

**SIKAP IBU MENYUSUI TENTANG GIZI IBU MENYUSUI DI PUSKESMAS BANDAR I
KECAMATAN BANDAR KABUPATEN BATANG**

Dian Pramesti¹, Ambar Dwi E, S.Si.T, MH.Kes², Dewi Sari R, S.Si.T³

ABSTRAK

Menyusui merupakan bagian dari proses reproduksi yang memberikan makanan bayi secara ideal dan alami serta merupakan dasar biologis serta psikologis yang dibutuhkan untuk pertumbuhan. Gizi pada ibu menyusui sangat erat kaitannya dengan produksi air susu, yang sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang bayi. Beberapa penelitian memperlihatkan bahwa ibu dengan gizi yang baik, umumnya mampu menyusui bayinya selama minimal 6 bulan. Sebaliknya pada ibu yang gizinya kurang baik, biasanya tidak mampu menyusui bayinya dalam jangka waktu selama itu, bahkan tak jarang air susunya tidak keluar. Selain itu tinggi rendahnya pengetahuan seseorang akan sangat berpengaruh terhadap pola pikir sikap dan perilaku seseorang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran dan sikap ibu menyusui tentang gizi ibu menyusui.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan one-shot model, responden yang menjadi subyek penelitian ini adalah ibu menyusui pada bulan Mei 2011 di wilayah Puskesmas Bandar I dengan populasi sebanyak 802, yang kemudian diambil sampel menjadi 89 responden.

Mayoritas 89 responden berpengetahuan cukup, sebanyak 49,44% , mempunyai sikap yang positif sebanyak 97,75%. Diharapkan tenaga kesehatan tetap memberikan penyuluhan tentang gizi ibu menyusui dan mengupayakan sikap ibu menyusui selalu positif. serta melakukan kunjungan untuk mengevaluasi sejauh mana perkembangan mengenai penyuluhan yang telah diberikan.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Ibu menyusui, Gizi ibu menyusui.

Pustaka : 19 Pustaka (2001-2010)

**DESCRIBE OF KNOWLEDGE AND ATTITUDES REGARDING BREASTFEEDING MOTHERS ABOUT
BREASTFEEDING MOTHERS NUTRITION IN BANDAR I PRIMARY HEALTH CARE
DISTRICT BANDAR BATANG REGENCY.**

ABSTRAK

Breastfeeding is part of the reproductive process that provides the ideal baby food and natural and is the basis of biological and psychological needs for growth. Nutrition of breastfeeding is closely associated with milk production, which one most need to growingup Baby's. Some research shows that mother with good nutrition, are generally able to breastfeed their babies for a t least 6 months. In contrast to the poorly nourished mother, are usually unable to breastfeed her baby in a periode that long, in fact rarely milk does not come out. Besides the high lock of knowledge a person wol greatly influence the mindset of a person's attitudes and behavior. The Purpose of this study were breastfeeding mothers.

This study is a descriptive study with a one-shot approach to the model, respondents lho became the subject of this study were breast feeding mothers in may 2011 in Bandar Puskesmas region I with a population of 802, which is the sampled to 89 respondents.

Majority of the 89 respondents the of knowledgable enough, as much as 49,44% have a positive attitude as much as 97,75%. The Expected health professionals need to increase knowledge and information about nutrition counseling breastfeeding mothers and breastfeeding mothers seeking attitude is always positive. And a visit to evaluate the extent to which the development of the extention has been given.

Keywords : Knowledge, attitude, breastfeeding mothers, nutrition breastfeeding mothers

References : 19 References (2001-2010).

1. Pendahuluan

Menyusui merupakan bagian dari proses reproduksi yang memberikan makanan bayi secara ideal dan alami serta merupakan dasar biologis dan psikologis yang dibutuhkan untuk pertumbuhan (Wiknjosastro, 2002; h. 264). Gizi pada ibu menyusui sangat erat kaitannya dengan produksi air susu, yang sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang bayi (Paath, 2005; h. 98). Bila pemberian ASI berhasil baik, maka berat badan bayi akan meningkat, integritas kulit baik, tonus otot serta kebiasaan makan yang memuaskan (Paath, 2005; h. 98). Beberapa penelitian memperlihatkan bahwa ibu dengan gizi yang baik, umumnya mampu menyusui bayinya selama minimal 6 bulan. Sebaliknya pada ibu yang gizinya kurang baik, biasanya tidak mampu menyusui bayinya dalam jangka waktu selama itu, bahkan tak jarang air susunya tidak keluar (Alicia, 2001).

Salah satu keberhasilan ibu menyusui sangat ditentukan oleh pola makan, baik di masa hamil maupun setelah melahirkan. Agar ASI ibu terjamin kualitas maupun kuantitasnya, makanan bergizi tinggi dan seimbang perlu

dikonsumsi setiap harinya. Artinya, ibu harus menambah konsumsi karbohidrat, lemak, vitamin, mineral dan air dalam jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh selama menyusui. Bila kebutuhan ini tidak terpenuhi, selain mutu ASI dan kesehatan ibu terganggu, juga akan mempengaruhi jangka waktu ibu dalam memproduksi ASI (Alicia, 2001).

Dampak kekurangan gizi pada ibu menyusui selain menimbulkan gangguan kesehatan pada ibu menyusui juga menimbulkan gangguan kesehatan pada bayinya, karena air susu ibu mengandung banyak substansi anti infeksi dan faktor-faktor proteksi terhadap berbagai virus, dan organisme yang membahayakan. Gangguan kesehatan pada bayi meliputi proses pertumbuhan dan perkembangan anak terganggu, bayi mudah sakit, mudah terkena infeksi, sehingga angka kesakitan dan angka kematian meningkat. Kekurangan zat gizi esensial dapat menimbulkan defisiensi dengan gejala-gejala yang khas serta gangguan pada mata akibat kekurangan vitamin A, gangguan pada tulang akibat kekurangan vitamin D (Paath, 2005; h.

102). Hal ini menunjukkan bahwa nutrisi yang baik untuk ibu menyusui sangat diperlukan.

Tinggi rendahnya pengetahuan seseorang akan sangat berpengaruh terhadap pola pikir sikap dan perilaku seseorang, orang yang berpendidikan rendah cenderung lebih mempercayai suatu adat atau kebiasaan yang terkadang berada diluar nalar atau pola pikir seseorang. Sedangkan orang yang berpendidikan tinggi akan lebih menggunakan rasionya dalam bertindak. Walaupun tidak menutup kemungkinan adanya pengaruh dari faktor lingkungan (Alicia,2001).

Hasil penelitian Ismuniyarti yang berjudul "Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Nifas dengan Praktek Pemenuhan Gizi selama Menyusui di Puskesmas Wonotunggal" Sebagian besar pengetahuan responden tentang praktek pemenuhan gizi selama menyusui adalah baik sebanyak 31 orang (58,5%), Sebagian besar sikap responden tentang praktek pemenuhan gizi selama menyusui adalah baik ada 38 orang (71,6%), Sebagian besar praktek responden tentang praktek pemenuhan gizi selama menyusui adalah cukup ada 32 orang (60,3%).

Hasil studi pendahuluan oleh peneliti dengan metode wawancara pada 10 ibu menyusui diwilayah puskesmas Bandar 1 bulan Oktober 2010 didapatkan hasil hanya 3 orang yang memperhatikan gizinya secara sempurna dan sisanya masih ada budaya berpantang makan.

Diwilayah Puskesmas Bandar I pada beberapa ibu menyusui, ditemui kejadian nyata yang berkaitan dengan pengetahuan dan sikap ibu menyusui tentang gizi ibu menyusui yang salah, yaitu adanya Budaya berpantang makan pada ibu menyusui dengan kejadian ibu 1 sampai 7 hari setelah melahirkan harus melakukan budaya "Mapasi" yaitu ibu harus makan semua jenis makanan, tapi setelah 7 hari post partum ibu tidak boleh makan daging, ikan dan minum pada malam hari sampai 40 hari post partum. Berdasarkan pernyataan-pernyataan tentang gizi ibu menyusui yang telah diuraikan sebelumnya, Penulis tertarik untuk mengetahui tentang Gambaran Pengetahuan dan Sikap ibu Menyusui tentang Gizi Ibu Menyusui di Puskesmas Bandar I Kecamatan Bandar, Kabupaten Batang.

2. Metode Penelitian

A. Variabel Penelitian

Didalam penelitian ini didapat 2 variabel bebas, yaitu pengetahuan ibu menyusui tentang gizi ibu menyusui 25 ibu menyusui tentang gizi ibu menyusui.

A. Definisi Operasional

Menurut Nursalam (2003; h. 106) Definisi operasional adalah mendefinisikan variabel secara operasional dan berdasarkan karakteristik yang diamati, memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu obyek atau fenomena.

Tabel.3.1. Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi	Parameter dan kategori	Alat ukur	Skala
1.	Pengetahuan ibu menyusui	Pengetahuan ibu untuk menjawab Pengertian, Tujuan, Manfaat, Syarat makanan, kebutuhan gizi, Prinsip dasar diet, Hubungan gizi dengan produksi ASI, dan Dampak kekurangan gizi ibu menyusui.	Hasil Pengukuran a. Baik, bila responden dapat menjawab : 76- 100% dari skor total (16-20 skor) b. Cukup, bila responden menjawab: 56-75% dari skor total (12-15 skor) c. Kurang, bila responden menjawab: <56% dari skor total (Skor \leq 11).	Kuesioner	Ordinal
2.	Sikap ibu menyusui	Sikap adalah reaksi atau respons yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulasi atau obyek. (Notoatmodjo, 2003; h. 124).	Sikap positif bila responden memenuhi skor $T \geq T$ mean, dan sikap negatif bila responden memenuhi skor $T < T$ mean.	Kuesioner	Ordinal.

B. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Wilayah Puskesmas Bandar 1 Kecamatan Bandar Kabupaten Batang.

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan bulan Januari- Juli 2011.

C. Rancangan Penelitian

1. Desain Penelitian

Jenis Penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan one-shot model. Populasi, Sampel, Sampling

a. Populasi

Populasi dalam penelitian ini yaitu semua ibu menyusui bulan mei 2011 yang ada di wilayah Puskesmas Bandar 1 Kecamatan Bandar Kabupaten Batang. Jumlah populasi dalam penelitian ini pada bulan mei 2011 adalah 802 ibu menyusui.

b. Sampel

Dengan hasil perhitungan di atas, dengan tingkat kepercayaan 10% diperoleh hasil 88,79 Maka sample dibulatkan menjadi 89 responden.

c. Sampling.

Dalam penulisan karya ilmiah ini penulis menggunakan *Stratified Random Sampling*. Dalam penelitian ini di wilayah kerja Puskesmas Bandar 1 terdiri dari 11 desa, yaitu meliputi desa Tombo terdapat 52 ibu menyusui, desa Wonomerto terdapat 84 ibu menyusui, desa Tumbrep terdapat 103 ibu menyusui, desa Toso terdapat 81 ibu menyusui, desa Sidayu terdapat 50 ibu menyusui, desa Binangun terdapat 32 ibu menyusui, desa Wonodadi terdapat 45 ibu menyusui, desa Pesalakan terdapat 48 ibu menyusui, desa Bandar terdapat 35 ibu menyusui, desa Wonokerto terdapat 98 ibu menyusui, dan desa Kluwih terdapat 174 ibu menyusui. Peneliti akan mengambil responden pada masing-masing tiap desa untuk memenuhi jumlah sampel yaitu 89 ibu menyusui dengan perhitungan sebagai berikut:

Berdasarkan perhitungan tersebut maka diperoleh ketentuan jumlah responden tiap desanya adalah sebagai berikut:

Desa Tombo : 6 ibu menyusui

Desa Wonomerto : 9 ibu menyusui

Desa Tumbrep : 11 ibu menyusui

Desa Toso : 9 ibu menyusui

Desa Sidayu : 6 ibu menyusui

Desa Binangun : 4 ibu menyusui

Desa Wonodadi : 5 ibu menyusui

Desa Pesalakan : 5 ibu menyusui

Desa Bandar : 4 ibu menyusui

Desa Wonokerto : 11 ibu menyusui

Desa Kluwih : 19 ibu menyusui

Setelah didapatkan ketentuan jumlah responden tiap desa, penulis menggunakan teknik sampel Kuota atau *Quota sampel*. Teknik Pengumpulan Data.

B. Hasil dan Pembahasan

Hasil penelitian yang berjudul gambaran pengetahuan dan sikap ibu menyusui tentang gizi ibu menyusui di Puskesmas Bandar I Kecamatan Bandar Kabupaten Batang.

1. Tingkat Pengetahuan Ibu Menyusui.

Menurut Notoatmodjo (2003), Pengetahuan adalah merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba.

Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

Distribusi responden berdasarkan tingkat pengetahuan ibu menyusui tentang gizi ibu menyusui, mayoritas responden memiliki pengetahuan yang cukup yaitu sebanyak 44 responden (49,44%), sedang yang mempunyai pengetahuan baik 37 responden (41,57%), sedangkan yang memiliki tingkat pengetahuan kurang sebanyak 8 responden (8,99%).

Hasil penelitian Tabel 4.1. menunjukkan tentang gizi ibu menyusui sebagian besar berpengetahuan cukup yaitu 44 responden (49,44%) menurut teori yang diungkapkan oleh Sukmadinata(2003) bahwa pengetahuan itu dipengaruhi oleh dua faktor yaitu, faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yang meliputi jasmani (panca indera) dan rohani (psikis, IQ, psikomotor) dan faktor eksternal yang meliputi tingkat pendidikan, paparan media masa (akses informasi), ekonomi (pendapatan), hubungan sosial (lingkungan sosial budaya) dan pengalaman (kebiasaan). Dalam penelitian ini pengetahuan responden sebagian besar

cukup karena sebelumnya mereka sudah mendapatkan informasi tentang gizi ibu menyusui oleh bidan dengan menggunakan paparan media masa (akses informasi) yaitu media gambar di dalam buku KIA, di sini yang menyebabkan tingkat pengetahuan ibu menyusui berada dalam kategori cukup adalah perbedaan tingkat pengetahuan dan pemahaman dari tiap-tiap ibu menyusui.

Disamping responden yang berpengetahuan cukup masih ada juga yang kurang yaitu sebanyak 8 responden (8,99%), berdasarkan dari hasil wawancara pengetahuan responden yang kurang ini disebabkan karena ibu jarang datang ke posyandu sehingga tidak mendapatkan penyuluhan yang diberikan oleh bidan.

Mayoritas ibu menyusui yang memiliki tingkat pengetahuan kurang terdapat pada pengetahuan ibu tentang pengertian dampak kekurangan gizi yang salah. Menurut pengetahuan responden dampak kekurangan gizi hanya berpengaruh pada ibu saja bukan pada bayinya. Padahal bila ditelusuri lebih lanjut dampak kekurangan gizi sangat banyak baik pada ibu maupun bayinya, salah satunya dapat menimbulkan gejala-gejala yang khas

seperti gangguan pada mata akibat kekurangan vitamin A, gangguan pada tulang akibat kekurangan vitamin D dan berbagai gangguan lain yang mungkin terjadi. Selain hal tersebut juga dipengaruhi oleh faktor lingkungan sosial budaya yang berupa informasi dari orang tua yaitu masih harus melakukan budaya berpantang makan.

2. Sikap Ibu Menyusui

Hasil pengolahan data mengenai sikap ibu menyusui tentang gizi ibu menyusui didapatkan hasil ibu menyusui yang memiliki sikap positif tentang gizi ibu menyusui yaitu sebanyak 87 responden (97,75%), sedangkan yang memiliki sikap negatif tentang gizi ibu menyusui sebanyak 2 responden (2,25%) dari 89 responden yang diteliti.

Sebagian besar responden memiliki sikap positif tentang gizi ibu menyusui. Faktor yang berpengaruh terhadap pembentukan sikap yaitu pengalaman pribadi. Para ibu banyak yang bertukar pengalaman tentang pengalaman yang mereka miliki, termasuk pengalaman mereka menyusui. Ibu yang pernah menyusui dan mengonsumsi makanan yang bergizi dan mengeluarkan ASI yang lancar untuk bayinya, pengalaman ini

akan dijadikan untuk bertukar pikiran antara ibu yang satu dan ibu lain yang sedang menyusui, disini pengalaman yang paling diutamakan dari pada pengetahuan ibu.

Sikap mempunyai beberapa tingkatan yaitu menerima, merespons, menghargai, bertanggung jawab (Notoatmodjo, 2003; h. 126). Dalam penelitian ini responden termasuk dalam tingkatan merespon, setelah responden mendapatkan stimulus yaitu informasi tentang pengisian kuesioner gizi ibu menyusui yang diberikan oleh peneliti. Kemudian responden mau menerima dan selanjutnya memberikan jawaban pertanyaan dan melaksanakan tugas yang diberikan yaitu mau menjawab pertanyaan yang diajukan dalam kuesioner. Lepas pekerjaan itu benar atau salah berarti responden menerima ide tersebut.

Menurut Azwar (2008; h.30) sikap sosial terbentuk dari adanya interaksi sosial yang dialami individu, yang lebih lanjut hubungan antara individu dengan lingkungan fisik maupun lingkungan psikologis di sekelilingnya yang terjadi hubungan timbal balik saling mempengaruhi sehingga

membentuk pola sikap tertentu terhadap berbagai objek psikologi yang di hadapi. Faktor yang mempengaruhi antara lain: Pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh budaya, pengaruh media masa, pengaruh lembaga pendidikan ataupun lembaga agama dan pengaruh faktor emosional.

Menurut Azwar (2008; h. 31) Besarnya jumlah responden yang bersikap positif tentang gizi ibu menyusui ini disebabkan karena pengalaman pribadi, di mana sebagian besar yang memiliki sikap positif pernah menyusui dengan baik dengan pemenuhan gizi ibu menyusui yang baik. Pengalaman yang meninggalkan kesan yang kuat dapat menjadi dasar pembentukan sikap, dengan pengalaman ibu menyusui sebagian besar responden meninggalkan kesan yang baik sehingga dapat menimbulkan sikap yang positif.

Menurut Azwar (2008; h. 34) Disamping pengalaman pribadi media masa juga berpengaruh terhadap sikap positif responden, media masa mempunyai pengaruh besar dalam pembentukan opini dan

kepercayaan orang. Karena selain memberikan informasi, media masa juga membawa pesan-pesan sugesti yang dapat mengarahkan opini seseorang. Dalam penelitian ini media masa yang berpengaruh yaitu penyuluhan-penyuluhan oleh tenaga kesehatan, pemberian informasi bidan pada ibu menyusui dengan menggunakan media gambar di buku KIA tentang gizi.

Meskipun sebagian besar responden memiliki sikap positif tetapi masih ada responden yang memiliki sikap negatif tentang gizi ibu menyusui yaitu sebanyak 2 responden (2,25%). Menurut pendapat Middlebrook (1974) mengatakan bahwa tidak adanya pengalaman sama sekali dengan suatu objek psikologis cenderung akan membentuk sikap negatif terhadap objek tersebut. Menurut Azwar (2008; h.31) Pada umumnya, individu juga cenderung untuk memiliki sikap yang konformis atau searah dengan sikap orang yang dianggapnya penting, teman yang dianggap penting ini adalah teman sebaya atau kelompok yang juga mempunyai sikap negatif.

DAFTAR PUSTAKA

Alicia, Dermer. Old Bridge NJ USA: Permulaan Baru,
Vol.18 No 4, Juli- Agustus

2001,http://www.menyusui.net/diet-ibu-anak/makanan-untuk-ibu_menyusui.html, Diakses 9 Januari 2011.

Almatsier, Sunita. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama; 2002. h. 302.

Ambarwati dan Wulandari. Asuhan Kebidanan Nifas. Yogyakarta: Mitra Cendekia Pres; 2009. h. 97.

Arikunto, Suharsimi. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta; 2006. h. 83-130.

Arisman, MB. Buku Ajar Ilmu Gizi: Gizi Dalam daur Kehidupan. Jakarta: EGC; 2007. h. 35.

Azwar, Saifudin. Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2008. h. 6-156.

Budiarto, Eko. Biostatika untuk Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat. Jakarta: EGC; 2002. h. 29-30.

Depkes RI, Profil Kesehatan 2001 Propinsi Jateng. Semarang; Dinkes Jateng.

Hidayat, A. Riset Keperawatan Dan Teknik Penulisan Ilmiah. Jakarta : Salemba Medika; 2007. h. 41-59.

Istiqomatussani. 2008. Kebidanan YAPKESBI, 22 Desember 2008, <http://gizi-gizi/2008/12/pengertian-gizi-by-istiqomatussani.html>, Diakses 4 maret 2010.

Kartasapoetra, G. Marsetyo. Ilmu Gizi Korelasi Gizi, Kesehatan dan Produktivitas Kerja. Jakarta: Rineka Cipta; 2008. h. 4.

Kristiyanasari, Weni. Gizi Ibu Hamil. Yogyakarta: Nuha Medika; 2010. h. 2.

Notoatmodjo, Soekidjo. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2003. h. 121-127.

Notoatmodjo, Soekidjo. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2010. h. 35-182.