi berusia kurang dari enam bulan yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia atau menurun 12% dari angka di tahun 2019. Angka inisiasi menyusui dini (IMD) juga turun dari 58,2% pada tahun 2019 menjadi 48,6% pada tahun 2021 (RISKESDAS, 2021). Selain itu

berdasarkan data dari Kabupaten/Kota di Provinsi Jawa Timur diketahui bahwa jumlah ibu menyusui ASI eksklusif pada tahun 2021 sebesar 56,3% (Dinas Kesehatan Jatim, 2021). Pada tahun 2022 mengalami kenaikan yaitu bayi yang mendapat ASI eksklusif sampai usia 6 bulan di Jawa Timur menjadi 67,4% (Dinas Kesehatan Jatim, 2022). Berdasarkan data dari Puskesmas diketahui bahwa cakupan bayi yang mendapat ASI eksklusif di Kabupaten Trenggalek tahun 2023 sebesar 60,9%. Cakupan tersebut mengalami penurunan dibandingkan dengan tahun 2022 sebesar 74% (Dinas Kesehatan Trenggalek, 2023).

Jika nutrisi ibu nifas tidak terpenuhi dengan baik maka proses pemulihan kondisi ibu seperti sebelum hamil akan berlangsung lebih lama serta produksi ASI akan berkurang. Hal ini disebabkan karena di dalam tubuh, makanan akan diuraikan menjadi suatu zat yang nantinya akan digunakan tubuh dalam menjalankan fungsinya. Faktor status gizi yang buruk dan praktik pantang makan yang tidak tepat dapat menghambat penyembuhan luka pada ibu nifas. Oleh karena itu, penting bagi ibu nifas untuk menerima perawatan *perineum* yang tepat, termasuk asupan nutrisi yang seimbang (Widyastuti Andri, Wella Anggraini, 2023) dalam (Amelia et al., 2024). 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. 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 (Anggraini, 2015). Dampak yang terjadi apabila ibu kekurangan gizi selama masa nifas ialah, ibu dan bayi akan mengalami gangguan kesehatan, dimana proses pemulihan tubuh ibu akan terhambat setelah melahirkan. Bahaya kekurangan gizi bisa menyebabkan lamanya penyembuhan luka perineum, produksi ASI tidak lancar, terjadi anemia pada ibu maupun terjadi perdarahan pada ibu (Sebayang, 2023) dalam (Simanjuntak et al., 2024).

Edukasi gizi seimbang sudah dilakukan oleh tenaga kesehatan kepada ibu nifas. Tapi sayangnya, pendidikan kesehatan yang diberikan maksimal, dengan masih banyak ibu nifas yang masih melakukan paham tarak. Untuk itu diperlukan inovasi dalam memberikan pendidikan kesehatan (Rahmawati et al., 2019). Upaya pemulihan kesehatan ibu nifas adalah dengan penyediaan makanan yang memadai, yakni ibu nifas harus banyak mengonsumsi makanan yang bergizi dan seimbang, maka perlu adanya pengawasan apakah ibu memperoleh makanan dengan kualitas dan kuantitas yang dibutuhkan bagi pemulihan tubuhnya, juga pengetahuan tersendiri bagi ibu nifas tentang pentingnya makanan bergizi seimbang. Kebutuhan gizi protein sangat penting, terutama protein hewani karena berfungsi untuk mempercepat proses

penyembuhan, pemulihan, memperlancar proses produksi ASI, pertembuhan sel sebagai pengganti jaringan yang rusak (Winatasari, Diah, Mufidaturrosida, 2020) dalam (Amelia et al., 2024). Menurut Anggraini (2015), tingginya proporsi pengetahuan gizi ibu nifas baik dari manfaat, sumber dan dampak kekurangan gizi pada ibu menyusui lebih tinggi dari pada kategori kurang baik, kemungkinan pertama dikarenakan kurangnya intensifnya sosialisasi gizi ibu menyusui selama masa kehamilan dan pada masa nifas dari petugas kesehatan kepada ibu. Kemungkinan kedua, hal ini berkaitan dengan tingkat pendidikan. Kemungkinan ketiga, keadaan sosial ekonomi 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. Peran Tenaga Kesehatan dalam upaya penyuluhan tentang pendidikan kesehatan tentang gizi ibu nifas salah satu usaha yang sangat penting sehingga diharapkan ibu nifas bersikap dan bertindak mengikuti norma-norma gizi dengan pemantauan status gizi ibu nifas dan pemantauan gizi sangat diperlukan untuk mencegah komplikasi atau pun penyakit sedini mungkin (Rahmanindar & Rizqoh, 2019). Dengan mempertimbangkan hal ini, sangat penting untuk memahami pengetahuan ibu nifas tentang manajemen nutrisi. Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Tingkat Pengetahuan pada Ibu *Post Partum* tentang Pemenuhan Nutrisi di Ruang Sakura RSUD dr. Soedomo Trenggalek".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah di atas, dapat dirumuskan pertanyaan sebagai berikut: “Bagaimana tingkat pengetahuan pada ibu *post partum* tentang pemenuhan nutrisi di ruang Sakura RSUD dr. Soedomo Trenggalek?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan pada ibu *post partum* tentang pemenuhan nutrisi di Ruang Sakura RSUD dr. Soedomo Trenggalek.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran karakteristik responden tentang pemenuhan nutrisi di Ruang Sakura RSUD dr. Soedomo Trenggalek.
- b. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan pada ibu *post partum* tentang pemenuhan nutrisi di Ruang Sakura RSUD dr. Soedomo Trenggalek dalam ranah tahu (C-1).
- c. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan pada ibu *post partum* tentang pemenuhan nutrisi di Ruang Sakura RSUD dr. Soedomo Trenggalek dalam ranah paham (C-2).

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian dapat digunakan untuk bahan kajian dalam mengembangkan ilmu keperawatan yang berkaitan dengan Tingkat Pengetahuan pada Ibu *Post Partum* tentang Pemenuhan Nutrisi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Dari hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah ilmu, pengetahuan dan wawasan dalam mengaplikasikan ilmu yang didapat selama pendidikan di Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Prodi D3 Keperawatan Kampus Kabupaten Trenggalek.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dari hasil penelitian ini dapat dijadikan panduan untuk melakukan penelitian selanjutnya, terutama penelitian untuk Tingkat Pengetahuan pada Ibu *Post Partum* tentang Pemenuhan Nutrisi.

c. Bagi Institusi Program Studi D3 Keperawatan Kampus Kabupaten Trenggalek

Dari hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan ataupun masukan dalam proses pembelajaran pembuatan karya tulis ilmiah di bidang ilmu keperawatan, terutama penelitian Tingkat Pengetahuan pada Ibu *Post Partum* tentang Pemenuhan Nutrisi.

d. Bagi RSUD dr. Soedomo Trenggalek

Secara praktis hasil penelitian dapat sebagai masukan pelaksana dan tempat penelitian program perawatan ibu *post partum* dan diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai bahan informasi dalam menentukan kebijakan sebagai upaya meningkatkan pelayanan pendidikan kesehatan.