

**PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG NUTRISI IBU  
NIFAS MENGGUNAKAN MEDIA APLIKASI  
“SINNIA” DI RUMAH SAKIT  
AURA SYIFA’ KEDIRI**

**SKRIPSI**



**DISUSUN OLEH:  
SINNIA FAUZIAH PUTRI  
NIM.1502460046**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG  
JURUSAN KEBIDANANPROGRAM STUDI  
SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
KEDIRI TAHUN 2019**

**PENINGKATAN PENGETAHUAN TENTANG NUTRISI IBU  
NIFAS MENGGUNAKAN MEDIA APLIKASI  
“SINNIA”DI RUMAH SAKIT  
AURA SYIFA’ KEDIRI**

**Skripsi ini diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan  
memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan**



**DISUSUN OLEH:**

**SINNIA FAUZIAH PUTRI  
NIM.1502460046**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG  
JURUSAN KEBIDANANPROGRAM STUDI  
SARJANA TERAPAN KEBIDANAN KEDIRI  
TAHUN 2019**

## PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sinnia Fauziah Putri

NIM : 1502460046

Judul Skripsi :Peningkatan Pengetahuan Tentang Nutrisi Ibu Nifas  
Menggunakan Media Aplikasi "SINNIA" Di Rumah Sakit Aura  
Syifa' Kediri

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tulisan dalam skripsi ini adalah benar-benar asli hasil pemikiran kami sendiri, sepanjang pengetahuan kami belum ada karya ilmiah yang serupa yang ditulis oleh orang lain. Apabila nanti terbukti bahwa skripsi ini tidak asli atau disusun oleh orang lain atau hasil menjiplak karya orang lain baik sebagian atau seluruhnya, maka kami bersedia untuk menerima sanksi akademik yang berlaku di Poltekkes Kemenkes Malang sesuai aturan yang berlaku.

Kediri, 2018

Yang membuat pernyataan

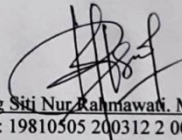
  
Sinnia Fauziah Putri  
NIM1502460046

**LEMBAR PERSETUJUAN**

Skripsi dengan Judul Peningkatan Pengetahuan Tentang Nutrisi Ibu Nifas Menggunakan Media Aplikasi "SINNIA" Di Rumah Sakit Aura Syifa' Kediri Kediri Oleh Sinnia Fauziah Putri NIM 1502460046 ini telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Kediri,.....

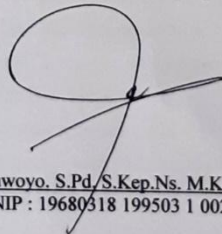
Pembimbing Utama



(Rahajeng Siti Nur Rahmawati, M.Keb)  
NIP : 19810505 200312 2 003

Kediri,.....

Pembimbing Pendamping



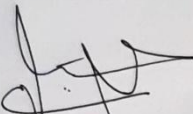
(Suwoyo, S.Pd/S.Kep.Ns. M.Kes)  
NIP : 19680318 199503 1 002

**LEMBAR PENGESAHAN**

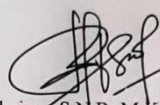
Skripsi dengan Judul Peningkatan Pengetahuan Tentang Nutrisi Ibu Nifas Menggunakan Media Aplikasi "SINNIA" di Rumah Sakit Aura Syifa Kediri Oleh Sinnia Fauziah Putri NIM 1502460046 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Sidang Skripsi Pada tanggal 18 Juni 2019.

Dewan Penguji

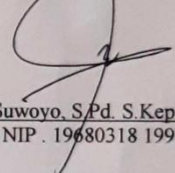
Ketua Penguji

  
Erna Rahma Yanti, M.Kep.Ns.Sp.Kep.An.  
NIP. 19750917 200112 2 002

Penguji Anggota I


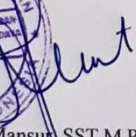
  
Rahajeng S.N.R. M.Keb  
NIP. 19810505 200312 2 003

Penguji Anggota II

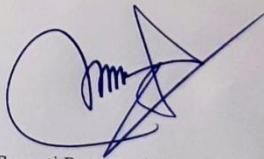
  
Suwoyo S.Pd. S.Kep.Ns. M.Kes  
NIP. 19680318 199503 1 002

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang

  
  
Herawati Mansur, SST, M.Pd, M.Psi  
NIP. 19650110 198503 2 002

Ketua Program Studi Sarjana Terapan  
Kebidanan Kediri

  
Susanti Pratamaningtyas, M.Keb  
NIP. 19760115 200212 2 001

## KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan Skripsi dengan **“Peningkatan Pengetahuan Tentang Nutrisi Ibu Nifas Menggunakan Media Aplikasi “SINNIA” Di Rumah Sakit Aura Syifa’ Kediri”** sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Dalam hal ini, peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak lepas dari bimbingan dan bantuan berbagai pihak. Karena itu dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Budi Susatia, S.Kp, M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.
2. Ibu Herawati Mansur, S.ST., M.Pd., M.Psi, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.
3. Ibu Susanti Pratamaningtyas, selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Kediri Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.
4. Bapak Dedi Sumardianto, SKM, MM selaku Wakil Direktur Umum dan Keuangan RSUD Gambiran.
5. Bapak Dr. Beni Cahyo Kuncoro selaku Direktur RS. Aura Syifa’
6. Ibu Rahajeng Siti Nur Rahmawati. M.Keb selaku pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Bapak Suwoyo. S.Pd. S.Kep.Ns. M.Kes, selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan bimbingan sehingga Skripsi ini dapat terselesaikan.
8. Seluruh dosen beserta staff karyawan di lingkungan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang Jurusan Kebidanan.
9. Responden yang telah bersedia membantu dalam penelitian ini.
10. Orang tua dan seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan baik doa, material dan semangat yang luar biasa.
11. Teman-teman serta pihak lain yang memberikan bantuan baik secara moral maupun material yang tidak dapat disebutkan satu persatu.
12. Semua pihak yang telah memberikan dukungan semangat, yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa penyusunan skripsi ini jauh dari sempurna, maka dengan segala kerendahan hati peneliti mengharapkan kritik dan saran yang sifatnya membangun demi kesempurnaan Skripsi ini. Semoga Penelitian ini bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya.

## ABSTRAK

**Putri,F.Sinnia. 2019. *Peningkatan Pengetahuan Tentang Nutrisi Ibu Nifas Menggunakan Media Aplikasi “SINNIA” Di Rumah Sakit Aura Syifa’ Kediri. Skripsi, Pembimbing Utama : Rahajeng Siti Nur Rahmawati, M.Keb., Pembimbing Pendamping : Suwoyo. S.Pd. S.Kep.Ns. M.Kes.***

Kurangnya pengetahuan ibu tentang nutrisi ibu nifas, menyebabkan adanya paham tarak. *Smartphone* yang dilengkapi dengan aplikasi “SINNIA” sebagai media promosi kesehatan diharapkan mampu memfasilitasi ibu nifas agar lebih mudah menerima dan memahami informasi tentang nutrisi ibu nifas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media aplikasi “SINNIA” terhadap pengetahuan ibu nifas di Rumah Sakit Aura Syifa’ Kediri. Penelitian ini merupakan studi *preeksperimen* dengan tipe *One Group Pretest-Posttest*. Teknik sampling yang digunakan yaitu *non probability random Sampling*. Sampel pada penelitian ini sejumlah 20 ibu yang sesuai kriteria inklusi dan eksklusi yang dilakukan pada April 2019. Pengumpulan data dilakukan menggunakan soal tes pengetahuan tentang nutrisi ibu nifas. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan media aplikasi “SINNIA” terhadap pengetahuan nutrisi ibu nifas di Rumah Sakit Aura Syifa’ Kediri. Kepada peneliti selanjutnya yang tertarik melakukan replikasi penelitian ini, disarankan agar memperbaiki rancangan eksperimen dengan menambahkan kelompok kontrol, memperbaiki pelaksanaan prosedur pemberian intervensi, dan memperbaiki instrument penelitian dengan cara menambah item soal dan menambah alternatif pilihan jawaban menjadi 5. Kepada petugas kesehatan disarankan agar memanfaatkan aplikasi “SINNIA” sebagai salah satu cara alternatif untuk mempermudah penyampaian informasi kesehatan.

**Kata Kunci: Pengetahuan tentang nutrisi, ibu nifas, media aplikasi “SINNIA”**

## ABSTRACT

**Putri, F. Sinnia. 2019. *Increased Knowledge About Nutrition of Postpartum Using "SINNIA" Application Media In Aura Syifa Hospital 'Kediri.* Thesis, Advisor: Rahajeng Siti Nur Rahmawati, M.Keb., Co Advisor: Suwoyo. S.Pd. S.Kep.Ns. M.Kes.**

The Lack of knowledge of mothers about the nutrition of childbirth mothers, causing the existence of understanding tarak. Smartphones equipped with the application "SINNIA" as a media for health promotion are expected to be able to facilitate postpartum mothers to more easily receive and understand information about the nutrition of postpartum mothers. The purpose of this study was to determine the effect of health education using the application media "SINNIA" on the knowledge of postpartum mothers at Aura Syifa Hospital 'Kediri. This research is a experimental study with the Pretest-Posttest One Group type. The sampling technique used is non probability random sampling. The sample in this study was 20 mothers who matched the inclusion and exclusion criteria carried out in April 2019. Thus it can be concluded that there was the effect of health education using the application media "SINNIA" on nutrition knowledge for postpartum mothers at Aura Syifa Hospital 'Kediri. To further researchers who are interested in replicating this study, it is recommended that the experimental design be improved by adding control groups, improving the implementation of the intervention procedure, and improving the research instrument by adding items and adding alternative answers to 5. Health workers are advised to use the application "SINNIA" as an alternative way to facilitate the delivery of health information.

**Keywords: Knowledge About Nutrition, Postpartum Mothers, Application Media "SINNIA"**

## DAFTAR ISI

	Halaman
COVER BAGIAN LUAR.....	i
COVER BAGIAN DALAM.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
LEMBAR PERSETUJUAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
LEMBAR PENGESAHAN .....	<b>Error! Bookmark not defined.</b>
KATA PENGANTAR.....	vi
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
DAFTAR SINGKATAN .....	xviii
BAB 1 .....	1
PENDAHULUAN .....	1
1. 1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan umum .....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.4.1 Teoritis.....	5

	Halaman
1.4.2 Praktis .....	5
BAB II .....	6
TINJAUAN PUSTAKA .....	6
2.1 Konsep Teori .....	6
2.1.1 Pengertian <i>Mobile applications</i> .....	6
2.3.1 Penggunaan Aplikasi “SINNIA” (Nutrisi Ibu Nifas) .....	7
2.3.2 Informasi Dasar Aplikasi .....	8
2.1.2 Kerangka Aplikasi .....	8
2.2 Pengetahuan.....	12
2.4.1 Definisi Pengetahuan .....	12
2.4.2 Tingkat Pengetahuan.....	13
2.4.3 Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan.....	16
2.6 Konsep Nutrisi Ibu Nifas .....	18
2.6.1 Nutrisi Ibu Nifas .....	18
2.6.2 Macam-macam Nutrisi Ibu Nifas .....	19
2.6.3 Contoh menu makanan dalam 10 hari dan ukuran rumah tangga .....	26
2.7 Konsep Teori Postpartum .....	29
2.7.1 Pengertian Masa Nifas .....	29
2.7.2 Tahapan Masa Nifas .....	29
2.7.3 Kebijakan Program Nasional Nifas .....	30

	Halaman
2.7.4 Perubahan fisiologis masa nifas .....	30
2.7.5 Adaptasi psikologis ibu dalam masa nifas .....	40
2.7.6 Kebutuhan Ibu Dalam Masa Nifas .....	42
2.7.7 Kebutuhan Dasar Ibu Nifas .....	42
2.8 Kerangka Konsep .....	47
2.9 Hipotesis.....	48
BAB 3 .....	49
Metode Penelitian .....	49
3.1 Desain penelitian .....	49
3.2 Kerangka Operasional.....	51
3.3. Populasi, sample, dan Sampling .....	52
3.3.1. Populasi.....	52
3.3.2. Sample.....	52
3.4. Variabel Penelitian .....	55
3.5. Definisi Operasional .....	56
3.6. Tempat dan waktu Penelitian .....	57
3.6.1. Tempat Penelitian .....	57
3.6.2. Waktu Penelitian .....	57
3.8 Prosedur Penelitian dan Pengumpulan Data .....	61
3.9 Metode Pengolahan Data.....	63
3.9.1. Pengolahan Data .....	63

	Halaman
3.9.2. Analisis Data .....	65
3.10 Penyajian Hasil .....	67
3.11 Etika Penelitian.....	67
3.11.1 <i>Informed Consent</i> (lembar persetujuan).....	67
3.11.2 <i>Anonimity</i> (tanpa nama) .....	68
3.11.3 <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan) .....	68
BAB 4.....	69
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	69
4.1 Hasil Penelitian.....	69
4.1.1 Hasil Analisis Data Umum (Karakteristik Responden).....	69
4.1.2 Hasil Analisis Data Univariat .....	71
4.2 Pembahasan .....	73
BAB V .....	88
PENUTUP .....	88
5.1 Kesimpulan.....	88
5.2 Saran .....	88
DAFTAR PUSTAKA.....	90

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Desain Penelitian .....	35
Tabel 3.2 Definisi Operasional .....	40
Tabel 4.1.1 Distribusi Frekuensi karakteristik responden berdasarkan umur responden, pendidikan, pekerjaan di Rumah Sakit Aura Syifa.....	78
Tabel 4.2.1.1 Distribusi Frekuensi sebelum menggunakan Media Aplikasi “SINNIA” terhadap pengetahuan nutrisi ibu nifas .....	79
Tabel 4.2.1.2 Distribusi Frekuensi sesudah menggunakan Media Aplikasi “SINNIA” terhadap pengetahuan nutrisi ibu nifas .....	80
Tabel 4.2.2.1 Distribusi perolehan skor ibu sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan menggunakan media aplikasi “SINNIA” terhadap pengetahuan nutrisi ibu nifas.....	80

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep.....	34
Gambar 3.1 Kerangka Operasional .....	37

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 Jadwal Penyusunan Skripsi .....	97
Lampiran 2 Persetujuan Dari Komisi Etik .....	98
Lampiran 3 Surat Ijin Studi Pendahuluan.....	99
Lampiran 4 Surat Persetujuan Ijin Studi Pendahuluan .....	100
Lampiran 5 Surat Ijin Penelitian Dari Pembimbing.....	101
Lampiran 6 Surat Ijin Pengambilan Data .....	102
Lampiran 7 Surat Persetujuan Ijin Pengambilan Data .....	103
Lampiran 8 Surat Pernyataan Selesai Pengambilan Data .....	104
Lampiran 9 Pernyataan Kesiediaan Pembimbing Utama .....	105
Lampiran 10 Pernyataan Kesiediaan Pembimbing Pendamping.....	106
Lampiran 11 Penjelasan Sebelum Persetujuan (PSP).....	108
Lampiran 12 Kisi-kisi Aplikasi “ SINNIA” .....	108
Lampiran 13 Kisi-Kisi Kuesioner.....	109
Lampiran 14 Inform Consent.....	110
Lampiran 15 Kuesioner Pengetahuan Ibu Nifas.....	111
Lampiran 16 Hasil Uji Validitas Kuesioner.....	114

	Halaman
Lampiran17 Uji Coba pengetahuan Ibu Nifas .....	115
Lampiran 18 Format Satuan Acara Penyuluhan .....	116
Lampiran 19 Lembar konsultasi pembimbing utama dan pendamping .....	125
Lampiran 20 Tabulasi data umum dan khusus.....	130
Lampiran 21 Tabulasi Data Pretest dan posttest menggunakan aplikasi “SINNIA” .....	140

## DAFTAR SINGKATAN

AKI	: Angka Kematian Ibu
ASI	: Air Susu Ibu
BKKBN	: Badan Kependudukan Dan Keluarga Berencana Nasional
DHA	: <i>Docosehaxaenoic Acid</i>
EKG	: <i>Elektrokardiogram</i>
IDE	: <i>Intergrated Development Environment</i>
KIA	: Kesehatan Ibu Dan Anak
SDK	: <i>Software Development Kit</i>
SDKI	: Survei Demografi Dan Kesehatan Indonesia
TU	: Tata Usaha
TV	: Televisi
WHO	: <i>World Health Organization</i>