

# HUBUNGAN SOSIAL BUDAYA DENGAN KONSUMSI SUMBER PROTEIN HEWANI PADA IBU NIFAS DI BPS SUMIATI GRIBIG KUDUS

**Dwi Astuti**

STIKES Muhammadiyah Kudus

[dwiastuti@stikesmuhkudus.ac.id](mailto:dwiastuti@stikesmuhkudus.ac.id)

## **ABSTRAK**

*Salah satu indikator untuk menentukan derajat kesehatan suatu bangsa ditandai dengan tinggi rendahnya angka kematian ibu dan bayi. Angka kematian ibu di Indonesia masih tinggi, survei demografi kesehatan Indonesia tahun 2007 yaitu 228 per 100.000 kelahiran hidup . DiJawa Tengah, berdasarkan data dinas kesehatan propinsi JawaTengah pada 2008 AKI mencapai 114,42/100.000 kelahiran hidup Menurut masyarakat Jawa yang menjalani tradisi mutih adalah tindakan membatasi makan terutama bahan makanan sumber protein hewani dan minum selama masa nifas. Selama waktu itu ibu nifas tidak boleh makan seperti ikan, daging, buah terlalu banyak karena dianggap akan memperlama proses pemulihan. Bahkan untuk minumpun dibatasi hanya beberapa gelas tiap harinya. Sebenarnya kebutuhan gizi ibu nifas terutama jika menyusui akan meningkat 25 persen karena untuk proses pemulihan sehabis melahirkan dan untuk memproduksi ASI yang cukup untuk bayinya. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan sosial budaya dengan konsumsi sumber protein hewani pada ibu nifas di BPS Sumiati desa Gribig tahun 2014. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian diskriptif dengan pendekatan cross sectional. Populasi adalah ibu nifas normal pada bulan Maret dengan total sampling. Jumlah populasi 30 orang. Analisa data yang digunakan univariat dan bivariat dengan chi Square. Hasil penelitian ada hubungan antara social budaya dengan konsumsi sumber protein hewani pada ibu nifas.*

**Kata kunci:** *Sosial budaya, konsumsi protein hewani*

## **1. PENDAHULUAN**

Salah satu indikator untuk menentukan derajat kesehatan suatu bangsa ditandai dengan tinggi rendahnya angka kematian ibu dan bayi. Angka kematian ibu di Indonesia masih tinggi, survei demografi kesehatan indonesia (SDKI) tahu 2007 angka kematian ibu (AKI) masih cukup tinggi yaitu 228 per 100.000 kelahiran hidup (Depkes RI, 2008). DiJawa Tengah, berdasarkan data dinas kesehatan propinsi jawa tengah yang (kasi manajemen informasi) Suwandi Sawadi, pada 2008 AKI mencapai 114,42/100.000 kelahiran hidup. Angka kematian ibu yang dimaksud diantaranya terjadi pada masa reproduksi (kehamilan, persalinan dan nifas). Kematian ibu di jawa tengah paling banyak adalah waktu bersalin sebesar 49,90%, kemudian disusul waktu nifas

sebesar 30,02% dan waktu hamil 20,08% (Suwandi, 2008). Berdasarkan data laporan puskesmas maupun PWS KIA dinkes kabupaten kudus tahun 2008, jumlah kematian ibu maternal sebesar 12 ibu atau angka kematian ibu maternalnya adalah 78,17 per 100.000 kelahiran hidup (Anonim, 2008).

Manuaba, 2008 menyatakan bahwa dari jumlah kematian ibu sebagian besar terjadi di negara berkembang dikarenakan karena kakurangan fasilitas, terlambatnya pertolongan, dan pendidikan masyarakat yang masih tergolong rendah (Manuaba, 2008). Masa nifas merupakan masa yang rawan bagi ibu, sekitar 60 persen kematian ibu terjadi setelah melahirkan dan hampir 50 persen dari kematian pada masa nifas terjadi pada 24 jam pertama persalinan, diantaranya disebabkan oleh adanya komplikasi masa

nifas (Eny diah,2008). Faktor–faktor yang mempengaruhi terjadinya komplikasi selama nifas: anemia, hygiene, kelelahan, proses persalinan bermasalah (partus lama/ macet, korioamnionitis, persalinan traumatic, kurang baiknya proses pencegahan infeksi, manipulasi yang berlebihan (Sarwono, 2008). Perilaku kesehatan dalam mengkonsumsi makanan (sumber protein hewani) pada ibu nifas dipengaruhi oleh berbagai hal: pengetahuan, gaya hidup, sosial budaya (Christine, 2005).

Menurut masyarakat jawa yang menjalani tradisi mutih adalah tindakan membatasi makan terutama bahan makanan sumber protein hewani dan minum selama masa nifas. Selama waktu itu ibu nifas tidak boleh makan seperti ikan, daging, buah terlalu banyak karena dianggap akan memperlama proses pemulihan. Bahkan untuk minuman dibatasi hanya beberapa gelas tiap harinya. Sebenarnya kebutuhan gizi ibu nifas terutama jika menyusui akanmeningkat 25 persen karena untuk proses pemulihan sehabis melahirkan dan untuk memproduksi asi yang cukup untuk bayinya (Eny, 2009).

Efek kurangnya konsumsi sumber protein hewani pada ibu nifas antara lain anemia defisiensi zat besi ibu (sarwono, 2008). Selain itu efek pembatasan sumber protein hewani juga berpengaruh pada kehidupan bayi, karena berpengaruh juga pada kualitas dan kwantitas produksi ASI (Arisman, 2004).

## 2. METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian diskriptif dengan pendekatan cross sectional. Populasi adalah ibu nifas normal pada bulan Maret dengan total sampling. Jumlah populasi 30 orang. Analisa data yang digunakan univariat dan bivariat dengan chi Square.

## 3. HASIL PENELITIAN

Analisa Univariat

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Sosial budaya Di BPS**

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Mendukung	7	23,3
Mendukung	23	76,7
Total	30	100,0

Berdasarkan tabel 1. d atas menunjukkan sosial budaya Ibu nifas di BPS Sumiati desa Gribig Gebog Kudus tahun 2014 sebagian besar berkategori mendukung sebanyak 23 orang (76,7%) sedangkan kategori tidak mendukung 7orang (23,3%).

**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Konsumsi Sumber Protein Hewani Pada Ibu Nifas Di BPS Sumiati desa Gribig Gebog Kudus tahun 2014**

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Tidak Mengkonsumsi	17	56,7
Mengkonsumsi	13	43,3
Total	30	100,0

Berdasarkan tabel 2. diatas menunjukkan sebagian besar ibu nifas yang mengkonsumsi sumber protein hewani dengan jumlah 13 orang (43,3%), sedangkan yang tidak mengkonsumsi sumber protein hewani berjumlah 17 responden (56,7%).

Analisa Bivariat

**Tabel 4.3 Tabulasi Silang Antara Sosial budaya dengan Konsumsi Sumber Protein Hewani Di BPS Sumiati desa Gribig Gebog Kudus tahun 2014**

Sosial budaya	Konsumsi sumber protein hewani		Total	X <sup>2</sup> (C hi Sq uar e	P va lu e
	Tidak Mengkonsumsi	Mengkonsumsi			
Tidak Menduk	1 3,3,%	6 20,0%	7 23,	6,6 79	0, 01

ung			3%	0
Menduk	16	7	23	
ung	53,3%	23,3%	76,	
			7%	
	17	13	30	
Total	56,7%	43,3%	10	
			0,0	
			%	

Tabel di atas menjelaskan tentang penyebaran data dua variabel yaitu sosial budaya pada ibu nifas yang mendukung dan tidak mengonsumsi sumber protein hewani sebanyak 16 orang (53,3%), sedangkan yang mengonsumsi sebanyak 7 orang (23,3%). Sosial budaya pada ibu nifas yang tidak mendukung dan tidak mengonsumsi sumber protein hewani sebanyak 1 orang (3,3%), sedangkan yang mengonsumsi sebanyak 6 orang (20,0%).

Berdasarkan tes chi square tabel di atas didapatkan  $\chi^2$  hitung (6,679) >  $\chi^2$  tabel (3,841) dengan df : 1 dan p value sebesar 0,010 di bawah 0,05. Hal tersebut berarti ada hubungan antara sosial budaya Ibu nifas dengan Konsumsi sumber protein hewani pada ibu nifas di BPS Sumiati desa Gribig Gebog Kudus tahun 2011. Adapun hubungan antara sosial budaya Ibu nifas dengan Konsumsi sumber protein hewani pada ibu nifas adalah lemah karena koefisien kontingensi 0,010 kurang dari 0,5.

#### 4. PEMBAHASAN

Analisa Univariat

##### Sosial budaya pada ibu nifas di BPS Sumiati desa Gribig Gebog Kudus.

Penelitian terhadap sosial budaya ibu nifas di BPS Sumiati desa Gribig Gebog Kudus menunjukkan bahwa sebagian besar responden mempunyai kategori mendukung sebanyak 23 orang (76,7%), sedangkan kategori tidak mendukung 7 orang (23,3%).

Dalam penelitian ini didapat hasil sebagian besar responden berkategori mendukung sebanyak 23 orang (76,7%). Hal ini disebabkan karena ibu memegang teguh budaya mutah dan kurangnya pengetahuan tentang perilaku kesehatan. Sedangkan responden yang berkategori tidak mendukung sebanyak 7 orang (23,3%). Hal

ini disebabkan oleh tingkat pendidikan yang sudah cukup tinggi, meningkatnya pengetahuan tentang perilaku kesehatan, dan juga adanya informasi yang cukup tentang masalah kesehatan (penyuluhan-penyuluhan, konseling oleh

tenaga kesehatan).

Sosial budaya atau kesosial budayaan berasal dari bahasa Sanskerta yaitu *buddhayah*, yang merupakan bentuk jamak dari *buddhi* (budi atau akal) diartikan sebagai hal-hal yang berkaitan dengan budi dan akal manusia (Soekanto, 2002).

Menurut Soekanto (2002) perilaku sosial adalah perilaku yang terjadi dalam situasi sosial, yakni bagaimana orang berfikir, merasa dan bertindak karena kehadiran orang lain. Pertama berfikir dalam situasi sosial. Kedua, merasa dalam situasi sosial. Ketiga, bertindak dalam situasi sosial. Tindakan sosial sangat dipengaruhi oleh pikiran dan perasaan/ emosi. Tidak ada tindakan sosial yang terjadi tanpa pengaruh keduanya.

Perubahan sosial dan kebudayaan dapat dibedakan ke dalam beberapa bentuk, yaitu: perubahan yang dikehendaki atau direncanakan merupakan perubahan yang diperkirakan atau yang telah direncanakan terlebih dahulu oleh pihak-pihak yang hendak mengadakan perubahan di dalam masyarakat. Pihak-pihak yang menghendaki perubahan dinamakan *agent of change* yaitu seseorang atau sekelompok orang yang mendapat kepercayaan masyarakat sebagai pemimpin satu atau lebih lembaga-lembaga kemasyarakatan.

Perubahan sosial yang tidak dikehendaki atau yang tidak direncanakan, merupakan perubahan-perubahan yang terjadi tanpa dikehendaki, berlangsung di luar jangkauan pengawasan masyarakat dan dapat menyebabkan timbulnya akibat-akibat sosial yang tidak diharapkan masyarakat. Apabila perubahan yang tidak dikehendaki tersebut berlangsung bersamaan dengan suatu perubahan yang dikehendaki, maka perubahan tersebut mungkin mempunyai pengaruh yang demikian

besarnya terhadap perubahan-perubahan yang dikendaki.

Berdasarkan teori diatas dan dari hasil penelitian di BPS Sumiati desa Gribig Gebog Kudus tahun 2014 menunjukkan sosial budaya di lingkungan ibu nifas mendukung. Sosial budaya menunjukkan digerakkan seseorang atau sekelompok orang yang mendapat kepercayaan masyarakat sebagai pemimpin satu atau lebih lembaga-lembaga kemasyarakatan.

#### **Konsumsi Sumber Protein Hewani Pada Ibu Nifas di BPS Sumiati desa Gribig Gebog Kudus.**

Penelitian konsumsi sumber protein hewani pada ibu nifas di BPS Sumiati desa Gribig Gebog Kudus tahun 2014 menunjukkan bahwa dari 30 responden didapatkan hasil sebagian mengkonsumsi sumber protein hewani dengan jumlah 13 orang (43,3%), sedangkan yang tidak mengkonsumsi sumber protein hewani berjumlah 17 responden (56,7%).

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa sebanyak 13 orang (43,3%) ternyata mengkonsumsi sumber protein hewani selama masa nifas, hal ini mungkin disebabkan oleh makin meningkatnya pengetahuan tentang manfaat konsumsi sumber protein hewani selama masa nifas, dan juga dikarenakan makin meningkatnya kesadaran ibu untuk mengkonsumsi sumber protein hewani. Sedangkan sebanyak 17 responden (56,7%) tidak mengkonsumsi sumber protein hewani selama masa nifas hal ini mungkin disebabkan oleh kurangnya pengetahuan tentang manfaat dari sumber protein hewani, kurangnya kesadaran ibu untuk mengkonsumsi sumber protein hewani karena memegang teguh tradisi mutih.

Masa nifas adalah masa setelah keluarnya placenta sampai alat-alat reproduksi pulih seperti sebelum hamil dan secara normal masa nifas berlangsung selama 6 minggu atau 40 hari (Wulandari,2009). Sumber protein dapat berasal dari:binatang (protein hewani), berasal dari: ikan, udang, kerang, kepiting, daging ayam, hati, telur, susu dan keju) dan tumbuhan (protein nabati), berasal dari:

kacang tanah, kacang merah, kacang hijau kedelai, tahu dan tempe) (Prita muliarini,2010). Menu makanan seimbang yang harus dikonsumsi adalah porsi cukup dan teratur, tidak terlalu asin, pedas atau berlemak, tidak mengandung alkohol, nikotin serta bahan pengawet atau pewarna. Di samping itu harus mengandung: Sumber pembangun (protein). Protein diperlukan untuk pertumbuhan dan pergantian sel-sel yang rusak atau mati. Protein dari makanan harus diubah menjadi asam amino sebelum diserap oleh sel mukosa usus dan dibawa ke hati melalui pembuluh darah vena portae. Sumber protein dapat diperoleh dari protein hewani (ikan, udang, kerang, kepiting, daging ayam, hati, telur, susu dan keju) dan protein nabati (kacang tanah, kacang merah, kacang hijau, kedelai, tahu dan tempe). Sumber protein terlengkap terdapat dalam susu, telur dan keju, ketiga makanan tersebut juga mengandung zat kapur, zat besi dan vitamin B.

Berdasarkan teori di atas dan dari hasil penelitian di BPS Sumiati desa Gribig Gebog Kudus menunjukkan konsumsi sumber protein hewani ibu nifas ikan, udang, kerang, kepiting, daging ayam, hati, telur, susu dan keju.

#### **Hubungan sosial budaya dengan konsumsi sumber protein hewani pada ibu nifas di BPS Sumiati desa Gribig Gebog Kudus tahun 2014.**

Perilaku kesehatan pada dasarnya adalah suatu respon seseorang (organisme) terhadap stimulus yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan serta lingkungan.

Batasan ini mempunyai 2 unsur pokok, yakni respon dan stimulus atau perangsangan. Respon atau reaksi manusia, baik bersifat pasif (pengetahuan, persepsi dan sikap) maupun bersifat aktif (tindakan yang nyata atau *practice*). Sedangkan stimulus atau rangsangan disini terdiri 4 unsur pokok, yakni sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan dan lingkungan.

perubahan-perubahan masyarakat sering mempersoalkan perbedaan antara

perubahan-perubahan sosial dengan perubahan-perubahan kebudayaan. Perbedaan demikian tergantung dari adanya perbedaan pengertian tentang masyarakat dan kebudayaan. Apabila perbedaan pengertian tersebut dapat dinyatakan dengan tegas, maka dengan sendirinya perbedaan antara perubahan-perubahan sosial dan perubahan-perubahan kebudayaan dapat dijelaskan.

Berdasarkan penelitian terhadap 30 orang di dapatkan sosial budaya pada ibu nifas yang mendukung dantidak mengkonsumsi sumber protein hewani sebanyak 16 orang (53,3%), sedangkan yang mengkonsumsi sebanyak 7 orang (23,3%). Sosial budaya pada ibu nifas yang tidak mendukung dantidak mengkonsumsi sumber protein hewani sebanyak 1 orang (3,3%), sedangkan yang tidak mengkonsumsi sebanyak 6 orang (20,0%).

Berdasarkan tes chi square tabel di atas didapatkan  $\chi^2$  hitung (6,679) >  $\chi^2$  tabel (3,841) dengan df : 1 dan p value sebesar 0,010 di bawah 0,05. hal tersebut berarti ada ada hubungan antara sosial budaya Ibu nifas dengan Konsumsi sumber protein hewani pada ibu nifas di BPS Sumiati desa Gribig Gebog Kudus tahun 2014. Adapun hubungan antara sosial budaya Ibu nifas dengan Konsumsi sumber protein hewani pada ibu nifas adalah lemah karena kofisien kontingensi 0,427 kurang dari 0,5.

Dari data yang didapatkan peneliti pada ibu nifas yang mendukung untuk tidak mengkonsumsi sumber protein hewani sebanyak 16 orang (53,3%), Hal ini disebabkan adanya tradisi mutih dalam keluarga dan juga disebabkan memang dalam kesehariannya tidak pernah mengkonsumsi sumber protein hewani. Sedangkan yang mengkonsumsi sebanyak 7 orang (23,3%). Hal ini disebabkan karena ibu paham tentang manfaat dari sumber protein hewani dan mungkin dalam keluarganya sudah tidak ada tradisi mutih lagi. Sosial budaya pada ibu nifas yang tidak mendukung untuk tidak mengkonsumsi sumber protein hewani sebanyak 1 orang (3,3%). Hal ini disebabkan pengetahuan ibu

yang kurang atau rendah. Sedangkan yang mengkonsumsi sebanyak 6 orang (20,0%). Hal ini disebabkan pengetahuan ibu yang baik atau pendidikan yang cukup tinggi.

Dari hasil yang peneliti peroleh didapatkan hasil responden mendukung sosial budaya cenderung tidak mengkonsumsi sumber protein hewani. Sehingga sosial budaya mempengaruhi perilaku dalam mengkonsumsi sumber protein hewani. Sedangkan menurut teori sosial budaya merupakan tentang apa yang dianggap baik dan apa yang dianggap buruk (Soekanto, 2002). Dalam hal ini budaya yang dianut adalah budaya mutih. Sehingga tidak ditemukan kesenjangan antara teori dan hasil.

## 5. KESIMPULAN

Sosial budaya Ibu nifas di BPS Sumiati desa Gribig Gebog Kudus tahun 2014 sebagian besar berkategori mendukung 23 orang (76,7%). Ibu nifas yang mengkonsumsi sumber protein hewani dengan jumlah 13 orang (43,3%). Berdasarkan tes chi square tabel di atas didapatkan  $\chi^2$  hitung (6,679) >  $\chi^2$  tabel (3,841) dengan df : 1 dan p value sebesar 0,010 di bawah 0,05. Ada hubungan antara sosial budaya Ibu nifas dengan Konsumsi sumber protein hewani pada ibu nifas di BPS Sumiati desa Gribig Gebog Kudus tahun 2014.

## 6. SARAN

Bagi Ibu nifas.

Ibu nifas jangan mempercayai mitos-mitos negatif tentang konsumsi makanan yang tidak menguntungkan bagi kesehatannya, agar ibu nifas mengkonsumsi sumber protein hewani.

Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan.

Menambah pengetahuan petugas kesehatan dengan cara memberikan pendidikan konsumsi untuk melakukan konsumsi sumber protein hewani.

Institusi Pendidikan.

Memanfaatkan karya tuis ilmiah ini sebagai bahan referensi untuk menambah wawasan mahasiswa STIKES tentang

hubungan sosial budaya dengan konsumsi sumber protein hewani

Bagi Peneliti.

Kepada peneliti yang akan datang mampu mengembangkan penelitian selanjutnya, misalnya dengan menggunakan sampel yang lebih luas, metode penelitian yang lebih baik, dan meneliti faktor lain yang mempengaruhi.

## 7. DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Arisman. 2004. *Buku Ajar Ilmu Gizi Dalam Daur Kehidupan*. EGC. Jakarta.
- Atikah. 2009. *Buku Ajar gizi untuk Kebidanan*. Jakarta. NuhaMedika.
- Christine. 2005. *Buku Ajar Konsep Kebidanan*. Jakarta. EGC.
- Djaeni, Ahmad. 2008. *Ilmu Gizi Untuk Mahasiswa Dan Profesi*. Jakarta. Dian Rakyat.
- Eny. 2008. *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta. MitraCendikia.
- Erna. 2005. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta. ESC.
- Hidayat. 2007. *Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah*. Jakarta. Salemba Medika.
- Manuaba. 2008. *Gawat Darurat Obstetri Ginekologi dan Obstetri Ginekologi Sosial untuk Profesi Bidan*. Jakarta. EGC.
- Mochtar. 2008. *Sinopsis Obstetri*. Jakarta. EGC.
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta. Salemba Medika.
- Notoatmojo. 2002. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta. RinekaCipta.
- Notoatmodjo. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta. Rineka Cipta.
- Nursalam. 2005. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta. Salemba Medika.
- Nursalam. 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis dan Instrumen Penelitian*. Jakarta. SalembaMedika.
- Prita, Muliarini. 2010. *Pola Makandan Gaya Hidup Sehat Selama Kehamilan*. Yogyakarta. NuhaMedika.
- Saleha. 2009. *Buku Ajar Kebidanan Masa Nifas*. Yogyakarta. Mitra Cendikia.
- Sarwono. 2008. *Ilmu Kebidanaan*. Jakarta. Yayasan Bina Pustaka.
- Saryono, Setiawan. 2010. *Metodologi Penelitian Kebidanan*. Yogyakarta. Nuha Medika
- Soekanto. 2002. *Sosiologi Suatu Pengantar*. Jakarta. Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. 2007. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung. Alfabeta.
- Sunita. 2001. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta. Gramedia Pustaka Utama.
- Suwandi. *Angka kematian ibu maternal di Jawa Tengah. 16 juli 2005. (diaksestanggal 20 januari 2011)*. Di dapat dari [Http//www.Dinas Kesehatan. Provinsi Jawa Tengah.com](http://www.Dinas Kesehatan. Provinsi Jawa Tengah.com).
- Wawan. 2010. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta. NuhaMedika.
- Waryono. 2010. *Gizi Reproduksi*. Yogyakarta. PustakaRihana.