

NUTRIENT FULFILLMENT OF MOTHERS DURING PUERPURIUM PERIOD IN
THE SE'I CULTURE AT SUBDISTRICT OF MOLO SELATAN
DISTRICT OF TIMOR TENGAH SELATAN

Alberth Matusalak Bau Mali¹, I Made Alit Gunawan², Sumarni³

ABSTRACT

Background: Se'I culture is a series of activities aimed to take care of mother during puerperium that consisted of abstain from certain foods, warming of mothers and Tatobi (compress) within 40 days. Mother during lactation period belong to age group that are susceptible to lack of nutrition because while breastfeeding the baby, they are undergoing recovery, menstruation and fulfilling their physical needs. Besides, during breastfeeding mother loose micro and macro nutrients such as zinc and calcium exerted throug breast milk. Abstain from food, either in types, amount or frequency, will bring negative impact to the fulfillment of mother during parturition period.

Objective: the study aimed to get an overview of the nutrient fulfillment of mother during puerperium in relation to the implementation of Se'I culture among Timor tribe.

Method: the study was qualitative that used phenomenological approach with mother during puerperium period of Timor tribe as subject of the study. Data were obtained through indepth interview, observation and food recall 24 hours. Data analysis used Miles and Huberman Model.

Result: care that was carried out during the implementation of Se'I culture aimed to support the process of recovery and maintain the physical condition as it was before pregnancy. The fulfillment of nutrients of mother during the practice of Se'I did not meet nutrition sufficiency as recommended.

Conclution: intake of nutrition of mothers during the practice of Se'I did not fulfill the need for nutrition and consume other foods that contained equal amount of nutrients when mothers were abstain from certain types of foods.

Keywords: Se'I culture, parturition, nutrient intake, puerpperium

A. Latar Belakang

Salah satu faktor yang secara langsung menyebabkan masalah gizi kurang atau gangguan gizi adalah asupan makanan seseorang. Asupan makanan seseorang juga

banyak faktor, antara lain kebiasaan makan yang ada dalam lingkungan keluarga maupun lingkungan masyarakat, dimana setiap individu mempunyai pengalaman terhadap cara

*) Dosen Jurusan Kebidanan - Poltekkes Kemenkes Kupang

makanan bagi dirinya sendiri berdasarkan keyakinan maupun kepercayaan-kepercayaan yang ada dalam masyarakatnya yang merupakan hasil dari budaya setempat.

Banyak masyarakat dari berbagai budaya percaya akan hubungan asosiatif antara suatu bahan makanan menurut bentuk dan sifatnya dengan akibat buruk yang ditimbulkannya. Menurut Swasono (1997), di lingkungan masyarakat yang menganut keyakinan mengenai dikotomi panas-dingin, kondisi ibu melahirkan dianggap mempunyai kualitas dingin, karena itu dilarang mengkonsumsi makanan yang berkualitas dingin.

Menurut budaya masyarakat Atoin Meto, seorang ibu yang telah melahirkan wajib mendapat perawatan di dalam rumah bulat oleh seorang dukun atau orang yang dipercaya mempunyai pengalaman merawat ibu melahirkan.

Bentuk perawatan pada ibu nifas tersebut berupa panggang atau Tatobi dan pantangan terhadap makanan tertentu. Pantangan -paantangan yang harus diikuti oleh ibu nifas berupa tidak boleh keluar selama 40 hari kecuali ke WC dan kamar mandi, tidak boleh mengkonsumsi makanan seperti daging, ikan telur, sayur-sayuran dan garam. Makanan yang diperbolehkan untuk dikonsumsi antara lain bubur/nasi dan jagung rebus (bose).

Kondisi ini dapat mengakibatkan masalah kesehatan bagi ibu dan bayinya, karena sebagian besar pantangan makanan yang dilaksanakan berkaitan dengan asupan zat gizi seperti protein, lemak, vitamin dan mineral. Selain itu, akibat lingkungan rumah yang kurang bersih dapat mengakibatkan ibu dan bayi mengalami ISPA. Menurut Soetjningsih (1994), ibu menyusui merupakan salah satu kelompok rawan gizi

karena saat menyusui ibu sedang mengalami pemulihan, menstruasi dan peningkatan kebutuhan tubuhnya. Disamping itu ibu nifas juga kehilangan zat gizi baik mikro maupun makro yang keluar melalui ASI.

Berdasarkan data tahun 2005, jumlah bayi yang mendapat ASI eksklusif di kabupaten Timor Tengah Selatan 4,5 % (Dinas Kesehatan Prop. NTT, 2006), fakta lain yang berkaitan adalah peningkatan angka kematian ibu nifas (185 kematian bufas) pada tahun 2004 dan pada tahun 2005 kematian maternal terbanyak di propinsi NTT adalah kabupaten Timopr Tengah Selatan dengan jumlah kematian sebanyak 103 kematian. Faktor sosial budaya merupakan salah satu penyebab kematian tersebut (Dinas Kesehatan Prop. NTT).

B. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran pemenuhan zat

gizi ibu nifas dalam pelaksanaan budaya Se'i pada masyarakat suku Timor Dawan di kecamatan Molo Selatan Kabupaten Timor Tengah Selatan.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pantangan terhadap jenis makanan yang dilaksanakan oleh ibu nifas dalam budaya Se'i.
- b. Mengidentifikasi pemenuhan kebutuhan zat gizi bagi ibu nifas melalui asupan makanan dalam pelaksanaan budaya Se'i.
- c. Mengidentifikasi tingkat kecukupan asupan zat gizi ibu nifas dalam pelaksanaan budaya Se'i.

C. Landasan Teori

Berdasarkan tinjauan pustakan yang telah diuraikan, maka asupan makanan sangat dipengaruhi oleh cara pandang, penilaian dan arti makanan bagi seseorang yang didasarkan pada keyakinan maupun kepercayaan-kepercayaan

yang ada di lingkungan keluarga maupun masyarakatnya. Sistem kepercayaan makanan di berbagai masyarakat dipengaruhi oleh keadaan yang kompleks dari sekumpulan perilaku dan nilai kepercayaan terhadap makanan dihubungkan dengan kesehatan, penyakit, umur, keadaan fisiologis seperti kehamilan, melahirkan, menyusui dan juga perasaan sosial dan kebutuhan emosional (Sanjur, 1982).

Dalam sejumlah budaya, masyarakat memandang bahwa kondisi fisik ibu melahirkan dianggap mempunyai kualitas dingin karena itu dilarang mengkonsumsi makanan berkualitas dingin (Swasono, 1997). Hal ini berkorelasi dengan adanya pantangan yang berlaku dimasyarakat sehingga dapat merupakan faktor pendukung terhadap

rendahnya asupan zat gizi seseorang.

Pengambilan keputusan di dalam keluarga merupakan salah satu faktor yang mendukung untuk menentukan apa yang boleh dan tidak boleh dikonsumsi oleh anggota keluarganya. Dapat dikatakan bahwa keluarga/rumah tangga merupakan faktor utamadalam pembentukan pola perilaku makan dan juga pembinaan kesehatan keluarga (Suharjo, 1989)

D. Metodologi

Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan fenomenologis untuk memperoleh gambaran tentang pemenuhan zat gizi ibu nifas dalam pelaksanaan budaya Se'i di kecamatan Molo Selatan kabupaten Timor Tengah Selatan propinsi Nusa Tenggara Timur.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas di kecamatan Molo Selatan dengan subjek penelitiannya adalah ibu-ibu post partum 0-40 hari sebanyak 5 orang yang melaksanakan budaya Se'i, seorang dukun, seorang bidan dan seorang tokoh masyarakat setempat. Cara pengambilan subjek penelitian yaitu snow ball, dimana penentuan subjek penelitian berdasarkan informasi dari subjek penelitian tentang individu-individu yang sering terlibat dalam pelaksanaan budaya Se'i.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan adalah peneliti sendiri dengan menggunakan alat bantu antara lain panduan wawancara terhadap ibu-ibu yang melakukan budaya Se'i, panduan observasi untuk memperoleh data asupan/pemenuhan kebutuhan zat gizinya dalam pelaksanaan budaya

Se'i, formulir food recall 24 jam untuk mengukur tingkat konsumsi zat gizi ibu-ibu nifas, audio visual yang digunakan untuk mendukung proses pengumpulan data dalam penelitian, alat tulis.

Analisa data dilakukan secara induktif terhadap informasi berupa pendapat dalam bentuk kata-kata, ungkapan atau narasi yang diungkapkan oleh subjek penelitian dan data hasil observasi. Analisa data dalam penelitian ini digunakan model Miles dan Huberman dengan cara data reduksi, data display, conclusion drawing/verification (Sugiono, 2008).

Pada tahap data reduktion, peneliti akan merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting dan mencari tema serta polanya. Selanjutnya peneliti akan melakukan data display, tanggungjawab peneliti adalah melakukan analisis

pola dan menentukan data berdasarkan hubungan antara pola. Tahap berikut adalah conclusion drawing/verification, peneliti akan memilih yang penting untuk membuat kategori dan membuang yang tidak dipakai untuk membuat kesimpulan.

Analisa data asupan zat gizi ibu nifas adalah mengonversi dari ukuran rumah tangga ke ukuran gram dengan menggunakan daftar konversi ukuran rumah tangga dan menimbang kemudian menganalisis makanan yang dikonsumsi dalam bentuk zat gizi (energi, protein, vitamin dan mineral) kemudian membandingkan dengan angka kecukupan gizi (AKG) untuk menentukan tingkat kecukupan asupan zat gizi subjek penelitian.

E. Hasil

1. Pantangan terhadap jenis makanan yang

dilaksanakan oleh ibu nifas dalam budaya Se'i.

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh bahwa semua ibu nifas melakukan pantangan terhadap beberapa jenis makanan terutama protein hewani seperti daging dan ikan dengan alasan apabila ibu nifas mengkonsumsi makanan tersebut dapat mengakibatkan proses penyembuhan / pemulihan organ reproduksi akan lebih lama. Alasan lain yang diperoleh selama penelitian bahwa ada pihak-pihak yang akan menentukan apa yang harus dilakukan oleh ibu nifas selama perawatan. Pihak-pihak tersebut adalah mereka yang terlibat selama proses perawatan berlangsung seperti dukun, orangtua termasuk mertua dan suami. Pantangan yang dilakukan oleh ibu nifas

merupakan bentuk pemahaman sederhana dari masyarakat setempat tentang hubungan antara makanan dengan kesehatan ibu nifas dan bentuk perlindungan yang bersifat over protektif terhadap ibu nifas sehingga keputusan untuk mengkonsumsi makanan harus ditentukan oleh dukun, orangtua dan suami tanpa didukung dengan pengetahuan yang memadai. Pemahaman yang sempit dari masyarakat terutama individu-individu yang terlibat dalam praktik pantangan makanan, mengartikan hubungan antara makanan dengan kesehatan secara sederhana, hal ini sejalan dengan pendapat Tan yang disitasi oleh Swasono bahwa "penduduk melihat adanya hubungan sebab

akibat antara mengkonsumsi makanan tertentu dengan keadaan kesehatan(Swasono, 1989).

2. Pemenuhan kebutuhan zat gizi bagi ibu nifas melalui asupan makanan dalam pelaksanaan budaya Se'i

Hasil penelitian memberikan gambaran bahwa dalam memenuhi kebutuhan energi, responden selalu bergantung pada hasil yang diperoleh dari bertani dan berkebun. Berdasarkan jenis makanan dan frekuensi makan responden, maka seharusnya kebutuhan energi responden dapat terpenuhi karena jenis makanan yang dikonsumsi mempunyai ketersediaan biologis energi baik, ditunjang frekuensi yang cukup berkisar 3-4 kali per hari. Frekuensi makan ibu nifas baik dikarenakan ibu nifas dan pihak-pihak

yang terlibat dalam aktivitas budaya Se'I menyadari bahwa ibu nifas sangat membutuhkan makanan dalam jumlah banyak untuk menghasilkan ASI. Menurut Almatsier, secara berurutan penghasil energi berkonsentrasi tinggi adalah bahan makanan sumber lemak, kacang-kacangan dan biji-bijian. Setelah itu bahan makanan sumber karbohidrat seperti padi-padian, umbi dan gula murni (Almatsier, 2005). Kebiasaan mengkonsumsi makanan penghasil energi pada responden terbentuk karena ketersediaan makanan sumber energi yang ada. Hal ini sejalan dengan pendapat Suhardjo, bahwa kebiasaan makan suatu masyarakat merupakan produk dari budaya setempat yang sangat

dipengaruhi oleh ada tidaknya bahan pangan tersebut di masyarakat (Suhardjo, 1989)

Asupan protein dari responden selama perawatan nifas (0-40 hari) mengalami penurunan dikarenakan adanya pantangan yang berlaku bagi ibu nifas. Pantangan terhadap jenis makanan penghasil energi tersebut adalah penyebab secara langsung. Kepercayaan terhadap pantangan merupakan suatu kondisi yang dianggap oleh masyarakat suku Timor pantangan akan menunjang kesehatan ibu nifas.

Kondisi yang sama juga diperoleh dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Afsesta pada suku Dayak di Palangkaraya, bahwa pengetahuan awal ibu nifas tentang pentingnya mengkonsumsi beragam

makanan dan berapa banyak yang harus dikonsumsi, sangat rendah (Afsesta, 2005)

Asupan makanan sumber vitamin hanya diperoleh ibu nifas dari konsumsi makanan seperti daun singkong, dan buah pepaya). Kedua jenis makanan tersebut merupakan jenis yang paling sering dijumpai di masyarakat. Selain ketersediaan bahan makanan, peneliti juga menemukan responden (3 orang) tidak mau mengkonsumsi jenis sayur tertentu seperti kangkung, Kol, pare karena dianggap dapat menyebabkan kembung dan bayi mereka akan mengalami diare apabila mereka menyusui. Penelitian yang dilakukan oleh Anggorodi tahun 1985 di desa Simpar dan desa Kosambi juga menemukan hal yang

sama yaitu ibu nifas tidak boleh mengkonsumsi buah yang masam seperti cereme, jeruk, mangga, semua jenis pisang dikarenakan anggapan bahwa jenis makanan tersebut dapat menyebabkan perut menjadi bengkak dan cepat hamil, jenis lain yang juga dilarang adalah jenis makanan yang licin seperti daun talas, kangkung karena dianggap dapat menyebabkan peranakan menjadi licin. Menurut Suhardjo, ada tiga faktor dominan yang mempengaruhi terbentuknya gaya hidup yang pada gilirannya menentukan pola konsumsi pangan yaitu kondisi ekosistem yang mencakup ketersediaan bahan makanan, kondisi ekonomi yang menentukan daya beli serta konsep kesehatan gizi (Suhardjo, 1989)

3. Mengidentifikasi tingkat kecukupan asupan zat gizi ibu nifas dalam pelaksanaan budaya Se'i.

Tingkat kecukupan energi yang diperoleh responden seharusnya dapat terpenuhi karena jenis makanan yang dikonsumsi mempunyai ketersediaan biologis energi yang baik, ditunjang dengan frekuensi yang cukup, tetapi hasil penelitian menggambarkan tingkat asupan energi responden tetap kurang. Rendahnya tingkat asupan energi responden diakibatkan oleh kurangnya jumlah/porsi makanan sumber energi selama pelaksanaan budaya Se'i. menurut Muhilal dan Hardinsyah (2004), jumlah asupan energi yang dianjurkan untuk ibu nifas per hari adalah 2160-2640 kkal. Sedangkan dalam penelitian ini asupan

energi responden rata-rata 800 kkal per hari.

Tingkat kecukupan asupan protein responden diperoleh makanan sumber protein yang dikonsumsi dan jumlah kandungan protein dalam makanan yang dikonsumsi. Jenis makanan sumber protein yang dikonsumsi sangat terbatas dikarenakan adanya pantangan.

Tingkat kecukupan asupan vitamin responden tidak mencukupi kebutuhan ibu nifas. Jenis makanan sumber vitamin yang dikonsumsi oleh responden sangat terbatas. Keterbatasan ini karena ada anggapan yang keliru tentang gizi dan alasan-alasan yang kurang rasional.

Tingkat kecukupan mineral selama melaksanakan budaya Se'I tidak sesuai angka kecukupan gizi yang

disebabkan oleh karena jenis, frekuensi dan jumlah makanan sumber mineral yang dikonsumsi sangat kurang. Menurut Almatsier, sebagian besar sumber mineral paling baik diperoleh dari hewani seperti ikan, daging, telur dan susu serta hasil olahan susu (almatsier, 2005). Kondisi inilah yang merukana penyebab sehingga tingkat asupan mineral semua responden tidak memenuhi angka kecukupan gizi (AKG) yang dianjurkan.

F. Simpulan

1. Pantangan yang dilakukan oleh semua ibu nifas selama melaksanakan budaya Se'l.
2. Pemenuhan zat gizi selama melaksanakan budaya Se'l hanya diperoleh ibu nifas dari jenis makanan yang tidak pantang dan

ketersediaan makanan yang ada di masyarakat.

3. Tingkat kecukupan energi, protein, vitamin dan mineral ibu nifas kurang dari angka kecukupan gizi (AKG) yang dianjurkan bagi ibu nifas.

DAFTAR PUSTAKA

Almatsier S. (2005) *Prinsip Dasar Ilmu Gizi* Gramedia Pustaka Utama, Jakarta

Anggorodi A.R. (1985) *Pantangan Makanan Pada Wanita Sunda Di Dalam Swasono M.F. Kehamilan, Kelahiran, Perawatan ibu dan Bayi Dalam Konteks Budaya*. Jakarta. UI Press (1998) Pp. 91-114

BKKBN. (2001) *Kehamilan, Persalinan dan Pasca Melahirkan* (internet) ; <http://www.BKKBN.co.id> (diakses 10 Agustus 2008).

BPS Prop. NTT (2000) *Profil Kependudukan Propinsi NTT* . BPS Prop. NTT

Departemen Kesehatan RI. (1991) *Buku Pedoman Pelayanan Gizi Rumah Sakit*. Direktorat Jenderal Pelayanan Medik

- Direktorat Rumah Sakit Khusus dan Swasta DEPKES RI
- Dinas Kesehatan Prop. NTT (2005) *Profil Kesehatan Propinsi NTT*. Dinkes Prop. NTT
- FKM UI. (2007) *Gizi dan Kesehatan Masyarakat*. Raja Grafindo Persada. Jakarta
- Foster & Anderson (2006) *Antropologi Kesehatan*. UI Press, Jakarta.
- Green L.W., Kreuter M.W., Deeds S & Patridge K.B. (1980) *Health Education Diagnostic Approach*, Diterjemahkan Oleh Wamdi Z, Tafal Z & Kresno S. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan RI
- Hardinsyah (1990) *Menaksir Kecukupan Energi dan Protein Serta Penilaian Mutu Gizi Konsumsi Pangan*, GMSK Faperta IPB, Bogor.
- Husaini, Yayah K. & Mahdin Anwar, 2001. *Makanan Bayi Bergizi*. Gadjah Mada University Press Yogyakarta.
- Irma Afsesta (2005) *Pengaruh Konseling Gizi terhadap pengetahuan, Sikap dan Praktek Gizi Ibu Nifas Suku Dayak*. Tesis, Universitas Gadjah Mada
- Mahadewi P., Hamam H. & Padmawati R.S. (2003) *Pola Konsumsi Pangan dan Status Gizi Ibu Post Partum 4 dan 6 Bulan*. Sains Kesehatan, 16, pp. 359-371
- Maryunani (2009), *Asuhan Pada Ibu Dalam Masa Nifas*. Trans Info Media, Jakarta
- Muchtadi D. (2002) *Gizi Untuk Bayi : ASI, Susu Formula dan Makanan Tambahan*, Pustaka Sinar Harapan, Jakarta.
- Muhilal dan Hardinsyah *Penentuan Kebutuhan Gizi Dan Kesepakatan Harmonisasi Di Asia Tenggara. Di Dalam Widyakarya Nasional Pangan Dan Gizi, VIII. Ketahanan Pangan Dan Gizi Di Era Otonomi Daerah Dan Globalisasi*, (2004), Jakarta.
- Notoatmodjo, S. (2008), *Promosi dan Ilmu Perilaku*. PT. Rhineka Cipta Jakarta.
- Paat E.F., Rumdasih Y. Dan Heryati (2005) *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. EGC , Jakarta.
- Soetjiningsih (1997), *ASI Petunjuk Untuk Tenaga Kesehatan*. Jakarta, EGC.
- Sugiyono, (2008), *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D* Alfabeta, Bandung.
- Suhardjo. (1989) *Sosio Budaya Gizi*. PAU Pangan dan Gizi IPB, Bogor.
- Swasono M.F. (1997) *Kehamilan, Kelahiran, Perawatan Ibu dan*

Bayi dalam Konteks Budaya. UI Press, Jakarta

Swasono M.F. & Soeselisa (1991) Kehamilan, Kelahiran dan Perawatan Pasca Kelahiran Bagi Ibu dan Bayi. Di Dalam Swasono M.F. Kehamilan, Kelahiran, Perawatan Ibu dan Bayi Dalam Konteks Budaya. Jakarta, UI Press (1989).