Faletehan Health Journal, 11 (2) (2024) 117-125
www. journal.lppm-stikesfa.ac.id/ojs/index.php/FHJ
ISSN 2088-673X | e-ISSN 2597-8667

Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Nifas terhadap Praktik Pemenuhan Kebutuhan Dasar Masa Nifas

Umaroh[1*], Suparmi[1], Syamsulhuda Budi Musthofa[2]

[1]Politeknik Kesehatan Kementrian Kesehatan Semarang
[2]Universitas Diponegoro
**Corresponding Author: umazaini@gmail.com*

Abstrak

Selama masa nifas, tubuh wanita mengalami perubahan hormonal, fisik, dan emosional yang signifikan. Ada 3 jenis kebutuhan dasar yang harus dipenuhi pada masa ini, meliputi kebutuhan aktivitas, kebutuhan istirahat, dan kebutuhan nutrisi. Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui hubungan dari pengetahuan, sikap dan pemenuhan kebutuhan dasar masa nifas. Penelitian ini menggunakan pedekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu nifas normal pada Puskesmas dan Praktik Bidan Mandiri di Kota Semarang dan sekitarnya. Namun, penelitian ini memilih 30 ibu nifas sebagai responden dengan teknik *simple random sampling*. Hasil dari penelitian ini menunjukkan hubungan yang paling berpengaruh adalah hubungan antara sikap dengan praktik istirahat dan pengetahuan dengan praktik nutrisi yang memiliki nilai *p* 0,001. Nilai p hubungan pengetahuan dengan praktik istirahat adalah 0,002, hubungan sikap dengan praktik aktivitas 0,003, hubungan sikap dengan praktik nutrisi 0,028, dan hubungan pengetahuan dengan praktik aktivitas 0,035. Ibu nifas sebaiknya lebih memahami kebutuhan dasar pada masa nifas, sehingga segala hal dasar yang dibutuhkan ibu nifas dapat terpenuhi dengan baik.
Kata Kunci: aktivitas, istirahat, kebutuhan dasar, nutrisi

The Relationship between Knowledge and Attitudes of Postpartum Mothers towards the Practice of Fulfilling Basic Needs during Postpartum Period

Abstract

During postpartum period, woman's body experiences significant hormonal, physical and emotional changes. There are 3 types of basic needs that must be met during this period, including activity needs, rest needs and nutritional needs This research aimed to determine the relationship between knowledge and attitudes with basic needs fulfilments during postpartum period. This research used a cross-sectional approach. The population was all normal postpartum mothers in Public Health Centers and Independent Midwife Practices in Semarang City and around. However, this study selected 30 postpartum mothers as the respondents by simple random sampling technique. The research findings showed the most significant relationship were attitude-rest practices and knowledge-nutritional practices which the p-value was 0.001. The p value of knowledge-rest practices relationship was 0.002, attitude-activity practices 0.003, attitude-nutritional practices 0.028, and knowledge-activity practices 0.035. Postpartum mothers should understand more about their basic needs; thus, all their basic needs can be fulfilled well.
Keywords: *activities,* rest, *basic needs, nutrition*

Faletehan Health Journal, 11 (2) (2024) 117-125
www. journal.lppm-stikesfa.ac.id/ojs/index.php/FHJ
ISSN 2088-673X | 2597-8667

Pendahuluan

Dimulainya plasenta lahir hingga kembalinya rahin kebentuk semula dengan masa kurang lebih selama 6 minggu disebut dengan Masa nifas (*puerperium*) adalah masa yang dimulai setelah plasenta keluar (Rahayu et al., 2020). Periode pasca persalinan (*immediate postpartum*), periode nifas dini (early postpartum), dan periode nifas lanjut (late postpartum) ialah tahapan masa nifas (Pitriani & Andriyani, 2015). Masa nifas adalah periode setelah seorang wanita melahirkan bayi hingga 42 hari setelah melahirkan. Selama masa nifas, tubuh wanita mengalami perubahan hormonal, fisik, dan emosional yang signifikan. Oleh karena itu, kebutuhan dasar yang harus dipenuhi pada masa nifas meliputi kebutuhan aktivitas, kebutuhan istirahat, dan kebutuhan nutrisi (Yusari Asih & Hj. Risneni, 2016).

Kebutuhan aktivitas pada masa nifas tergantung pada kondisi fisik dan kesehatan wanita. Wanita yang melahirkan normal tanpa komplikasi dapat melakukan jalan-jalan pagi dan membereskan rumah pada level yang ringan. Kegiatan fisik ringan dapat membantu mengurangi pembengkakan dan mempercepat pemulihan tubuh (RI, 2014). Kebutuhan istirahat pada masa nifas sangat penting untuk membantu tubuh wanita pulih dan memulihkan energi setelah persalinan. Istirahat yang cukup dapat membantu mengurangi kelelahan dan stres pada tubuh dan pikiran. Selain itu, wanita pada masa nifas juga perlu istirahat yang cukup untuk memastikan produksi ASI yang cukup untuk bayi (Rini & Kumala, 2017). Nutrisi sendiri menjadi salah satu kewajiban dalam mendukung ibu dan bayi menuju sehat sehingga selama masa nifas, wanita membutuhkan makanan dengan kandungan nutrisi seperti protein, vitamin, mineral, dan serat dalam membantu tubuh pulih setelah persalinan. Wanita juga perlu mengonsumsi cairan yang cukup untuk mencegah dehidrasi dan memastikan produksi ASI yang cukup. Selain itu, makanan yang mengandung zat besi dan asam folat juga sangat penting dalam membantu tubuh memulihkan diri setelah kehilangan darah saat persalinan (Wahyuni, 2019).

Efek buruk jika kekurangan nutrisi yaitu tubuh lemas dan mudah sakit. Seseorang dapat kekurangan nutrisi atau biasa di sebut kekurangan nutrisi jika dalam mengkonsumsi gizinya tidak seimbang. Jika Istirahat ibu nifas tidak terpenuhi maka ibu nifas akan mengalami kelelahan, emosi yang mudah tersinggung, sehingga ia tidak maksimal dan mengurus bayinya. Dampak yang terjadi jika ibu nifas kurang dalam melakukan aktivitasnya maka akan terjadi pemulihan organ tubuh terutama organ reproduksi menjadi lama, sehingga pemulihan akan semakin lama.

Dalam rangka memenuhi kebutuhan dasar ini, sebaiknya wanita pada masa nifas memperhatikan asupan makanan, istirahat yang cukup, dan aktivitas fisik yang seimbang sesuai dengan kondisi fisik masing-masing. Menurut teori Lawrence Green ada 3 faktor dalam mempengaruhi perilakuyaitu faktor predisposisi, merupakan faktor yang dapat mempermudah terjadinya perilaku seseorang seperti sikap, pengetahuan, keyakinan, kepercayaan, tradisi, dan nilai-nilai yang dianut oleh seseorang. Tindakan seseorang yang sangat dominan dan berpengalaman disebut dengan pengetahuan, karena pengetahuan mendasari sikap dan perilaku seseorang (Notoatmodjo, 2014).

Predisposisi dari Tindakan atau perilaku, kesiapan atau kesediaan dalam bertindak dan belum merupakan suatu aktivitas disebut dengan sikap. Setelah didapatkan pengetahuan dansikap maka dapat terbentuk tindakan atau praktek (Fitriani & Wahyuni, 2021). Praktek merupakan wujud respon positif dari pengetahuan dan sikap. Sikap dapat terbentuk dan dipengaruhi oleh adanya interaksi sosial dan situasi social (Dewi & Sunarsih, 2017). Sikap merupakan respon terhadap stimulus interaksi sosial yang telah dikondisikan terhadap objek dan berperan sebagai perantara antara respon yang muncul dengan objek yang bersangkutan (Swarjana, 2022).

Wawancara yang telah dilakukan pada studi pendahuluan Sebagian besar ibu nifas belum memiliki pengetahuan, sikap dan perilaku kebutuhan dasar dengan baik dan tidak terpenuhi, maka dari itu rumusan masalah pada penlitian ini yaitu Bagaimana hubungan pengetahuan, sikap ibu nifas dengan praktik pemenuhan kebutuhan dasar masa nifas. Tujuan penelitian ini ada hubungan pengetahuan, sikap ibu nifas dengan praktik pemenuhan kebutuhan dasar masa nifas.

Metode Penelitian

Penelian tini menggunakan jenis penelitian korelasional serta *cross-sectional* sebagai pendekatanya sehingga di lakukan 1 kali observasi tiap subjek penelitian dan di lakukan pengukuran pada variable subjek penelitian di amati di waktu

yang bersamaan (Sugiyono, 2019). Semua ibu nifas normal pada Puseksmas atau Praktik Bidan Mandiri di Kota Semarang dan sekitarnya merupalan populasinya. Sampel pada penelitian ini berjumlah 30 orang. Metode pengambilan sample dengan *Simple Random Sampling* dimana di lakukan pengambilan acak tanpa perlu di perhatika kriterian inklusi dan eksklusi dalam populasi tersebut, populasi dianggap homogen.

Penelitian ini dilakukan pada Puskesmas atau Praktik Bidan Mandiri di wilayah Kota Semarang Tengah di bulan Agustus-Nopember tahun 2023. Instrumen/alat penelitian yaitu kuesioner. Uji Validitas dilakukan kepada 25 responden dan hasilnya yaitu valid dan reabel dengan nilai *Cronbach Alpha sebesar* 0.696 (> 0.6). Pertanyaan tentang pengetahuan, sikap dan praktik pemenuhan kebutuhan dasar masa nifasnya. Analisis pada penelitian ini menggunakan analisis univariate dengan mendeskripsikan karakteristik responden dan analisis bivariate menggunakan *Chi Square*. Izin laik ethics di Kemenkes Poltekkes Semarang dengan no *ethical Clearance* 1135/EA/KEPK/2023.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Karakteristik pada Umur, Pendidikan, Paritas dan Pekerjaan (n=30)

Kategori	F	%
Umur		
Reproduksi sehat	25	83,3
Reproduksi Berisiko	5	16,7
Pendidikan		
Dasar	18	60
Menengah	11	36,7
Tinggi	1	3,3
Paritas		
Primipara	10	33,3
Multipara	19	63,3
Grandemultipara	1	3,3
Pekerjaan		
Ibu bekerja	26	86,7
Ibu tidak bekerja	4	13,3

Pada Tabel.1 menujukan jika sebagian besar usia adalah berusia reproduksi sehat (83,3%), karakteristik pendidikan responden sebagian besar menempuh pendidikan dasar (60%), Sebagian besar paritas responden adalah multipara (63,3%) dan pada karakteristik pekerjaan Sebagian besar responden bekerja (86,7%).

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan, Sikap dan Praktik pada Aspek Nutrisi, istirahat dan Aktivitas pada Ibu Nifas (n=30)

Kategori	F	%
Pengetahuan		
Kurang	7	23,3
Baik	23	76,7
Sikap		
Negatif	7	23,3
Positif	23	76,7
Praktik		
Tidak terpenuhi	6	20
Terpenuhi	24	80

Pada Tabel.2 yaitu ibu nifas memiliki pengetahuan yang baik (76.7%), sebagian besar ibu nifas memiliki sikap positif (76.7%), dan sebagian besar responden melakukan praktik pada ibu nifas yang terpenuhi (80%).

Tabel 3 Pada kelompok dengan praktik terhadap nutrisi tidak terpenuhi yang memiliki pengetahuan nutrisi kurang (66,6%) lebih besar dibandingkan pengetahuan nutrisi baik (8,3%), sedangkan pada kelompok dengan praktik terhadap nutrisi terpenuhi yang memiliki pengetahuan tentang nutrisi kurang (33,3%) lebih kecil dibandingkan pengetahuan tentang nutrisi baik (91,7%). Uji yang dilakukan memiliki nilai 0.001 (<0.05) dengan *Chi Square* mengungkapkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan praktik terhadap nutrisi pada ibu nifas.

Tabel 3 dapat dilihat juga bahwa pada kelompok dengan praktik terhadap nutrisi tidak terpenuhi yang memiliki sikap negatif terhadap nutrisi (44,4%) lebih besar dibandingkan sikap positif terhadap nutrisi (9,5%), sedangkan pada kelompok dengan praktik terhadap nutrisi terpenuhi yang memiliki sikap negatif terhadap nutrisi (55,6%) lebih kecil dibandingkan sikap positif terhadap nutrisi (90,5%). Dilakukan uji bivariat mendapatkan hasil 0.028 (<0.05) dnegan Uji *Chi-Square* dan di dapatkan hubungan secara signifikan antara sikap dengan praktik terhadap nutrisi pada ibu nifas.

Faletehan Health Journal, 11 (2) (2024) 117-125
www. journal.lppm-stikesfa.ac.id/ojs/index.php/FHJ
ISSN 2088-673X | 2597-8667

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Nutrisi dengan Praktik terhadap Nutrisi pada Ibu Nifas (n=30)

Variabel	Praktik Nutrisi				Total		P value
	Tidak Terpenuhi		Terpenuhi				
	n	%	n	%	n	%	
Pengetahuan Nutrisi							
Kurang	4	66,6	2	33,3	6	100	0,001
Baik	2	8,3	22	91,7	24	100	
Sikap Nutrisi							
Negatif	4	44,4	5	55,6	9	100	0,028
Positif	2	9,5	19	90,5	24	100	

Tabel 4. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Istirahat dengan Praktik terhadap Nutrisi pada Ibu Nifas (n=30)

Variabel	Praktik Istirahat				Total		P value
	Tidak terpenuhi		Terpenuhi				
	n	%	n	%	n	%	
Pengetahuan Istirahat							
Kurang	5	71,4	2	28,6	7	100	0,002
Baik	3	13	20	87	23	100	
Sikap Istirahat							
Negatif	4	66,7	2	33,3	6	100	0,001
Positif	4	16,7	20	83,3	24	100	

Tabel 5. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Aktivitas dengan Praktik terhadap Nutrisi pada Ibu Nifas (n=30)

Variabel	Praktik Istirahat				Total		P value
	Tidak terpenuhi		Terpenuhi				
	n	%	n	%	n	%	
Pengetahuan Aktivitas							
Kurang	3	33,3	6	66,7	9	100	0,035
Baik	1	4,8	20	95,2	21	100	
Sikap Aktivitas							
Negatif	3	50	3	50	6	100	0,003
Positif	1	4,2	23	95,8	24	100	

Tabel 4 menunjukkan pada kelompok dengan praktik terhadap istirahat tidak terpenuhi yang memiliki pengetahuan istirahat kurang (71,4%) lebih besar dibandingkan pengetahuan istirahat baik (13%), sedangkan pada kelompok dengan praktik terhadap nutrisi terpenuhi yang memiliki pengetahuan istirahat kurang (28,6%) lebih kecil dibandingkan pengetahuan istirahat baik (87%). Uji bivariat memperoleh hasil 0.002 (<0.05) dengan Uji dengan *Chi-Square* dan di baca ada hubungan antara pengetahuan dengan praktik terhadap istirahat pada ibu nifas.

Pada Tabel 4 juga dapat dilihat pada kelompok dengan praktik terhadap istirahat tidak terpenuhi yang memiliki sikap negatif terhadap istirahat (66,7%) sama dengan sikap positif terhadap nutrisi (16,7%), sedangkan pada kelompok dengan praktik terhadap istirahat terpenuhi yang memiliki sikap negatif terhadap istirahat (33,3%) lebih kecil dibandingkan sikap positif terhadap istirahat (83,3%). Uji hubungan dilakukan dan di dapatkan hasil 0.001 (< 0.05) dengan Uji dengan *Chi-Square* sehingga ada hubungan antara sikap dengan praktik terhadap istirahat pada ibu nifas.

Tabel 5 menyatakan bahwa pada kelompok dengan praktik terhadap aktifitas tidak terpenuhi yang memiliki pengetahuan aktifitas kurang (33,3%) lebih besar dibandingkan pengetahuan istirahat baik (4,8%), sedangkan pada kelompok dengan praktik terhadap aktifitas terpenuhi yang memiliki pengetahuan aktifitas kurang (66,7%) lebih kecil dibandingkan pengetahuan istirahat baik (95,2%). Uji dengan *Chi-Square* dengan hasiil 0.035 (< 0.05), maka terdapat hubungan secara

signifikan antara pengetahuan aktifitas dengan praktik terhadap aktifitas pada ibu nifas.

Pada Tabel 5 juga ditemukan pada kelompok dengan praktik terhadap aktifitas tidak terpenuhi yang memiliki sikap negatif terhadap aktifitas (50%) lebih besar dibandingkan sikap positif terhadap nutrisi (4,2%), sedangkan pada kelompok dengan praktik terhadap aktifitas terpenuhi yang memiliki sikap negatif terhadap aktifitas (50%) lebih kecil dibandingkan sikap positif terhadap aktifitas (95,8%). Uji dengan *Chi-Square* didapatkan hasil 0.003 (< 0.05), sehingga ada hubungan secara signifikan antara sikap terhadap aktifitas dengan praktik terhadap aktifitas pada ibu nifas.

Berdasarkan hasil analisis data yang ditemukan, maka ada beberapa poin pembahasan diantaranya adalah:

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan data yang tercantum pada Tabel 1, dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden, yakni 25 orang (83,3%), merupakan ibu nifas dengan rentang usia reproduksi sehat. Usia 20-35 tahun dianggap sebagai rentang usia yang matang dan sehat untuk reproduksi, yang secara signifikan mendukung pemenuhan kebutuhan selama masa nifas. Di sisi lain, responden yang berusia di atas 35 tahun, meskipun melahirkan, dianggap berisiko tinggi. Pada rentang usia ini, baik organ reproduksi maupun kondisi fisik ibu sudah mengalami penurunan, berpotensi menimbulkan risiko bagi bayi, dan meningkatkan kesulitan selama kehamilan, persalinan, dan masa nifas (Cahyaningrum & Siwi, 2018).

Dalam konteks pendidikan, mayoritas responden, yaitu 18 orang (60%), memiliki pendidikan menengah sebagai tingkat pendidikan terakhir. Pendidikan memainkan peran penting dalam membentuk tindakan dan kemampuan seseorang dalam mencari solusi terhadap permasalahan hidup. Tingkat pendidikan yang tinggi memungkinkan seseorang bertindak secara rasional dan lebih terbuka terhadap ide-ide baru (Purba et al., 2023). Pendidikan juga dianggap sebagai proses untuk mencapai perubahan perilaku dan tujuan. Tingkat pendidikan yang tinggi memudahkan penyerapan informasi yang beragam, meningkatkan pemahaman, dan memperbaiki pengambilan keputusan. Pengaruh pendidikan ini mencakup seluruh aspek kehidupan manusia, seperti pikiran, perasaan, dan sikap (Hartini et al., 2021).

Ketika melihat distribusi frekuensi berdasarkan paritas, mayoritas responden, yaitu 19 orang (63,3%), merupakan multipara. Paritas, sebagai indikator pengalaman melahirkan, dihubungkan dengan pembentukan pengetahuan. Dengan adanya pengalaman, diharapkan seseorang dapat memiliki pengetahuan yang lebih baik (Fauziah, 2017). Hasil analisis menunjukkan bahwa paritas berdampak pada pengetahuan dan keterampilan, yang merupakan kenyataan dan teori. Mayoritas orang yang menjawab masih sangat muda, yang berarti mereka memiliki paritas rendah. Dalam kebanyakan kasus, semakin tinggi paritas seseorang, semakin banyak pengetahuan dan pengalaman yang dimilikinya, termasuk informasi yang dikumpulkan dari berbagai sumber, termasuk orang lain dan tenaga Kesehatan (Khoiriyah & Prihatini, 2014).

Beralih ke distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan, mayoritas responden, yaitu 26 orang (86,7%), bekerja. Pekerjaan diartikan sebagai aktivitas rutin untuk mendapatkan upah dalam melangsungkan kehidupan sehari-hari. Ibu nifas yaitu ibu rumah tangga yang tidak bekerja secara formal. Pengetahuan dan pengalaman dapat diperoleh dari lingkungan tempat bekerja, baik secara langsung maupun tidak langsung. Misalnya, orang yang bekerja di bidang kesehatan cenderung memiliki tingkat pengetahuan yang lebih tinggi daripada orang yang bekerja di bidang lain (Cahyaningrum & Siwi, 2018).

2. Pengetahuan terhadap nutrisi, istirahat dan aktivitas

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 24 orang (80%) menunjukkan pengetahuan nutrisi yang baik, sementara 6 orang (20%) memiliki pengetahuan nutrisi yang kurang. Responden terbanyak, sebanyak 23 orang (76,7%), memiliki pengetahuan istirahat yang baik, sedangkan 7 orang (23,3%) memiliki pengetahuan istirahat yang kurang. Selanjutnya, mayoritas responden, yaitu 21 orang (70%), menunjukkan pengetahuan aktivitas yang baik, sementara 9 orang (30%) memiliki pengetahuan aktivitas yang kurang.

Pengertian pengetahuan dalam konteks ini adalah hasil dari penginderaan atau pemahaman seseorang tentang suatu objek melalui indranya, seperti mata, hidung, telinga, dll (Prabandari et al., 2020). Tingkat perhatian dan persepsi terhadap suatu objek memiliki dampak pada pembentukan

pengetahuan individu saat melakukan penginderaan. Sebagian besar pengetahuan yang diperoleh individu berasal dari indera pendengaran (telinga) dan indera pengelihatan (mata) (Ridwan et al., 2021). Faktor pendidikan yang rendah, seperti tingkat pendidikan SD dan SMP, dapat berkontribusi pada kurangnya pengetahuan ibu, menghambat pemahaman terhadap informasi, dan berdampak negatif pada pembentukan pengetahuan (Eldawati, 2015)

3. Sikap terhadap nutrisi, istirahat dan aktivitas

Temuan penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 21 orang (70%) responden menunjukkan sikap positif terhadap nutrisi pada ibu nifas, sedangkan 9 orang (30%) menunjukkan sikap negatif. Adapun sikap terhadap istirahat dan aktivitas pada ibu nifas menunjukkan bahwa sebanyak 24 orang (80%) memiliki sikap positif terhadap istirahat, sementara 6 orang (20%) menunjukkan sikap negatif. Sebanyak 24 orang (80%) juga menunjukkan sikap positif terhadap aktivitas, sementara 6 orang (20%) menunjukkan sikap negatif.

Sikap mencakup komponen informasi tentang orang atau benda yang dimiliki oleh seseorang, termasuk kepercayaan atau pemikiran ibu nifas. Lebih dari setengah responden dalam penelitian ini menunjukkan bahwa mereka merasa baik tentang memenuhi kebutuhan dasar selama masa nifas. Hal ini mungkin disebabkan oleh pemahaman lebih dari setengah responden tentang bagaimana mereka memenuhi kebutuhan ibu. Keyakinan, pemikiran, dan tindakan mempengaruhi masyarakat seseorang dalam kehidupan sehari-hari, baik secara sadar maupun tidak sadar (Eldawati, 2015)

4. Praktik terhadap nutrisi, istirahat dan aktivitas

Dari hasil riset juga terlihat bahwa sebanyak 24 orang (80%) responden memiliki praktik nutrisi yang terpenuhi, sementara 6 orang (20%) tidak memenuhi praktik nutrisi. Sebanyak 22 orang (73,3%) menunjukkan praktik istirahat yang terpenuhi, sementara 8 orang (26,7%) tidak memenuhi praktik istirahat. Sebanyak 26 orang (86,7%) menunjukkan praktik aktivitas yang terpenuhi, sementara 8 orang (13,3%) tidak memenuhi praktik aktivitas.

Untuk menerjemahkan sikap dan pengetahuan tentang tindakan atau tindakan, didukung oleh faktor atau kondisi lain tertentu diperlukan, termasuk pengalaman. Perilaku seseorang dimulai dengan pengalaman individu tersebut dan dipengaruhi oleh sumber eksternal (lingkungan), baik fisik maupun nonfisik (Puji Astutik & Purwanti, 2021)

5. Hubungan Pengetahuan ibu nifas dengan Praktik tentang kebutuhan dasar ibu nifas

Temuan dari penelitian mengindikasikan bahwa praktik terhadap nutrisi yang tidak terpenuhi terkait dengan pengetahuan nutrisi yang kurang, mencakup 4 responden (66,6%) dengan nilai p=0.001, menunjukkan bahwa ada hubungan yang kuat antara pengetahuan nutrisi dan praktik nutrisi pada ibu nifas. Hasil serupa terlihat pada praktik terhadap istirahat yang tidak terpenuhi, di mana responden yang pengetahuan istirahat kurang sejumlah 5 orang (71.4%) dengan nilai p=0.002, menegaskan terdapat hubungan signifikan pengetahuan istirahat dan praktik terhadap istirahat pada ibu nifas. Untuk praktik terhadap aktivitas yang tidak terpenuhi, 3 responden (33,3%) dengan nilai p=0.035 menegaskan ada hubungan signifikan pengetahuan aktivitas dan praktik terhadap aktivitas pada ibu nifas.

Pengetahuan ibu nifas tentang kebutuhan dasar, seperti mobilisasi dini, buang air besar, diet, eliminasi urin, dan istirahat, akan mempengaruhi perilaku dan praktik sehari-hari mereka (Nurfurqoni & Nuryati, 2020). Meskipun belum ada penelitian sebelumnya yang fokus pada variable dan tema penelitian yang sama, hasil penelitian ini masih relevan dengan teori perilaku kesehatan, yang mengatakan bahwa pengetahuan seseorang mempengaruhi apa yang mereka lakukan atau praktikkan (Eldawati, 2015).

Selain itu, temuan penelitian sejalan dengan teori Green, yang menyatakan bahwa faktor pemungkin, faktor penguat, dan faktor predisposisi mempengaruhi perilaku manusia. Sebagai faktor predisposisi, pengetahuan mempengaruhi perilaku manusia. Pengetahuan tentang kebutuhan dasar ibu nifas sangat penting dalam praktik kebutuhan dasar ibu nifas karena dapat membantu mencegah komplikasi dan kematian ibu (Sahmad, 2018).

Menurut penelitian ini, ibu nifas kurang memahami bagaimana memenuhi kebutuhan dasar masa nifas. Oleh karena itu, tenaga kesehatan harus diberikan pendidikan kesehatan yang lebih baik

melalui program sosialisasi atau penyuluhan (Eldawati, 2015).

6. Hubungan Sikap ibu nifas dengan Praktik tentang kebutuhan dasar ibu nifas

Temuan dari penelitian menunjukkan bahwa praktik terhadap nutrisi yang tidak terpenuhi lebih dominan pada responden dengan sikap negatif terhadap nutrisi, mencakup 4 orang (44,4%), responden yang memiliki sikap positif terhadap nutrisi sebanyak 2 orang (9,5%). Hasil nilai p=0.001 menyatakan ada hubungan signifikan antara sikap terhadap istirahat dan praktik terhadap istirahat pada ibu nifas. Demikian juga, praktik terhadap nutrisi yang tidak terpenuhi lebih banyak ditemui dengan sikap negatif terhadap nutrisi sebanyak 4 orang (44,4%), di bandingkan responden yang memiliki sikap positif terhadap nutrisi sebanyak 2 orang (9,5%). Hasil nilai p=0.001 juga menegaskan ada hubungan signifikan antara sikap terhadap istirahat dan praktik terhadap istirahat pada ibu nifas. Untuk praktik terhadap aktivitas yang tidak terpenuhi, 3 responden (50%) dengan hasil p=0.003, menunjukkan hubungan signifikan antara sikap terhadap aktivitas dan praktik terhadap aktivitas pada ibu nifas.

Meskipun lebih dari setengah responden menunjukkan sikap positif terhadap kebutuhan dasar masa nifas, perlu diperhatikan bahwa sikap belum selalu diwujudkan dalam tindakan atau praktik. Untuk mewujudkan tindakan, dibutuhkan dukungan dari faktor lain dan kondisi tertentu, termasuk pengalaman (Maryunani, 2016). Pengalaman seseorang dan variabel di luar dirinya, baik fisik maupun non-fisik, mempengaruhi perilakunya. Selain itu, untuk mewujudkan sikap seseorang menjadi nyata, faktor pendukung seperti fasilitas, sarana, perawatan kesehatan, dan dukungan dari pihak lain juga diperlukan (Susanti, 2017).

Penelitian ini mendukung teorii (Notoadmojo, 2018) bahwa sikap seseorang dapat menghasilkan praktik yang tepat, baik positif maupun negatif. Faktor pendukung seperti fasilitas, sarana, prasarana, dan dukungan dari pihak lain diperlukan untuk mengubah sikap menjadi tindakan. Jika ibu nifas berdetak positif terhadap kebutuhan dasar selama masa nifas, mereka dapat meningkatkan kecenderungan untuk melakukan hal-hal yang diperlukan selama masa nifas, yang pada akhirnya akan mengurangi komplikasi risiko dan kematian selama masa nifas. Hal ini didasarkan pada teori dasar sikap, yang terdiri dari keyakinan, pendapat, penilaian, dan kecenderungan bertindak.(Nawati et al, 2016).

Meskipun kebanyakan ibu nifas melihat kebutuhan penting selama masa nifas, ada beberapa yang tidak. Melalui kegiatan konseling yang intensif, bidan atau tenaga kesehatan dapat memperbaiki hal ini dengan membangun komunikasi dan hubungan yang percaya antara mereka dan ibu nifas. Hal ini konsisten dengan penelitian lain yang menekankan bahwa keberhasilan konseling bergantung pada kemampuan konselor, yang mencakup pengalaman dan keahlian dalam melakukan pekerjaan dengan benar. Tenaga kesehatan yang mahir dan berpengalaman dapat membuat klien merasa nyaman dan percaya (Putinah, 2014).

Simpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengetahuan, sikap, dan praktik memiliki hubungan dengan kebutuhan dasar ibu nifas. Pengetahuan nutrisi dengan praktik nutrisi dan hubungan antara sikap istirahat dengan praktik istirahat. Kebutuhan dasar ibu nifas sangat penting untuk pemulihan organ tubuh dari masa kehamilan sehingga perlu memperhatikan asupan nutrisi, aktifitas yang seimbang dan istirahat yang cukup sehingga kondisinya bisa menyesuaikan kondisinya masing-masing

Kebutuhan penting selama masa nifas untuk menjaga kesehatan ibu dan bayinya Ada tiga faktor yang dapat mempengaruhi perilaku: faktor predisposisi, yang merupakan faktor yang dapat membantu terjadinya perilaku seseorang, seperti sikap, pengetahuan, dan keyakinan, kepercayaan, tradisi, dan nilai-nilai yang dianut oleh seseorang.

Daftar Pustaka

Cahyaningrum, E. D., & Siwi, A. S. (2018). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Pengetahuan Ibu Dalam Penanganan Demam pada Anak di Puskesmas I Kembaran Kabupaten Banyumas. *Jurnal Publikasi Kebidanan*, *9*(2), 1–13.

Dewi, V. N. L., & Sunarsih, T. (2017). *Asuhan kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: Salemba Medika.

Eldawati, S. (2015). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Nifas Dengan Praktik Perawatan Masa Nifas Di Kecamatan Gunungpati Kota Semarang Bulan Januari-Maret 2015.

JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT (e-Journal), *3*(3), 228–237.

Fauziah, S. (2017). *Keperawatan Maternitas Vol.2* (1st ed., Vol. 2). Prenada Media.

Fitriani, L., & Wahyuni, S. (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas* (1st ed., Vol. 1). Deepublish.

Hartini, S., Sunarno, R. D., & Marettina, N. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Penatalaksanaan ISPA terhadap Pengetahuan dan Keterampilan Ibu Merawat Balita ISPA di Rumah. *STIKES Telogorejo*.

Khoiriyah, A., & Prihatini, R. (2014). Hubungan Antara Paritas Dengan Keterampilan Menyusui Yang Benar Pada Ibu Nifas. *Jurnal Kebidanan*, *6*(2), 5. https://doi.org/10.30736/midpro.v6i2.43

Maryunani, A. (2016). *Buku Praktis Kehamilan Dan Persalinan Patologis (Resiko Tinggi dan Komplikasi) Dalam Kebidanan*. Jakarta: Trans Info Media.

Nawati et al. (2016). Hubungan Status Paritas Dengan Tingkat Kemandirian Ibu Postpartum Spontan dalam Perawatan Diri dan Bayi di RS PMI Bogor. *Jurnal Kesehatan*, *7*, 355–359.

Notoadmojo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Notoatmodjo, S. (2014). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.

Nurfurqoni, F. A., & Nuryati, S. (2020). Ethe Influence Of Traditional Birth Attendance (Tba) And Culture Towards Independence And Self-Caring Of The Mother During Early Postpartum. *Jurnal Riset Kesehatan Poltekkes Depkes Bandung*, *12*(1), 170–179. https://doi.org/10.34011/juriskesbdg.v12i1.824

Pitriani, R., & Andriyani, R. (2015). *Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal (Askeb III)* (1st ed., Vol. 1). Deepublish.

Prabandari, Y. S., Padmawati, R. S., Supriyati, Hasanbasri, M., & Dewi, F. S. T. (2020). *Ilmu Sosial Perilaku Untuk Kesehatan Masyarakat* (1st ed., Vol. 1). UGM Press.

Puji Astutik, L., & Purwanti, H. (2021). Pemberian Asi Eksklusif Dengan Penambahan Berat Badan Bayi Usia 6 Bulan. *Indonesian Journal for Health Sciences*, *5*(2), 114–119.

Purba, N. H., Mastikana, I., Purba, D., & Oktavia, L. D. (2023). Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perubahan Adaptasi Fisiologi Masa Nifas. *Jurnal Sains Kesehatan*, *30*(1), 26–31. https://doi.org/10.37638/jsk.30.1.26-31

Putinah. (2014). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kemandirian ibu post Sectio Caesaria di Rumah Sakit Islam Siti Khadijah Palembang. *Jurnal Keperawatan Bina Husada*.

Rahayu, H., Rosita, A., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Kemuliaan, B. (2020). Analysis Of Knowledge Of Postpartum Mothers About Alert Signs Of Postpartum Period Towards The Use Of Maternal And Child's Health Books At Budi Kemuliaan General Hospital. *Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, *7*(2), 395.

RI, K. (2014). *Mother's Day: Situasi Kesehatan Ibu. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI*.

Ridwan, M., Sukri, A., & Syukri, A. (2021). Analytical Studies On The Meaning Of Knowledge And Science And Its Types And Sources. *Jurnal Geuthèë: Penelitian Multidisiplin*, *04*(01), 31–54. http://www.journal.geutheeinstitute.com.

Rini, S., & Kumala, F. D. (2017). *Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice* (1st ed., Vol. 1). Deepublish.

Sahmad, Y. (2018). *Hubungan pengetahuan dengan tingkat kemandirian ibu dalam merawat diri selama periode nifas di RSUD Abunawas Kota Kendari. Poltekkes Kemenkes Kendari, Jurnal Ilmiah Praktisi Kesehatan Masyarakat Sulawesi Tenggara Vol.2/No.2/juni 2018; ISSN 2540-8283 eISSN: 2620-3294*.

Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Cetakan ke). Alfabeta.

Susanti, R. I. (2017). Analisis Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kemandirian Ibu 6 Jam Postpartum dalam Perawatan Diri dan Bayi di Puskesmas Kajen II Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Kebidanan Poltekkes Kemenkes Semarang*.

Swarjana, I. K. (2022). *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan – Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, Dan Contoh Kuesioner* (1st ed., Vol. 1). ANDI.

Wahyuni, S. (2019). *OBSTETRI FISIOLOGI* (1st ed., Vol. 1). Wineka Media.

Yusari Asih, SST. M. K., & Hj. Risneni, S. SiT. M. K. (2016). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui, Dilengkapi dengan Evidence Based Practice dan Daftar Tilik Asuhan Nifas* (pertama). Jakarta: CV. Trans Info Media.