

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Angka kematian ibu pada tahun 2013 mengalami kenaikan dibanding pada tahun 2012. Tahun 2013 sebesar 96,83/100.000 kelahiran hidup sedangkan tahun 2012 sebesar 52,2/100.000 kelahiran. Jumlah kematian ibu yang dilaporkan dari sebesar 34 kasus kematian dengan perincian kematian pada ibu hamil sebanyak 3 kasus, kematian ibu bersalin 16 dan kematian ibu nifas sebanyak 15 kasus salah satunya adalah kasus malnutrisi (Dinkes DIY, 2013).

Pemberian air susu ibu (ASI) secara eksklusif selama 6 bulan merupakan indikator perilaku sehat yang diharapkan. Cakupan bayi yang mendapat ASI Eksklusif di provinsi DIY pada tahun sebesar 2007 sebesar 7.994 (34%), meningkat 118 (1,49%) dibanding tahun 2006. Angka ini belum mencapai target SPM (Standar Pelayanan Minimal) yaitu 40% sehingga perlu sosialisasi ASI pada ibu baru melahirkan untuk memberikan ASI nya secara Eksklusif sampai bayi selama 6 bulan (Dinkes DIY, 2008). Cakupan bayi yang diberi ASI eksklusif di Kabupaten Bantul tahun 2013 62,5% menurun bila dibandingkan tahun 2012 sebanyak 63,51% (Dinkes Bantul, 2014).

Mengingat pentingnya ASI untuk tumbuh kembang bayi dan balita maka salah satu yang perlu mendapat perhatian adalah bagaimana agar ibu dapat tetap memberikan ASI kepada bayinya sampai umur 6 bulan dan dapat dilanjutkan sampai anak berumur 2 tahun, setiap ibu agar dapat menyusui harus dalam kondisi yang sehat dan harus memenuhi nutrisi yang mengandung tiga zat gizi utama yang cukup jumlahnya baik zat tenaga, zat pembangun maupun zat pengatur. Asupan

makanan yang tidak seimbang ataupun kurang asupan gizi dapat mempengaruhi tubuh seorang ibu menyusui yaitu gangguan pada mata, tulang, dan mempengaruhi kualitas dan kuantitas produksi ASI. Gangguan pada bayi meliputi proses tumbuh kembang anak, bayi mudah sakit, dan mudah terkena infeksi (Astuti, 2010).

Kebutuhan gizi pada masa nifas terutama bila menyusui akan meningkat, karena berguna untuk proses penyembuhan setelah melahirkan dan untuk memproduksi ASI yang cukup untuk menyehatkan bayi. Kebutuhan nutrisi pada ibu nifas dan menyusui meningkat 25% yaitu untuk produksi ASI dan memenuhi kebutuhan cairan yang meningkat tiga kali dari biasanya, penambahan kalori pada ibu menyusui sebanyak 500 kkal setiap hari (Ambarwati dan Wulandari, 2009).

Selama masa laktasi, wanita mengalami peningkatan berat badan yang optimal maka setelah melahirkan akan memiliki berat badan yang lebih tinggi dari pada awal masa kehamilan. Sering kali ibu mengurangi konsumsinya, akibatnya dapat menghambat produksi susu atau mengganggu status gizi ibu, selain itu rasa letih yang sering dirasakan ibu seiring dengan penurunan berat badan yang cepat akan berdampak buruk pada pengeluaran ASI, diet pada masa nifas perlu mendapat perhatian yang serius, karena diet yang diharapkan harus bermutu, bergizi tinggi, cukup kalori, tinggi protein, dan banyak mengandung cairan, tapi bukan diet yang mengurangi konsumsi zat-zat gizi. Menu makanan yang harus dikonsumsi adalah porsi cukup dan teratur, tidak terlalu asin, pedas dan berlemak, tidak mengandung alkohol, nikotin, serta bahan pengawet atau pewarna (Saleha, 2009).

Ibu menyusui memerlukan diet mempertahankan tubuh terhadap infeksi, mencegah konstipasi dan untuk memulai proses pemberian ASI Eksklusif. Ibu menyusui sesungguhnya tidak perlu diet yang sangat sempurna, ada beberapa zat gizi yang harus banyak dimakan selama masa menyusui. Komposisi zat gizi dalam ASI wanita yang kurang banyak makan tidak berbeda dengan ASI mereka yang cukup makan, yang tidak sama hanya volume ASI itu sendiri. Rata-rata volume ASI ibu berstatus gizi baik sekitar 700-800 cc, sementara mereka yang berstatus gizi kurang hanya berkisar 500-600 cc. Jumlah ASI yang disekresikan pada enam bulan pertama sebesar 750 cc sehari. Sekresi padahari pertama hanya terkumpul sebanyak 50 cc yang kemudian meningkat menjadi 500, 650, dan 750 cc, masing-masing pada hari kelima, bulan pertama, dan juga pada bulan ketiga. Jumlah produksi ASI bergantung pada besarnya lemak yang tertimbun selama hamil dan diet selama menyusui, karena itulah ibu menyusui dianjurkan untuk memperbanyak minum serta cukup beristirahat (Arisman, 2009). Diet selama menyusui boleh saja dilakukan, tetapi harus dilakukan dengan perlahan. Cara yang aman untuk menurunkan berat badan adalah dengan memadukan diet rendah lemak yang sehat dan olahraga dengan intensitas sedang. Penurunan berat badan secara cepat hanya akan membahayakan bayi. Penurunan berat badan secara cepat akan memicu tubuh melepaskan racun-racun yang biasanya tersimpan dalam lemak tubuh di saluran darah. Ini akan berdampak buruk pada produksi ASI. Ibu menyusui juga sebaiknya tidak terburu-buru memutuskan untuk berhenti menyusui bayinya hanya untuk menurunkan berat badan. Ibu menyusui sebaiknya jangan mengurangi makan dan menurunkan berat

badan minimal sampai bayi berusia enam minggu atau membatasi makanan di minggu awal laktasi karena hal ini hanya akan mengurangi produksi ASI (Astuti, 2010).

Menurut informasi yang didapatkan dari hasil wawancara kepada tenaga kesehatan yang dilakukan di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta belum pernah ada penyuluhan oleh tenaga kesehatan tentang diet untuk ibu menyusui, hanya sekedar memberitahu ibu supaya tidak memakai pantang makanan tertentu supaya keadaan tubuh ibu cepat pulih setelah melahirkan bukan mengenai diet ibu menyusui yang secara mendetail.

Berdasarkan data hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul pada tanggal 12 maret 2015 didapatkan data ibu nifas sejak bulan Januari sampai bulan februari tahun 2015 sebanyak 77 (100%) orang ibu nifas, dan juga telah dilakukan wawancara kepada 10 (12,10%) ibu nifas dan didapatkan hasil 7 (9,09%) orang ibu nifas belum mengetahui bagaimana cara diet yang sehat agar ibu tidak mengalami kekurangan gizi dan juga mengurangi berat badannya, 1 (1,3%) orang ibu nifas sudah mengetahui tentang bagaimana diet yang sehat, sedangkan 2 (2,6%) orang ibu nifas mengatakan hanya pernah mendengar tentang diet saat menyusui tetapi hanya sekedar tahu saja.

Berdasarkan latar belakang diatas dan juga masih kurangnya pengetahuan ibu nifas tentang bagaimana diet yang baik saat masa nifas dan menyusui, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang” Gambaran Tingkat pengetahuan ibu nifas

tentang diet saat menyusui di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta pada bulan Juli tahun 2015”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang diet saat menyusui di RS PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta pada bulan Juli tahun 2015?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui gambaran tingkat Pengetahuan ibu nifas tentang diet saat menyusui di RS PKU Muhammadiyah, Bantul Yogyakarta pada bulan Juli Tahun 2015.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinyagambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang pengertian diet di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta pada bulan Juli tahun 2015.
- b. Diketuinyagambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang pengertian diet seimbang di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta pada bulan Juli tahun 2015.
- c. Diketuinyagambaran tingkat pengetahuan ibu tentang bagaimana diet yang benar saat menyusui di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta pada bulan Juli tahun 2015.

- d. Diketuahuinya gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang tujuan diet saat menyusui di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta pada bulan Juli tahun 2015.
- e. Diketuahuinya gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang prinsip diet saat menyusui di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta pada bulan Juli tahun 2015
- f. Diketuahuinya gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang syarat diet saat menyusui di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta pada bulan Juli tahun 2015
- g. Diketuahuinya gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang manfaat diet saat menyusui di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta pada bulan Juli tahun 2015.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Bagi Ilmu Kebidanan

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai tambahan ilmu pengetahuantentang gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang bagaimana diet yang baik disaat sedang menyusui.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Tenaga Kesehatan Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta

Memberikan masukan bagi Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta agar memberikan penyuluhan pada ibu nifas tentang cara diet yang baik disaat masa menyusui.

b. Bagi Ibu Nifas di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Bantul Yogyakarta

Ibu nifas dapat mengetahui dan memahami tentang diet disaat sedang dalam masa menyusui.

c. Bagi Peneliti

Digunakan sebagai bahan referensi dalam penelitian lain, terutama penelitian tentang ibu nifas saat menyusui.

d. Bagi Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Menambah wacana kepustakaan dan referensi ilmiah yang berkaitan dengan pengetahuan ibu nifas tentang diet ibu nifas saat menyusui.

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang relevan dengan penelitian tingkat pengetahuan ibu nifas tentang diet saat menyusui diantaranya adalah :

No	Nama dan judul penelitian	Metode	Hasil penelitian	Perbedaan
1.	Triyani Endang (2012) Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang gizi ibu menyusui	Deskriptif kuantitatif dengan <i>accidental sampling</i>	Didapatkan hasil 5 orang ibu nifas dengan tingkat pengetahuan baik (14,3%), 24 orang ibu nifas dengan tingkat pengetahuan cukup (68,6%), dan 6 orang ibu nifas dengan tingkat pengetahuan kurang (17,1%).	Responden penelitian, waktu dan lokasi penelitian.
2.	Nugrahani, Amelia Alfia (2012) Gambaran tingkat pengetahuan ibu nifas tentang nutrisi yang meningkatkan produksi ASI	Deskriptif kuantitatif Dengan <i>accidental sampling</i>	Didapatkan hasil 8 orang ibu nifas dengan tingkat pengetahuan baik (12,9%), 32 orang ibu nifas dengan tingkat pengetahuan cukup (51,6%), dan 22 orang ibu nifas dengan tingkat pengetahuan kurang (35,5%).	Responden penelitian, waktu penelitian dan lokasi penelitian.
3.	Rini, Indah Mustika (2013) Tingkat Pengetahuan ibu nifas tentang gizi masa nifas	Deskriptif Kuantitatif Dengan <i>quota sampling</i>	Didapatkan hasil 2 orang ibu nifas dengan tingkat pengetahuan baik (6,7%), 24 orang ibu nifas dengan tingkat pengetahuan cukup (80,0%), dan 4 orang ibu nifas dengan tingkat pengetahuan kurang (13,3%).	Responden penelitian, waktu dan lokasi penelitian.