KESEHATAN IBU HAMIL DARI PERSPEKTIF SOSIAL CULTURE/BUDAYA

Muh. Farhansyah

Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar

Email : muhfarhansyah609@gmail.com

PENDAHULUAN

Seluruh kebiasaan individu atau masyarakat, baik secara sadar maupun tidak yang akan mengarah pada upaya ibu hamil untuk menolong dirinya sendiri dari masalah kesehatan. Perilaku yang utuh ditentukan oleh pengetahuan, pikiran, keyakinan dan emosi yang memegang peranan sangat penting. Makanan baik yang diketahui oleh ibu hamil, tidak dilakukannya ketika makanan tersebut tidak diijinkan makan oleh budaya.(Husain et al., 2017)

Jika dilihat dari sudut pandang gizi, kesehatan dari makanan bukan hanya menyangkut semua makanan sehat, tetapi juga harus terdiri dari empat komponen, yaitu karbohidrat, protein, lemak, dan vitamin. Selain itu juga harus dilengkapi dengan susu untuk kebutuhan kalsiumnya atau disebut juga dengan keseimbangan gizi (Almatsier, 2009: 20).

Dalam jurnal (Husain et al., 2017) selain sudut pandang gizi, makanan juga dilihat dari sudut pandang budaya. Dilihat dari sudut pandang budaya, makanan meliputi pilihan rasional terhadap jenis makanan, cara memasak, kesukaan dan ketidaksukaan, kepercayaan, dan pantangan-pantangan yang berkaitan dengan bagaimana cara memproduksi, mempersiapkan, dan mengonsumsi makanan (Foster dan Anderson, 2006: 311-312).

Sehubungan dengan makanan yang sudah dijelaskan di atas, pemilihan makanan sangat penting untuk dilakukan, karena berpengaruh pada kondisi kesehatan seseorang. Salah satu kondisi di mana seseorang harus memperhatikan kesehatan dan melakukan pemilihan makanan adalah pada saat hamil, karena pemilihan makanan pada ibu hamil bukan hanya berpengaruh pada dirinya sendiri tetapi juga berpengaruh pada perkembangan janinnya (Petersen, 2012: 9).(Husain et al., 2017)

BUDAYA TERKAIT DALAM PERAWATAN KEHAMILAN

Pengaruh budaya atau adat istiadat yang terdapat di lingkungan responden cukup kuat seperti adanya mitos seputar kehamilan dan persalinan. Ini dikarenakan pendidikan yang rendah dan budaya generasi sebelumnya serta kepatuhan terhadap anjuran orang tua. Mitos atau pantangan yang harus dilakukan oleh ibu hamil yaitu pantangan terhadap makanan yang berasal dari sumber hewani (telur dan ikan laut) dan nabati (nanas, terong). Misalnya, nanas tidak boleh dimakan khawatir menimbulkan rasa panas dan tidak boleh makan makanan pedas karena khawatir bayinya sakit mata.(Devy et al., 2013)

Berdasarkan penjelasan dalam jurnal (Devy et al., 2013) makanan yang dipantang yaitu sumber hewani dan nabati. Selain itu, ibu hamil juga melakukan pantangan yang lain seperti duduk di tengah pintu dan duduk di lantai tanpa alas/tikar/bangku kecil serta mereka masih percaya pada adanya gangguan jin yang dapat mengancam keselamatan bayi dalam kandungan atau bayi yang baru saja dilahirkan. Adanya pengaruh budaya (mitos) seputar kehamilan yang cukup kuat mengakibatkan sebagian besar responden lebih mempercayai budaya tersebut daripada anjuran tenaga kesehatan (dokter dan bidan). Mereka tetap melakukan pemeriksaan kehamilan ke dukun karena menganggap bahwa dukun lebih mengerti posisi bayi dalam kandungan dan dapat melakukan pemijatan perut yang mempermudah saat persalinan (Devy et al., 2013).

TINDAKAN IBU HAMIL UNTUK MELAKUKAN PERAWATAN KEHAMILAN

Pada jurnal (Devy et al., 2013) mayoritas responden telah melakukan pemeriksaan kehamilan rutin tiap bulan ke pelayanan kesehatan terutama

posyandu. Selain ke Posyandu, sebagian responden memeriksakan kehamilannya ke dukun dengan asumsi bahwa dukun mengetahui letak posisi bayi dan dapat melakukan pemijatan untuk mempermudah saat melahirkan. Tujuan pemeriksaan kehamilan yaitu :

1. Menjaga agar ibu sehat selama masa kehamilan, persalinan dan nifas serta mengusahakan bayi yang dilahirkan sehat.
2. Memantau kemungkinan adanya risiko-risiko kehamilan, dan merencanakan penatalaksanaan yang optimal terhadap kehamilan risiko tinggi.
3. Menurunkan morbiditas dan mortalitas ibu dan perinatal Keterikatan mereka pada adat kebiasaan atau mitos seputar kehamilan dan persalinan cukup besar sehingga mereka lebih mempercayai perkataan dukun daripada petugas kesehatan.

PENGETAHUAN TENTANG CARA MENJAGA KESEHATAN

Ibu hamil percaya bahwa dirinya sehat, ketika mereka tidak banyak pikiran dan tidak mengalami komplikasi yang akan berdampak buruk pada janinnya. Pemikiran yang ada di dalam diri ibu hamil akan dirasakan juga oleh anak yang ada di dalam kandungannya, untuk itu sebisa mungkin ibu hamil menghindari pikiran stress selama masa kehamilan. Semenjak ibu hamil mencoba untuk mengikuti apa yang dikatakan oleh orang tua dan bidan desa untuk tidak memikirkan hal-hal yang akan berakibat buruk pada janinnya, pada saat itu lah kandungan ibu hamil akan merasa baik-baik saja dan setiap bulan semakin normal (Fajeril et al., 2020).

POLA PEWARISAN BUDAYA DALAM PERAWATAN KEHAMILAN

Perawatan kehamilan yang berasal dari budaya tersebut menunjukkan adanya keterlibatan orang tua atau mertua dalam mengambil peran selama masa kehamilan ibu hamil. Proses pewarisan budaya perawatan kehamilan berasal dari anjuran orang tua atau mertua yang akhirnya lingkungan sosial (ibu-ibu yang pernah hamil) juga ikut terpengaruh untuk saling berbagi pengalaman selama

masa kehamilan dan saat melakukan perawatan kehamilan. Budaya perawatan kehamilan diturunkan secara terus-menerus ke anak cucunya sehingga budaya perawatan kehamilan tersebut tetap terjaga dan terus ada hingga kini walaupun ilmu pengetahuan medis telah menyentuh ke dalam berbagai aspek kehidupannya.(Devy et al., 2013).

PEMENUHAN GIZI SEIMBANG PADA IBU HAMIL

Dalam jurnal (Alam et al., 2020) Gizi seimbang merupakan suatu susunan makanan sehari-hari yang mengandung zat-zat gizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh dan terpenuhi, dengan memerhatikan prinsip variasi makanan atau keanekaragaman, kebersihan, aktivitas fisik, dan berat badan ideal (Supariasa et al., 2002). Apabila asupan gizi didalam tubuh ibu hamil sedikit, maka akan mengakibatkan beberapa masalah gizi yang berimbas pada perkembangan dan pertumbuhan janin.(Fajeril et al., 2020).(Alam et al., 2020)

Selain itu, kurangnya zat besi pada ibu hamil akan mengakibatkan anemia. Zat besi sangat dibutuhkan oleh ibu hamil untuk mencegah terjadinya anemia dan menjaga pertumbuhan janin secara optimal. Kementerian Kesehatan menganjurkan agar ibu hamil mengonsumsi paling sedikit 90 pil zat besi selama kehamilannya (Depkes RI, 2001). (Alam et al., 2019).

Ibu hamil yang patuh mengonsumsi tablet Fe memiliki resiko kejadian anemia lebih rendah dibandingkan ibu hamil yang tidak patuh dalam mengonsumsi tablet Fe, hal ini dikarenakan semakin baik kecukupan konsumsi tablet Fe maka tingkat kejadian anemia semakin rendah.(Alam et al., 2019).

REFERENSI

- Alam, S., Ansyar, D. I., & Satrianegara, M. F. (2020). Eating pattern and educational history in women of childbearing age. *Al-Sihah: The Public Health Science Journal*, 12(1), 81.
<https://doi.org/10.24252/as.v12i1.14185>
- Alam, S., Syarfaini, Aeni, S., Habibi, & Noviani, N. A. (2019). Faktor Risiko Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Raya Kota Makassar. *Al-Sihah: Public Health Science Journal*, 11(2), 143–155.
- Devy, S. R., Haryanto, S., Hakimi, M., Prabandari, Y. S., & Mardikanto, T. (2013). Perawatan kehamilan dalam perspektif budaya Madura di desa Tambak dan desa Rapalaok kecamatan Omben kabupaten Sampang. *Jurnal Promosi Kesehatan*, 1(1), 36–44.
- Fajeril, M., Wahyu, F., Fitri, N., Astuti, W., & Itsnanisa, D. (2020). *Peningkatan Kesadaran Kebutuhan Gizi Ibu Hamil Sebagai Tindakan Pencegahan Stunting Melalui Modul Emotional-Demonstration (Emo-Demo)*. 17, 48–53.
- Husain, F., Arsi, A. A., & Artikel, I. (2017). Siti Zakiyatur Rofi'ah 1 , Fadly Husain 2 , Antari Ayuning Arsi 3 *276*(2), 1–13.