

# HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN POLA PANTANG MAKAN PADA IBU NIFAS DI WILAYAH KERJA UPT. PUSKESMAS LENTENG KABUPATEN SUMENEP TAHUN 2016

Iva Gamar Dian Pratiwi, Program Studi Kebidanan FIK Universitas Wiraraja Sumenep  
e-mail ; kura\_15587@yahoo.com  
Mujib Hannan, Prodi Ilmu Keperawatan FIK Universitas Wiraraja Sumenep,  
e-mail: Mujib@wiraraja.ac.id

## ABSTRACT

Indonesia is one country that is developing one of the barriers that frequently occur in any society never eat after melahirkan. Berdasarkan preliminary study will be undertaken in the region UPT 2016 against PHC Lanteng 10 puerperal women in puerperal women earn 9 (90%) were abstinence in eating and earn 1 puerperal women (10%) are not eat abstinence. The purpose of this study was to analyze the relationship between knowledge and support families with a pattern of eating abstinence in puerperal women in the work area upt Lanteng health center in 2016.

The study design used is an analytical method with cross sectional design. The population in this study as many as 35 large sample puerperal women and 29 for women. Engineering samples are used random sampling. Get data from health centers uptLanteng and questionnaires.

The results showed almost half (37.9%) mothers have enough knowledge, almost half (41.3%) mothers have less family support, and most (58.6%) mothers of abstinence from food during puerperium.

Statistical research results obtained using the sign test to test the relationship patterns of abstinence knowledge eating in puerperal women obtained value ( $\chi^2 = 0.003 < \alpha = 0.05$ ) so  $H_0$  ditolak which means there is a relationship between knowledge of the pattern of eating and abstinence statistical test results with test sign test the relationship with the family support abstinence eating patterns, obtained values ( $\chi^2 = 0.007 < \alpha = 0.05$ ) so that  $H_0$  is rejected, which means that there is a correlation between the patterns of family support in puerperal women eating abstinence. Enough knowledge and support families who are less special concern that should be handled by the health workers actively conduct outreach to improve nutrition in puerperal women

**Keywords:** Family Support, Knowledge, and abstinence Eating Patterns

## PENDAHULUAN

Indonesia merupakan salah satu negara yang sedang berkembang dengan berbagai jenis masalah dan hambatan dalam pembangunan kesehatan masyarakat. Salah satu hambatan yang sering terjadi di masyarakat adalah adanya pantang makanan setelah melahirkan. Padahal setelah melahirkan seorang wanita memerlukan nutrisi yang cukup untuk memulihkan kembali seluruh alat genetaliaanya. Mereka tidak menyadari bahwa tindakannya berpengaruh terhadap lambatnya pemulihan kesehatan kembali, juga dapat terhambatnya pertumbuhan bayi (Kardinan, 2008 :1). Di beberapa daerah masih terdapat kebiasaan pantang makan yang salah dan tabuh makanan tertentu, seperti ikan selama nifas dan menyusui dimana makanan tersebut justru merupakan sumber zat

gizi yang diperlukan. Data menunjukkan banyak ibu yang melakukan pantang makan pada masa nifas di Indonesia dari 5.123.764 ibu nifas sebanyak 4.406.437 ibu nifas (86%) mempunyai kebiasaan pantang makan seperti tidak makan ikan laut, telur, sayur, dan makanan pedas. Di Jawa Timur dari 21.043 ibu nifas sebesar 81,5% melakukan pantang makan. Banyaknya ibu nifas yang melakukan pantang makan 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%) (Nasya, 2008). Berdasarkan studi pendahuluan dengan cara pengamatan sementara yang

dilakukan penelitian pada bulan maret Tahun 2016 di wilayah kerja UPT. Puskesmas Lenteng Kabupaten Sumenep terhadap 10 orang ibu nifas diperoleh 9 orang ibu nifas (90%) yang pantang makan karena keluarga dan di peroleh 1 orang ibu nifas (10 %) yang tidak pantang makan. Tujuan Penelitian yaitu Menganalisis Hubungan Pengetahuan Dan Dukungan Keluarga Dengan Pola Pantang Makan Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Lenteng Kabupaten Sumenep Tahun 2016?

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini maka menggunakan *Analitik Korelasi* dengan rancang bangun *Cross Sectional* dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (*point time approach*). Pada penelitian ini populasinya adalah semua ibu nifas yang ada Di Wilayah kerja UPT Puskesmas Lenteng Kabupaten Sumenep yang berjumlah 35 ibu nifas. 4.3.3 Besar Sampel Besar sampel dalam penelitian ini 32 Ibu Nifas di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Lenteng Kabupaten Sumenep. Pengambilan sample dalam penelitian ini adalah dengan cara *simple random sampling* yaitu seluruh subyek dalam populasi untuk dipilih sebagai sampel (Notoamodjo, 2002).

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa bevariate yaitu yang dilakukan terhadap lebih dua variabel yang diduga berhubungan atau berkorelasi. Uji statistik yang digunakan adalah uji *tanda* yaitu berguna untuk membandingkan dua sampel berpasangan dengan skala ordinal ( $C=Coefisien\ of\ contingency$ ) dengan signifikasi adalah 0.05 menggunakan program SPSS for windows versi 16. Dengan ketentuan sebagai berikut : Menguji ada tidaknya hubungan 1) Jika  $sig < H_0$  ditolak yang artinya ada hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan pola pantang makan pada ibu nifas. 2) Jika  $sig > H_0$  diterima yang artinya tidak ada hubungan pengetahuan dan dukungan keluarga dengan pola pantang makan pada ibu nifas.

## HASIL PENELITIAN

### a. Data Umum

Tabel 1: Distribusi Frekuensi Menurut Usia Responden

No	Umur	Jumlah	%
1	18-21 Tahun	9	31,0
2	22-25 Tahun	7	24,1
3	26-29 Tahun	8	27,6
4	30-33 Tahun	4	13,9
5	34-37 Tahun	0	0
6	38-41 Tahun	1	3,4
<b>Total</b>		<b>29</b>	<b>100,0</b>

Sumber : Data Primer, 2016

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa hampir setengahnya responden berumur 18-21 tahun yaitu sebanyak 9 Orang (31,0%)

Tabel 2: Distribusi Frekuensi Menurut Tingkat Pendidikan Ibu

No	Pendidikan	Jumlah	%
1.	Tidak tamat SD	0	0
2.	SD	9	31,0
3.	SM	12	41,4
4.	SMA	7	24,1
5.	PT	1	3,4
<b>Jumlah</b>		<b>29</b>	<b>100,0</b>

Sumber : Data Primer, 2016

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 29 responden hampir setengahnya ibu memiliki pendidikan SMP yaitu sebanyak 12 responden (41,4 %)

Tabel 3: Distribusi Frekuensi Menurut Status Pekerjaan Ibu

No	Pekerjaan	Jumlah	%
1	IRT	16	55,2
2	Petani/Pekebun	8	27,6
3	Dagang/Swasta	4	13,8
4	PNS	1	3,4
<b>Total</b>		<b>29</b>	<b>100,0</b>

Sumber : Data Primer, 2016

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 29 responden sebagian besar ibu memiliki status pekerjaan sebagai ibu rumah tangga yaitu sebanyak 16 responden (55,1%)

### b. Data Khusus

#### 1. Pengetahuan

Tabel 4: Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pengetahuan Responden

No	Pengetahuan	Jumlah	%
1	Baik	8	27,6
2	Cukup	11	37,9
3	Kurang	10	34,5
<b>Total</b>		<b>29</b>	<b>100,0</b>

Sumber : Data Primer, 2016

Berdasarkan tabel 4 didapatkan bahwa dari 29 Responden hampir setengahnya yaitu sebanyak 11 responden yang memiliki pengetahuan cukup (37,9%)

2. Dukungan Keluarga

Tabel 5: Distribusi Frekuensi Menurut Dukungan Keluarga

No	Dukungan keluarga	Jumlah	%
1	Baik	6	20,7
2	Cukup	11	37,9
3	Kurang	12	41,4
<b>Total</b>		<b>29</b>	<b>100,0</b>

Sumber : Data Primer 2016

Berdasarkan tabel 5 didapatkan bahwa dari 29 Responden hampir setengahnya yaitu sebanyak 12 responden mendapat dukungan keluarga yang kurang (41,4 %)

3. Pola Pantang Makan

Tabel 6: Distribusi Frekuensi Menurut Pola Pantang Makan

No	Pola Pantang Makan	Jumlah	%
1	Pantang makan	17	58,7
2	Tidak pantang makan	12	41,3
<b>Total</b>		<b>29</b>	<b>100,0</b>

Sumber : data primer 2016

Berdasarkan tabel 6 didapatkan bahwa dari 29 Responden sebagian besar yaitu sebanyak 17 responden yang melakukan pola pantang makan (58,7 %)

4. Hubungan Pengetahuan Dengan Pola Pantang Makan.

Tabel 7: Tabulasi Silang Hubungan Pengetahuan Dengan Pola Pantang Makan Pada Ibu Nifas Tahun 2016

No	Pengetahuan	Pola Pantang Makan				Jumlah	
		Pantang Makan		Tidak Pantang Makan			
		n	%	n	%	N	%
1	Baik	3	37,5	5	62,5	8	100,0
2	Cukup	7	63,63	4	36,3	11	100,0
3	Kurang	7	70	3	30	10	100,0
<b>Total</b>		<b>17</b>	<b>58,7</b>	<b>12</b>	<b>41,3</b>	<b>29</b>	<b>100,0</b>
		<i>= 0,05</i>		<i>-value= 0,003</i>			

Sumber : Data Primer, 2016

Berdasarkan tabel. 7 diatas menunjukkan bahwa dari 29 responden kelompok pengetahuan baik sebagian besar (62,5 %) tidak melakukan pola pantang makan. Dan kelompok pengetahuan cukup

sebagian besar (63,7 %) melakukan pola pantang makan. Sedangkan kelompok pengetahuan kurang sebagian besar (70 %) melakukan pantang makan.

Dari hasil uji statistik *sign test* didapatkan nilai  $\alpha = 0,003$  sedangkan  $\beta = 0,05$  dengan demikian  $\alpha < \beta$  yang berarti  $H_0$  ditolak, hal ini menunjukkan ada pengetahuan dengan pola pantang makan pada ibu nifas di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Lenteng Kabupaten Sumenep.

5. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pola Pantang Makan

Tabel 8 : Tabulasi Silang Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pola Pantang Makan Pada Ibu Nifas Tahun 2016

No	Dukungan keluarga	Pola Pantang Makan				Jumlah	
		Pantang Makan		Tidak Pantang Makan			
		n	%	n	%	N	%
1	Baik	2	33,3	4	66,7	6	100,0
2	Cukup	7	63,7	4	36,3	11	100,0
3	Kurang	8	66,7	4	33,3	12	100,0
<b>Total</b>		<b>17</b>	<b>58,7</b>	<b>12</b>	<b>41,3</b>	<b>29</b>	<b>100,0</b>
		<i>= 0,05</i>		<i>-value= 0,007</i>			

Sumber : Data Primer, 2016

Berdasarkan tabel 8 diatas menunjukkan bahwa dari 29 responden kelompok dukungan keluarga baik sebagian besar (66,67%) tidak melakukan pola pantang makan . Dan kelompok dukungan keluarga cukup sebagian besar (63,7%) melakukan pola pantang makan. Sedangkan kelompok dukungan keluarga kurang sebagian besar (66,7 %) melakukan pola pantang makan.

Dari hasil uji statistik *sign test* didapatkan nilai  $\alpha = 0,007$  sedangkan  $\beta = 0,05$  dengan demikian  $\alpha < \beta$  yang berarti  $H_0$  ditolak, hal ini menunjukkan ada Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pola Pantang Makan Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Lenteng Kabupaten Sumenep.

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan

Data penelitian yang digambarkan pada tabel 5.4 menunjukkan bahwa hampir setengahnya ibu memiliki pengetahuan yang cukup (37,95%). Pengetahuan adalah hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia yakni: indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia di peroleh melalui mata dan telinga (Notoadmodjo, 2003).

Faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan Secara global pengetahuan dipengaruhi oleh banyak hal. Namun terdapat dua faktor utama yang mempengaruhi pengetahuan (Nursalam, 2001) diantaranya adalah Faktor Intrinsik : Sifat Kepribadian, Bakat Bawaan, Intelegensi, Motivasi, Usia, Pendidikan, Pekerjaan dan Informasi. Faktor Ekstrinsik : Lingkungan, Agama dan Kebudayaan. Berdasarkan hasil penelitian dari segi usia diketahui bahwa hampir seluruhnya ibu berusia 18-21 tahun (77,8%) memiliki pengetahuan kurang, sebagian besar ibu berusia 22-25 memiliki pengetahuan yang cukup (57,1%), setengahnya ibu berusia 26-29 tahun (50,0%) memiliki pengetahuan baik, sebagian besar ibu berusia 30-33 tahun (75,0 %) memiliki pengetahuan cukup, seluruhnya ibu berusia 38-41 (100%) memiliki pengetahuan baik.

Hal ini di dominasi dengan teori Huclok, 1998 Semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja. umur mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang, semakin bertambah umur maka akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang di peroleh semakin banyak. (Notoadmodjo, 2003).

Berdasarkan hasil penelitian dari segi pendidikan diketahui bahwa hampir seluruhnya ibu berpendidikan SD (77,8%) memiliki pengetahuan kurang, sebagian besar ibu menempuh pendidikan SMP memiliki pengetahuan yang cukup (58,3%), hampir setengahnya ibu menempuh pendidikan SMA (42,9 %) memiliki pengetahuan baik, seluruhnya ibu menempuh pendidikan PT (100,0%) memiliki pengetahuan baik.

Menurut Notoadmodjo (2003) Makin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka makin mudah dalam menerima informasi, sehingga semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki. Faktor pendidikan sangat berpengaruh juga terhadap pengetahuan khususnya ibu nifas, jika ibu nifas berpendidikan tinggi maka dia juga mempunyai pengetahuan yang baik terhadap kesehatan sehingga ibu melakukan pola pantang makan yang benar. Begitu juga sebaliknya jika pendidikan ibu nifas rendah maka pengetahuan kurang tentang kesehatan dan secara tidak langsung dia akan melakukan pola pantang makan yang salah.

Berdasarkan hasil penelitian dari segi

pekerjaan diketahui bahwa setengahnya ibu melakukan pekerjaan sebagai IRT (50,0%) memiliki pengetahuan kurang, setengahnya ibu melakukan pekerjaan petani (50,0%) memiliki pengetahuan baik, sebagian besar ibu melakukan pekerjaan sebagai swasta (75,0%) memiliki pengetahuan cukup, seluruhnya ibu melakukan pekerjaan sebagai PNS (100%) memiliki pengetahuan baik. semakin baik tingkat pekerjaan ibu maka ia akan lebih banyak memperoleh pengalaman. Sehingga ia akan lebih cepat mengetahui tentang informasi-informasi tentang makanan yang sehat dan bernutrisi ( Sunarsih, 1998 )

## 2. Dukungan Keluarga

Data penelitian yang digambarkan pada Tabel 5.5 menunjukkan data hasil penelitian bahwa hampir setengahnya ibu mendapatkan dukungan keluarga yang kurang (41,37%). Dukungan Keluarga adalah persepsi seseorang bahwa dirinya menjadi bagian dari jaringan sosial yang di dalamnya tiap anggotanya saling mendukung (Kuncoro, 2002). Sedangkan menurut Gootlieb dalam Zaenuddin (2002) menyebutkan bahwa dukungan keluarga yaitu informasi verbal atau non verbal, saran, bantuan yang nyata atau tingkah laku yang di berikan oleh orang-orang yang akrab dengan subyek didalam lingkungan sosialnya atau yang berupa kehadiran dan hal-hal yang dapat memberikan keuntungan emosional atau berpengaruh pada tingkah laku penerimanya.

Selanjutnya adalah faktor pendidikan atau tingkat pengetahuan. Dalam hal ini kemampuan kognitif yang membentuk cara berfikir seseorang termasuk kemampuan untuk memahami faktor-faktor yang berhubungan dengan penyakit dalam upaya menjaga kesehatan dirinya. Kemudian, faktor emosi yang mempengaruhi keyakinan terhadap adanya dukungan dan cara melaksanakan sesuatu. Respon emosi yang baik akan memberikan antisipasi penanganan yang baik terhadap berbagai tanda sakit namun jika respon emosinya buruk kemungkinan besar akan terjadi penyangkalan terhadap gejala penyakit yang ada.

Selanjutnya adalah faktor eksternal berasal dari luar individu itu sendiri dan terdiri dari tiga hal. Pertama, praktik di keluarga yaitu cara keluarga memberikan dukungan yang mempengaruhi penderita dalam melaksanakan kesehatannya secara optimal. Tindakan dapat berupa pencegahan yang dicontohkan keluarga kepada anggota keluarganya. Kedua,

yaitu faktor sosial ekonomi. Variabel faktor sosial dapat meningkatkan resiko terjadinya penyakit, mempengaruhi cara seseorang mendefinisikan serta bereaksi terhadap penyakitnya. Sementara itu faktor ekonomi menjelaskan bahwa semakin tinggi tingkat ekonomi seseorang biasanya ia akan lebih cepat tanggap terhadap gejala penyakit yang dirasakan sehingga ia akan segera mencari pertolongan ketika merasa adanya gangguan kesehatan. Terakhir, faktor latar belakang budaya akan mempengaruhi keyakinan, nilai, dan kebiasaan individu dalam memberikan dukungan termasuk cara pelaksanaan kesehatan pribadi.

Adapun upaya yang dilakukan agar suatu keluarga dalam memberikan dukungan tentang bagaimana pola pantang makan yang benar dan pola pantang makan yang salah perlunya suatu komunikasi serta informasi kepada ibu dan keluarga tentang pola pantang makan yang benar ketika petugas kesehatan melakukan kunjungan nifas.

### 3. Pola Pantang Makan

Data penelitian yang digambarkan pada Tabel 6 menunjukkan data hasil penelitian bahwa sebagian besar ibu melakukan pola pantang makan (58,63%). Pola pantang makan adalah kebiasaan budaya atau anjuran yang tidak di perbolehkan untuk mengkonsumsi jenis makanan tertentu misalnya sayuran, buah, ikan, dan biasanya berkaitan dengan proses pemulihan kondisi fisik misalnya yang dapat mempengaruhi produksi ASI ada pula makanan tertentu yang di larang karena dapat di anggap dapat mempengaruhi kesehatan bayi (Iskandar, 2006).

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang di lakukan oleh enni wijaya di kecamatan wates kabupaten kediri bahwa dari 54 responden di dapatkan 36 ibu nifas (53,73 %) melakukan pantang makan dan 31 Orang (46,27 %) tidak melakukan pantang makanan. Banyaknya responden yang melakukan pantang makandisebabkan karena faktor pengetahuan, pendidikan, pengalaman, ekonomi dan budaya

Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Pantang Makanan Pada masa nifas seringkali ibu dihadapkan oleh kondisi budaya yang secara medis dapat merugikan kesehatan ibu, misalnya berpantang makanan yang mengandung protein tinggi agar luka *perineum* cepat sembuh serta bayi yang menyusui tidak mengalami penyakit kulit. Munculnya

pantang ini disebabkan Tradisi/budaya, Pendidikan Masyarakat, Kondisi Ekonomi, Akses Pada Layanan Kesehatan (Suririnah, 2007).

Kebutuhan juga pendorong yang sangat kuat untuk seseorang mengambil keputusan. Jika ibu nifas butuh informasi dari bidan tentang manfaat makanan yang bernutrisi sebagai proses pemulihan pasca melahirkan dengan demikian jika ibu nifas membutuhkan informasi dari bidan maka secara tidak langsung ibu akan melakukan anjuran untuk mengkonsumsi makanan yang bernutrisi.

Berdasarkan hasil penelitian dari segi usia diketahui bahwa sebagian besar ibu berusia 18-21 (66,7 %) melakukan pola pantang makan, seluruhnya ibu berusia 22-25 tahun (100,0%) melakukan pola pantang makan, sebagian besar ibu berusia 26-29 tahun (75,0 %) tidak melakukan pola pantang makan, setengahnya ibu berusia 30-33 tahun(50,0%) melakukan pola pantang makan ,seluruhnya ibu berusia 38-41(100 % )tidak melakukan pola pantang makan.

Umur ibu sangat berpengaruh terhadap makanan yang akan di konsumsi Seperti yang dikatan (Purnawan, 2008) dalam teorinya yaitu semakin cukup umur, tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berpikir. Ini membuktikan bahwa semakin tua umur ibu maka semakin dewasa dan bijak dalam menentukan untuk memilih mengkonsumsi makanan yang bernutrisi .

Berdasarkan hasil penelitian dari segi pendidikan diketahui bahwa sebagian besar ibu berpendidikan SD (66,7%) melakukan pola pantang makan, sebagian besar ibu menempuh pendidikan SMP (66,7%) melakukan pola pantang makan, sebagian besar ibu menempuh pendidikan SMA (57,1 %)melakukan pola pantang makan, seluruhnya ibu menempuh pendidikan PT (100,0%) melakukan pola pantang makan.

Berdasarkan hasil penelitian dari segi pekerjaan diketahui bahwa hampirsetengahnya ibu melakukan pekerjaan sebagai IRT (81,2%) melakukan pola pantang makan , sebagian besar ibu melakukan pekerjaan sebagai petani (75,0%) tidak melakukan pola pantang makan , setengahnya ibu melakukan pekerjaan sebagai swasta (50,0 %) melakukan pola pantang makan ,seluruhnya ibu melakukan pekerjaan sebagai PNS (100 %) tidak melakukan pola pantang makan.

Pekerjaan merupakan kegiatan yang banyak menyita waktu sehingga makin banyak

pekerjaan seseorang, maka akan semakin sedikit waktu yang dimiliki untuk memperhatikan masalah kesehatannya.

Adapun upaya yang dilakukan agar ibu nifas tidak melakukan pola pantang makan yang salah adalah dengan memberikan penyuluhan. Penyuluhan ini dapat dilakukan saat hamil dan setelah melahirkan dengan memberikan KIE pada ibu secara langsung dan secara tidak langsung memberikan brosur dan memasang poster tentang pentingnya mengonsumsi makanan yang bernutrisi dan tidak melakukan pola pantang makan yang salah setelah melahirkan, dengan begitu sebagai petugas kesehatan khususnya bidan harus berinteraksi dengan masyarakat dengan baik dan memberikan informasi mengenai kesehatan khususnya ibu nifas bahwa pentingnya mengonsumsi makanan yang bernutrisi pasca melahirkan.

#### **4. Hubungan Pengetahuan Dengan Pola Pantang Makan Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Lenteng Kabupaten Sumenep tahun 2016**

Dari tabel korelasi antara pengetahuan dengan pola pantang makan menunjukkan bahwa pada responden yang mempunyai pengetahuan yang baik sebagian besar tidak melakukan pantang makan yaitu sebanyak 5 orang (62,5 %), sedangkan responden yang memiliki pengetahuan sebagian besar melakukan pola pantang makan sebanyak 7 ibu nifas (63,7%) dan untuk responden yang memiliki pengetahuan yang kurang sebagian besar melakukan pantang makan yaitu sebanyak 7 ibu nifas (70 %) atau pantang makanan merupakan kebiasaan, budaya atau anjuran yang tidak diperbolehkan untuk mengonsumsi jenis makanan tertentu misalnya sayuran, buah, ikan dan biasanya berkaitan dengan proses pemulihan kondisi fisik misalnya yang dapat mempengaruhi produksi ASI, ada pula makanan tertentu yang dilarang karena dianggap dapat mempengaruhi kesehatan bayi (Iskandar, 2006).

Masih banyak yang melakukan pantang makanan disebabkan oleh beberapa faktor di antaranya pengetahuan, pendidikan, pengalaman, pekerjaan, ekonomi, budaya. (Iskandar, 2006).

Fakta antara pengetahuan dengan pola pantang makan dan hasil uji statistik menunjukkan keadaan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan pola pantang makan, jika kita analisis lebih jauh bahwa

kejadian pola pantang makan yang salah pada dasarnya lebih disebabkan karena kurang pemahamannya ibu mengenai pentingnya mengonsumsi makanan yang bernutrisi, karena makanan bernutrisi tidak perlu mahal, makanan bernutrisi dapat kita peroleh dari tingkat pengelolaan sumber daya lahan dan pekarangan.

#### **5. Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pola Pantang Makan Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Lenteng Kabupaten Sumenep tahun 2014**

Dari tabel korelasi antara dukungan keluarga dengan pola pantang makan menunjukkan bahwa pada responden yang mendapat dukungan keluarga baik sebagian besar tidak melakukan pola pantang makan yaitu sebanyak 4 orang (66,7 %) sedangkan responden yang mendapat dukungan keluarga cukup sebagian besar melakukan pantang 7 orang (63,7%) dan dari hasil uji *sign test* didapatkan nilai  $p = 0,007$ , sedangkan  $p = 0,05$  dengan demikian  $p < 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak, hal ini menunjukkan ada hubungan Pengetahuan Dengan Pola Pantang Makan Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Lenteng Kabupaten Sumenep.

Sikap masyarakat yang mempercayai adanya pantang makan setelah melahirkan merupakan dampak dari kurangnya pengetahuan ibu nifas tentang konsumsi makanan pada masa nifas. Makin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka makin mudah dalam menerima informasi, sehingga semakin banyak pula pengetahuan yang dimiliki (Notoatmodjo, 2003).

Kebutuhan nutrisi ibu nifas sangat penting terutama untuk proses kebutuhan sehabis melahirkan akan tetapi masih banyak masyarakat yang untuk responden yang mendapat dukungan keluarga kurang sebagian besar melakukan pantang sebanyak 8 orang (66,7%).

Dari hasil uji *statisticsign test* didapatkan nilai  $p = 0,0$ , sedangkan  $p = 0,05$  dengan demikian  $p < 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak, hal ini menunjukkan ada Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Pola Pantang Makan Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Lenteng Kabupaten Sumenep

Serason (1993) dalam Kuncoro (2002) berpendapat bahwa dukungan keluarga mencakup 2 hal yaitu; Jumlah sumber dukungan yang tersedia, merupakan persepsi individu terhadap sejumlah orang yang dapat diandalkan saat individu membutuhkan

bantuan dan tingkat kepuasan akan dukungan yang diterima berkaitan dengan persepsi.

Pola makan pada ibu nifas sebagian besar melakukan pola pantang makan yang salah hal ini sangat dipengaruhi oleh dukungan keluarga yang kurang. Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan peneliti menemukan bahwa responden mengungkapkan, mereka melakukan pola pantang makan karena keluarga kurangnya dukungan keluarga yang baik.

Jadi untuk menyelesaikan permasalahan ini khususnya bidan harus dapat memberikan wawasan bagi keluarga tentang pentingnya ibu nifas untuk mengonsumsi makanan yang bernutrisi guna untuk memenuhi kebutuhan ibu dan bayi. Dengan demikian diharapkan keluarga khususnya suami dan orang tua dapat mengerti dan mau memberikan dukungan kepada ibu nifas untuk mengonsumsi makanan yang bernutrisi.

Fakta antara dukungan keluarga dengan pola pantang makan dan hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan antara dukungan keluarga dengan pola pantang makan, jika kita analisis lebih jauh bahwa kejadian pola pantang makan yang salah pada dasarnya disebabkan karena kurangnya dukungan yang baik untuk menyediakan fasilitas kepada ibu nifas karena peranan keluarga sangat penting terhadap ibu nifas agar ibu tidak melakukan pola pantang makan yang salah.

## SIMPULAN DAN SARAN

### 1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

- 1). Ibu Nifas Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Lenteng Kabupaten Sumenep Tahun 2016 hampir setengahnya memiliki pengetahuan yang cukup tentang pantang makan.
- 2). Ibu Nifas di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Lenteng Kabupaten Sumenep Tahun 2016 hampir setengahnya mendapat dukungan keluarga yang kurang tentang pantang makan.
- 3). Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Lenteng Kabupaten Sumenep Tahun 2016 sebagian besar melakukan pantang makan
- 4). Pengetahuan dengan Pola Pantang Makan Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Lenteng

Kabupaten Sumenep Tahun 2016 mempunyai hubungan yang signifikan.

- 5). Dukungan Keluarga dengan Pola Pantang Makan Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Lenteng Kabupaten Sumenep Tahun 2016 mempunyai hubungan yang signifikan.

### 2. Saran

- 1) Bagi Peneliti  
Pada peneliti untuk menambah wawasan dan dapat mengembangkan kemampuan berfikir secara objektif dan menjadi bahan untuk penelitian lebih lanjut untuk pantangan pola makan
- 2) Bagi Masyarakat  
Diharapkan bagi responden untuk tidak melakukan pantangan pola makan yang salah.
- 3) Institus Pendidikan  
Sebagai bahan masukan dan informasi bagi siswa tentang dukungan sosial keluarga dengan pola pantang makan ibu nifas serta di harapkan dapat bermanfaat dimasa yang akan datang.
- 4) Bagi Profesi Bidan  
Diharapkan para petugas kesehatan khususnya bidan untuk memberikan dukungan dan pengarahan kepada ibu-ibu nifas untuk lebih memberitahu tentang tidak bolehnya dilakukan pantangan pola makan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Notoatmodjo, Soekidjo. (2003). *Pendidikan dan perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta, EGC.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. (2003). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medica.
- Nursalam. (2003). *Pendidikan dan perilaku Kesehatan*. Jakarta :Salemba Medica.
- Hidayat, a. Azis alimul, 2007. *metode penelitian kebidanan dan tehnik analisa data*. Jakarta, salemba medika
- Noatmodjo, S. (2003) *Metodologi Penelitian Kesehatan* Rineka Cipta. Jakarta.

- A. Azis A. Hidayat (2007). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Alimul H, A Aziz. (2002). *Metode Penelitian Keperawatan Dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.
- Arikunto ,Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*.Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*.Yogyakarta: Rineka Cipta
- Notoatmdjo , Soekidjo. (2012). *Pendidikan dan perilaku Kesehatan*. Jakarta :Rineka Cipta, EGC.
- Nursalam (2003). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Notoatmdjo , Soekidjo. (2012). *Pendidikan dan perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta, EGC.
- Nursalam (2003). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika