



ESTU UTOMO HEALTH SCIENCE JURNAL ILMIAH KESEHATAN

[http : //www.ejurnal.stikeseub.ac.id](http://www.ejurnal.stikeseub.ac.id)



HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN WAKTU PENGELUARAN KOLOSTRUM PADA IBU NIFAS DI PMB SISWATI

Ani Mulyandari¹, Shinta Ayu Retnawati²

^{1), 2)} Akademi Kebidanan Anugerah Bintang

Email: anishafeea2@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Jumlah makanan yang dikonsumsi sebelum dan selama hamil berpengaruh pada jaringan adiposa, cadangan nutrisi setelah bersalin dan kapasitas laktasi ibu. Status gizi ibu merupakan manifestasi dari apa yang dikonsumsi ibu. Adapun Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan yang bermakna antara status gizi dengan waktu pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di PMB Siswati tahun 2021. **Metode Penelitian :** Penelitian ini dilaksanakan dengan metode penelitian observasional analitik. Pada penelitian ini dilakukan pengamatan terhadap status gizi dan waktu pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di PMB Siswati melalui pendekatan *cross sectional*. **Hasil Penelitian :** Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data didapatkan dari 42 subjek yang mengalami pengeluaran kolostrum cepat, sebanyak 42 % memiliki status gizi tidak berisiko. Hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* 0,000 sehingga *p-value* tersebut <0,05. Ibu nifas yang mempunyai gizi dan nutrisi yang tercukupi akan mempengaruhi kinerja tubuh yang optimal, sedangkan Ibu nifas dengan status gizi tidak berisiko memiliki peluang untuk mengalami keterlambatan pengeluaran kolostrum sebesar 0,391 kali apabila dibandingkan dengan ibu nifas dengan status gizi berisiko. Hal ini menunjukkan bahwa status gizi tidak berisiko mempercepat waktu pengeluaran kolostrum pada ibu nifas. **Kesimpulan :** Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan waktu pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di PMB Siswati Tahun 2021

Kata Kunci : Status Gizi, Ibu Nifas, Pengeluaran kolostrum

THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL STATUS AND TIME OF COLOSTRUM EXPENDITURE IN POSTPARTUM MOTHERS AT PMB SISWATI

ABSTRACT

*Background: The amount of food consumed before and during pregnancy affects adipose tissue, nutritional reserves after delivery and the lactation capacity of the mother. The nutritional status of the mother is a manifestation of what the mother consumes. This study aims to determine a significant relationship between nutritional status and the timing of colostrum excretion in postpartum mothers at PMB Siswati in 2021. Research Methods: This research was conducted using an observational analytic research method. In this study, observations were made on the nutritional status and timing of colostrum excretion in postpartum mothers at PMB Siswati through a cross-sectional approach. Research Results: Based on research results and data processing, it was found that from 42 subjects who experienced rapid colostrum excretion, as many as 42% had a nutritional status that was not at risk. The statistical test results obtained a *p-value* of 0.000 so that the *p-value* was <0.05. Postpartum mothers who have adequate nutrition and nutrition will affect optimal body performance, while postpartum mothers with non-risk nutritional status have the opportunity to experience delays in colostrum excretion of 0.391 times when compared to postpartum mothers with risky nutritional status. This shows that nutritional status does not pose a risk of accelerating the time to expel colostrum in postpartum women. Conclusion: From the results of the study it can be concluded that there is a significant relationship between nutritional status and the timing of colostrum excretion in postpartum mothers at PMB Siswati in 2021*

Keywords: Nutritional Status, Postpartum Mother, Expenditure of colostrum

PENDAHULUAN

Status kesehatan tidak berdiri sendiri dan dipengaruhi oleh berbagai faktor lainnya, seperti status pendidikan, status ekonomi, infrastruktur dan sebagainya. Begitupula dengan status nutrisi berhubungan linear dengan status kesehatan seseorang. Status nutrisi bayi juga berhubungan dengan status nutrisi maternal, untuk menghasilkan ASI yang cukup payudara harus tumbuh dan berkembang dengan baik sejak masa pubertas dan dilengkapi saat kehamilan. Pertambahan berat badan ibu yang ideal saat hamil dan berat lahir bayi yang cukup merupakan indikator tidak langsung status nutrisi yang baik saat kehamilan. Keadaan ini dapat menunjukkan kecukupan cadangan energi saat memasuki fase laktasi (IDAI,2018).

Jumlah makanan yang dikonsumsi sebelum dan selama hamil berpengaruh pada jaringan adiposa, cadangan nutrisi setelah bersalin dan kapasitas laktasi ibu. Status gizi ibu merupakan manifestasi dari apa yang dikonsumsi ibu. Penilaian status gizi secara langsung dapat dinilai berdasarkan antropometri, salah satunya adalah dengan menilai Indeks Massa Tubuh (IMT). IMT merupakan alat sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan (Supriasa *et al*, 2013).

Hasil pengukuran yang spesifik mengenai ukuran dan perubahan proporsi tubuh merupakan indikator penting bagi status gizi. Pada orang dewasa, tinggi dan berat badan sama-sama digunakan untuk menghitung indeks massa tubuh (dengan membagi berat badan (kg) dengan tinggi pangkat dua (m^2)). WHO telah mendefinisikan sejumlah kisaran IMT yang mencerminkan risiko penyakit tertentu. Pada beberapa kelompok populasi, seperti bangsa Asia Selatan, risikokesehatan dapat meningkat pada nilai IMT yang lebih rendah dengan IMT yang ideal dan obesitas (Barasi, 2015).

Prevalensi nasional status gizi penduduk dewasa menurut IMT yaitu kurus 8,5%, berat badan lebih 14,5% dan obesitas 15,4%. Berdasarkan pembagian Kota Tanjungpinang, persentase status gizi dengan berat badan lebih dan obesitas tertinggi berada di Kota Tanjungpinang yaitu sebesar 15,6% dan 21,8% (Kemenkes RI, 2019).

Mengacu pada target program Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2019 sebesar 82%, maka secara nasional cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 52,3% belum mencapai target. Persentase bayi usia 0-6 bulan yang mendapat ASI eksklusif di Kota Tanjungpinang tahun 2020 yaitu Kecamatan Tanjungpinang Barat 54,92%,

Kecamatan Tanjungpinang Timur 71,55%, Kecamatan Bukit Bestari 74,27%, dan Kecamatan Tanjungpinang Kota 59,46% menempati cakupan terendah pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan (Dinkes, 2019).

Banyak faktor yang menyebabkan seseorang tidak dapat menyusui bayi. Salah satunya ialah air susu tidak keluar. Penyebab air susu tidak keluar juga tidak sedikit, mulai dari stres mental sampai penyakit fisik, termasuk malnutrisi. Ibu menyusui yang kekurangan gizi tidak akan dapat mempertahankan jumlah nutrien yang sama dalam jangka panjang. Kandungan lemak dalam ASI berkorelasi dengan kadar lemak tubuh ibu dan komposisi asam lemak yang disekresikan melalui ASI sebagian mencerminkan komposisi asam lemak dalam asupan diet ibu (Barasi, 2013; Arisman, 2015).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di BPM Siswati Kota Tanjungpinang didapatkan data jumlah persalinan pada tahun 2019-2020 sebanyak 1.139 persalinan, terdapat 33,3% ibu nifas primigravida yang belum mengeluarkan kolostrum pada hari pertama. Nani & Masruroh (2015) menunjukkan adanya hubungan antara ibu dengan status gizi baik dengan pengeluaran kolostrum.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan yang bermakna antara status gizi dengan waktu pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di PMB Siswati tahun 2021.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan dengan metode penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Pada penelitian ini dilakukan pengamatan terhadap status gizi dan waktu pengeluaran kolostrum pada Pada penelitian ini besar sampel ditetapkan berdasarkan penelitian Nani & Masruroh (2015) berjudul “Hubungan Status Gizi dengan Pengeluaran Kolostrum,” rumus besar sampel untuk penelitian *study cross sectional* $n = \frac{Z\alpha^2 PQ}{d^2}$ perhitungan dengan menggunakan rumus ini dan untuk mengantisipasi subjek terpilih yang *drop out* maka jumlah sampel minimal adalah 42 orang, dengan teknik pemilihan sampel yaitu *accidental sampling*. Uji statistik dengan *Kai Kuadrat*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur,
 Paritas dan Jenis Persalinan

No	Karakteristik	n	%
1.	Umur		
	1. Berisiko (<20 th dan >35 th)	21	40,4
	2. Tidak berisiko (20-35 th)	21	59,6
	Total	42	100,0
2.	Paritas		
	1. Primigravida	14	26,9
	2. Multigravida	28	73,1
	Total	42	100,0
3.	Jenis Persalinan		
	1. Perabdominal	18	53,8
	2. Pervaginam	24	46,2
	Total	42	100,0

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa kebanyakan responden dalam penelitian ini yaitu ibu berusia 20-35 tahun yaitu sebanyak 21 ibu (59,6%). Paritas responden dikategorikan menjadi primigravida dan multigravida. Sebagian besar paritas responden merupakan multigravida yaitu sebanyak 28 ibu (73,1%). Jenis persalinan dalam penelitian ini dikategorikan menjadi dua yaitu perabdominal dan pervaginam. Sebagian besar jenis persalinan responden yaitu perabdominal dengan jumlah sebanyak 18 ibu (53,8%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Status Gizi pada Ibu Nifas.

No	Status Gizi	n	%
1	Berisiko	22	42,3
2	Tidak Berisiko	20	57,7
	Jumlah	42	100

Berdasarkan tabel 2 di atas, menunjukkan bahwa kebanyakan status gizi pada ibu nifas di Siswati Tahun 2021 termasuk status gizi tidak berisiko yaitu sebanyak 20 ibu (57,7%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Waktu Pengeluaran Kolostrum pada Ibu Nifas di PMB Siswati Tahun 2021

No	Waktu Pengeluaran kolostrum	n	%
1	Lambat (>1 hari)	18	44,2
2	Cepat (\leq 1 hari)	24	55,8
	Jumlah	42	100

Berdasarkan table 3 diatas menunjukkan bahwa kebanyakan terjadinya pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di PMB Siswati Tahun 2021 tergolong cepat (≤ 1 hari), yaitu sebanyak 24 ibu (55,8%).

Kemudian dari hasil uji statistik *Kai Kuadrat* diperoleh nilai derajat signifikan p ($0,003$) $< \alpha$ ($0,05$) maka H_1 diterima, yang berarti bahwa ada hubungan antara status gizi dengan waktu pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di PMB Siswati Tahun 2021

Berdasarkan tabel karakteristik responden didapatkan hasil usia ibu mayoritas berusia 20-35 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini masih tergolong dalam usia reproduksi sehat. Umur sering dikaitkan dengan kematangan ataupun kemunduran organ reproduksi pada ibu yang berkontribusi terhadap komplikasi selama kehamilan, persalinan dan masa nifas. Menurut teori bahwa dengan bertambah usia seseorang akan mengalami perubahan aspek fisik dan mental seseorang, sehingga dengan adanya perubahan pematangan organ, maka taraf berfikir seseorang akan semakin dewasa. Paritas responden sebagian besar adalah multigravida. Menurut Soetjningsih (2013) pada kenaikan jumlah paritas ada sedikit perubahan produksi ASI walaupun tidak bermakna yaitu: anak pertama: jumlah ASI + 480 ml/24 Jam, anak kedua: jumlah ASI + 554 ml/24 jam, anak ketiga: jumlah ASI + 612 ml/24 jam, anak keempat: jumlah ASI + 580 ml/24 jam, anak kelima: jumlah ASI + 506 ml/24 jam, dan anak keenam: jumlah ASI + 534 ml/24 jam. Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa semakin banyak jumlah paritas, maka produksi ASI semakin menurun. Hal ini berbeda dengan Nugroho (2015) yang menyatakan bahwa pada ibu yang melahirkan lebih dari satu kali, produksi ASI pada hari keempat setelah melahirkan lebih tinggi dibanding ibu yang melahirkan pertama kali. Jenis persalinan responden sebagian besar adalah perabdominal. Hal ini menunjukkan bahwa wanita yang mengalami seksio sesaria yang tidak direncanakan memiliki jumlah oksitosin dan prolaktin yang lebih rendah dibandingkan dengan persalinan pervaginam. Sejalan dengan penelitian Kuguoglu (2012) yang menyatakan bahwa pemberian anastesi epidural menyebabkan level *beta-endorphins* menurun secara dramatis. *Beta-endorphins* diproduksi di dalam kolostrum dan air susu saat bersalin untuk melindungi bayi dari nyeri. Anastesi epidural dapat menunda onset laktogenesis. Ibu yang melahirkan secara vagina secara signifikan menghasilkan oksitosin lebih tinggi dibandingkan dengan persalinan sesar. Pada ibu yang menyusui, prolaktin akan

meningkat dalam keadaan-keadaan seperti pengaruh psikis, anastesi, operasi, rangsangan putingsusu, hubungan kelamin dan obat-obatan tranqulizer hipotalamus seperti reserpin, klorpromazin, fenotiazid. Sedangkan keadaan-keadaan yang menghambat pengeluaran prolaktin adalah gizi ibu yang jelek dan obat-obatan seperti ergot, 1- dopa (Soetjningsih, 2013).

Penelitian ini menunjukkan 44,2% ibu yang mempunyai status gizi berisiko mengalami pengeluaran kolostrum lambat, sedangkan pada ibu dengan status gizi tidak berisiko hanya terdapat 57,7% yang mengalami pengeluaran kolostrum lambat. Secara statistik didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,003. Sehingga secara statistik status gizi memberikan pengaruh bermakna terhadap pengeluaran kolostrum pada ibu nifas. Hasil uji statistik diperoleh nilai *p-value* 0,000 sehingga *p-value* tersebut <0,05. Ibu nifas yang mempunyai gizi dan nutrisi yang tercukupi akan mempengaruhi kinerja tubuh yang optimal. Sehingga metabolisme tubuh seperti sekresi kolostrum menjadi baik. Begitu juga sebaliknya bila status gizi dan nutrisi ibu jelek, metabolisme akan terhambat dan mengganggu pengeluaran kolostrum.

Hasil penelitian ini sesuai dengan beberapa teori yang mengungkapkan bahwa status gizi selama hamil akan mempengaruhi volume dari pada ASI, hal ini terjadi karena selama kehamilan, metabolisme tubuh ibu berubah sehingga berat badan ibu bertambah. Kelebihan energi tubuh akan disimpan dalam bentuk lemak dibawah jaringan sub kutan tubuh, dan kaki, selanjutnya simpanan lemak dalam tubuh ibu digunakan untuk memproduksi ASI. Sehingga jumlah ASI tergantung pada besarnya cadangan lemak yang tertimbun selama hamil, dan dalam batas tertentu diet selama menyusui.

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dan pengolahan data dapat disimpulkan : Ada hubungan antara status gizi dengan waktu pengeluaran kolostrum pada ibu nifas di PMB Siswati Tahun 2021 (*p-value* 0,003), Mayoritas responden dalam penelitian ini merupakan ibu berusia 20-35 tahun yaitu sebanyak 21 ibu (59,6%), paritas responden merupakan multigravida yaitu sebanyak 28 ibu (73,1%) dan sebagian besar jenis persalinan responden yaitu perabdominal dengan jumlah sebanyak 24 ibu (53,8%), Mayoritas ibu nifas di PMB siSwati tahun 2021 mempunyai satatus gizi tidak berisiko

sebanyak 20 ibu nifas (42,3%), Mayoritas ibu nifas di PMB siSwati tahun 2021 yang mengalami pengeluaran kolostrum cepat sebanyak 24 ibu (55,8%)

Diharapkan Penelitian ini dapat memberikan informasi tentang faktor yang mempengaruhi waktu pengeluaran kolostrum, sehingga dapat meningkatkan pelayanan asuhan kebidanan pada ibu nifas khususnya dalam pencatatan dan pemantauan status gizi ibu pada buku KIA pada saat sebelum, selama dan pada saat menyusui sehingga dapat melakukan pengembangan ilmu pengetahuan dan penelitian lebih lanjut dengan metode lain yang lebih baik, jumlah sampel yang lebih banyak, pengukuran yang lebih spesifik serta menambahkan variabel-variabel lain untuk melihat hubungannya dengan waktu pengeluaran kolostrum.

DAFTAR PUSTAKA

- Alhamda, S., Yustina, S. 2015. *Buku Ajar Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Yogyakarta : Deepublish
- Arisman, M.B. 2015. *Buku Ajar Ilmu Gizi : Gizi dalam Daur Kehidupan Edisi 5*. Jakarta: EGC
- Banudi, L. 2012. *Gizi Kesehatan Reproduksi Buku Saku Bidan*. Jakarta : EGC
- Fitriyanti., Joserizal, S., Sunesni. 2015. *Pengaruh Mobilisasi Ibu Post Partum terhadap Pengeluaran Kolostrum*. Jurnal Kesehatan Andalas; 4(1):30-36. Diunduh tanggal 9 maret 2021 dari <http://jurnal.fk.unand.ac.id>.
- IDAI, 2018. *Indonesia Menyusui*. Jakarta: Badan Penerbit IDAI.
- Kuguoglu, S., Hatice, Y., Meltem, K.T., Birse, C.D. 2012. *Breastfeeding After a Cesarean Delivery*. Diunduh tanggal 3 mei 2021 dari www.intechopen.com.
- Manuaba, Ida Ayu Chandranita, Ida Bagus Fajar Manuaba, Ida Bagus Gde Manuaba. 2007. *Pengantar Kuliah Obstetri*. Jakarta: ECG.
- Nani, S.A., Masruroh. 2015. *Hubungan Status Gizi Ibu dengan Pengeluaran Kolostrum pada Ibu Nifas di Wilayah Puskesmas Patebon 01 Kabupaten Kendal*. Jurnal Ilmu Kesehatan;6 :1-6. Diunduh tanggal 8 Mei 2021 dari jurnal.akbiduniska.ac.id
- Nugroho, T. 2011. *ASI dan Tumor Payudara Dilengkapi Kolostrum dan Gizi Seimbang Ibu Menyusui*. Bantul : Nuha Medika
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: RinekaCipta.
- Soetjiningsih. 2013. *ASI Petunjuk untuk Tenaga Kesehatan*. Jakarta : EGC.
- Supariasa, I.D.N., Bachyar Bakri., Ibnu Fajar. 2013. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: EGC.
- Wagner, C.L.2015. *Human Milk and Lactation*. Diakses tanggal 20 Juli 2016