

TESIS

**PENGARUH PERSONAL COACHING TERHADAP
PENINGKATAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN TINDAKAN
TENTANG GIZI LAKTASI, INVOLUSIO UTERI DAN LOCHEA
PADA IBU NIFAS**



NURJANA EVIASTY

P102191059

**PROGRAM STUDI MAGISTER ILMU KEBIDANAN
SEKOLAH PASCASARJANA UNIVERSITAS HASANUDDIN
MAKASSAR 2020**

HALAMAN PENGANTAR

**PENGARUH PERSONAL COACHING TERHADAP
PENINGKATAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN TINDAKAN
TENTANG GIZI LAKTASI, INVOLUSIO UTERI DAN LOCHEA
PADA IBU NIFAS**

Tesis

Sebagai Salah Satu Syarat untuk Mencapai Gelar Magister

Program Studi

Ilmu Kebidanan

Disusun dan diajukan oleh

Nurjana Eviasty

Kepada

**SEKOLAH PASCASARJANA
UNIVERSITAS HASANUDDIN MAKASSAR**

LEMBAR PENGESAHAN TESIS

PENGARUH PERSONAL COACHING TERHADAP PENINGKATAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN TINDAKAN TENTANG GIZI LAKTASI, INVOLUSIO UTERI DAN LOCHEA PADA IBU NIFAS

Disusun dan diajukan oleh :

NURJANA EVIASTY

P102181059

Telah dipertahankan dihadapan Panitia Ujian yang dibentuk dalam rangka Penyelesaian Studi Program Magister Program Studi Ilmu Kebidanan Sekolah Pascasarjana Universitas Hasanuddin Makassar Pada Tanggal 12 Oktober 2021 dan dinyatakan telah memenuhi syarat kelulusan


Menyetujui,

Pembimbing Utama



Prof. Dr. dr. Nurpudji Astuti Daud, MPH., Sp.GK(K)
NIP. 19561020 198503 2 001

Pembimbing Pendamping



Dr. Healthy Hidayanty, SKM., M.Kes
NIP. 19810407 200801 2 013

Ketua Program Studi
Ilmu Kebidanan



Dr. dr. Sharvianty Arifuddin, Sp. OG(K)
NIP. 1973 0831 2006 04 2001

Dekan Sekolah Pascasarjana
Universitas Hasanuddin



Prof. Dr. Ir. Jamaluddin Jompa, M.Sc
NIP. 1967 0308 1990 03 1001

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Nama : Nurjana Eviasty
Nim : P102191059
Program studi : Ilmu Kebidanan Sekolah Pascasarjana Unhas

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tesis yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau hasil pemikiran orang lain. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan tesis ini hasil karya orang lain, saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya.

Makassar, Januari 2021

Yang Menyatakan



Nurjana Eviasty

PRAKATA

وَبَرَكَاتُهُ اللَّهُ وَرَحْمَةً عَلَيْكُمْ لَسَلَامٌ

Puji syukur peneliti panjatkan kehadiran ALLAH SWT yang telah melimpahkan berkat dan rahmat-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan tesis ini dengan baik.

Tesis ini disusun sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Magister Ilmu Kebidanan di Universitas Hasanuddin Makassar dengan judul “Pengaruh Personal *Coaching* terhadap Pengetahuan, Sikap dan Tindakan tentang gizi laktasi, involusio uteri, dan lochea Ibu Nifas .”

Dalam penyusunan tesis ini peneliti banyak mendapat bantuan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu peneliti ingin menghaturkan terima kasih dan penghargaan yang tulus kepada:

1. Prof. Dr. Dwia Aries Tina Pulubuhu, MA, selaku Rektor Universitas Hasanuddin Makassar
2. Prof. Dr. Ir. Jamaluddin Jompa, M.Sc selaku Dekan Sekolah Pascasarjana Universitas Hasanuddin Makassar
3. Dr. dr. Sharvianty Arifuddin, Sp. OG (K) selaku Ketua Program Studi Ilmu Kebidanan Sekolah Pascasarjana Universitas Hasanuddin Makassar
4. Prof. Dr .dr. Nurpudji Astuti Daud, MPH., Sp.GK(K) selaku pembimbing I yang telah memberikan banyak bimbingan kepada peneliti dalam menyelesaikan tesis ini.
5. Dr. Healthy Hidayanty, SKM., M.Kes selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan kepada peneliti dalam menyelesaikan tesis ini.
6. Prof. dr. Veni Hadju, M.Sc., Ph.D. selaku penguji I yang telah banyak memberikan kritik dan saran dalam penyelesaian tesis ini.
7. Dr. dr. Martira Maddeppungeng, Sp.A (K) selaku penguji II yang telah banyak memberikan kritik dan saran dalam penyelesaian tesis ini.
8. Dr. dr. Burhanuddin Bahar, MS. selaku penguji III yang telah banyak memberikan kritik dan saran dalam penyelesaian tesis ini.
9. Seluruh pengajar dan Staf Sekolah Pascasarjana Universitas Hasanuddin Makassar yang telah banyak memberikan pendidikan dan ilmu pengetahuan selama peneliti mengikuti pendidikan.
10. Terkhusus rasa hormat penuh cinta dan kasih sayang serta ucapan terima kasih kepada bapak dan ibu tercinta yang tak henti-hentinya memanjatkan

doanya serta senantiasa memberikan motivasi, dukungan dan bantuan moril dalam menyelesaikan Tesis ini.

11. Rekan-rekan seperjuangan Magister Kebidanan Angkatan VIII Sekolah Pascasarjana Universitas Hasanuddin Makassar

Semoga semua bantuan, bimbingan dan saran yang diberikan kepada peneliti senantiasa dibalas dan bernilai pahala oleh Allah SWT, Aamiin.

Makassar, Januari 2021

Nurjana Eviasty

ABSTRAK

NURJANA EVIASTY. *Pengaruh Personal Coaching terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Tindakan terhadap Gizi Laktasi Involusio Uteri dan Lochea pada Ibu Nifas (dibimbing oleh Nurpudji Astuti dan Healthy Hidayanti).*

Penelitian ini bertujuan mengetahui efek edukasi personal *coaching* tentang gizi laktasi, involusio uteri, dan *lochea* terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan ibu nifas antarkelompok intervensi dan kelompok kontrol di wilayah kerja RSIA Bahagia Makassar dan RSIA Ananda Kota Makassar.

Penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen dengan rancangan *pre-post test with control design* yang melibatkan dua kelompok ibu nifas yaitu masing-masing 43 responden pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Sampel diambil secara purposive sampling. Penelitian dilaksanakan di wilayah kerja RSIA Bahagia Kota Makassar dan RSIA Ananda Kota Makassar pada bulan Maret s.d. April tahun 2020. Intervensi berupa personal *coaching* diberikan 2 kali yaitu satu kali pada trimester terakhir dan satu kali setelah melahirkan pada hari kedua masing-masing 60 menit pada setiap pemberian edukasi. Kelompok kontrol diberikan penyuluhan oleh bidan sesuai instruksi peneliti. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon, uji Mann Whitney, dan Chi Square.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan pada peningkatan pengetahuan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai $p=0.000$. Terdapat perbedaan yang signifikan pada sikap responden antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai $p=0.000$. Terdapat perbedaan yang signifikan pada konsumsi protein yang terjadi antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai $p=0.002$. Terdapat perbedaan yang signifikan pada peningkatan konsumsi VIT A yang terjadi antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai $p=0.001$. Terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol dengan nilai $p=0.036$. Dengan demikian, terdapat peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan yaitu tindakan konsumsi protein, tindakan konsumsi VIT A, dan tindakan konsumsi VIT C pada ibu nifas yang berada di wilayah kerja RSIA bahagia Kota Makassar dan RSAI Ananda Kota Makassar.

Kata kunci: Edukasi, Personal *Coaching*, Gizi, Ibu Nifas



ABSTRACT

NURJANA EVIASTY. *The Influence of Personal Coaching on Increasing Knowledge, Attitudes and Actions on Nutrition, Lactation, Uterine Involution and Lochea in Postpartum Mothers* (Supervised by **Nurpudji Astutin Daud and Healthy Hidayanty**)

The purpose of this study is to overcome the effects of personal coaching education on nutrition lactation, uterine involution, and lochea on the knowledge, attitudes and actions of postpartum mothers between the intervention group and the control group in the work area of the "Bahagia" Mother and Child Hospital Makassar and "Ananda" Mother and Child Hospital Makassar.

This study used a Quasy experiment with a pre-post test with control design, which involved two groups of postpartum mothers, namely 43 respondents in the intervention group and the control group. The sample selection was based on purposive sampling. This research was conducted in the working area of "Bahagia" Mother and Child Hospital Makassar and "Ananda" Mother and Child Hospital Makassar from March to April 2020. Interventions in the form of personal coaching were given 2 times, once in the last trimester and once after ending on the second day 60 minutes each for each educational provision. The control group was given counseling by the midwife according to the researcher's instructions. Data were analyzed using Wilcoxon Test, Mann Whitney Test and Chi Square.

The results of this study indicate that there is a significant difference in the increase in knowledge between the intervention group and the control group with p value = 0.000. There is a significant difference in the attitude of the respondents between the intervention group and the control group with p value = 0.000. There is a significant difference in protein consumption that occurred between the intervention group and the control group with p value = 0.002. There is a significant difference in the increase in the consumption of VIT A that occurred between the intervention group and the control group with p value = 0.001. There is a significant difference between the intervention group and the control group with a score of $p=0.036$. There is an increase in knowledge, attitudes, and actions, namely the act of protein consumption, the act of consuming VIT A, and the act of consuming VIT C in postpartum mothers who are in the work area of "Bahagia" Mother and Child Hospital Makassar and "Ananda" Mother and Child Hospital Makassar.

Keywords: Education, Personal Coaching, Nutrition, Postpartum Mother



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGAJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iv
PRAKATA	v
ABSTRAK	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar belakang	1
B. Rumusan masalah	7
C. Tujuan penelitian.....	7
D. Manfaat penelitian.....	8
E. Kerangka teori.....	10
F. Kerangka konsep	11
G. Hipotesis.....	11
H. Definisi operasional.....	12
I. Alur penelitian	16
BAB II METODE PENELITIAN	
A. Rancangan penelitian	17
B. Lokasi dan waktu	17
C. Populasi dan sampel.....	17
D. Instrument pengumpulan data	20
E. Pengolahan dan analisa data	23
BAB III HASIL PENELITIAN	26
BAB IV PEMBAHASAN	38
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
DAFTAR PUSTAKA.....	51

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1	Definisi Operasional	11
Tabel 2.1	Perhitungan Sampel	17
Tabel 3.1	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Data Numerik...	25
Tabel 3.2	Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Data Kategorik.	26
Tabel 3.3	Distribusi Perbedaan Pengetahuan Responden Sebelum Dan Setelah Edukasi Personal <i>Coaching</i> Pada Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol	29
Tabel 3.4	Distribusi Perbedaan Sikap Responden Sebelum Dan Setelah Edukasi Personal <i>Coaching</i> Pada Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol	30
Tabel 3.5	Distribusi Perbedaan Tindakan Konsumsi Protein Responden Sebelum Dan Setelah Edukasi Personal <i>Coaching</i> Pada Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol	31
Tabel 3.6	Distribusi Perbedaan Tindakan Konsumsi VIT A Responden Sebelum Dan Setelah Edukasi Personal <i>Coaching</i> Pada Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol	32
Tabel 3.7	Distribusi Perbedaan Tindakan Konsumsi VIT C Responden Sebelum Dan Setelah Edukasi Personal <i>Coaching</i> Pada Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol	33

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 kerangka Teori	9
Gambar 1.2 Kerangka Konsep	10
Gambar 1.3 Alur Penelitian	14

BAB I

PENDAHULUAN

1. LATAR BELAKANG

Masa Nifas merupakan periode dimana terdapat perubahan pada kondisi reproduksinya pasca melahirkan. Wanita akan mengalami perubahan fisiologis dimana uterus mengalami pengerutan kembali menjadi ukuran semula. Untuk mengembalikan kondisinya, masyarakat Indonesia memiliki beberapa tradisi seperti membatasi makanan tertentu maupun mengonsumsi jamu. (Prastiwi, R.S., 2018)

Menurut Hamranani (2012) dalam Mayasari dan Jayanti (2019) mengatakan bahwa masa nifas merupakan masa yang cukup penting bagi tenaga kesehatan untuk selalu melakukan pemantauan karena pelaksanaan yang kurang maksimal dapat meningkatkan angka kematian ibu (AKI) seperti perdarahan atau komplikasi pada ibu nifas. (Mayasari & Jayanti., 2019)

AKI saat ini masih tergolong tinggi menurut data dari *World Health Organization* (WHO) angka kematian ibu (AKI) pada tahun 2015 yaitu 216 per 100.000 kelahiran hidup atau 303.000 jumlah kematian ibu. (WHO., 2015)

AKI di Indonesia berdasarkan data dari SDKI Tahun 2015 angka kematian ibu (AKI) sebesar 309 per 100.000 kelahiran hidup. Namun jika dibandingkan pada tahun 2012 angka ini mengalami penurunan yaitu 359 per 100.000 kelahiran hidup. (Sutarjo et al., 2017; Qonitun, U dan Novitasari, F., 2018)

Jumlah AKI di Sulawesi Selatan berdasarkan data Bidang Binkesmas Dinkes Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2015 yaitu 149 orang atau 99.38 per 100.000 kelahiran hidup, yang terdiri dari kematian ibu hamil 19 orang (12,75%), kematian ibu bersalin 44 orang (29,53%), dan kematian ibu nifas 86 orang (57,71%).

Berdasarkan data direktorat kesehatan ibu tahun 2013, penyebab kematian ibu yaitu perdarahan (30,3%), Hipertensi (27,1%), infeksi (7,3%), partus lama (0,0%), abortus (0,0%), penyebab lain-lain (40,8%).

Jumlah angka kematian ibu (AKI) di RSIA Bahagia Makassar pada tahun 2015 sebanyak 1 orang dan jumlah AKI pada tahun 2015 di RSIA Ananda Makassar sebanyak 0 orang.

Dalam masa nifas, ibu akan mengalami banyak perubahan baik secara fisik maupun fisiologis dan sebagian besar bersifat fisiologis. Diantara perubahan fisiologis pada masa nifas yaitu laktasi, involusi uteri, dan pengeluaran darah nifas atau yang biasa disebut dengan *lochea*, dan jika proses fisiologis ini tidak berjalan normal dapat menyebabkan komplikasi pada masa nifas seperti sub involusi uteri, pembengkakan payudara hingga terjadi mastitis, pemanjangan periode pengeluaran *lochea* yang jika tidak tertangani dengan cepat dan tepat dapat berujung pada kematian ibu. Oleh karena itu, selama masa nifas ibu membutuhkan tambahan komponen gizi yang baik dari luar diantaranya protein, Vit A dan Vit C agar proses laktasi, involusi uteri dan *lochea* berjalan lancar. (Prastiwi,R.S., 2018)

Menyusui adalah suatu proses alamiah, walaupun demikian dalam lingkungan kebudayaan kita saat ini melakukan hal yang alamiah tidaklah selalu mudah sehingga perlu pengetahuan dan latihan yang tepat oleh karena itu sangat penting dilakukann edukasi pada ibu post partum. Fakta menunjukkan terdapat

40% wanita yang tidak menyusui bayinya karena banyak yang mengalami nyeri dan pembengkakan payudara. Adapun Keuntungan menyusui bagi ibu yaitu penurunan resiko perdarahan pasca persalinan sehingga dapat menurunkan angka kematian ibu (AKI), penurunan resiko anemia, serta peningkatan hubungan psikologis ibu dan bayi. (Mulyani dkk., 2012; Rinata dkk., 2016)

Menyusui merupakan suatu proses alamiah, namun sering ibu-ibu tidak berhasil menyusui atau menghentikan menyusui lebih dini. Banyak alasan yang dikemukakan oleh ibu yang tidak menyusui anaknya, diantaranya ibu tidak memproduksi ASI yang cukup karena banyak ibu menyusui yang melakukan pantangan makanan tertentu karena masih kuatnya tradisi budaya di masyarakat padahal hal tersebut yang menyebabkan ASI tidak berkualitas dan memenuhi kebutuhan bayi terutama dalam 6 bulan pertama (Agustin Endriyani,2020)

Ibu nifas post partum mengalami involusi uteri, dimana otot-otot uterus berkontraksi sehingga pembuluh-pembuluh darah yang terbuka akibat perlekatan plasenta akan terjepit, sehingga perdarahan post partum dapat dicegah, involusi uteri dipengaruhi oleh tiga hal yaitu *autolysis*, aktivitas otot dan iskemik. Gizi yang baik pada ibu nifas dapat memperlancar penurunan tinggi fundus uteri atau biasa disebut dengan involusi uteri. (Prihartini, S.D., 2014)

Pada masa nifas terjadi pengeluaran cairan secret yang berasal dari kavum uteri dan vagina yang disebut *lochea*. *Lochea* merupakan ekskresi cairan rahim selama masa nifas dan mempunyai reaksi basa/alkalis yang dapat membuat organisme berkembang lebih cepat dari kondisi asam yang ada pada vagina normal. *Lochea* mempunyai bau yang amis (anyir) meskipun tidak terlalu menyengat dan volumenya berbeda-beda pada setiap wanita. *Lochea* mengalami perubahan karena proses involusi uteri. Jika *lochea* tidak keluar sebagai mana

mestinya hal ini termasuk dalam tanda bahaya masa nifas. Masih banyak ibu nifas yang belum mengetahui komplikasi masa nifas maka perlu dilakukan *personal coaching*. (Qiftiyah,M & Ulya,K.,2018)

Berbagai upaya penanganan komplikasi pada masa nifas telah banyak dipublikasi baik berupa intervensi pemberian jamu tradisional, pemberian jus jeruk untuk mempercepat involusi uteri , pijat, mobilisasi dini dan menyusui secara ondemand maupun intervensi berupa edukasi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan tindakan ibu nifas dengan metode penyuluhan, demonstrasi, mentoring, metode edutainment maupun dengan metode *personal coaching*. (wijaya.,2016; Ani dkk.,2017)

Menurut Djamarah dan Zain (2010) dalam Lestari,D (2012) Edukasi pada masa nifas sangat penting dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu agar tidak terjadi komplikasi pada masa nifas. Kelebihan metode *coaching* dibandingkan dengan metode yang lain yaitu dengan metode *coaching* memberikan kesempatan seluas-luasnya kepada peserta baik perorangan maupun kelompok untuk memecahkan permasalahannya sendiri dan didampingi oleh fasilitator. Bimbingan melibatkan peserta dan fasilitator dalam dialog satu lawan satu dan mengikuti suatu proses yang tersusun, diarahkan pada tanggung jawab memelihara kemajuan dan kinerja yang baik serta hubungan kerja positif antara fasilitator dan responden. Metode bimbingan atau *coaching* mempunyai andil yang cukup besar dalam kegiatan edukasi. (Lestari,D.,2012)

Pemberian *coaching* atau bimbingan untuk meningkatkan perilaku pasien dalam pencegahan penyakit belum pernah dilakukan dalam promosi kesehatan. Sebagian besar *coaching* lebih banyak dilakukan pada pengobatan. Sementara itu

pasien dan keluarganya membutuhkan arahan supaya dapat mencegah terjadinya penyakit. (Liu et al.,2018)

Pemilihan *Coaching* dibandingkan dengan konseling dikarenakan *coaching* memberikan kesempatan kepada pasien untuk menentukan perubahan perilaku yang diharapkan sesuai dengan kesadaran dan target pencegahan komplikasi yang diinginkan. Adapun konseling, target perubahan perilaku pasien ditentukan oleh perawat sehingga pasien memiliki beban untuk mematuhi. Adanya kesadaran yang dialami dari pasien dalam menentukan target perubahan perilaku untuk mencegah menjadi tanggung jawab yang lebih ringan dilakukan dengan kesadaran bahwa keinginan untuk berubah berawal dan bersumber dari diri sendiri dan keluarga sehingga perawat hanya membantu mencapai perubahan perilaku tersebut. (Evi supriatun et al.,2021)

Penelitian yang dilakukan oleh Reno intan, dkk dengan judul pelatihan *emotion coaching* untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan orang tua dalam merespon momen emosional dengan Pelatihan diberikan selama tiga hari (N=12). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terjadi peningkatan skor pengetahuan dan keterampilan pada partisipan. Pada *follow up*, partisipan menunjukkan penurunan skor pada pengetahuan *emotion coaching*, namun terdapat peningkatan pengetahuan mengenai cara merepon momen emosional anak. Disarankan pengukuran kembali, terhadap keterampilan partisipan dengan menggunakan metode langsung seperti observasi untuk memastikan efektivitas pelatihan.

Coaching merupakan bentuk edukasi kesehatan yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan pada pasien dalam mencapai kesembuhan sesuai

dengan target yang disampaikan, melalui proses pendampingan terstruktur. (Lin et al.,2020)

Penelitian sejenis dengan metode *coaching* yang dilakukan oleh Widjijati dkk (2017) dengan judul *coaching* dengan pendekatan *peer education* terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan upaya pencegahan HIV/AIDS menunjukkan bahwa nilai rata-rata pengetahuan, sikap, dan tindakan responden tentang HIV/AIDS sebelum diberi *coaching* dengan pendekatan *peer education* adalah 121.68 dan setelah diberi *coaching* dengan pendekatan *peer education* nilai rata-ratanya mengalami peningkatan menjadi 157.84 hal ini menunjukkan bahwa dengan pendekatan *peer education* efektif meningkatkan pengetahuan dan merubah sikap dan tindakan responden tentang HIV/AIDS ke arah yang lebih baik dengan pemberian intervensi 1x dalam seminggu selama 4 minggu dengan durasi 1 jam 30 menit. (Widjijati dkk.,2017)

Penelitian yang lain yang dilakukan oleh Maria Fatima Koa tentang pengaruh *individual coaching* terhadap efikasi diri, tindakan pencegahan penularan dan kepatuhan minum obat pada pasien TB menunjukkan bahwa pengetahuan pada kelompok perlakuan mengalami peningkatan sebesar 67%, perubahan pada sikap sebesar 90% dan perubahan pada tindakan sebesar 73% dengan pemberian intervensi 4x selama 2 minggu dengan durasi 60 menit. (Maria. MF.,2019)

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ratnaeni dengan judul Pengaruh Edukasi Media Whatsup tentang gizi laktasi infolusiuteri, dan *Locehea* terhadap pengetahuan sikap dan perilaku ibu nifas, hasil penelitian ini menunjukkan terdapat peningkatan pengetahuan, sikap dan perilaku konsumsi protein, Vitamin A dan Konsumsi Vitamin C pada ibu nifas.

Berdasarkan kajian permasalahan tersebut diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Personal Coaching* Tentang Gizi Laktasi, Involusi Uteri Dan *Lochea* Terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap Dan Tindakan Ibu Nifas”.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, maka yang menjadi rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “ Bagaimana efek Edukasi *personal coaching* tentang gizi laktasi, involusi uteri, dan *lochea* terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan ibu nifas”. Dan penelitian di lakukan di provinsi Sul-Sel karena Jumlah AKI di Sul-Sel pada tahun 2015 sebesar 99.38 per 100.000 kelahiran hidup, yang terdiri dari kematian ibu hamil 19 orang (12,75%), kematian ibu bersalin 44 orang (29,53%), dan kemaian ibu nifas 86 orang (57,71%) dan diantara penyebab AKI itu paling banyak terjadi pada masa nifas.

3. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui efek edukasi *personal coaching* tentang gizi laktasi, involusi uteri, dan *lochea* terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan ibu nifas di wilayah kerja RSIA Bahagia Makassar dan RSIA Ananda Makassar”.

2. Tujuan khusus

- a. Mengukur perubahan pengetahuan ibu nifas baik sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi maupun pada kelompok kontrol tentang gizi laktasi, involusi uteri, dan *lochea*.

- b. Mengukur perubahan sikap ibu nifas baik sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi maupun pada kelompok kontrol tentang gizi laktasi, involusi uteri, dan *lochea*.
- c. Mengukur perubahan tindakan ibu nifas baik sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi maupun pada kelompok kontrol tentang gizi laktasi, involusi uteri, dan *lochea* terhadap
- d. Mengukur perubahan pengetahuan ibu nifas antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol di wilayah kerja RSIA Bahagia Makassar dan RSIA Ananda Makassar tentang gizi laktasi, involusi uteri, dan *lochea* terhadap
- e. Mengukur perubahan sikap ibu nifas antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol di wilayah kerja RSIA Bahagia Makassar dan RSIA Ananda Makassar tentang gizi laktasi, involusi uteri, dan *lochea* terhadap

4. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dapat menambah khasanah ilmu pengetahuan mengenai edukasi *personal coaching* tentang gizi laktasi, involusi uteri, dan *lochea* terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan ibu nifas.

2. Manfaat Ilmiah

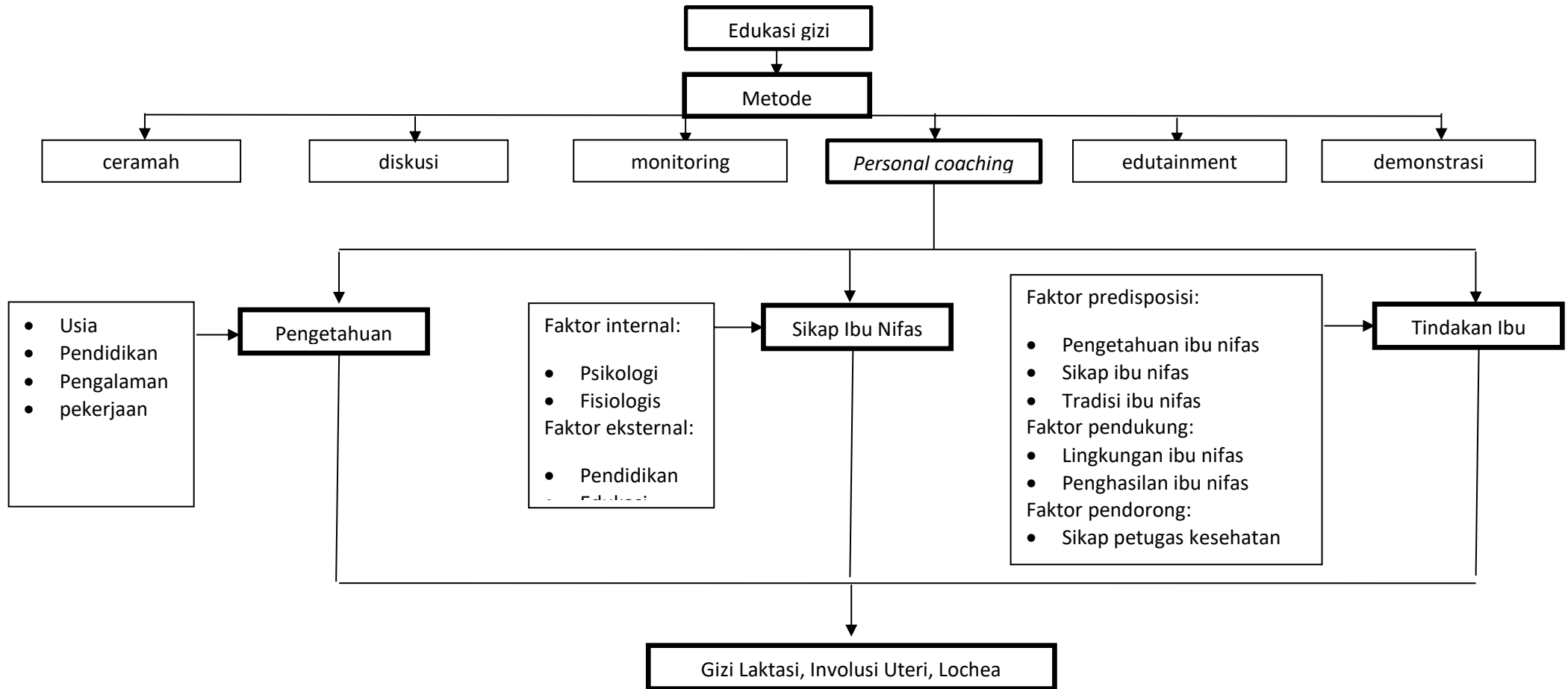
Sebagai kajian ilmiah tentang pengaruh edukasi *personal coaching* tentang gizi laktasi, involusi uteri, dan *lochea* terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan tindakan ibu nifas yang dapat membantu pemerintah dalam menurunkan angka kematian ibu (AKI), sehingga dengan hasil penelitian ini dapat dilakukan penelitian lanjutan untuk menentukan upaya lain yang dapat

dilakukan terkait penurunan jumlah AKI khususnya di Indonesia.

3. Manfaat Untuk Masyarakat

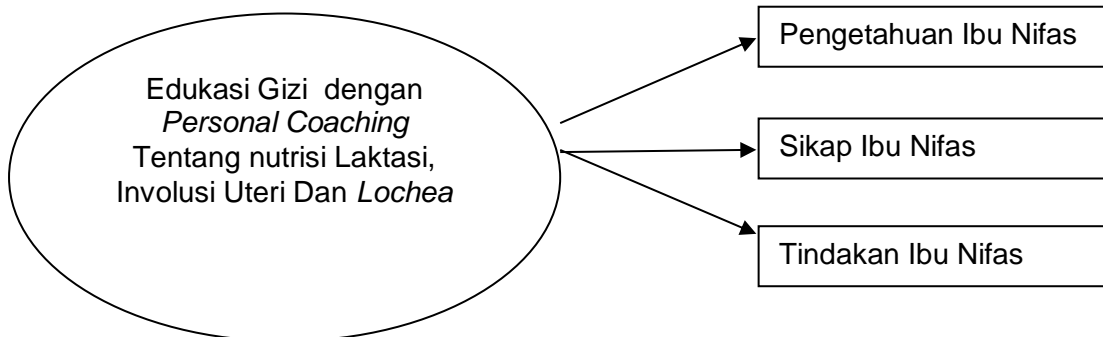
Diharapkan dapat menambah pengetahuan masyarakat khususnya ibu nifas tentang gizi laktasi, involusi uteri dan *Lochea* untuk mencegah terjadinya komplikasi masa nifas sehingga dapat menurunkan angka kematian ibu (AKI).

5. KERANGKA TEORI



Gambar 1.1 : modifikasi Teori Notoatmodjo (2010); Sizraseni (2017); Suryadi dkk (2018); Nikmah,N (2018) dan Sofiyana & Noer (2013)

6. KERANGKA KONSEP

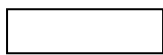


Gambar 1.2 Kerangka Konsep

Keterangan



: Variabel Independent (Bebas)



: Variabel Dependent (Terikat)

7. HIPOTESIS

1. Ada perubahan pengetahuan ibu nifas baik sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol
2. Ada perubahan sikap ibu nifas baik sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol
3. Ada perubahan Tindakan ibu nifas baik sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol
4. Ada perubahan pengetahuan ibu nifas antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol
5. Ada perubahan sikap ibu nifas antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol
6. Ada perubahan tindakan ibu nifas antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol

8. DEFINISI OPERASIONAL

Tabel 1.1
Definisi Operasional

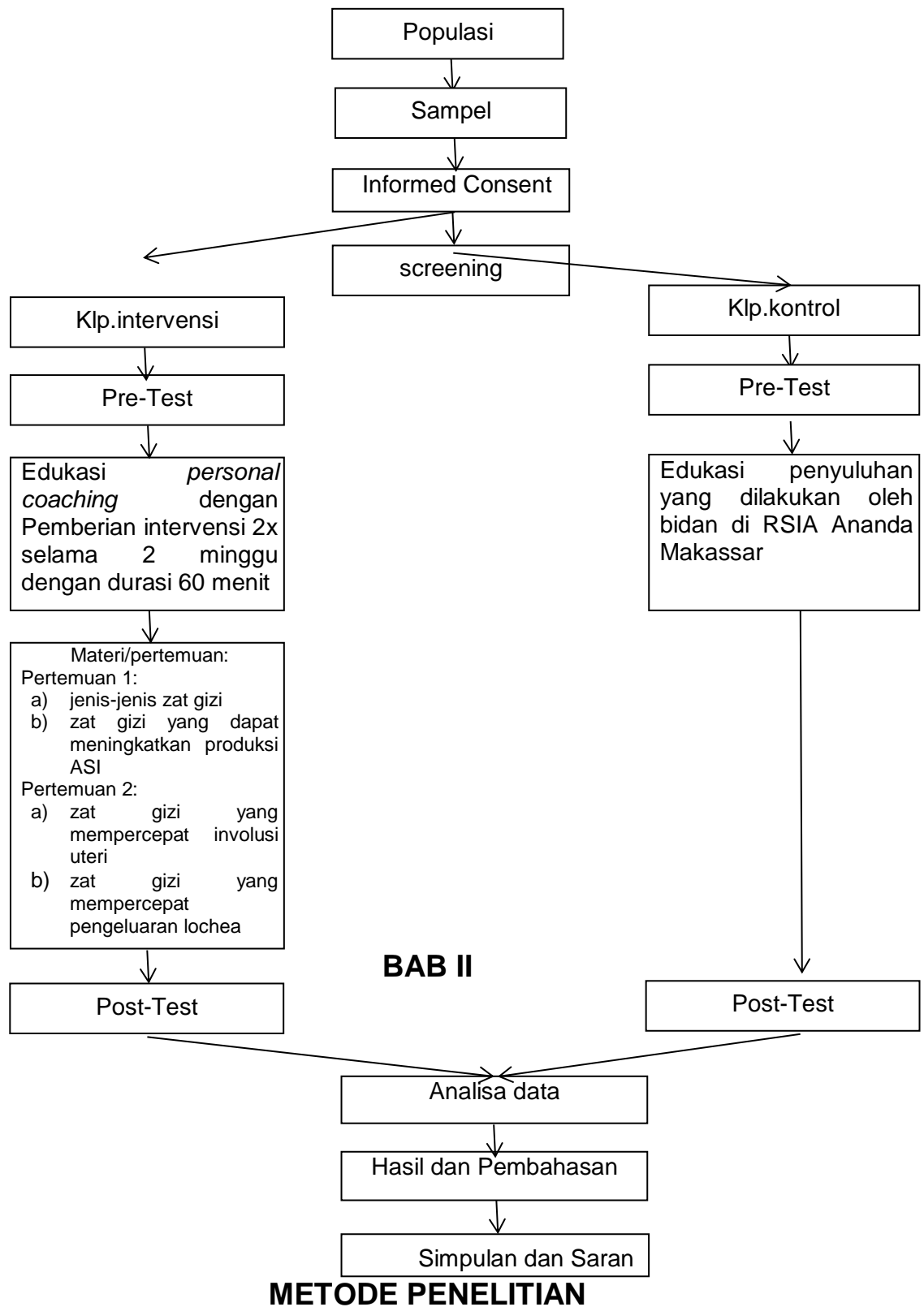
Variable	Definisi operasional	Kriteria	Alat	skala
Edukasi gizi dengan <i>personal coaching</i> tentang gizi laktasi, involusi uteri dan <i>lochea</i>	Penyampaian informasi gizi secara terstruktur kepada subjek penelitian secara langsung melalui tatap muka. Pemberian intervensi 2x selama 2 minggu dengan durasi 60 menit tentang zat gizi yang dapat memperlancar proses menyusui (laktasi) dan meningkatkan produksi ASI, mempercepat perubahan rahim untuk kembali ke bentuk semula seperti sebelum hamil (involusi uteri) dan pengeluaran darah nifas yang normal dan lancar (<i>Lochea</i>).	1=Dilakukan edukasi <i>personal coaching</i> 2= tidak dilakukan edukasi <i>personal coaching</i>	Hand out materi edukasi gizi laktasi, involusi uteri, dan <i>lochea</i>	Nominal
Pengetahuan	Pengetahuan subjek tentang zat gizi yang dapat memperlancar proses menyusui (laktasi) dan meningkatkan produksi ASI, mempercepat perubahan rahim untuk kembali ke bentuk semula seperti sebelum hamil (involusi uteri) dan pengeluaran darah nifas yang normal dan lancar (<i>lochea</i>).	Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan skala guttman 0=Jika Jawaban Salah 1=Jika Jawaban Benar Pengukuran Pengetahuan: Baik>80% jawaban benar Sedang 60-80% jawaban benar Kurang <60% jawaban benar (Maria Fatima Koa, 2019) Untuk variabel pengetahuan: a. Skor tertinggi sebesar 15 poin	Lembar Kuesioner	ordinal

		<p>dari 15 jumlah pertanyaan</p> <p>b. Skor terendah sebesar 0 poin dari 15 jumlah pertanyaan</p>		
Sikap	<p>Respon dari subjek penelitian tentang informasi yang diberikan mengenai zat gizi yang dapat memperlancar proses menyusui (laktasi) dan meningkatkan produksi ASI, mempercepat perubahan rahim untuk kembali ke bentuk semula seperti sebelum hamil (involusi uteri) dan pengeluaran darah nifas yang normal dan lancar (<i>lochea</i>).</p>	<p>Pengukuran sikap dilakukan dengan menggunakan skala likert</p> <p>Pertanyaan untuk sikap positif: 5=sangat setuju 4=setuju 3=ragu-ragu 2=tidak setuju 1=sangat tidak setuju</p> <p>Pertanyaan untuk sikap negatif: 5=sangat tidak setuju 4=tidak setuju 3=ragu-ragu 2=setuju 1=sangat setuju</p> <p>Pengukuran Sikap: Baik > 80 % jawaban benar Sedang 60 – 80 % jawaban benar Kurang < 60 % jawaban benar (Maria Fatima Koa, 2019)</p> <p>Untuk variabel sikap: a. Skor tertinggi sebesar 50 poin dari 10 jumlah pertanyaan b. Skor terendah sebesar 1 poin dari 10 jumlah pertanyaan</p>	Lembar checklist	ordinal
Tindakan	<p>Makanan yang dikonsumsi ibu nifas dalam 24 jam terkait zat gizi yang dapat memperlancar proses</p>	<p>Pengukuran tindakan dilakukan dengan menghitung total hasil dari <i>food recall</i> masing-masing zat gizi yaitu</p>	Food Recall 24 jam	ordinal

	<p>menyusui (laktasi) dan meningkatkan produksi ASI, mempercepat perubahan rahim untuk kembali ke bentuk semula seperti sebelum hamil (involusi uteri) dan pengeluaran darah nifas yang normal dan lancar (<i>lochea</i>).</p> <p>Adapun zat gizi yang dibutuhkan oleh ibu setelah melahirkan yaitu:</p> <p>a. Zat gizi menyusui (laktasi) yaitu zat gizi yang dibutuhkan oleh seorang ibu agar proses menyusui dapat berjalan lancar dan agar menghasilkan ASI yang melimpah. Adapun zat gizi yang dibutuhkan yaitu zat gizi makro berupa protein dan VIT A.</p> <p>b. Zat gizi involusi uteri yaitu zat gizi yang dibutuhkan agar proses kembalinya Rahim atau penurunan tinggi rahim kembali ke bentuk seperti sebelum hamil berjalan dengan normal. Adapun zat gizi yang dibutuhkan yaitu zat gizi makro berupa VIT A dan VIT C.</p> <p>c. Zat gizi pengeluaran darah nifas (<i>lochea</i>) yaitu zat gizi yang dibutuhkan oleh ibu yang telah melahirkan agar proses pengeluaran</p>	<p>protein, VIT A dan VIT C yang dilakukan pada saat pre test dan post test dan hasilnya dapat kita bandingkan dengan ketentuan di bawah untuk mengetahui apakah konsumsi zat gizi pasien sudah sesuai atau tidak.</p> <p>Zat gizi makro</p> <ul style="list-style-type: none"> • Protein Trimester 3 : 77 g Masa nifas : 77 g • Vitamin A Trimester 3 : 850 mcg Masa nifas : 850 mcg • Vitamin C Trimester 3 : 85 mg Masa nifas : 100 mg <p>Sumber: Permenkes RI No.75 Tahun 2013 Tentang AKG Yang Dianjurkan Bagi Bangsa Indonesia Pengukuran Tindakan: Baik > 80 % AKG ibu hamil Trimester III dan ibu menyusui Sedang > 60 - 80 % AKG ibu hamil Trimester III dan ibu menyusui Kurang < 60 % AKG ibu hamil Trimester III dan ibu menyusui (Maria Fatima Koa, 2019)</p>		
--	--	--	--	--

	<p>darah nifas berjalan dengan normal tanpa terjadinya komplikasi. Adapun zat gizi yang dibutuhkan untuk memperlancar pengeluaran darah nifas setelah melahirkan yaitu VIT A dan VIT C.</p>			
--	---	--	--	--

9. Alur Penelitian



A. Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan desain penelitian *Quasy eksperiment* dengan rancangan *pre-test dan post-test* dengan menggunakan dua kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. *Pre-Test* dilakukan sebelum diberikan intervensi dan *post-Test* dilakukan setelah diberikan intervensi. Dengan dilakukannya *pre* dan *post-test* memungkinkan peneliti untuk melihat atau menguji perubahan-perubahan pengetahuan, sikap dan tindakan setelah adanya intervensi (perlakuan). *Post-test* dilakukan sebagai efek dari paparan selama intervensi.

B. Lokasi dan Waktu

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja RSIA Bahagia kota Makassar dan RSIA Ananda kota Makassar pada bulan Maret s/d April Tahun 2020.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu Nifas yang berada di wilayah kerja RSIA Bahagia kota Makassar sebanyak 1645 ibu nifas dan RSIA Ananda kota Makassar sebanyak 1240 mulai bulan januari s/d september tahun 2019. Dengan rata-rata jumlah ibu nifas per bulan di RSIA Bahagia dan RSIA Ananda sebesar 100 ibu post partum. (Rekam medik RSIA Bahagia dan RSIA Ananda Makassar)

2. Sampel

a) Teknik Pengambilan Sampel

Peneliti menggunakan "*purposive sampling*" yaitu metode pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan peneliti, yang berusaha untuk

memperoleh sampel yang menurut pendapatnya dapat mewakili populasi.

Dengan kriteria sebagai berikut:

1) Kriteria Inklusi :

- 1) Ibu hamil trimester akhir
- 2) Ibu bersalin secara Normal
- 3) Ibu dengan masa nifas mulai dari 2 jam *post partum* sampai dengan 42 hari (6 minggu)
- 4) Ibu nifas yang tanpa komplikasi kronis seperti infeksi *post partum*
- 5) Ibu yang tanpa gangguan mental atau penyakit bawaan
- 6) Ibu nifas yang dapat membaca
- 7) Bersedia menjadi responden

2) Kriteria Eksklusi :

- a. Ibu bersalin secara *Sectio Caesarea* (SC)
- b. Ibu tidak dapat berkomunikasi dengan baik
- c. Kondisi ibu mengalami masalah

3) Kriteria *Drop Out*:

- a. Ibu pindah ke tempat lain
- b. Ibu Membatalkan diri untuk menjadi responden

b) Besar sampel penelitian

Penentuan besar sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus analitik kategorik tidak berpasangan sebagai berikut.

$$N1 = N2 = \frac{(Z\alpha\sqrt{2PQ} + Z\beta\sqrt{P1Q1 + P2Q2})^2}{(P1 - P2)^2}$$

Keterangan:

N : Besar sampel /Jumlah responden

Z α : Derajat Kepercayaan 95% = 1,64

- Z_{β} : kesalahan tipe II = 20% = 0,84
 P1 : Proporsi intervensi (post test)
 P2 : Proporsi non intervensi/kontrol (post test)
 P : P1+P2
 Q1 : 1 – P1
 Q2 : 1- P2
 Q : Q1 +Q2

Tabel 2.1 Perhitungan Sampel

Variabel	Proporsi	Jumlah Sampel
Pengetahuan	P1 = 0.67 P2 = 0.27 Maria Fatima Koa (2019)	N= 43 orang
Sikap	P1 = 0.9 P2 = 0.4 Maria Fatima Koa (2019)	N= 29 orang
Tindakan	P1 = 0.73 P2 = 0.27 Maria Fatima Koa (2019)	N= 32 orang

Berdasarkan dari hasil perhitungan maka dapat ditentukan jumlah sampel untuk kelompok intervensi sebanyak 43 orang dan kelompok kontrol sebanyak 43 orang dengan mengambil hasil perhitungan tertinggi.

D. Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrument penelitian

a) Alat

Lembar informed consent, lembar kuesioner dan alat yang menggunakan *personal coaching*.

b) Bahan

Bahan yang dipakai dalam penelitian ini yaitu materi edukasi tentang gizi laktasi, involusi uteri, dan *lochea*.

2. Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan cara berikut :

a) Data sekunder

Data sekunder diperoleh dari catatan RSIA Bahagia kota Makassar, RSIA Ananda kota Makassar dan Dinas Kesehatan Provinsi Sul-Sel terkait jumlah ibu Nifas dan jumlah AKI.

b) Data Primer

Data primer diperoleh secara langsung dari responden yang dikumpulkan melalui lembar *informed consent*, lembar kuesioner dan *food recall* 24 jam untuk mendapatkan data ibu Nifas.

3. Prosedur Penelitian

a) Ditetapkan subjek penelitian yang berada di wilayah kerja RSIA Bahagia kota Makassar dan RSIA Ananda kota Makassar yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi untuk dijadikan sampel penelitian.

b) Melakukan *informed consent* dengan subjek yang bersedia untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan menjelaskan tujuan, manfaat serta prosedur

penelitian.

- c) Melakukan *screening* untuk sampel pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
- d) Melakukan pengkajian data demografi
- e) Melakukan *Pre-Test* kepada subjek penelitian antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol untuk mengukur pengetahuan, sikap dan tindakan ibu nifas dengan menggunakan lembar kuesioner, lembar *checklist* dan formulir *food recall* 24 jam pada saat trimester 3 kehamilan.
- f) Melakukan edukasi berupa penyuluhan pada kelompok kontrol yang dilakukan oleh bidan sesuai intruksi peneliti.
- g) Melakukan edukasi *personal coaching* kepada kelompok intervensi dengan memberikan intervensi 2x selama 2 minggu dengan durasi 60 menit *coaching* untuk 1 subjek penelitian.
 - 1) Minggu pertama dengan 1x pertemuan yaitu pada trimester 3 kehamilan dengan waktu 60 menit per sampel. Pasien yang memenuhi kriteria inklusi untuk dijadikan sampel selanjutnya diberikan intervensi berupa *personal coaching* selama 60 menit yaitu peneliti menjelaskan atau memaparkan kepada sampel penelitian materi tentang jenis-jenis zat gizi dan zat gizi apa saja yang dapat meningkatkan produksi ASI, setelah selesai memaparkan semua materi edukasi, peneliti bertanya kepada sampel untuk memastikan apakah ada materi yang belum dimengerti dan jika memang terdapat materi yang belum dimengerti, peneliti kembali menjelaskan materi atau bagian yang belum dimengerti tersebut sampai sampelnya benar-benar paham tentang apa yang peneliti sampaikan.
 - 2) Minggu kedua dengan 1x pertemuan yaitu pada hari ke-2 post partum

dengan durasi waktu 60 menit per sampel. Proses edukasi personal coaching yang dilakukan sama dengan pada trimester 3 kehamilan hanya saja materi yang disampaikan berbeda. Pasien yang memenuhi kriteria untuk dijadikan sampel selanjutnya diberikan edukasi *personal coaching* dengan materi zat gizi yang dapat mempercepat involusi uteri dan zat gizi yang dapat mempercepat pengeluaran *lochea* dan setelah materi selesai dipaparkan oleh peneliti selanjutnya peneliti bertanya kepada sampel penelitian untuk memastikan apakah sampel sudah mengerti atau belum, dan jika masih ada materi yang belum dimengerti selanjutnya peneliti kembali menjelaskan bagian tersebut sampai sampel penelitian benar-benar paham tentang materi edukasi yang disampaikan oleh peneliti.

- h) Melakukan *Post-Test* kepada subjek penelitian antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol untuk mengukur pengetahuan, sikap dan tindakan ibu nifas dengan menggunakan lembar kuesioner, lembar checklist dan formulir *food recall* 24 jam setelah intervensi pemberian *personal coaching*.

E. Pengolahan Dan Analisa Data

1. Pengolahan Data

Setelah data terkumpul melalui kuesioner yang telah dibagikan selanjutnya dilakukan pengolahan data yang melalui tahapan berikut:

a. Editing

Mengedit adalah memeriksa daftar pertanyaan yang telah diserahkan oleh para pengumpul data. Meliputi kelengkapan identitas dan hasil yang diberikan responden.

b. Coding

Coding adalah mengklasifikasikan jawaban-jawaban dari para responden kedalam kategori-kategori dengan pemberian kode/tanda berbentuk angka pada masing-masing jawaban.

c. Tabulasi

Jawaban-jawaban yang sudah diberi kode kategori jawaban kemudian dimasukkan ke dalam tabel.

2. Teknik analisa data

a. Analisa univariat

Analisa univariat dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya dalam analisa hanya menghasilkan distribusi dari tiap variabel. selanjutnya data dimasukkan dalam tabel frekuensi.

b. Analisa bivariat

Digunakan untuk mengetahui pengaruh metode *coaching* terhadap pengetahuan, sikap dan tindakan ibu nifas. Analisis yang digunakan untuk mengetahui perubahan pengetahuan, sikap dan tindakan sebelum dan setelah

diberi intervensi adalah dengan menggunakan *Uji Wilcoxon, Uji Mann Whitney dan Chi Square*.

F. Kontrol Kualitas

Quality control atau kontrol kualitas dilakukan untuk mengupayakan materi edukasi yang disampaikan benar-benar dimengerti oleh responden. Oleh sebab itu, untuk memastikan materi edukasi yang telah disampaikan benar-benar telah dipahami oleh responden, peneliti melakukan observasi langsung kepada responden dengan melakukan tanya jawab setelah proses edukasi selesai dilakukan, dan jika masih ada materi-materi tertentu yang belum dimengerti maka peneliti memberikan penjelasan kembali pada materi tersebut. Semua sampel penelitian diberikan intervensi yang sama yaitu berupa edukasi personal *coaching* selama 60 menit sebanyak 2x sesuai yang ditargetkan.

G. Izin Penelitian Dan Kelayakan Etik

Penelitian ini dilakukan setelah meminta kelayakan etik (Ethical Clearance) dan mendapat persetujuan etik (Exempted) dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Kesehatan Masyarakat UNHAS dengan Nomor Surat 2443/UN4.14.1/TP.01.02/2020. Masalah etik dalam penelitian ini dapat meliputi :

1. Diberikan penjelasan tentang latar belakang, maksud dan tujuan penelitian
2. Diberikan kebebasan untuk memilih, apakah bersedia mengikuti penelitian atau tidak
3. Diberikan penjelasan tentang cara pengisian kuesioner
4. Kepada ibu yang bersedia ikut dalam penelitian ini, diminta mengisi surat persetujuan
5. Penelitian mengutamakan pelayanan selalu mengindahkan cara-cara yang berlaku

6. Semua biaya intervensi ditanggung oleh peneliti
7. Kerahasiaan informasi responden dijamin oleh peneliti, hanya kelompok data tertentu yang dilaporkan sebagai hasil penelitian
8. Tidak membeda-bedakan semua responden.