

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa menyusui merupakan masa yang sangat penting untuk kelangsungan hidup bayi guna mencapai tumbuh kembang bayi atau anak yang optimal sekaligus mempertahankan kesehatan ibu setelah bersalin. Oleh karena itu, pengetahuan tentang gizi pada masa menyusui merupakan suatu hal yang penting, mengingat pada waktu menyusui ibu harus memberikan makanan yang cukup bagi bayinya, memulihkan kesehatan setelah melahirkan dan memenuhi kebutuhan gizi yang meningkat karena kegiatan sehari-hari yang bertambah (Badriah, 2011).

Untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu menyusui selama proses pemulihan tenaga setelah melahirkan maka ibu harus memperoleh makanan seimbang. Untuk itu ibu menyusui perlu mengkonsumsi makanan dengan nutrisi yang seimbang dengan memerlukan nutrisi yang bermutu tinggi dengan kalori, protein, cairan serta banyak buah-buahan. Proses dalam penyembuhan luka setelah melahirkan, ibu menyusui membutuhkan nutrisi untuk meningkatkan porsi makanan yang mengandung protein contohnya telur, ikan, daging, ayam, tahu, dan tempe karena fungsi protein untuk membentuk jaringan baru dan untuk memproduksi ASI. Jika asupan gizi ibu ada yang tidak terpenuhi dalam waktu lama dapat berakibat buruk terhadap kesehatan dan angka kesakitan ibu (Huliana, 2009).

Nutrisi atau gizi ibu menyusui sangat penting karena berhubungan dengan kesehatan ibu dan anak. Selama menyusui, ibu dianjurkan untuk meningkatkan asupan kalori, protein, kalsium, zat besi, asam folat, dan vitamin serta mineral lainnya untuk mencukupi kebutuhan zat gizi saat menyusui (Budiharjo, 2008). Supaya menghasilkan ASI 150-300 ml per hari maka ibu diperlukan pula makanan tambahan untuk memproduksi ASI. Apabila ibu yang sedang menyusui bayinya tidak mendapatkan tambahan makanan, tentu akan berakibat terjadinya kemunduran dalam pembuatan dan produksi ASI. Terlebih lagi jika pada masa kehamilan ibu juga mengalami kekurangan gizi. Karena itu tambahan makanan bagi seorang ibu yang sedang menyusui mutlak diperlukan (Muchtadi, 2005).

Menurut UNICEF tahun 2005, untuk mendapatkan pemenuhan gizi menyusui yang seimbang maka ibu harus membutuhkan karbohidrat sebesar 60-70%, protein sebesar 12-15%, dan lemak kurang lebih sebesar 10-20%. Jika pemenuhan gizi ibu menyusui tidak terpenuhi maka akan berakibat gizi kurang pada bayi, juga dapat mempengaruhi kondisi kesehatan ibu (Proverawati dan Asfuah, 2009).

Di Provinsi DIY, cakupan pemenuhan kebutuhan kalori ibu menyusui pada tahun 2004 sebesar 56,28% kemudian meningkat pada tahun 2007 sebesar 71,73%. Salah satu upaya pencapaian target MDGs tahun 2015 adalah tidak lebih dari 35,32% dengan kategori yang akan tercapai (Dinkes. Prov. DIY, 2011). Keberhasilan ibu dalam pemenuhan nutrisi menyusui bukan hal yang instan, selain dibutuhkan ketekunan dan ketelatenan dalam pemenuhan gizi selama menyusui, nutrisi ibu pada masa menyusui merupakan hal yang penting. Besarnya asupan nutrisi ibu menyusui ini akan dialokasikan pada pengeluaran ASI itu sendiri (Depkes, 2011).

Berdasarkan data yang diperoleh dari profil kesehatan Kabupaten/ Kota Yogyakarta tahun 2010, pencapaian target Kota Yogyakarta untuk memenuhi kebutuhan nutrisi sebesar 60-69% sedangkan untuk Kabupaten Bantul sebesar 70-79%. Hal tersebut belum mencapai target 80% (Dinkes. Kab. DIY, 2011). Kemudian di Puskesmas Mergangsan pencapaian target untuk memenuhi kebutuhan nutrisi ibu menyusui selama memproduksi ASI sebesar 72,28%. Supaya ibu yang menyusui tidak kekurangan nutrisi selama menyusui maka ibu harus diberikan pemantauan dan penyuluhan dari tenaga kesehatan.

Ibu menyusui membutuhkan kebutuhan yang banyak akan asupan gizi yang terkandung di dalam setiap makanan yang dikonsumsi dengan memperhatikan kebutuhan yang diperlukan oleh tubuh. maka pendidikan tentang nutrisi amat penting diberikan untuk ibu menyusui. Karena dengan Pendidikan yang cukup ibu nifas yang menyusui dapat memberikan kontribusi yang benar terhadap pemenuhan kebutuhan gizi selama ibu menyusui. Sehingga pantangan atau mitos yang dikenalkan kepada ibu nifas yang menyusui dapat diperhatikan.

Jangan sampai pantangan tersebut merugikan kondisi ibunya maupun anak yang disusui (Arifin, 2004).

Upaya dalam meningkatkan pengetahuan ibu menyusui sangat penting diberikan bagi ibu nifas, bahkan pemerintah membuat kebijakan program nasional bagi ibu menyusui tentang melakukan kunjungan nifas selama menyusui. Dengan dilakukan kunjungan nifas tersebut kebutuhan nutrisi ibu selama menyusui dapat di pantau dan terpenuhi. Selain itu ibu menyusui juga tidak akan mengalami tanda-tanda penyulitan selama masa nifas, tidak ada tanda-tanda demam, ibu dapat menyusui dengan benar, dan kebutuhan nutrisi ibu dapat terpenuhi selama menyusui (Ambarwati dan Wulandari, 2010).

Masyarakat menganggap bahwa nutrisi menyusui sangat penting bagi ibu dan bayinya. Jika ibu menyusui kekurangan gizi dapat menimbulkan gangguan kesehatan pada ibu dan bayi. Oleh karena itu ibu menyusui sangat memerlukan dukungan dari suami dan keluarga. Supaya ibu dalam memenuhi nutrisinya bisa tercapai dengan baik.

Berdasarkan studi pendahuluan di Puskesmas Mergangsan Kota Yogyakarta, jumlah ibu nifas yang menyusui bayinya ada 30 orang. Sejumlah 30 orang tersebut diambil sampel 5 orang untuk dilakukan wawancara dan 5 orang tersebut salah satunya ada 2 orang ibu menyusui yang mengerti tentang kebutuhan nutrisi selama menyusui sebesar 42,3% dan ada 3 orang ibu menyusui yang tidak tahu tentang nutrisi selama menyusui sebesar 57,7%. Hal tersebut mengakibatkan sebagian ibu yang mengetahui tentang nutrisi menyusui kemungkinan mendapatkan informasi dari berbagai sumber misalnya media cetak, media elektronik, dan informasi dari dokter serta bidan. Diantara ibu-ibu menyusui yang diberikan pelayanan tentang tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi di masa menyusui, ternyata hanya sebagian ibu yang tahu tentang nutrisi menyusui seperti sayur-sayuran, ikan, telur, dan tempe. Dari latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk mengamati bagaimanakah tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi di masa menyusui di Puskesmas Mergangsan Yogyakarta tahun 2013.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: “Bagaimanakah Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Nutrisi di masa Menyusui di Puskesmas Mergangsan Kota Yogyakarta tahun 2013?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah:

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi di masa menyusui di Puskesmas Mergangsan Kota Yogyakarta tahun 2013.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang pengertian nutrisi di masa menyusui di Puskesmas Mergangsan Kota Yogyakarta.
- b. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang Prinsip nutrisi di masa menyusui di Puskesmas Mergangsan Kota Yogyakarta.
- c. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang faktor yang mempengaruhi nutrisi di masa menyusui di Puskesmas Mergangsan Kota Yogyakarta.
- d. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang kebutuhan nutrisi di masa menyusui di Puskesmas Mergangsan Kota Yogyakarta.
- e. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang dampak kekurangan nutrisi di masa menyusui di Puskesmas Mergangsan Kota Yogyakarta.
- f. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu tentang anjuran nutrisi seimbang di masa menyusui di Puskesmas Mergangsan Kota Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Bagi Ilmu Kebidanan

Dapat meningkatkan dan menambah wawasan serta pengetahuan tentang tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi di masa menyusui.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi STIKES Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Menambah wawasan kepustakaan dan referensi ilmiah yang berkaitan dengan tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi di masa menyusui.

b. Bagi Puskesmas Mergangsan

Memberikan masukan bagi Puskesmas Mergangsan dalam upaya meningkatkan mutu pelayanan dengan memberikan bimbingan pada ibu yang menyusui secara adekuat tentang nutrisi selama menyusui.

c. Bagi Bidan di Puskesmas Mergangsan

Memberikan wawasan dan meningkatkan kembali pengetahuan ibu nifas yang menyusui tentang pentingnya nutrisi selama menyusui.

d. Bagi Ibu Menyusui di Puskesmas Mergangsan

Ibu menyusui dapat mengetahui dan memahami tentang kebutuhan nutrisi selama menyusui.

e. Bagi Peneliti

Digunakan sebagai bahan referensi tambahan guna meningkatkan pengetahuan peneliti tentang tingkat pengetahuan ibu tentang nutrisi di masa menyusui.

f. Keaslian Penelitian

1. Nurhikmah (2009) dengan judul “ Hubungan Perilaku Ibu Berpantang Makanan Selama Masa Nifas dengan Status Gizi Ibu dan Bayi di Kecamatan Banjarmasin Utara di Kota Banjarmasin tahun 2009”. Metode penelitian ini yang digunakan dengan deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi yang digunakan adalah ibu nifas dan bayi neonatus 40 hari dengan teknik pengambilan sampel secara *multistage random sampling*. Analisis pada penelitian ini menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitiannya adalah tidak ada hubungan yang bermakna antara perilaku ibu berpantang makan selama nifas dengan status gizi ibu dan bayi. Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah teknik pengumpulan data.

Sedangkan untuk perbedaan terletak pada variabel penelitian, teknik pengambilan sampel, jenis penelitian, dan analisis data.

2. Nadimin, Baharuddin, dan Zakaria, Alfieta (2010) dengan judul “Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Ibu Menyusui Wilayah Kerja Puskesmas Moncobalang Kabupaten Gowa”. Metode penelitian ini yang digunakan dengan survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi yang digunakan adalah ibu yang menyusui bayi umur 0-23 bulan. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling*. Analisis pada penelitian ini menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitiannya adalah ada hubungan yang signifikan antara pola makan dengan status gizi ibu menyusui. Persamaan penelitian ini terletak pada tema yang digunakan. Perbedaan penelitian tersebut terletak pada jenis penelitian, variabel penelitian, dan analisis data.
3. Rahayu, Yulianti Rizka (2012) dengan judul “ Pengetahuan Ibu Primipara Tentang Faktor-Faktor yang dapat Mempengaruhi Produksi ASI di RSUD Tugurejo Semarang tahun 2012”. Metode penelitian ini yang digunakan dengan *survey deskriptif* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi yang digunakan adalah semua ibu primipara yang dirawat di Ruang Bougenville. Teknik pengambilan sampel dengan total *sampling*. Analisis pada penelitian ini menggunakan uji Chi-Square. Hasil penelitiannya adalah ada hubungan yang signifikan antara ibu primipara dan produksi ASI. Persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah teknik pengambilan sampel. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang dilakukan yaitu metode data yang digunakan, teknik pengumpulan data, dan analisis data yang digunakan.