

# FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI IBU DALAM PEMENUHAN NUTRISI PADA MASA NIFAS DI BPS MIEN HENDRO SIDOARJO

Lina Mahayati,  
AKPER William Booth Surabaya,  
Jl. Cimanuk No 20 , Telp: 031-5633365

## ABSTRAK

Masa nifas merupakan masa yang dimulai setelah plasenta keluar dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan semula. Perubahan alat-alat kandungan ini disebut involusi. Pada masa nifas akan mengalami banyak perubahan, baik fisik maupun psikologi. Masa nifas juga mempunyai beberapa kebutuhan dasar meliputi kebutuhan nutrisi, aktivitas, istirahat, perawatan payudara, perawatan vulva dan eliminasi. Nutrisi merupakan zat yang di perlukan oleh tubuh untuk keperluan metabolismenya. Tujuan penelitian ini untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif korelatif dengan populasi seluruh ibu post partum di BPS Mien Hendro Sidoarjo berjumlah 15 orang. Sampel berjumlah 15 orang. Sampling diambil dengan menggunakan "consecutive sampling". Data di kumpulkan dengan kuesioner. Teknik analisis data yang digunakan adalah menggunakan distribusi frekuensi dan prosentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas adalah usia 7 responden (47%), pendidikan 12 responden (80%), pendapatan 10 responden (67%), faktor pekerjaan 9 responden (60%), pengetahuan 11 responden (73%), faktor sosial budaya 15 responden (100%) dan ekonomi 15 responden (100%). Sehingga dapat disimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro, Sidoarjo adalah faktor umur, pendidikan, pendapatan, pekerjaan, pengetahuan, sosial budaya dan ekonomi.

Kata kunci: ibu nifas, nutrisi dan faktor-faktor yang mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas

## ABSTRACT

*Postpartum period is a period that starts after the placenta comes out and ends when tools such as content back to its original state. Changes in the content of these tools is called involution. In the postpartum period will experience many changes, both physical and psychological. Puerperium also has some basic requirements include the need for nutrition, activity, rest, breast care, treatment and elimination vulva. Nutrients are substances needed by the body for the purposes of its metabolism. The purpose of this research is to identify factors that influence maternal nutrition in the postpartum period Mien BPS Hendro in Sidoarjo. This research uses descriptive method correlative with the entire population of post partum mothers in BPS Mien HendroSidoarjo totaled 15 people. Samples numbered 15 people. Sampling was taken by using the "consecutive sampling". Data was collected by questionnaire. The data analysis technique used is frequency distribution and percentage. The results showed that the factors that influence maternal nutrition in the postpartum period is age 7 respondents (47%), educational factors 12 respondents (80%), factor income of 10 respondents (67%), occupational factors 9 respondents (60 %), knowledge factor 11 respondents (73%), social and cultural factors of 15 respondents (100%) and economic factors of 15 respondents (100%). It can be concluded that the factors that influence maternal nutrition in the postpartum period Mien BPS Hendro, Sidoarjo is a factor of age, education, income, occupational, factors of knowledge, socio-cultureand economic.*

*Keywords :post partum mothers, nutrition, factors that influence*

## Pendahuluan

Masa nifas (puerperium) merupakan masa yang dimulai setelah plasenta keluar dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan semula (sebelum hamil). Masa nifas berlangsung selama kira-kira 6 minggu (Sulistiyawati, 2009). Dalam masa ini alat-alat genitalia interna dan eksterna berangsur-angsur pulih kembali seperti keadaan sebelum hamil. Perubahan alat-alat genitalia ini dalam keseluruhannya disebut involusi (Prawirohardjo, 2005). Selama masa pemulihan tersebut berlangsung, ibu akan mengalami banyak perubahan, baik secara fisik maupun psikologis (Sulistiyawati, 2009). Pada masa nifas terjadi perubahan fisiologis dan anatomis diantaranya yaitu uterus, lochea, vagina, perineum dan payudara. Pada masa nifas juga mempunyai beberapa kebutuhan dasar meliputi kebutuhan nutrisi, aktivitas, istirahat, perawatan payudara, perawatan vulva, dan eliminasi. Nutrisi merupakan zat yang diperlukan oleh tubuh untuk keperluan metabolismenya. Kebutuhan gizi pada masa nifas terutama bila menyusui akan meningkat 25%, karena berguna untuk proses kesembuhan karena sehabis melahirkan dan untuk memproduksi air susu yang cukup untuk menyehatkan bayi semua itu akan meningkat tiga kali dari kebutuhan biasa. Nutrisi yang dikonsumsi harus bermutu tinggi, bergizi dan cukup kalori. Kalori bagus untuk proses metabolisme tubuh, kerja organ tubuh, proses pembentukan ASI. Wanita dewasa memerlukan 2.200 kkal. Ibu menyusui memerlukan kalori yang sama dengan wanita dewasa + 700 kkal pada 6 bulan pertama kemudian + 500 kkal bulan selanjutnya. Kebutuhan nutrisi bukan hanya memperhatikan jumlah yang dikonsumsi, melainkan juga memperhatikan zat gizi yang harus dipenuhi diantaranya karbohidrat, protein, lemak dan vitamin. Pantang makanan yang dilakukan oleh ibu nifas dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya, faktor pengetahuan yang kurang tentang manfaat makanan tinggi dapat mempengaruhi pola konsumsi makanan. Hal tersebut dapat disebabkan oleh kurangnya informasi sehingga dapat terjadi kesalahan dalam memahami kebutuhan gizi. Faktor pendidikan, semakin tinggi pendidikan yang dimiliki seseorang maka semakin muda pula menangkap dan mencerna suatu informasi yang diberikan oleh

petugas kesehatan dalam memberikan penyuluhan mengenai gizi, sebaliknya orang dengan pendidikan rendah akan sulit dalam mencerna informasi yang diberikan petugas kesehatan. Faktor ekonomi dapat mempengaruhi perubahan status gizi karena makanan bergizi membutuhkan pendanaan yang tidak sedikit. Faktor pekerjaan, dengan bekerja tingkat interaksi dengan orang lain akan lebih tinggi sehingga secara tidak langsung dapat bertukar pengalaman maupun pengetahuan dalam memilih makanan. Jika seseorang tidak bekerja maka semakin jarang untuk berinteraksi dan bertukar pengalaman maupun pengetahuan tentang memilih makanan yang baik bagi tubuhnya. Faktor usia, semakin matang usia seorang ibu nifas akan semakin mudah dalam menerima informasi mengenai kebutuhan nutrisinya, sebaliknya jika umur dan tingkat kematangannya dalam berfikir logis belum cukup maka akan sulit dalam menerima informasi mengenai gizi. Faktor budaya, adanya kebiasaan yang merugikan atau pantangan terhadap makanan tertentu juga dapat mempengaruhi status gizi, misalnya, di beberapa daerah, terdapat larangan makan pisang dan pepaya. Padahal, makanan tersebut merupakan sumber vitamin yang sangat baik dan adajuga larangan makan ikan karena ikan dianggap dapat menyebabkan darah nifas berbau padahal ikan merupakan sumber protein yang sangat baik bagi ibu nifas.

Pengamatan yang dilakukan oleh peneliti selama ini ternyata masih banyak ibu nifas yang melakukan pantang makanan seperti tidak makan ikan laut, telur dan sayur dengan berbagai alasan diantaranya takut gemuk, luka jahitan lama sembuhnya, darah nifas berbau, gatal-gatal takut bayinya mencret akibat makanan yang mengandung sayur, dan takut bayinya kena sawan. Nutrisi pada ibu post partum sangat penting didalam proses penyembuhan dan untuk kesehatan bayi dalam menerima asupan ASI melalui nutrisi yang dikonsumsi oleh ibu. Bila nutrisi ibu nifas tidak terpenuhi maka proses pemulihan kondisi ibu setelah hamil akan lebih lama dan produksi ASI berkurang, karena didalam tubuh makanan akan diuraikan menjadi suatu zat yang nantinya akan digunakan tubuh untuk menjalankan fungsinya.

Berdasarkan data tahun 2009 di Indonesia dengan total ibu nifas 5.067.000 orang dan 89% (4.509.630 orang) dari total ibu nifas yang mempunyai kebiasaan pantang

makanan pada masa nifas seperti tidak boleh makan ikan laut, telur, sayur, dan makanan yang pedas-pedas (Depkes, 2010). Di Jawa Timur angka pantang makanan pada masa nifas mencapai 1.983.214 (80%) dari jumlah ibu nifas yang ada pada tahun 2009 dan penyebabnya adalah pengetahuan yang kurang 26,5%, budaya atau anjuran dalam keluarga 37,6% , status ekonomi sebanyak 25,4 % dan paritas 10,5% (Depkes, 2010). Hasil penelitian Nasya (2008) mengatakan banyaknya ibu nifas yang melakukan pantang makanan berdasarkan data yang ada diantaranya disebabkan oleh pengetahuan yang kurang sebesar 26,5%, faktor budaya atau anjuran keluarga 37,6%, status ekonomi 25,4% dan paritas 10,5%. Pantang makanan yang sering terjadi antara lain daging, telur dan ayam (53,5%), sayur sawi dan bayam (12,4%), makanan panas (6,3%), dan ikan laut (27,8%). Berdasarkan penelitian di BPS Bidan Mien Hendro tahun 2015 secara wawancara pada 15 ibu di dapatkan 9 ibu nifas yang mempunyai perilaku pantang makanan seperti sayur (sawi, bayam), ikan laut, serta telur dan 6 ibu tidak melakukan pantang makanan.

Pada ibu nifas memerlukan pemenuhan kebutuhan nutrisi dalam meningkatkan pemulihan kondisi yang baik setelah melahirkan. Makanan yang dikonsumsi saat masa nifas adalah jenis makanan yang mengandung empat sehat lima sempurna diantaranya ikan, telur, daging, susu, air, sayur, nasi dan buah-buahan. Jika seorang ibu tidak mengkonsumsi makanan yang sesuai dengan empat sehat lima sempurna maka akan berdampak ibu akan kekurangan zat gizi sehingga penyembuhan luka akan lebih lama sembuh bahkan akan timbul infeksi, serta proses involusi dan berkurangnya produksi ASI. Apabila gizi ibu nifas kurang akan mempengaruhi perubahan fisik dan sistem reproduksi waktu nifas diantaranya sistem vaskuler, pada waktu persalinan seorang ibu akan mengalami kehilangan darah 200-500 cc dengan timbulnya haemokonsentrasi sehingga bisa terjadi anemia. Sistem reproduksi pada laktasi, pada prosesnya progesteron dan estrogen yang dihasilkan plasenta, merangsang pengeluaran air susu ibu, hal ini akan berbeda apabila ibu nifas mengalami pantang makanan, sehingga secara umum pergantian sel-sel yang rusak, penyembuhan jalan lahir dan produksi air susu ibu atau ASI akan terganggu, sehingga mengorbankan jaringan sel lain dan ibu akan

menjadi kurus yang berdampak pada penurunan kualitas dan kuantitas ASI kemudian bayi akan tidak terpenuhi kecukupan kebutuhan gizi akibatnya daya tahan tubuh menurun dan terjadi infeksi berkepanjangan (Muchtari, 1998).

Upaya yang dilakukan agar ibu nifas tidak melakukan pantang makan adalah ibu nifas perlu diberikan konseling atau penyuluhan tentang masa nifas dan pantang terhadap makanan serta pengaruh terhadap penyembuhan luka perineum, nutrisi bagi bayinya melalui pemberian ASI dan lainnya sehingga diharapkan pengetahuan ibu dapat di tingkatkan terutama oleh petugas kesehatan dalam memberikan motivasi yang positif terhadap ibu. Guna terlaksananya strategi ini maka petugas kesehatan perlu mengadakan pelatihan kepada kader masyarakat tentang pantang makan bagi ibu nifas sehingga kader dapat menyebarkan informasi ini kepada anggota masyarakat lainnya ketika ada kegiatan di posyandu, PKK, arisan atau pertemuan di Desa dengan menyebarkan leaflet. Dengan adanya upaya tersebut, diharapkan pantang terhadap makanan tidak lagi dilakukan oleh ibu nifas. Karena dengan pantang terhadap makanan ibu nifas tidak dapat memenuhi kebutuhan gizi sehingga berdampak pada proses involusi. Untuk itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang faktor-faktor yang mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Bidan Mien Hendro Sidoarjo.

### **Metode**

Metode penelitian adalah suatu prosedur atau cara dalam pemeliharaan yang memberikan garis-garis yang cermat mengajukan syarat kegiatan pemeliharaan dengan mengikuti cara-cara yang sudah ditentukan karena bertujuan untuk menurunkan, mengembangkan atau menguji kebiasaan suatu pengetahuan yang hasilnya dapat di pertanggung jawabkan secara ilmiah (Arikunto, 1998).

Bab ini akan mengemukakan atau membahas mengenai desain penelitian. Kerangka kerja, populasi, sampel, dan sampling, identifikasi variable, definisi operasional, instrument penelitian lokasi, waktu penelitian, pengumpulan data, pengelola data, masalah-masalah etika dan keterbatasan.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain deskriptif korelatif yaitu suatu metode yang dilakukan dengan tujuan utama untuk hubungan korelatif atau variabel. Penelitian yang bertujuan untuk mengungkapkan faktor-faktor yang mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Bidan Mien Hendro Sidoarjo. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di BPS Bidan Mien Hendro, yaitu 15 responden. Pada penelitian ini sampel diambil dari sebagian ibu nifas di BPS Bidan Mien Hendro.

Pada penelitian ini menggunakan metode *consecutive sampling*, penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu sesuai yang dikehendaki.

## Hasil

Pada bab ini peneliti akan menyajikan hasil dan pembahasan yang di peroleh dari pengumpulan data dari lembar kuesioner tentang faktor-faktor yang mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Bidan Mien Hendro Sidoarjo. Pengumpulan data dilakukan di BPS Bidan Mien Hendro Sidoarjo dengan jumlah responden 15 orang ibu nifas yang dilakukan pada bulan April 2015.

Hasil penelitian akan di bagi menjadi dua bagian yaitu, data umum dan data khusus. Data umum meliputi umur, pendidikan, penghasilan keluarga dan pekerjaan, sedangkan data khusus meliputi faktor-faktor yang mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Bidan Mien Hendro Sidoarjo.

## Gambaran Umum

### BPS Mien Hendro

BPS Mien Hendro merupakan bidan praktek swasta yang terletak di wilayah Sidoarjo barat Jl. Singojoyo V/7 Desa Bangah Kecamatan Hedangan Sidoarjo. Adapun batas-batasannya sebagai berikut:

Sebelah Utara : Jl. Ratu Ayu

Sebelah Selatan : Jl. Jeruk

Sebelah Timur : Jl. Sawo Tratap

Sebelah Barat : Jl. Singojoyo

BPS Mien Hendro memiliki fasilitas pelayanan sebagai berikut:

1. Ruang periksa

Terdapat 1 ruang periksa di BPS Mien Hendro, Amd. Keb yang di gunakan untuk melayani pemeriksaan ANC, pelayanan KB dan Imunisasi

2. Ruang bersalin

Di BPS Mien Hendro, Amd. Keb terdapat 1 ruangan yang digunakan untuk melayani setiap persalinan selama 24 jam, melayani pemasangan implant dan juga pemasangan IUD.

3. Ruang nifas

Di BPS Mien Hendro, Amd. Keb terdapat 2 ruangan yang digunakan untuk melayani ibu nifas.

### Kegiatan di BPS Mien Hendro

Kegiatan di BPS Mien Hendro antara lain setiap hari melayani persalinan selama 24 jam, menerima konsultasi kehamilan, pemeriksaan kehamilan, pelayanan KB, melayani USG 3 dimensi setiap 2 minggu sekali pada hari senin oleh dokter SpOG yang dimulai pada pukul 19.00-22.00 WIB dan melayani imunisasi pada hari kamis jam praktek mulai pukul 07.00-12.00 WIB dan sore pukul 16.00-21.00 WIB.

### Tenaga Kerja

Tenaga yang ada di BPS Mien Hendro sebanyak 4 pegawai yang terdiri dari 1 orang dokter SpOG, 3 orang bidan.

### Hasil Penelitian

#### Data Umum

Data umum merupakan gambaran tentang karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan, penghasilan, pekerjaan.

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia  
**Tabel frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia di BPS Mien Hendro Sidoarjo pada bulan April 2013**

Usia	Frekuensi	Prosentase
15-20	-	-
21-25	3	20%
26-30	7	47%
>30	5	33%
<b>Total</b>	15	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa hampir sebagian besar kelompok usia antara usia 26-30 tahun yaitu 7 orang responden (47%)

Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase
Ibu rumah tangga	6	40%
Pegawai swasta	9	60%
Pegawai negeri	-	-
<b>Total</b>	15	100%

**Tabel dibawah ini Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan di BPS Mien Hendro Sidoarjo pada bulan April 2013**

Pendidikan	Frekuensi	Prosentase
SD	-	-
SMP	1	7%
SMA	12	80%
Perguruan Tinggi	2	13%
<b>Total</b>	15	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden tingkat pendidikannya yaitu SMA sebanyak 12 orang (80%)

Karakteristik Responden Berdasarkan Penghasilan

**Tabel Distribusi Frekuensi karakteristik responden berdasarkan penghasilan di BPS Mien Hendro Sidoarjo pada bulan April 2013**

Penghasilan	Frekuensi	Prosentase
Rp 500.000-1.000.000	-	-
Rp 1.000.000-1.500.000	2	13%
Rp 1.600.000-2.000.000	3	20%
>Rp 2.000.000	10	67%
<b>Total</b>	15	100%

Berdasarkan diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden penghasilan yaitu >Rp 2.000.000 sebanyak 10 orang (67%)

Karakteristik Responden Berdasarkan Faktor Sosial Budaya

**Karakteristik responden berdasarkan faktor sosial budaya dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo pada bulan April 2013**

Faktor Sosial Budaya	Frekuensi	Prosentase
Mempengaruhi	15	100%
Tidak Mempengaruhi	-	-
<b>Total</b>	15	100%

Berdasarkan diatas menunjukkan bahwa seluruh responden faktor sosial budaya sangat mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro

Karakteristik Responden Berdasarkan Faktor Ekonom

**Karakteristik responden berdasarkan faktor ekonomi yang mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo pada bulan April 2013**

Faktor Ekonomi	Frekuensi	Prosentase
Mempengaruhi	15	100%
Tidak Mempengaruhi	-	-
<b>Total</b>	15	100%

Berdasarkan diatas menunjukkan bahwa seluruh responden faktor ekonomi sangat mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo sebanyak 15 orang (100%)

#### Data Khusus

Pada data khusus ini akan di jelaskan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo.

Karakteristik Responden berdasarkan Faktor Pengetahuan Ibu

**Karakteristik faktor pengetahuan ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo pada bulan April 2013**

Kriteria	Frekuensi	Prosentase
Baik	11	73%
Cukup	4	27%
Kurang	-	-
<b>Total</b>	15	100%

Berdasarkan di atas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden faktor

pengetahuan termasuk baik sebanyak 11 orang (73%).

## **Pembahasan**

Setelah melakukan analisa data dengan menggunakan distribusi frekuensi untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo, maka akan dibahas berbagai faktor yang berperan penting mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo.

Berdasarkan tabel dapat dilihat bahwa faktor usia yang mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas yang terbanyak yaitu usia 26-30 tahun sebanyak 7 orang (47%) menurut Notoadmojo,(2011) mengatakan bahwa semakin bertambahnya usia seseorang maka semakin tinggi kematangan dalam berfikir dan dapat menggunakan coping yang adaptif. Menurut Nursalam (2010), ibu dengan karakteristik usia 20-30 tahun, sudah termasuk matang dan memiliki kemampuan untuk berfikir maupun mengelola berbagai informasi sehingga dengan mudah ibu dapat memahami informasi. Dengan demikian umur sangat mempengaruhi ibu karena usia ibu yang matang sehingga ibu dapat dengan mudah memahami informasi yang didapatnya mengenai nutrisi bagi dirinya selama masa nifas dari petugas kesehatan maupun dari orang lain, sedangkan usia dan tingkat kematangan ibu dalam berpikir logis belum cukup, maka akan sulit dalam menerima dan memahami informasi yang disampaikan oleh petugas kesehatan atau orang lain.

Berdasarkan tabel dapat dilihat bahwa faktor pendidikan mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas yang terbanyak yaitu pendidikan SMA sebanyak 12 orang (80%). Menurut Notoatmodjo, (2007), pendidikan merupakan upaya agar masyarakat berperilaku atau mengadopsi perilaku kesehatan dengan cara persuasi, bujukan, imbauan, ajakan, memberikan informasi, dan kesadaran. Semakin tinggi pendidikan maka semakin tinggi pula pengetahuan, dimana dalam pendidikan itu terjadi proses pertumbuhan, perkembangan atau perubahan kearah yang lebih dewasa, lebih baik dan lebih matang sehingga memudahkan dalam dirinya untuk mengambil suatu keputusan terutama keputusan yang baik untuk dirinya dan untuk tetap menyusui bayinya. Dilihat dari tabel 4.2

yang terbanyak ibu dengan pendidikan SMA, jadi semakin tinggi pendidikan ibu maka semakin mudah ibu untuk mendapatkan informasi dan memahami informasi yang di dapat, sedangkan ibu dengan pendidikan yang rendah belum tentu bisa memahami informasi yang di dapat dari petugas kesehatan maupun orang lain. Disamping itu lingkungan dan sikap juga dapat mempengaruhi keputusan ibu karena bisa saja seseorang dengan tingkat pendidikan yang tinggi namun lingkungan sekitarnya dan sikap ibu tidak mendukung, maka dapat mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas.

Berdasarkan tabel dapat dilihat bahwa faktor pendapatan mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas yang terbanyak yaitu berpenghasilan >Rp 2.000.000 sebanyak 10 responden (67%). Menurut data Badan Pusat Statistik, pendapatan domestik bruto per kapita Indonesia sejak tahun 2000 hingga tahun 2013 mengalami peningkatan pesat setiap tahunnya. Dengan meningkatnya pendapatan domestik bruto per kapita berarti tingkat kesejahteraan masyarakat Indonesia turut meningkat. Pada zaman sekarang banyak cara yang bisa dilakukan untuk menghasilkan uang dengan mudah, dan juga semakin murah biaya untuk pemenuhan nutrisi setiap harinya. Bagi ibu nifas dengan pendapatan keluarganya yang tinggi dapat dengan mudah memperoleh kebutuhan nutrisi selama masa nifas sedangkan bagi ibu nifas yang pendapatan keluarganya rendah mungkin akan kesulitan dalam memperoleh kebutuhan nutrisi selama masa nifas.

Berdasarkan tabel dapat dilihat bahwa faktor pekerjaan mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas yang terbanyak yaitu pegawai swasta sebanyak 9 orang (60%). Menurut Waqid Iqbal M (2007), pekerjaan merupakan suatu kegiatan yang dilakukan di dalam atau di luar rumah. Lingkungan pekerjaan menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Pada umumnya pekerjaan ibu sebagai pegawai swasta lebih banyak menghabiskan waktunya di luar rumah. Hal ini berpengaruh terhadap pemenuhan nutrisi selama masa nifas karena kesibukan ibu bekerja sehingga ibu kurang memikirkan pentingnya kebutuhan nutrisinya dan nutrisi bagi bayinya yang masih membutuhkan ASI, sedangkan bagi ibu yang bekerja sebagai ibu rumah tangga mungkin

akan mempunyai lebih banyak waktu untuk mengurus kebutuhan nutrisi bagi dirinya dan keluarganya. Disamping itu perlu adanya dukungan dari suami dan anggota keluarga lain dalam rumah untuk membantu seorang ibu dalam pemenuhan nutrisinya pada masa nifas.

Berdasarkan tabel didapatkan bahwa faktor pengetahuan termasuk baik dan mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas yaitu sebanyak 11 orang responden (73%). Menurut Wahid, dkk (2007) pengetahuan salah satunya di pengaruhi pendidikan dimana semakin tinggi tingkat pengeatahuan seseorang semakin mudah menerima informasi. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan, dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka pengetahuan orang tersebut semakin luas. Namun seseorang yang berpendidikan rendah tidak berarti pengetahuannya juga rendah. Tingkat pengetahuan ibu sangat di pengaruhi oleh beberapa faktor antara lain seperti pengalaman dan informasi. Dengan mendapatkan informasi yang cukup mengenai pentingnya pemenuhan nutrisi pada masa nifas melalui media cetak, elektronik maupun petugas kesehatan, maka ibu dapat memperoleh informasi dan semakin menambahkan pengetahuannya. Dengan tingkat pengetahuan yang baik, seperti mengetahui manfaat, tujuan, maka pengetahuan pemenuhan kebutuhan nutrisi ibu juga semakin tinggi di karenakan ibu mengetahui dengan baik informasi yang diperolehnya. Namun dengan kurangnya tingkat pengetajuan seorang ibu tentang nutrisi pada masa nifas, maka informasi yang ibu miliki tentang manfaat dan tujuan nutrisi pada masa nifas tidak sepenuhnya di mengerti sehingga hal tersebut mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas.

Berdasarkan tabel dapat dilihat bahwa seluruh responden sangat mempengaruhi faktor sosial budaya ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas yaitu sebanyak 15 responden (100%). Menurut Soerjono, (2007) Kebudayaan merupakan kompleks, yang mencakup pengetahuan, kepercayaan, kesenian, moral, hukum, adat istiadat dan beberapa kemampuan serta kebiasaan-kebiasaan yang didapatkan oleh manusia sebagai anggota masyarakat. Budaya dan makanan memiliki hubungan yang erat. Jika disuatu wilayah menganut budaya untuk pantang makanan setelah melahirkan maka asupan nutrisi bagi

ibu akan berkurang, dan bila suatu budaya masyarakat menekankan untuk tidak pantang makanan maka kebutuhan nutrisi ibu nifas akan terpenuhi. Di antara kebudayaan maupun adat-istiadat dalam masyarakat ada yang menguntungkan, ada pula yang merugikan. Banyak sekali pengaruh atau yang menyebabkan berbagai aspek kesehatan di negara kita, bukan hanya karena pelayanan medik yang tidak memadai atau kurangnya perhatian dari instansi kesehatan, antara lain masih adanya pengaruh sosial budaya yang turun temurun masih dianut sampai saat ini.

Berdasarkan tabel dapat dilihat bahwa seluruh responden sangat mempengaruhi faktor ekonomi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas yaitu sebanyak 15 responden (100%). Menurut Rukiyah (2009) ekonomi sangat mempengaruhi ibu karena berhubungan dengan pemenuhan kebutuhan-kebutuhan ibu selama masa nifas antara lain makanan sehat, bahan keperluan ibu selama masa nifas, obat-obatan, tenaga kesehatan dan transportasi/sarana angkutan. Dilihat dari tabel 4.7 dan pendapat para ahli, pendapatan ibu sangat memenuhi kriteria dalam pemenuhan nutrisi selama masa nifas karena pendapatan yang cukup tinggi, maka ibu dapat dengan mudah memenuhi kebutuhan terutama mengkonsumsi nutrisi selama masa nifas dan kebutuhan ibu yang lain, sedangkan ibu dengan ekonomi yang kurang mungkin akan sulit untuk memenuhi kebutuhan nutrisi selama masa nifas.

Faktor dominan yang mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo. Dari hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa faktor dominan yang mempengaruhi ibu nifas dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo yaitu faktor sosial budaya dan faktor ekonomi. Faktor sosial budaya sebanyak 15 orang (100%). Menurut Menurut Soerjono, (2007) Kebudayaan merupakan kompleks, yang mencakup pengetahuan, kepercayaan, kesenian, moral, hukum, adat istiadat dan beberapa kemampuan serta kebiasaan-kebiasaan yang didapatkan oleh manusia sebagai anggota masyarakat. Budaya dan makanan memiliki hubungan yang erat. Jika disuatu wilayah menganut budaya untuk pantang makanan setelah melahirkan maka asupan nutrisi bagi ibu akan berkurang, dan bila suatu budaya masyarakat menekankan untuk tidak pantang makanan maka kebutuhan

nutrisi ibu nifas akan terpenuhi. Budaya yang dianut ibu juga dapat mempengaruhi ibu untuk berbuat dan mengambil keputusan untuk tidak melakukan pantangan makanan pada saat masa nifas. Faktor ekonomi sebanyak 15 orang (100%). Menurut Rukiyah (2009) ekonomi sangat mempengaruhi ibu karena berhubungan dengan pemenuhan kebutuhan-kebutuhan ibu selama masa nifas antara lain makanan sehat, bahan keperluan ibu selama masa nifas, obat-obatan, tenaga kesehatan dan transportasi/sarana angkutan. Masalah keuangan memang sering timbul di dalam kehidupan keluarga, tapi pada tabel 4.3 rata-rata penghasilan keluarga >Rp 2.000.000 hal ini dapat mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisinya selama masa nifas karena penghasilan keluarganya yang cukup.

## Penutup

Pada bab ini disajikan tentang simpulan yang diperoleh dari hasil penelitian dan saran-saran yang sekiranya berguna bagi pihak-pihak yang berkepentingan.

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut:

1. Faktor usia sebagian besar tidak mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo yaitu sebanyak 7 responden (47%)
2. Faktor pendidikan sebagian besar tidak mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo yaitu sebanyak 12 responden (80%)
3. Faktor penghasilan sebagian besar tidak mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo yaitu sebanyak 10 responden (67%)
4. Faktor pekerjaan sebagian besar mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo yaitu sebanyak 9 responden (60%)
5. Faktor pengetahuan seluruhnya mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo yaitu sebanyak 11 responden (73%)
6. Faktor sosial budaya seluruhnya mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo yaitu sebanyak 15 responden (100%)

7. Faktor ekonomi seluruhnya mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo yaitu sebanyak 15 responden (100%)

8. Faktor dominan yang mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo yaitu faktor sosial budaya dan faktor ekonomi

## Saran

1. Bagi STIKES William Booth Surabaya

Dapat dijadikan referensi tambahan yang dapat digunakan sebagai sumber bacaan bagi mahasiswa yang dapat menambah peningkatan wawasan terutama mengenai metodologi penelitian.

2. Bagi BPS

Menekankan pada masyarakat atau merubah pola pikir masyarakat bahwa mitos yang beredar di masyarakat kurang benar dengan cara melakukan penyuluhan dengan memberikan leaflet.

3. Bagi penelitian selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi dalam lebih lanjut tentang pandangan masyarakat yang salah mengenai pantangan makanan.

## Daftar Pustaka

- Bahiyatun.2009. *AsuhanKebidananNifas Normal*. Jakarta: EGC
- Beck E. Mary.2000. *IlmuGizi Dan Diet*. Churchill Livingstone
- MB, Arisman. 2004. *GiziDalamDaurKehidupan*. Jakarta: EGC
- Nursalam. 2003. *KonsepdanPenerapanMeteodologiPenelitianIlmuKeperawatanNursalam*. Jakarta: SalembaMedika
- Notoadmojo. 2002. *MetodePenelitian*. Jakarta: RinekaCipta PaathFrancin Erna, dkk.
2004. *GiziDalamKesehatanReproduksi*. Jakarta: EGC
- PrawiroharjoSarwono. 2008. *IlmuKebidanan*. Jakarta :BinaPustaka
- Rusilanti. 2014. *GiziTerapan*. Bandung: RemajaRosdakarya
- Rustam, Mochtar. 1998. *SianopsisObstetri*. Jakarta: EGC

- SalehaSitti. 2009.  
*AshuhanKebidananPadaMasaNifas*.  
Jakarta: SalembaMedika
- SibagaringEllya Eva, dkk. 2010.  
*KesehatanReproduksiWanita*. Jakarta:  
Trans Info Medika,
- Sulistyawati, Ari.2009.  
*AshuhanKebidananPadaMasaNifas*.  
Jakarta: SalembaMedika,
- Sunarsih Tri. 2012.  
*AshuhanKebidananPadaIbuNifas*.Jakarta:  
SalembaMedika
- [http://idha2793.blogspot.com/2012/09/makalah-kebutuhan-nutrisi-dan-cairan\\_6476.html](http://idha2793.blogspot.com/2012/09/makalah-kebutuhan-nutrisi-dan-cairan_6476.html)
- <https://delimapersadanurul.wordpress.com/2013/10/24/kebutuhan-dasr-ibu-nifas-nutrisi/>
- Rukiyah, Ai Yeyeh, Dkk, 2009,  
*AshuhanKebidanan I*, Trans Info Media,  
Jakarta