
**Pengetahuan Pantang Makan pada Ibu Postpartum di Kabupaten Tanah Laut,
Provinsi Kalimantan Selatan**

*(Postpartum Mothers's Abstinence Knowledge in Kabupaten Tanah Laut, South Borneo
Province)*

Putri Ayu^{1 (CA)}, Rubiati Hipni²

¹Midwifery Program, AKBID Bina Husada Banjarbaru, Indonesia;

Putriayu.app601@gmail.com (corresponding author)

²Midwifery Departement, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Indonesia

Abstrak

Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2013, Angka kematian ibu (AKI) mencapai 359 per 100.000 kelahiran hidup. Pada masa nifas masalah diet perlu mendapatkan perhatian yang serius, karena dengan nutrisi yang baik dapat mempercepat penyembuhan ibu dan sangat mempengaruhi susunan air susu Dampak yang terjadi pada ibu nifas yang berpantang makanan, kebutuhan nutrisi akan berkurang. Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 8-11 Mei 2019 rata-rata kunjungan setiap bulan sebanyak 30 ibu nifas, setelah dilakukan wawancara pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Panyipatan, terdapat 10 ibu nifas, diperoleh data awal 8 diantaranya belum mengetahui tentang pantang makan dan 2 diantaranya sudah mengerti. Mengetahui Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas tentang Pantang Makanan Selama Masa Nifas di Puskesmas Panyipatan Kecamatan Panyipatan Kabupaten Tanah Laut Tahun 2019 pada tingkat baik, cukup dan kurang. Desain penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif kuantitatif. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Panyipatan Kecamatan Panyipatan Kabupaten Tanah Laut. Sampel dalam penelitian ini adalah 30 ibu nifas. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner. Cara pengumpulan data berasal dari data primer dan Data Sekunder. Variabel tunggal yaitu Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas tentang Pantang Makanan Selama Masa Nifas. Analisa menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan rumus persentase. Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang pantang makanan selama masa nifas di Puskesmas Panyipatan Kecamatan Panyipatan Kabupaten Tanah Laut tahun 2019, responden dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 4 responden (14%), tingkat pengetahuan cukup sebanyak 11 responden (36%) dan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 15 responden (50,0%). Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas tentang Pantang Makanan Selama Masa Nifas di Puskesmas Panyipatan Kecamatan Panyipatan Kabupaten Tanah Laut tahun 2019 pada tingkat pengetahuan kurang.

Kata Kunci: Pengetahuan, pantang makan, nifas

Abstract

Indonesian Demographic and Health Survey (IDHS) in 2013, the maternal mortality rate (MMR) reached 359 per 100,000 live births. During the puerperium diet problems need to get serious attention, because with good nutrition can accelerate the healing of the mother and greatly affect the composition of milk The impact that occurs in postpartum mothers who abstain from food, nutritional

needs will be reduced. Based on a preliminary study on 8-11 May 2019, the average monthly visit was 30 postpartum mothers, after interviews with postpartum mothers in the Panyipatan Community Health Center work area, there were 10 postpartum mothers, with initial data 8 of which did not know about abstinence and 2 some of them understand. To determine the level of knowledge of Nifas about abstinence during the puerperium at Panyipatan health center, Panyipatan sub-district, Tanah Laut regency in 2019 at a level of good, adequate and insufficient. The design of this study used a quantitative descriptive design. This research was conducted at Panyipatan Health Center, Panyipatan Subdistrict, Tanah Laut Regency. The sample in this study were 30 postpartum mothers. The instrument of this research is a questionnaire. The method of collecting data comes from primary data and secondary data. The single variable is the level of knowledge of Nifas about abstinence during puerperium. The analysis uses univariate and bivariate analysis with a percentage formula. The level of knowledge of postpartum mothers about abstinence during the puerperium at Panyipatan Health Center, Panyipatan Subdistrict, Tanah Laut Regency in 2019, respondents with a good level of knowledge were 4 respondents (14%), sufficient knowledge level was 11 respondents (36%) and knowledge level less than 15 respondents (50.0%). Mother Nifas's level of knowledge about abstinence during puerperium at Panyipatan health center, Panyipatan sub-district, Tanah Laut regency in 2019 at a level of insufficient knowledge.

Keywords: Knowledge, abstinence, postpartum mothers

PENDAHULUAN

Angka kematian ibu bersama dengan Angka Kematian Bayi menjadi indikator keberhasilan pembangunan pada sektor kesehatan. Penyebab kematian maternal berdasarkan data Dinas Kesehatan Indonesia 2008, dikelompokkan menjadi penyebab langsung dan tidak langsung, penyebab langsung kematian maternal yaitu perdarahan, eklampsia, infeksi serta komplikasi nifas. Sedangkan penyebab tidak langsung kematian maternal terkait dengan kondisi sosial, ekonomi, geografi serta budaya masyarakat (Hasnawati, dkk, 2008). Berdasarkan pengamatan *World Health Organization* (WHO) Tahun 2015, angka kematian ibu dalam masa kehamilan, persalinan dan nifas adalah sebesar 303.000 jiwa dan angka kematian bayi sebesar 10.000.000 jiwa (WHO, 2015). Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2013 menunjukkan AKI sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup (BKKBN, 2013).

Masalah kematian maupun kesakitan pada ibu berhubungan dengan factor-faktor sosial budaya dan lingkungan didalam masyarakat dimana mereka berada. Faktor-faktor kepercayaan dan pengetahuan budaya seperti konsepsi mengenai berbagai pantangan,, hubungan sebab-akibat antara makanan dan kondisi sehat-sakit, kebiasaan serta ketidaktahuan, seringkali membawa dampak baik itu positif maupun negatif terhadap kesehatan ibu dan anak (Mass, 2009).

Masa post partum atau nifas adalah masa setelah seorang ibu melahirkan bayi yang digunakan untuk memulihkan kesehatan kembali yang umumnya memerlukan waktu 6 - 12 minggu (Marmi, 2012). Berdasarkan data tahun 2008 di Indonesia dengan total ibu post partum 89% (4.509.630 orang) ada mempunyai kebiasaan pantang makanan pada masa nifas (Badan Litbang Kesehatan 2009 dalam Saidah, 2011). Berpantang makanan dalam waktu lama dapat berakibat buruk terhadap kesehatan dan angka kesakitan ibu. Kecukupan zat gizi sangat berperan dalam proses penyembuhan luka (Manuaba, 2008). Data ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang kebutuhan gizi pada masa nifas atau menyusui kurang mengerti dengan pemenuhan gizi yang baik dan seimbang. Pantangan disebabkan karena anjuran atau budaya yang berlaku dalam keluarga. Pantangan makanan yang sering terjadi misalnya dilarang makan daging, telur, dan ayam (53,5%), sayur sawi dan bayam (12,4%), pantang dengan

makanan yang panas (6,3%), dan pantangan terhadap ikan laut (27,8%) (Badan Litbang Kesehatan 2009 dalam Saidah, 2011).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan pada tanggal 8-11 Mei 2019 di wilayah kerja Puskesmas Panyipatan Kecamatan Panyipatan Kabupaten Tanah Laut, didapatkan 30 orang ibu nifas selama 2 bulan terakhir dan setelah dilakukan wawancara terdapat 10 ibu nifas, diperoleh data awal 8 diantaranya belum mengetahui tentang pantang makan dan 2 diantaranya sudah mengerti pantang makanan yaitu makanan yang tidak boleh di konsumsi. Dampak jika ibu nifas tetap beranggapan seperti itu, maka ibu nifas mengalami kurang gizi, dan tidak mengetahui cara penyembuhan lukanya sehingga penyembuhan luka lebih lama bahkan bisa terjadi infeksi..

BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif kuantitatif. Variabel tunggal yaitu Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas tentang Pantang Makanan Selama Masa Nifas. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas dalam yang berada di wilayah kerja Puskesmas Panyipatan sejumlah 30 orang dari data bulan Mei-Juni 2019. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu nifas berjumlah 30 orang di Wilayah Kerja Puskesmas Panyipatan. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan total sampling. Penelitian dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Panyipatan. Waktu penelitian dilaksanakan dari bulan Mei-Juni 2019.

Pengumpulan data dilaksanakan berdasarkan data primer yaitu data yang diperoleh secara langsung diambil dari objek/objek penelitian oleh peneliti perorangan maupun organisasi. Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang berupa ceklist atau daftar cek (✓) sesuai dengan hasil yang di inginkan atau si peneliti yang memberikan tanda (✓) sesuai dengan hasil pengamatan (Hidayat, 2010).

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Nifas Berdasarkan Umur Di Puskesmas Panyipatan, Kecamatan Panyipatan, Kabupaten Tanah Laut Tahun 2019

Kategori Umur	Frekuensi	Presentase (%)
<20 Tahun	5	17%
20-35 Tahun	16	53%
>35 Tahun	9	30%
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 1 diatas didapatkan bahwa umur ibu nifas paling banyak adalah 20-35 tahun sebanyak 16 orang (53%), dan paling sedikit umur <20 tahun sebanyak 5 orang (17%).

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Nifas Berdasarkan Pendidikan Di Puskesmas Panyipatan, Kecamatan Panyipatan, Kabupaten Tanah Laut Tahun 2019

Tingkat Pendidikan	Frekuensi	Presentase (%)
Tingkat Rendah	13	43%
Tingkat menengah	17	57%
Tingkat tinggi/atas	0	0
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 2 didapatkan bahwa pendidikan ibu nifas paling banyak adalah tingkat menengah sebanyak 17 orang (57%), dan paling sedikit pendidikan tinggi sebanyak 0 orang (0%).

c. Karakteristik Responden Ibu Nifas berdasarkan Pekerjaan

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Nifas Berdasarkan Pekerjaan Di Puskesmas Panyipatan, Kecamatan Panyipatan, Kabupaten Tanah Laut Tahun 2019

Pekerjaan	Frekuensi	Presantase(%)
IRT	18	60%
Swasta	4	13%
PNS	0	0
Wiraswasta	8	27%
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa pekerjaan ibu yang paling banyak adalah IRT sebanyak 18 orang (60%), dan paling sedikit adalah PNS sebanyak 0 (0%).

d. Karakteristik Responden Ibu Nifas berdasarkan Paritas

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Nifas Berdasarkan Paritas Di Puskesmas Panyipatan, Kecamatan Panyipatan, Kabupaten Tanah Laut Tahun 2019

Paritas	Frekuensi	Presantase (%)
1 orang	9	30%
2-4 orang	21	70%
>4 orang	0	0
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 4 diatas didapatkan bahwa paritas ibu nifas paling banyak adalah 2-4 orang sebanyak 20 orang (70%), dan paling sedikit adalah >4 yaitu 0 orang (0%).

e. Gambaran Pengetahuan Responden Ibu Nifas Tentang Pantang Makan

Berdasarkan tabel 5 didapatkan bahwa tingkat pengetahuan ibu nifas paling banyak adalah kurang sebanyak 15 orang (50%), dan paling sedikit adalah tingkat pengetahuan baik yaitu 4 orang (14%).

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Nifas Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Di Puskesmas Panyipatan, Kecamatan Panyipatan, Kabupaten Tanah Laut Tahun 2019

Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	4	14%
Cukup	11	36%
Kurang	15	50%
Total	30	100%

f. Karakteristik Responden Ibu Nifas berdasarkan Pantang Makan

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Nifas Berdasarkan Pantang Makan Di Puskesmas Panyipatan, Kecamatan Panyipatan, Kabupaten Tanah Laut Tahun 2019

Pantang Makan	Frekuensi	Presentase (%)
Ya	18	60%
Tidak	12	40%
Total	30	100%

Berdasarkan tabel 6 diatas didapatkan bahwa ibu nifas yang paling banyak adalah melakukan pantang makan yaitu sebanyak 18 orang (60%), dan paling sedikit adalah tidak melakukan pantang makan yaitu 12 orang (40%).

2. Analisis Bivariat

a. Umur

Tabel 7 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Nifas Berdasarkan Umur Di Puskesmas Panyipatan, Kecamatan Panyipatan, Kabupaten Tanah Laut Tahun 2019

Umur	Pengetahuan							
	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
<20 Tahun	2	7%	1	3%	2	7%	5	17%
20-35 Tahun	0	0	7	23%	9	30%	16	53%
>35 Tahun	2	7%	3	10%	4	14%	9	31%
Jumlah	4	14%	11	36%	15	50%	30	100%

(Sumber : Data Primer, 2019)

Berdasarkan tabel 7 diatas didapatkan bahwa umur ibu nifas paling banyak adalah umur 20-35 tahun dengan pengetahuan kurang sebanyak 9 orang (30%), dan yang paling sedikit umur <20 tahun dengan pengetahuan cukup sebanyak 1 orang (3%).

Umur merupakan salah satu faktor yang cukup dominan terhadap pembentukan perilaku seseorang. Umur mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pola daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Hasil penelitian didapatkan umur ibu nifas paling banyak adalah 20-35 tahun sebanyak 53%, pada usia ini para ibu dianggap pada usia yang pola pikir dan daya tangkapnya bagus terhadap informasi yang diberikan sehingga dapat meningkatkan pengetahuannya terutama tentang pantang makan pada masa nifas.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2010) yang menyatakan pengetahuan dipengaruhi oleh faktor umur seseorang. Menurut Mubarak (2012), terdapat faktor yang mempengaruhi pengetahuan seseorang, yaitu umur, bertambahnya umur seseorang akan mengalami perubahan aspek fisik dan psikologis (mental). Secara garis besar, pertumbuhan fisik terdiri atas empat (4) kategori pertumbuhan yaitu pertumbuhan ukuran, perubahan proporsi, hilangnya ciri-ciri lama dan timbulnya ciri-ciri baru. Perubahan ini terjadi karena pematangan fungsi organ. Pada aspek psikologis atau mental, taraf berpikir seseorang menjadi semakin matang dan dewasa. Berdasarkan karakteristik responden mayoritas.

Berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan Melati Artika (2017) yang mengatakan dalam penelitiannya salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah umur, dalam penelitian nya jumlah ibu nifas yang berumur 20-35 tahun sebanyak 19 orang (63.3%). Peneliti berasumsi umur ibu nifas 20-35 tahun akan lebih mudah menerima informasi dengan baik dan di anggap mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang terhadap suatu informasi baru yang diperolehnya.

b. Pendidikan

Tabel 8 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Nifas Berdasarkan Pendidikan Di Puskesmas Panyipatan, Kecamatan Panyipatan, Kabupaten Tanah Laut Tahun 2019

Pendidikan	Pengetahuan							
	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Rendah	0	0%	4	13%	9	30%	13	43%
Menengah	4	13%	6	20%	7	24%	17	57%
Tinggi/atas	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Jumlah	4	13%	10	33%	16	54%	30	100%

(Sumber : Data Primer, 2019)

Berdasarkan tabel 8 diatas didapatkan bahwa paling banyak pendidikan ibu nifas adalah pendidikan menengah dengan pengetahuan kurang sebanyak 17 orang (56%), dan yang paling sedikit pendidikan tinggi dengan pengetahuan kurang sebanyak 0 (0%).

Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Namun perlu ditekankan bahwa seorang yang berpendidikan rendah tidak berarti mutlak berpengetahuan rendah pula. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Ita Rahayu (2014) .

Dengan demikian pendidikan besar pengaruhnya terhadap perubahan peran seseorang yang berpendidikan tinggi, tingkah lakunya akan berbeda dengan orang yang hanya berpendidikan sekolah dasar atau sama sekali tidak pernah mengenal bangku sekolah. Pendidikan merupakan sesuatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi, baik dari orang lain maupun media massa. Semakin banyak informasi yang masuk akan semakin banyak pula pengetahuan yang didapatkan tentang kesehatan, termasuk pengetahuan tentang pantang makan pada masa nifas.

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan Erika Adya (2017) selain faktor umur, faktor pendidikan dimungkinkan juga memiliki peran dalam mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu nifas tentang pantang makanan di BPM Sri Lumintu. Berdasarkan tabel pada karakteristik pendidikan responden sebagian besar ibu nifas berpendidikan sedang, yaitu SMA sebanyak 15 orang (50%). Peneliti berasumsi bahwa pendidikan SMA cukup untuk bisa menerima informasi. Hal ini sesuai dengan teori menurut Nursalam yang dikutip dalam Sasongko (2010), bahwa makin tinggi pendidikan seseorang, maka makin mudah menerima informasi sehingga makin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Semakin tinggi pendidikan seseorang, maka semakin baik pula tingkat pengetahuannya. Pendidikan sangat mempengaruhi seseorang dalam memotivasi untuk siap berperan dalam membangun kesehatan.

c. Pekerjaan

Tabel 9 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Nifas Berdasarkan Pekerjaan Di Puskesmas Panyipatan, Kecamatan Panyipatan, Kabupaten Tanah Laut Tahun 2019

Pekerjaan	Pengetahuan							
	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
IRT	3	10%	6	20%	9	30%	18	60%
Swasta	0	0%	1	3%	3	10%	4	13%
PNS	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Wiraswasta	1	3%	4	14%	3	10%	8	27%
Jumlah	4	13%	11	33%	16	54%	30	100%

(Sumber : Data Primer, 2019)

Berdasarkan tabel 9 didapatkan bahwa pekerjaan ibu nifas paling banyak adalah pekerjaan IRT dengan pengetahuan kurang sebanyak 9 orang (30%), dan yang paling sedikit pekerjaan PNS berjumlah 0 dengan pengetahuan kurang 0 (0%).

Pekerjaan adalah kegiatan yang dialakukn oleh seseorang secara rutin dan diikuti perolehan imbalan (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2005). Sementara itu menurut Departemen Kesehatan RI (2010) pekerjaan merupakan segala usaha yang dilakukan atau dikerjakan untuk mendapatkan hasil atau upah yang dapat dinilai dengan uang. Dengan demikian ibu yang tidak bekerja perlu mendapatkan informasi dari petugas kesehatan mengenai pengetahuan tentang mobilisasi dini agar ibu mengetahui dan memahami dengan baik dan benar sehingga pengetahuan ibu tentang pantang makan pada masa nifas menjadi lebih baik.

Menurut Mubarak (2012), Lingkungan pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun tidak langsung. Berdasarkan hasil penelitian karakteristik responden mayoritas Ibu Rumah Tangga (IRT), yaitu sebanyak 18 responden (49%). Bekerja yang dikembangkan memberikan pengetahuan dan keterampilan professional serta pengalaman belajar selama bekerja akan dapat mengembangkan kemampuan mengambil keputusan yang merupakan manifestasi dari keterpaduan menalar secara ilmiah dan etik yang bertolak dari masalah nyata dalam bidang kerjanya.

Berbeda dengan penelitian yang dilakukan Melati Artika (2017) Jenis pekerjaan ibu nifas sebagian besar adalah IRT sebanyak 14 orang (46,7%) dan swasta sebanyak 14 orang (46,7%). Kemungkinan seorang ibu nifas akan sibuk dengan pekerjaannya sehingga pengetahuan tentang pantang makanan hanya sebatas tahu dari teman kerja

atau mendapat informasi sedikit dari lingkungan luar. Hal ini sesuai teori yang dikutip oleh Kuntjotoningrat yang dikutip Nursalam dalam Sasongko (2010) menyebabkan bahwa, bekerja umumnya akan menyita waktu untuk mendapatkan informasi dan pengetahuan yang benar.

d. Paritas

Tabel 10 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Nifas Berdasarkan Paritas Di Puskesmas Panyipatan, Kecamatan Panyipatan, Kabupaten Tanah Laut Tahun 2019

Pekerjaan	Pengetahuan							
	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
1 orang	2	6%	2	6%	5	17%	9	29%
2-4 orang	2	7%	6	20%	13	44%	21	71%
>4 orang	0	0%	0	0%	0	0%	0	0%
Jumlah	4	13%	8	26%	18	61%	30	100%

(Sumber : Data Primer, 2019)

Berdasarkan tabel 10 diatas didapatkan bahwa jumlah paritas ibu nifas paling banyak adalah 2-4 berjumlah 21 orang dengan pengetahuan kurang sebanyak 13 orang (44%), dan yang paling sedikit >4 orang berjumlah 0 dengan pengetahuan baik, cukup dan kurang 0 (0%).

Paritas adalah jumlah kehamilan yang berakhir dengan kelahiran bayi atau bayi mampu bertahan hidup. Titik ini dicapai pada usia kehamilan 20 minggu atau berat janin 500 gram (Varney, 2006). Paritas adalah keadaan wanita yang pernah melahirkan bayi hidup. Dimana para wanita memperoleh pengetahuan dari pengalaman pribadi. Pengalaman merupakan suatu cara untuk memperoleh kebenaran pengetahuan. Oleh sebab itu pengalaman pribadi pun dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan baik diperoleh secara langsung ataupun tidak langsung, namun tidak semua pengalaman pribadi dapat menuntun seseorang untuk menarik kesimpulan dengan benar.

Menurut Kamus Bahasa Indonesia (2002) paritas adalah keadaan wanita berkaitan dengan jumlah anak yang dilahirkan. Semakin banyak paritas semakin banyak pula pengalaman dan pengetahuannya sehingga mampu memberikan hasil yang lebih baik dan suatu pengalaman masa lalu mempengaruhi belajar (Salmah, 2006).

e. Pantang Makan

Tabel 11 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Nifas Berdasarkan Pantang Makan Di Puskesmas Panyipatan, Kecamatan Panyipatan, Kabupaten Tanah Laut Tahun 2019

Pantang Makan	Pengetahuan							
	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Berpantang Makan	0	0%	5	17%	13	43%	18	60%
Tidak Pantang	4	14%	3	10%	5	16%	12	40%

Jumlah	4	14%	8	26%	18	59%	30	100%
--------	---	-----	---	-----	----	-----	----	------

(Sumber : Data Primer, 2019)

Berdasarkan tabel 11 diatas didapatkan bahwa ibu nifas paling banyak adalah 2-4 berjumlah 21 orang dengan pengetahuan kurang sebanyak 13 orang (44%), dan yang paling sedikit >4 orang berjumlah 0 dengan pengetahuan baik, cukup dan kurang 0 (0%).

Pantang makanan adalah bahan makanan atau masakan yang tidak boleh dimakan oleh para individu dalam masyarakat karena alasan yang bersifat budaya (Marsetya dkk, 2002:11). Dari hasil penelitian diatas responden yang paling banyak dengan pengetahuan yang kurang tentang gizi ibu nifas dan melakukan pantang makan sebanyak 13 orang (43%) sehingga sebagian besar ibu nifas berpantang makan tidak mengkonsumsi makanan tertentu karena tidak mengetahui tentang gizi yang diperlukan ibu masa nifas untuk perbaikan involusi uteri, memperbanyak ASI dan untuk perbaikan luka jahitan.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Melati Artika (2017), menurutnya seseorang yang mempunyai sikap positif sudah tentu memiliki tindakan dan pengetahuan yang baik. Hal ini terbukti dengan adanya korelasi antara pengetahuan dengan sikap tentang pantang makanan. Dimana tingkat pengetahuan ibu cukup terdapat 15 orang (50%). Sedangkan tingkat pengetahuan ibu baik terdapat 6 orang (20%). Hasil penelitian dapat disimpulkan tingkat pengetahuan ibu nifas tentang pantang makanan cukup, dan sikap ibu nifas terhadap pantang makanan sebagian besar positif. Sikap positif disini diartikan menjauhi pantang makan selama nifas.

f. Pengetahuan

Dalam penelitian ini jelas bahwa pendidikan berpengaruh, karena ibu yang pendidikan menengah dan rendah akan lebih sulit menerima informasi dibandingkan dengan pendidikan tinggi. Penelitian ini sesuai dengan teori yang didapat dimana semakin tinggi pendidikan yang ditempuh oleh seseorang, maka semakin baik pengetahuan dan lebih luas dibandingkan dengan tingkat pendidikan yang rendah (Notoatmodjo, 2010). Selain itu, umur dan pekerjaan juga dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan ibu, dan dalam penelitian ini didapatkan bahwa 18 orang (60%) ibu nifas adalah IRT yang mempengaruhi pengetahuan ibu karena sosialisasi ibu kurang ditingkatkan dengan ibu yang bekerja.

Pengetahuan termasuk dalam domain kognitif, dimana pengetahuan merupakan komponen selain dari sikap dan tindakan untuk merubah perilaku seseorang. Pengetahuan berkaitan erat dengan perilaku manusia yaitu sebagian bentuk pengalaman dan interaksi individu dengan lingkungannya, khususnya menyangkut pengetahuan dan sikap tentang kesehatan serta tindakannya berhubungan erat dengan kesehatan (Notoatmodjo, 2010)

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Ita Rahayu Aprilita (2014) yang menyatakan masih banyak ibu nifas yang melakukan pantang makan di Kabupaten Sragen tahun 2014. Pada penelitian ini menunjukkan sebagian besar ibu nifas masih cukup pengetahuannya tentang pantang makan sebanyak 8 orang (23%), pengetahuan cukup sebanyak 21 orang (60%), dan sangat sedikit pengetahuan baik dengan jumlah 6 orang (17%). Menurut Ita (2014) pengetahuan ibu dipengaruhi oleh pendidikan ibu nifas yang masih rendah dan menengah, pekerjaan ibu sebagai IRT yang menyebabkan kurangnya pergaulan ibu yang hanya mencakup lingkungan sekitar.

KESIMPULAN

Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Pantang Makan Selama Masa Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Panyipatan, Kecamatan Panyipatan, Kabupaten Tanah Laut paling banyak adalah dengan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 15 responden (50%), paling sedikit adalah dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 4 responden (14%) dan dari 30 orang yang paling banyak dengan tingkat pengetahuan kurang dan melakukan pantang makan sebanyak 13 orang (43%).

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Akademi Kebidanan Banua Bina Husada Banjarbaru yang sudah memfasilitasi terlaksananya penelitian ini, kepada kepala UPT Puskesmas Panyipatan yang telah memberikan ijin tempat penelitian ini dan terimakasih juga kepada seluruh ibu nifas di wilayah Puskesmas Panyipatan Pelaihari yang sudah bersedia menjadi responden.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati E. 2008. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Mitra Cendikia.
- Arif, M. 2008. *Pengantar Metodologi Penelitian Untuk Ilmu Kesehatan*. Surakarta : lembaga Pengembangan Pendidikan (LPP) UNS.
- Arikunto S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Baumali A. 2009. *Pemenuhan Zat Gizi Ibu Nifas dan Budaya Se'l pada Masyarakat Suku Timor Dawan di Kecamatan Molo Selatan Kabupaten Timor Tengah Selatan*. Universitas Gajah Mada. Tesis.
- BKKBN. 2013. *Kebijakan Program Kependudukan Keluarga Berencana dan Pembangunan Keluarga dalam mendukung kesehatan*. www.depkes.go.id. Diakses tanggal 16 Mei 2019
- Depkes RI. 2009. *Potret Pola Makan Penduduk Indonesia*. www.depkes.go.id diakses tanggal 20 Mei 2019
- Hidayat, A. 2008. *Metode penelitian keperawatan dan tehnik analisa data*. Jakarta: salemba medika.
- Infodatin. 2013. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013*. www.depkes.go.id. Diakses tanggal 20 Mei 2019
- Iskandar. 2010. *Mitos Keliru Seputar Makanan*. <http://www.health.kompas.com>. Diakses tanggal 06 Mei 2019.
- Jannah R, 2013. *Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Dan Pantangan Makanan dengan Perawatan Luka Ruptur Perineum di Rumah Sakit Ibu dan Anak*. Karya Tulis Ilmiah
- Keputusan Menteri Kesehatan. 2010. *Angka Kematian Ibu di Indonesia*. <http://www.dinkes.republikIndonesia.go.id/new/2010> . Diakses tanggal 06 Mei 2019.

- Manuaba, I.B.G. 2008. *Gawat Darurat Obsteri Ginekologi dan Obstetri Ginekologi Sosial untuk Profesi Bidan*. Jakarta : EGC
- Manuaba, I.A.C, 2012. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC
- Marmi S. 2012. *Asuhan kebidanan nifas*. Yogyakarta: pustaka pelajar.
- Mass L. 2009. *Kesehatan Ibu Nifas Dalam Pengaruh Budaya dan Dampak*. <http://www.gizikia.go.id>. Diakses tanggal 10 Mei 2019.
- Mubarak. 2007. *Promosi Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Notoadmodjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta .
- Ramona, 2013. *Mitos Keliru Seputar Makanan untuk Ibu Nifas*. [http.kompas.com](http://kompas.com). diakses tanggal 12 Mei 2019
- Ridwan. 2012. *Skala Pengukuran Variabel – variabel Penelitian*. Bandung : Alfa Beta
- Riwidikdo, H. 2010. *Statistik Penelitian Kesehatan dengan Aplikasi Program R dan SPSS*. Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- Riwidikdo, H. 2013. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta : Rohima Press
- Saleha, S. 2009. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika
- Saifudin, AB .2005. *Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: YBP-S
- Sulistyawati, A, 2009. *Asuhan Kebidanan pada Masa Kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika
- Suprabowo, 2006. *Praktik Budaya Dalam Kehamilan, Persalinan, Dan Nifas Pada Suku Dayak Sanggau*. Dalam. Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. Diakses tanggal 21 Mei 2019
- Prawirohardjo, S., 2008. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Wawan. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan Sikap, dan Perilaku Manusia* (Yogyakarta: NuhaMedika, 2011).
- Wishing Baby, 2013. *Makanan Yang Harus Dihindari Saat Menyusui*. <http://whisingababy.com.htm>. diakses tanggal 9 Juni 2019
- Yulistara, 2012. *Macam Pantang Makan yang dianjurkan Pada Ibu Nifas*. <http://yulistara.pantangmakan.com>. Diakses tanggal 12 Mei 2019