

Asuhan kebidanan masa nifas mengenai pengaruh *cultural lifeways* terhadap pemenuhan nutrisi ibu dan bayi

Yulita Purbowati^{1*}, Erisa Yuniardiningsih², Merisa Pramudita³

^{1,2,3} Stikes Bhakti Al-Qodiri, Jember, Indonesia

INFORMASI ARTIKEL

Riwayat Artikel

Tanggal diterima, 19 April 2025

Tanggal direvisi, 27 Juni 2025

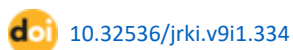
Tanggal dipublikasi, 30 Juni 2025

Kata kunci:

Cultural Lifeways;

Pemenuhan Nutrisi Ibu dan Bayi;

Masa Nifas;



Keyword:

Cultural Lifeways;

Nutritional Fulfillment for Mothers and Babies;

Postpartum Period;



ABSTRAK

Latar Belakang: Terlepas dari kepercayaan yang berlaku yang mempengaruhi masyarakat untuk menjaga gaya hidup sehat di masyarakat, salah satu contoh utamanya adalah bias masyarakat terhadap konsumsi nutrisi, terutama dalam kaitannya dengan masa setelah melahirkan. Kebiasaan merupakan prinsip tingkah laku masyarakat itu sendiri. **Tujuan:** melakukan asuhan kebidanan pada Ny. S umur 22 tahun P20002 mengenai pengaruh *cultural lifeways* terhadap pemenuhan nutrisi ibu dan bayi **Metode:** studi kasus dengan melakukan pendampingan kebidanan dengan menggunakan tujuh teknik manajemen langkah Varney. **Hasil:** studi kasus menunjukkan bahwa, makanan yang kaya akan kandungan protein memang sangat berpengaruh dalam tahap perkembangan bekas luka pada jalan lahir serta mempengaruhi gizi bayi. Berdasarkan hasil yang diperoleh, luka perineum ibu membaik, ASI yang dikeluarkan semakin meningkat. **Simpulan:** nutrisi bayi pun juga terpenuhi dan gizi bayi dalam batas normal. Selain itu, ibu juga sudah tidak mengeluhkan nyeri pada perineum nya lagi. Ibu juga mulai lancar BAB, yang sebelumnya merasakan sakit setiap ingin BAB bahkan sulit BAB.

Background: Apart from the prevailing beliefs that influence people to become healthy lifestyle guardians in the community, one of the main examples is the bias of society towards nutritional consumption, especially in relation to the postpartum period. Habits are the principles of the behavior of that society. **Objective:** to provide midwifery care to Mrs. S aged 22 years P20002 regarding the influence of cultural lifeways on the fulfillment of maternal and infant nutrition. **Method:** case study by providing midwifery assistance using Varney's seven step management techniques. **Results:** case study shows that foods rich in protein content do indeed have a significant effect on the development stage of scars in the birth canal and affect infant nutrition. Based on the results obtained, the mother's perineal wound improved, the breast milk produced increased. **Conclusion:** the baby's nutrition was also met and the baby's nutrition was within normal limits. In addition, the mother also no longer complained of pain in her perineum. The mother also started to have smooth bowel movements, which previously felt pain every time she wanted to have a bowel movement and even had difficulty having a bowel movement.

Pendahuluan

Cultural Lifeways adalah salah satu perjuangan sekumpulan orang yang bertujuan untuk meningkatkan keberlangsungan interaksi sekumpulan orang tersebut dan menciptakan rasa bias di dalam masyarakat itu sendiri (Oyserman, 2017). Terlepas dari kepercayaan yang berlaku yang mempengaruhi masyarakat untuk menjaga gaya hidup sehat di masyarakat, salah satu contoh utamanya adalah bias masyarakat terhadap konsumsi nutrisi, terutama dalam kaitannya dengan masa setelah melahirkan (Labonté et al., 2023). Dasar perilaku seperti itu merupakan kombinasi dari tradisi dan pengabdian (Labonté et al., 2023). Fenomena ini sangat bertanggung jawab atas prasangka masyarakat dalam memilih dan mengonsumsi makanan (Fety et al., 2023). Adat menantang ini diajarkan secara turun temurun dan cenderung ditaati, meskipun beberapa orang yang melakukannya tidak selalu memahami atau percaya bahaya terlalu banyak mengonsumsi makanan (Fety et al., 2023). Sejumlah faktor, termasuk kebiasaan/budaya, pendidikan, ekonomi keluarga, dan akses ke perawatan kesehatan, berkontribusi terhadap kekurangan gizi bayi. (Shobah, 2021). Selain itu, ibu pasca persalinan dianjurkan mengonsumsi makanan bergizi, termasuk sumber protein dan kalsium seperti susu, karena kecukupan nutrisi berperan penting dalam mempercepat proses penyembuhan luka perineum (Selvianti & Widyaningsih, 2023).

Gizi yang cukup selama kehamilan bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kekuatan ibu, meningkatkan standar dan kuantitas darah, serta mengurangi komplikasi pasca melahirkan (Eka Putri, Ramie and Maria, 2022). Perempuan pasca persalinan disarankan makan makanan yang bergizi dan bermanfaat bagi proses perkembangan kulit perineum (April and Tupah, 2024). Selama periode pascapersalinan akan ada peningkatan 25% dalam permintaan nutrisi, terutama saat menyusui, karena ini diperlukan bagi tubuh untuk perbaikan setelah melahirkan dan untuk menyediakan ASI yang cukup untuk bayi (Eka Putri, Ramie and Maria, 2022). Dalam masyarakat tertentu, puasa ibu pascapersalinan dapat berdampak pada konsumsi nutrisi mereka (Ratna Wijayanti, Ratnasari and Sastika Witama, 2023).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), terdapat lebih dari 40 juta anak balita yang mengalami kekurangan gizi di seluruh dunia, termasuk lebih dari 49 juta anak dengan status kurus (*wasting*) dan sekitar 17 juta anak dengan status sangat kurus (*severe wasting*). Asia dan Afrika merupakan dua wilayah dengan beban kekurangan gizi tertinggi. Selain itu, pada tahun 2018 sekitar 62% anak balita yang mengalami stunting dan 47% anak balita yang mengalami overweight atau obesitas berada di kedua wilayah tersebut (WHO, UNICEF, & World Bank Group, 2019). Meskipun berbagai upaya telah dilakukan, UNICEF, WHO, dan World Bank Group (2018) menyatakan bahwa dunia masih menghadapi tantangan besar dalam mencapai target penghapusan segala bentuk malnutrisi pada anak (Ratna Wijayanti, Ratnasari and Sastika Witama, 2023).

Stunting masih menjadi masalah gizi yang signifikan di Indonesia. Berdasarkan hasil Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Kementerian Kesehatan, prevalensi stunting pada balita mencapai 24,4% pada tahun 2021. Angka ini menunjukkan penurunan dibandingkan tahun-tahun sebelumnya, yaitu 37,2% pada tahun 2013, 30,8% pada tahun 2018, dan 26,92% pada tahun 2020. Meskipun demikian, prevalensi tersebut masih menunjukkan bahwa hampir satu dari empat balita di Indonesia mengalami stunting. Stunting dapat disebabkan oleh berbagai faktor, antara lain asupan gizi yang tidak adekuat dalam jangka waktu lama serta tingginya kejadian penyakit infeksi pada anak. Kondisi tersebut dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga meningkatkan risiko terjadinya malnutrisi (Ufiah Ramlah, 2021). Pola makan ibu selama masa menyusui memengaruhi kecukupan asupan zat gizi dan produksi ASI. Oleh karena itu, pembatasan atau pantangan terhadap makanan tertentu yang mengurangi asupan nutrisi dapat berdampak pada kesehatan ibu dan kualitas pemberian ASI kepada bayi (Kusparlina, 2020). Bahkan ketika mereka makan makanan sehat, anak-anak yang sering mengalami demam atau diare dapat menjadi kekurangan gizi (Arma et al., 2020). Demikian pula, sistem kekebalan tubuh anak-anak akan terganggu oleh nutrisi yang tidak memadai. Dalam kondisi seperti itu, mudah untuk mendapatkan infeksi yang dapat menurunkan nafsu makan dan menyebabkan

* Korespondensi penulis

Alamat E-mail: yulitapurbowati6722@STIKesBhaktiAl-Qodiri.com

kekurangan gizi pada akhirnya (Khoirunnisa' and Munafiah, 2022). Infeksi makanan dan virus bersama-sama, pada kenyataannya, adalah penyebab utama malnutrisi. (Himawati and Febrinasari, 2021).

Penyembuhan luka laserasi jalan lahir dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk praktik perawatan luka, istirahat, aktivitas fisik pascapersalinan, diet, benang *hecting*, prosedur penjahitan, dan waktu penjahitan (Susanti, 2022). Pemenuhan kebutuhan nutrisi selama masa nifas merupakan salah satu faktor penting dalam mempercepat penyembuhan luka laserasi perineum, terutama melalui konsumsi makanan yang kaya akan protein (Anisya *et al.*, 2023). Namun, pada beberapa kelompok masyarakat masih terdapat praktik pantang makan pada ibu pascapersalinan yang berpotensi mengurangi asupan nutrisi yang dibutuhkan tubuh selama proses pemulihan (Turnip, Nurianti and Sirait, 2022). Kondisi ini perlu mendapat perhatian karena nyeri dan keterlambatan penyembuhan luka perineum merupakan salah satu penyebab morbiditas pada ibu postpartum. Oleh karena itu, percepatan penyembuhan luka jahitan perineum sangat penting untuk mencegah terjadinya infeksi dan komplikasi pada masa nifas (Hertati, Natalia and Stefanicia, 2024). Rotein berperan dalam pembentukan dan perbaikan jaringan tubuh yang rusak serta mendukung regenerasi sel-sel baru pada area luka. Kecukupan asupan protein akan memengaruhi kecepatan penyembuhan luka perineum sehingga kebutuhan protein selama masa nifas harus terpenuhi secara optimal (Sebayang and Ritonga, 2021; Kesehatan and Science, 2023; Oktaviani, Retnowati and Ernawati, 2023; Rahmawati, 2023)

Metode penelitian

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus dengan pendekatan manajemen kebidanan menurut Varney. Pendekatan tersebut meliputi tujuh langkah, yaitu pengumpulan data dasar, interpretasi data untuk menentukan diagnosis atau masalah aktual dan potensial, identifikasi kebutuhan tindakan segera atau kolaborasi, perencanaan asuhan, implementasi tindakan, evaluasi, serta pendokumentasian hasil asuhan menggunakan format SOAP (Subjective, Objective, Assessment, dan Plan).

Subjek dalam studi kasus ini adalah seorang ibu nifas hari ke-12 yang mengalami luka perineum belum kering di PMB Riesma Dwi Mayantie pada tahun 2024. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, serta studi dokumentasi terhadap ibu dan bayi. Data yang diperoleh kemudian dianalisis dan digunakan sebagai dasar dalam penyusunan serta pelaksanaan asuhan kebidanan sesuai dengan kebutuhan klien.

Hasil dan Pembahasan

Interpretasi Data Dasar

A. Data Subjektif

Ny. S berusia 22 tahun dan Tn. A berusia 25 tahun. Pasangan ini telah menikah satu kali selama kurang lebih 4 tahun. Keduanya beragama Islam, dengan pendidikan terakhir SMA. Ny. S bekerja sebagai ibu rumah tangga, sedangkan Tn. A bekerja sebagai wiraswasta. Pasangan ini bertempat tinggal di Dusun Krajan II, Desa Grenden.

Pada tanggal 22 Juni 2024 pukul 18.20 WIB, ibu mengeluhkan luka jahitan perineum yang belum kering serta kesulitan buang air besar (BAB). Keluhan tersebut dirasakan sejak memasuki masa nifas. Ibu juga menyampaikan bahwa ibu mertuanya melarang mengonsumsi makanan sumber protein hewani seperti ikan, telur, dan daging sehingga asupan makanan ibu menjadi terbatas. Kondisi tersebut menimbulkan ketidaknyamanan dan kekhawatiran pada ibu terhadap proses penyembuhan luka yang dialaminya.

Ibu mengatakan melahirkan secara normal pada tanggal 12 Juni 2024 pukul 06.30 WIB di RS Balung tanpa komplikasi selama persalinan. Bayi lahir dengan berat badan 3.660 gram, panjang badan 50 cm, dan lingkaran kepala 33 cm.

B. Data Objektif

Ibu:

Kesadaran: Composmenthis

Keadaan Umum: Baik

Pemeriksaan:

Tekanan Darah: 110/70 mmHg

Pernapasan: 20 kali/menit

Suhu/Nadi: 36,6°C/84 kali/menit

Jahitan: Basah

Lokea: Serosa

Bayi:

BB: 3,9 gram

PB: 54 cm

LK: 34 cm

TTV:

RR: 30 kali/menit

S/N: 36,6 °C/102 kali/menit

C. Riwayat Kesehatan

Ibu, suami dan keluarga tidak memiliki riwayat penyakit menular, menurun, dan menahun.

D. Kebutuhan Nutrisi

Pada saat pengkajian menu makanan ibu ialah nasi, tahu, tempe dan sayuran hijau. Ibu sudah minum air mineral 7-10 gelas/hari.

E. Kebutuhan Eliminasi

Ibu belum BAB± 3x/hari dan eksistensi keras, BAK 7-8x/hari.

F. Kebutuhan Istirahat

Ibu sulit tidur

G. Personal Hygiene

Mandi 2x/hari, gosok gigi 3x/hari, keramas 3x/minggu

H. Riwayat obstetric

Ibu mengatakan ini adalah kehamilan kedua ibu tidak pernah keguguran namun, anak pertama meninggal pada usia 9 bulan dikarenakan terkena pneumonia. Ibu telah melahirkan anak keduanya pada usia kehamilan 40 Minggu di RS Balung tanpa penyulit. Bayi lahir normal pada 12 Juni 2024.

Diagnosa Masalah Aktual

3 hari setelah pemberian edukasi pada ibu belum terjadi perubahan yang signifikan pada Ny. S dengan P20002

Diagnosa Masalah Potensial

Masalah potensial yang terjadi apabila permasalahan tersebut tidak segera ditangani adalah gangguan gizi pada bayi dan proses penyembuhan luka perineum cenderung lama.

Tindakan Segera

Melakukan pemeriksaan fisik pada ibu dan bayi.

Intervensi

1. Memberikan edukasi kepada ibu agar selalu memperhatikan pemenuhan nutrisinya selama nifas dan menyusui serta memberitahu ibu agar tidak melakukan pantangan makanan.
2. Berikan edukasi mengenai *personal hygiene* seperti mengganti pembalut 3-4x sehari dan membasuh kemaluan dengan sabun dari depan ke belakang.
3. Berikan edukasi mengenai pemberian ASI sesering mungkin.
4. Berikan edukasi agar rutin membawa bayi ke posyandu.
5. Berikan edukasi kepada keluarga terutama kepada ibu mertua agar selalu memperhatikan pemenuhan nutrisi ibu selama masa nifas dan menyusui.
6. Berikan edukasi kepada suami agar selalu mengingatkan serta memperhatikan pemenuhan nutrisi ibu selama masa nifas dan menyusui.

Implementasi

Memberikan edukasi kepada ibu melalui konsultasi online/via *whatsapp* kepada ibu mengenai:

1. Memberikan edukasi kepada ibu agar selalu memperhatikan pemenuhan nutrisinya selama nifas dan menyusui serta memberitahu ibu agar tidak memiliki pantangan makanan.
2. Memberikan edukasi mengenai *personal hygiene* seperti mengganti pembalut 3-4 kali sehari dan membasuh kemaluan dengan sabun dari depan ke belakang.
3. Memberikan edukasi mengenai pemberian ASI sesering mungkin.
4. Memberikan edukasi agar rutin membawa bayi ke posyandu.
5. Memberikan edukasi kepada keluarga terutama kepada ibu mertua agar selalu memperhatikan pemenuhan nutrisi ibu selama masa nifas dan menyusui.
6. Memberikan edukasi kepada suami agar selalu mengingatkan serta memperhatikan pemenuhan nutrisi ibu selama masa nifas dan menyusui.

Evaluasi

Subyektif: Ibu mengatakan bahwa sudah memahami pentingnya pemenuhan nutrisi selama masa nifas bagi ibu dan bayi.

Obyektif: Pemeriksaan Fisik Ibu:

Kesadaran: Composmenthis

Keadaan Umum: Baik

Pemeriksaan:

Tekanan Darah: 110/70 mmHg

Pernapasan: 20 kali/menit

Suhu/Nadi: 36,7°C /84 kali/menit

Jahitan: Baik, Kering

Lokhea: Serosa

Bayi:

BB: 3,9 gram

PB: 54 cm

LK: 34 cm

TTV:

RR: 30 kali/menit

S/N: 36,6 °C/102 kali/menit

Ibu dan keluarga mengimplementasikan anjuran yang diberikan dengan baik.

Assesment: Ny. S usia 22 tahun P20002 post partum hari ke-10

Planning: Observasi luka jahitan selama 3 hari dan kunjungan ulang pada tanggal 25 Juni 2024

Simpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh, luka perineum ibu membaik, ASI yang dikeluarkan semakin meningkat. Dengan demikian, nutrisi bayi pun juga terpenuhi dan gizi bayi dalam batas normal. Selain itu, ibu juga sudah tidak mengeluhkan nyeri pada perineum nya lagi. Ibu juga mulai lancar BAB, yang sebelumnya merasakan sakit setiap ingin BAB bahkan sulit BAB.

Daftar Pustaka

Anisya, D. *et al.* (2023) "Penerbit : Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI Asuhan Kebidanan Postpartum pada Ny. Y dengan Nyeri Luka Jahitan Perineum K," *Window of Midwifery journal*, 04(01), pp. 61–62.

April, V.N. and Tupah, T. (2024) "269_Protein_vol2_no2_apr2024_h203-219," 2(2), pp. 203–219.

Arma, N. *et al.* (2020) "Pantang Makanan Terhadap Lamanya Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas," *Jik Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(2), p. 95. Available at: <https://doi.org/10.33757/jik.v4i2.292>.

Eka Putri, S., Ramie, A. and Maria, I. (2022) "Pengetahuan tentang Pemenuhan Nutrisi pada Masa Nifas Berdasarkan Sosial Budaya Ibu," *JoIN : Journal of Intan Nursing*, 1(1), pp. 15–22. Available at: <https://doi.org/10.54004/join.v1i1.53>.

Fety, Y. *et al.* (2023) "Hubungan Pengetahuan Ibu Post Partum Dengan Pantang Makanan Selama Masa Nifas," 5(2021), pp. 2244–2250.

Hertati, D., Natalia, V. and Stefanicia, S. (2024) "Pengaruh Praktik Budaya dan Kesehatan pada Ibu Masa Nifas di daerah Aliran Sungai (DAS) Tahun 2023," *Jurnal Surya Medika*, 9(3), pp. 190–202. Available at: <https://doi.org/10.33084/jsm.v9i3.6488>.

Himawati, L. and Febrinasari, I.P. (2021) "the Influence of Boiling Water Leaves on the Mother Nifas With a Perineum Suture in the Puskesmas Toroh I," *Tahun*, 6(2), pp. 2774–8731.

Khoirunnisa', F.N. and Munafiah, D. (2022) "Upaya peningkatan Kualitas kesehatan Ibu dan Bayi Melalui Pendekatan dan Edukasi Gizi," *Jurnal Abdimas Indonesia*, 4(1), pp. 47–51.

Kusparlina, E.P. (2020) "A Hubungan Antara Asupan Nutrisi dengan Kelancaran Produksi Asi pada Ibu yang Menyusui Bayi Usia 0-6 Bulan," *Jurnal Delima Harapan*, 7(2), pp. 113–117. Available at: <https://doi.org/10.31935/delima.v7i2.103>.

Labonté, J.M. *et al.* (2023) "Restricting diet for perceived health benefit : A mixed - methods exploration of peripartum food taboos in rural Cambodia," (November 2022). Available at: <https://doi.org/10.1111/mcn.13517>.

Oktaviani, A.S., Retnowati, M. and Ernawati (2023) "Slow Stroke Back Massage Upaya Mengurangi Nyeri Luka Jahitan Perineum Pada Ibu Postpartum Hari Kedua." XIX(2), pp. 91–100.

Oyserman, D. (2017) "Culture Three Ways : Culture and Subcultures Within Countries," pp. 435–463. Available at: <https://doi.org/10.1146/annurev-psych-122414-033617>.

- Rahmawati, I. (2023) "Perawatan luka jahitan perineum pada ibu nifas Di PMB Emy Lestari Purworejo," *Informasi dan Promosi Kesehatan*, 2(1), pp. 101–106. Available at: <https://doi.org/10.58439/ipk.v2i1.95>.
- Ratna Wijayanti, A., Ratnasari, R. and Sastika Witama, A. (2023) "Studi Kasus : Perilaku dan Tradisi Masa Nifas Ny. A," *Journal of Health Educational Science And Technology*, 6(1), pp. 17–26. Available at: <https://doi.org/10.25139/htc.v6i1.5301>.
- Sebayang, W.B. and Ritonga, F. (2021) "Nutrisi Efektif Mempercepat Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Post Partum (Systematic Review)," *Jurnal Kesehatan*, 12(2), p. 330. Available at: <https://doi.org/10.26630/jk.v12i2.1790>.
- Selvianti, D. And Widyaningsih, S. (2023) "Budaya Pantangan Mempengaruhi Penyembuhan Luka Perineum Pada Ibu Nifas Di Pmb 'M' Kota Bengkulu," *Journal Of Midwifery*, 11(1), pp. 91–96. Available at: <https://doi.org/10.37676/jm.v11i1.4207>.
- Shobah, A. (2021) "Hubungan Pemberian Mp-Asi Dengan Status Gizi Bayi 6- 24 Bulan," *Indonesian Journal of Health Development*, 3(1), pp. 201–208. Available at: <https://doi.org/10.52021/ijhd.v3i1.76>.
- Susanti, I. (2022) "Hubungan Budaya Dengan Proses Penyembuhan," *Prosiding Seminar Nasional Biotik*, 10(1), pp. 165–169.
- Turnip, M., Nurianti, I. and Sirait, R.A. (2022) "The Effect Of Egg White On Perineum Wound Healing in Pospartum Mothers at the Pratama Nining Pelawati Clinic," *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 5(1), pp. 117–122. Available at: <https://doi.org/10.35451/jkk.v5i1.1362>.
- Ufiyah Ramlah (2021) "Gangguan Kesehatan Pada Anak Usia Dini Akibat Kekurangan Gizi Dan Upaya Pencegahannya," *Ana' Bulava: Jurnal Pendidikan Anak*, 2(2), pp. 12–25. Available at: <https://doi.org/10.24239/abulava.vol2.iss2.40>.