

JURNAL PEMBARUAN KESEHATAN INDONESIA

(Journal of Indonesian Health Update)

VOLUME 2, NOMOR 1, TAHUN 2025 (JANUARI)



Addres:

Jl. Pusaka, Bandar Klippa, Kec. Percut Sei Tuan, Kab. Deli Serdang, Prov. Sumatera Utara, Indonesia
Email: kabargizi@gmail.com, Kode Pos: 20371

JURNAL PEMBARUAN KESEHATAN INDONESIA

Volume 2 Nomor 1, Januari 2025

EDITORIAL TEAM

- Chief Editor : Sudana Fatahillah Pasaribu., Departemen Gizi, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia.
- Editorial Board : - Augustinus Robin Butarbutar, Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat FIKKM Universitas Negeri Manado, Manado, Indonesia.
- Dewi Siti Oktavianti, Program Studi D3 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pertamedika, Jakarta, Indonesia.
- Hariati, Program Studi D3 Keperawatan, Institut Kesehatan Deli Husada, Deli Serdang, Indonesia.
- Putra Chandra, Program Studi S1 Farmasi, Universitas haji sumatera utara, Medan, Indonesia.
- Sudana Fatahillah Pasaribu Departemen Gizi, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia.
- Tesa Rafkhani, Akademi Tata Boga Bandung, Bandung, Indonesia.
- Reviewers Team : - Irfan Said, Departemen Gizi, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan PERTAMEDIKA Jakarta, Jakarta, Indonesia.
- Fahma Shufyani, Program Studi Farmasi, Institut kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia.
- Syamsopyan Ishak, Program S1 Gizi, STIKes ADILA, Bandar Lampung, Indonesia.
- Qothrunnadaa Fajr Rooiqoh, Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Darussalam Gontor, Ponorogo, Indonesia.
- Diana Rhismawati Djupri, Program Studi D3 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Pertamedika, Jakarta, Indonesia.
- Dian Agnesa Sembiring, Program S1 Administrasi Rumah Sakit, Universitas Singaperbangsa Karawang, Karawang, Indonesia.
- A. Muhammad Fadhil Hayat, Program Studi D3 Sanitasi, Politeknik Muhammadiyah Makassar, Makassar, Indonesia.
- Maya Ardilla Siregar, Program Studi D3 Keperawatan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia.
- Hana Dhini Julia Pohan, Program Studi S1 Administrasi Rumah Sakit, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia.
- Rahma Yulia, Prodi S1 Farmasi, Fakultas Farmasi, Universitas Tjut Nyak Dhien, Medan, Indonesia.
- Ani Rahmadhani Kaban, Program Studi S1 Keperawatan dan Profesi Ners, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia.
- Novycha Auliafendri, Program Studi Sarjana Farmasi, Universitas Imelda Medan, Medan Indonesia.
- Suharyanisa, Prodi S1 Farmasi, Universitas Sari Mutiara Indonesia, Medan, Indonesia.

- Muhammad Muayyad Billah, Prodi S1 Gizi, Institut Kesehatan Rajawali, Bandung, Indonesia.
- Tri Ardianti Khasanah, Prodi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi, Universitas Binawan, Jakarta, Indonesia.
- Iwan Abdi Suandana, Prodi Promosi Kesehatan, Politeknik Negeri Jember, Jember, Indonesia.
- Diana Nurrohima, Pendidikan Profesi Dietisien, Jurusan Gizi, Poltekkes Kemenkes Malang, Malang, Indonesia.
- Andini Mentari Tarigan, Program Studi S1 Administrasi Rumah Sakit, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia.
- Hasanah Pratiwi Harahap, Prodi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia.
- Dian Zuiatna, Prodi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia.
- Anggi Isnani Parinduri, Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam, Deli Serdang, Indonesia.
- Khoirotun Najihah, Prodi D4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia.
- Cut Saura Salmira, Prodi D4 Keselamatan dan Kesehatan Kerja, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia.

Layout Editor : Gumarpi Rahis Pasaribu, Universitas Sumatera Utara, Medan, Indonesia.

Mailing Address : Publisher Kabar Gizi Indonesia
 Sekretariat Redaksi Jurnal Pembaruan Kesehatan Indonesia.
 Jl. Pusaka Bandar Klippa, Percut Sei Tuan, Deli Serdang, Sumatera Utara, Indonesia.
 Email: kabargizi@gmail.com

Jurnal Pembaruan Kesehatan Indonesia (JUPKI) didedikasikan untuk melakukan publikasi berbagai jenis penelitian, termasuk penelitian ilmiah asli, review artikel, dan studi kasus dalam bidang ilmu kesehatan. JUPKI mendiseminasikan pada ruang lingkup administrasi rumah sakit, kesehatan dan keselamatan kerja, kebidanan, keperawatan, gizi, kesehatan masyarakat, dan farmasi. JUPKI berkomitmen untuk mendukung para peneliti di bidang kesehatan dengan memfasilitasi pertukaran temuan dan penyebaran pengetahuan, sehingga berkontribusi terhadap pengembangan wawasan baru bagi masyarakat luas. JUPKI menyediakan akses terbuka online, sehingga penulis dan peneliti dapat dengan mudah mengambil seluruh hasil penelitian yang dipublikasikan.

KATA PENGANTAR

Dengan senang hati, kami menyambut para pembaca untuk menjelajahi edisi terbaru dari Jurnal Pembaruan Kesehatan Indonesia (JUPKI). Sebagai wadah yang berkomitmen untuk memajukan pemahaman dalam berbagai aspek ilmu kesehatan, JUPKI hadir sebagai platform yang merangkum berbagai jenis penelitian, mulai dari penelitian ilmiah asli, review artikel, hingga studi kasus yang relevan dalam bidang kesehatan.

Penerbitan JUPKI yang dilakukan dua kali dalam setahun, yaitu pada bulan Januari dan Juli, menjadi sarana yang memungkinkan para peneliti, praktisi, dan akademisi untuk berbagi temuan terbaru di bidang kesehatan. Dalam edisi ini, kami dengan bangga menyajikan artikel-artikel yang mencakup ruang lingkup kebidanan, keperawatan, gizi, kesehatan masyarakat, dan farmasi.

Artikel-artikel yang dipublikasikan di JUPKI tidak hanya merupakan kontribusi akademis, tetapi juga merupakan cerminan dari dedikasi para peneliti terhadap peningkatan kualitas pelayanan kesehatan dan pemahaman akan isu-isu kesehatan masyarakat. Kami percaya bahwa setiap artikel memiliki nilai tambah yang dapat mendorong inovasi dan perubahan positif dalam dunia kesehatan.

Terima kasih kepada semua penulis, editor, reviewer dan pemangku kepentingan lainnya yang telah berkontribusi untuk mewujudkan edisi ini. Kami berharap bahwa pembaca akan mendapatkan wawasan yang berharga dan inspiratif melalui setiap artikel yang kami sajikan.

Tim Editor

JURNAL PEMBARUAN KESEHATAN INDONESIA

DAFTAR ISI

Hubungan Health Literacy dengan Pengetahuan Pencegahan HIV AIDS pada Remaja	1-8
Riza Yulina Amry, Debby Yulianthi Maria, Bety Agustina Rahayu	
Hubungan Pengetahuan Ibu dan Dukungan Suami terhadap Kunjungan <i>Antenatal Care</i> (ANC)	9-14
Siti Nur Asyah Jamillah Ahmad, Dina M.S Henukh	
Efektifitas Massage Punggung dan Relaksasi Nafas dalam Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida	15-22
Elva Febri Ashari, Pratiwi Cahya Skania, Henny Theresia Marbun	
Hubungan Pengetahuan, Konsumsi Jajanan Dengan Status Gizi Remaja Putri Di SMP Istiqlal Delitua Kabupaten Deli Serdang	23-31
Putri Melanie Tessa Nainggolan, Abdul Hairuddin Angkat	
Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Sayur dan Buah pada Remaja di SMP Istiqlal Delitua	32-41
Fauziah Nursany, Abdul Hairuddin Angkat	
Hubungan Nyeri dengan Kualitas Tidur pada Pasien Post Operasi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan	42-50
Afina Muharani Syaftriani, Hijrah Hanim Lubis, Maya Ardilla Siregar	

Hubungan Health Literacy dengan Pengetahuan Pencegahan HIV AIDS pada Remaja

The Relationship Of Health Literacy with Knowledge On HIV AIDS Prevention In Adolescents

Riza Yulina Amry^{1*}, Debby Yulianthi Maria², Bety Agustina Rahayu³

^{123*} Program Studi Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global Yogyakarta

Informasi Artikel

Submit: 25 – 10 – 2024

Diterima: 10 – 1 – 2025

Dipublikasikan: 20 – 1 – 2025

ABSTRACT

Low levels of health literacy have become an epidemic among adolescents. Limited health knowledge is associated with inadequate management of health literacy, one of which is regarding HIV AIDS. Seeing this, the researcher aims to analyze the relationship between health literacy and knowledge of HIV AIDS prevention in adolescents. Quantitative research method with a cross sectional approach. The respondents of this research were 13 MA Baburoyyan teenage students. The sampling technique was carried out by total sampling. The research instrument used a health literacy questionnaire and an HIV AIDS prevention behavior questionnaire. Data analysis using Kendall Tau. Based on the research results, it shows that the majority of respondents aged 16 years (46.2%) were male (53.8%). The majority of respondents said they had never received education about HIV AIDS. The majority of respondents' health literacy was in the good category (53.8%), but knowledge about HIV AIDS was in the good category (69.2%). In the results of the test analysis of the relationship between health literacy and adolescent knowledge about HIV AIDS using the Kendall Tau test, a value of 0.013 was obtained. So it was concluded that there was a relationship between health literacy and knowledge of HIV AIDS prevention in MA Baburoyyan teenagers.

Keywords: health literacy, HIV AIDS, adolescents

ABSTRAK

Rendahnya tingkat literasi kesehatan telah menjadi epidemi pada remaja. Terbatasnya pengetahuan kesehatan dikaitkan dengan tidak memadainya pengelolaan literasi kesehatan salah satunya tentang HIV AIDS. Melihat hal tersebut peneliti bertujuan menganalisa hubungan health literacy dengan pengetahuan pencegahan HIV AIDS pada remaja. Metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Responden penelitian ini adalah siswa remaja MA Baburoyyan berjumlah 13 siswa. Teknik pengambilan sampling dilakukan dengan total sampling. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner health literacy dan kuesioner perilaku pencegahan HIV AIDS. Analisa data menggunakan kendall tau. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berusia 16 tahun (46,2%) yang berjenis kelamin laki-laki

*Alamat Penulis Korespondensi:

Riza Yulina Amry, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global Yogyakarta. Jalan Ringroad Selatan Blado, Jl. Monumen Perjuangan, Balong Lor, Potorono, Kec. Banguntapan, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta 55194
Phone: 082323254011.

Email: rizayulina@gmail.com

(53,8%). Mayoritas responden mengatakan tidak pernah mendapatkan edukasi tentang HIV AIDS. Health literacy responden mayoritas dalam kategori baik (53,8%), namun pada pengetahuan tentang HIV AIDS dalam kategori baik (69,2%). Pada hasil uji analisa hubungan health literacy dan pengetahuan remaja tentang HIV AIDS dengan uji kendall tau didapatkan nilai 0,013. Maka disimpulkan terdapat hubungan antara health literacy dengan pengetahuan pencegahan HIV AIDS pada remaja MA Baburoyyan.

Kata kunci : health literacy, HIV AIDS, remaja

PENDAHULUAN

Human immunodeficiency virus (HIV) dan *Acquired Immunodeficiency Syndrome* (AIDS) adalah penyakit menular seksual yang masuk kategori cukup mematikan dalam dunia medis (1). Virus ini menyerang sistem kekebalan tubuh dan dapat ditularkan melalui kontak cairan tubuh, seperti darah, cairan vagina atau sperma saat melakukan aktivitas seksual, atau penggunaan jarum suntik secara bergantian. AIDS merupakan penyakit yang menjadi lanjutan dari infeksi HIV yang tidak tertangani (2). Saat ini kasus HIV pada anak usia 1-14 tahun mencapai 14.150 kasus. Angka ini setiap tahunnya bertambah sekitar 700-1000 anak dengan HIV. Masalah yang ada yaitu masih rendahnya pengobatan dikarenakan adanya stigma dan unsur malu (3).

Dewasa ini penyebaran HIV/AIDS tidak mengenal batas wilayah, daerah dan negara. Kemungkinan kasus HIV tidak langsung terdeteksi jika penderita HIV da AIDS (ODHA) tidak merasakan tanda dan gejala Buruk penyakit yang dialaminya. Adaya angka survey yang menunjukkan telah diderita pada umur 20 tahun memungkinkan ODHA mulai diidap saat masih usia remaja (4).

Remaja adalah salah satu kelompok rentan terhadap penyakit menular seksual. Remaja berpotensi tinggi terhadap risiko penularan penyakit seksual seperti HIV/AIDS karena faktor perilaku dan perkembangan emosionalnya (5). Saat usia remaja yang sudah memasuki masa pubertas akan muncul ketertarikan terhadap lawan jenis. Remaja merasakan jatuh cinta, berpacaran, dan muncul gairah seksual. Sayangnya, para remaja ini belum tentu matang secara emosional. Penularan HIV AIDS tertinggi karena perilaku seks berisiko. Sedangkan penularan dari pemakaian jarum suntik sudah mulai menurun (1).

Tanpa pengetahuan yang benar, remaja ini rentan melakukan perilaku seks berisiko dan tertular HIV. Bahaya jika remaja mendapat informasi dari sumber yang kurang dipercaya. Dalam hal ini masih ada pandangan bahwa remaja dikatakan keren jika dilihat dari banyaknya pacar atau sudah melakukan hubungan seksual. Kondisi ini yang harus diubah dan ditekankan pada remaja bahwa bukan hal itu, keren jika mereka memiliki banyaknya kegiatan positif dan prestasi yang diperoleh (1).

Literacy tentang HIV AIDS sangat diperlukan untuk mencegah kurangnya pengetahuan di kalangan remaja (6). Remaja harus paham pentingnya kesehatan reproduksi dan menghindari seks bebas untuk mencegah penularan HIV. Namun disisi lain ternyata HIV AIDS pada era sekarang juga dapat terjadi akibat banyak remaja terpapar materi seksual, serta akses yang lebih mudah ke pasangan seksual melalui internet. Hasil studi literature remaja biasanya tidak menggunakan kondom karena adanya tekanan teman sebaya dan keyakinan jika penyakit itu tidak akan terjadi padanya. Alasan lain remaja cenderung melakukan hubungan seks tanpa kondom adalah tanda cinta dan untuk meningkatkan rasa senang (7).

Konsep literasi kesehatan menyatakan bahwa pendidikan kesehatan merupakan isu kebijakan yang penting untuk meningkatkan efektivitas layanan kesehatan dan menjembatani kesenjangan Kesehatan (8). Faktanya, pendidikan kesehatan sangat mempengaruhi fungsi sistem layanan kesehatan. Secara khusus, hal ini mendorong keterlibatan pasien dalam penyediaan layanan, sehingga meningkatkan kesesuaian dan kesetaraan layanan yang diberikan.

Ketidakpastian yang terkait dengan informasi kesehatan menantang kemampuan individu untuk membuat pilihan dan berpartisipasi secara efektif dalam proses penyediaan layanan kesehatan. Kemampuan remaja untuk memahami informasi kesehatan dan mengakses layanan kesehatan dengan baik bergantung pada keterlibatan mereka. Dari sudut pandang ini, terbatasnya pengetahuan kesehatan menghasilkan lingkaran setan, yang menimbulkan dominasi profesional dan pelepasan pasien (9).

Remaja yang hidup dengan pengetahuan kesehatan yang terbatas cenderung menunjukkan gangguan kemampuan mengingat informasi kesehatan, merasa rendahnya efikasi diri dalam memahami dan memilih tindakan, tidak mampu merancang strategi yang tepat untuk meningkatkan penggunaan koping serta kurang dapat mengungkapkan kondisi kesehatan yang memburuk. Remaja yang tidak melek kesehatan lebih cenderung menunjukkan ketidakpatuhan yang disengaja, karena kecenderungan sengaja menyimpang dari aturan. Remaja dengan tingkat pengetahuan kesehatan yang terbatas kurang peduli dengan kesehatannya. Melihat masalah yang ada tingkat literasi kesehatan yang rendah cenderung menunjukkan kondisi kesehatan yang lebih buruk, kurangnya pemahaman tentang faktor-faktor penentu status kesehatan, dan kemampuan yang tidak memadai dalam menavigasi sistem kesehatan dibandingkan dengan pasien yang melek Kesehatan (10).

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di MA Baburoyyan didapatkan banyak siswa yang belum mengetahui tentang penyakit HIV AIDS, mereka mengatakan belum pernah mendapat penyuluhan tentang HIV AIDS. Hasil wawancara pada 5 siswa dan 5 siswi mengatakan semua memiliki pacar dan sudah menjalin hubungan lebih dari 1 tahun. Melihat hasil yang ada maka dalam kegiatan penagbdian ini bertujuan memberikan edukasi sebagai upaya pencegahan meningkatkan pengetahuan remaja di MA Baburoyyan tentang HIV dan AIDS. Melihat masalah yang ada maka dalam penelitian ini bertujuan menganalisa hubungan health literacy dengan pengetahuan pencegahan HIV AIDS pada remaja.

METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif non eksperimen dengan menggunakan rancangan penelitian korelasional yaitu penelitian yang mengkaji pengaruh antara variabel. Penelitian korelasional bertujuan mengungkapkan hubungan korelatif antar variabel. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *cross sectional*.

Waktu dan Tempat Penelitian

Dilakukan pada bulan Oktober 2024.

Target/Subjek Penelitian

Target/subjek penelitian adalah Seluruh siswa MA Baburoyyan. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling.

Prosedur

Penelitian ini telah mendapat persetujuan dari peserta yang mana sebelum dibagikan kuesioner penelitian terlebih dahulu peneliti meminta informed concent.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Data diambil dari sumber primer yaitu siswa MA Baburoyyan. Prosedur penelitian dilakukan dengan cara pembagaian 2 kuesioner yaitu kuesioner pengetahuan tentang pencegahan HIV AIDS dan kuesioner literacy.

Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh dari hasil penelitian dilakukan Analisa dengan uji kendall tau.

HASIL

Literasi kesehatan akhir-akhir ini menjadi topik utama dalam agenda penelitian di banyak negara karena literasi kesehatan telah diakui sebagai faktor penting dalam status kesehatan. Penelitian telah membuktikan bahwa rendahnya literasi kesehatan berhubungan dengan rendahnya status kesehatan dan prevalensi penyakit HIV AIDS di Indonesia. Hasil yang didapat dalam penelitian ini didapatkan data

literasi Kesehatan pada remaja tentang HIV AIDS. Berikut karakteristik responden dalam penelitian ini :

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia	15	4	30.8
	16	6	46.2
	17	2	15.4
	18	1	7.7
Jenis Kelamin	Laki-laki	7	53.8
	Perempuan	6	46.2
Pernah mendapatkan edukasi tentang HIV AIDS	Pernah	6	46.2
	Tidak Pernah	7	53.8
Health Literacy	Kurang	0	0
	Cukup	6	46.2
	Baik	7	53.8
Pengetahuan Tentang HIV AIDS	Kurang	0	0
	Cukup	4	30,8
	Baik	9	69,2

Berdasarkan Table 1 menunjukkan mayoritas responden berusia 16 tahun (46,2%) yang berjenis kelamin laki-laki (53,8%). Mayoritas responden mengatakan tidak pernah mendapatkan edukasi tentang HIV AIDS. Health literacy responden mayoritas dalam kategori baik (53,8%), dengan pengetahuan tentang HIV AIDS dalam kategori baik (69,2%).

Tabel 2. Health Literacy Remaja

Health Literacy	Sulit	Cukup Sulit	Cukup Mudah	Sangat Mudah
Kemudahan menemukan informasi tentang gejala penyakit	1	10	0	2
Kemudahan menemukan informasi apa yang harus dilakukan ketika terjadi keadaan darurat medis	1	0	9	3
Kemudahan menilai seberapa dapat dipercaya peringatan kesehatan seperti merokok, kurang olah raga dan minum alkohol.	1	1	4	7
Kemudahan menilai vaksinasi yang dibutuhkan	1	0	6	6
Kemudahan memutuskan bagaimana dapat melindungi diri sendiri dari penyakit berdasarkan saran dari keluarga dan teman	0	1	4	8
Kemudahan menemukan informasi tentang aktivitas yang baik untuk kesehatan mental (misalnya meditasi, olah raga, jalan, yoga, dll)	0	0	2	11
Kemudahan mencari informasi tentang perubahan politik yang bisa mempengaruhi kesehatan	0	1	10	2
Kemudahan memahami nasehat tentang kesehatan dari keluarga atau teman	0	2	3	8
Kemudahan memberi penilaian bagaimana komunitas dan lingkungan mempengaruhi kesehatan dan kesejahteraan	0	1	10	2
Kemudahan membuat keputusan untuk meningkatkan kesehatan	0	0	9	4

Tabel 3. Analisa Hubungan Health Literacy dan Pengetahuan Remaja Tentang HIV AIDS

Uji		Kendall's tau_b	Spearman's rho	Keterangan
		Health Literacy		
Pengetahuan	Correlation Coefficient	0,720*	0,720**	Ada hubungan
	Sig. (2-tailed)	0,013	0,066	
	N	13	13	

Pada Tabel 3 menunjukkan hasil analisa hubungan health literacy dan pengetahuan remaja tentang HIV AIDS dengan uji kendall tau didapatkan nilai sig 0,013. Nilai ini menunjukkan arti ada hubungan antara health literacy dan pengetahuan tentang HIV AIDS pada remaha MA Baburoyyan.

PEMBAHASAN

Kelompok usia remaja termasuk dalam kelompok yang rentan terkena dampak dari adanya perubahan gaya hidup, terkait dengan perkembangan kognitif dan psikososial yang belum matang sehingga akan mudah terpengaruh oleh lingkungan (11). Masalah yang mungkin muncul dari perubahan gaya hidup seperti infeksi penyakit dapat dicegah oleh individu di usia remaja dengan pengetahuan yang baik.

Salah satu intervensi utama untuk memahami informasi kesehatan yang tepat dan baik ialah melalui literasi informasi kesehatan. Intervensi literasi informasi kesehatan sangat bermanfaat guna menjadikan kesadaran masyarakat meningkat dalam memperoleh pelayanan dan informasi kesehatan yang dibutuhkan sehingga mereka dapat mengambil keputusan (12). Literasi kesehatan mengacu pada karakteristik pribadi dan sumber daya sosial yang diperlukan agar orang-orang mengakses, memahami, dan menggunakan informasi untuk membuat keputusan tentang perilaku dan kesehatan mereka (7).

Health Literacy atau literasi kesehatan merupakan suatu kemampuan yang secara kognitif sosial dalam mendapatkan, memproses dan menggunakan informasi kesehatan dalam pengambilan keputusan yang mempengaruhi status kesehatannya di berbagai kehidupan. Adapun berbagai faktor- faktor yang mempengaruhi literasi kesehatan adalah usia, jenis kelamin, pendidikan, budaya bahasa, akses pelayanan, dan akses informasi (13).

Dalam penelitian ini literasi Kesehatan yang di tuju yaitu literasi tentang HIV dan AIDS. Acquired Immune Deficiency Syndrome (AIDS) merupakan kumpulan gejala penyakit yang disebabkan oleh Human Immunodeficiency Virus (HIV). Virus tersebut merusak sistem kekebalan tubuh manusia dan mengakibatkan turunnya atau hilangnya daya tahan tubuh sehingga mudah terjangkit penyakit infeksi. Penularan HIV sendiri hanya akan terjadi bila : (1) virus HIV berhasil hidup di dalam tubuh manusia, (2) virus harus dalam jumlah yang besar, (3) HIV harus masuk ke tubuh orang melalui cara penularan tertentu.

HIV ditularkan melalui tiga jalur, yaitu : (a) melalui hubungan seksual yang tidak aman (heteroseksual atau homoseksual), (b) melalui penerimaan darah atau produk darah melalui transfusi darah (saat ini sudah jarang karena donor darah sebelumnya telah melalui skrining), penggunaan narkoba suntik atau injecting drug user (IDU), alat medis, alat tusuk lain (tato, tindik, akupuntur, pisau cukur, dan lain – lain) yang sudah tercemar HIV, penerimaan organ, jaringan atau air mani, dan (c) melalui ibu yang hidup dengan HIV kepada janin di kandungannya atau bayi yang disusunya (6).

Melihat rentannya remaja dan mudahnya virus ini menyebar maka pengetahuan yang cukup harus dimiliki oleh remaja agar terhindar dari HIV AIDS. Pengetahuan yang cukup dapat diperoleh dalam proses belajar. Remaja adalah individu yang berada pada masa transisi dari masa anak ke masa dewasa, di mana anak mengalami banyak perubahan fisik, kognitif, dan emosi. Pada masa remaja, anak juga mengalami perkembangan pikiran yang baru dan mudah tertarik dengan hal baru.

Melihat hal ini remaja seharusnya memiliki kemampuan untuk mengakses, memahami, menganalisis, dan menerapkan informasi kesehatan dalam kehidupan sehari-hari atau disebut dengan health literacy. Literasi kesehatan yang baik dapat membantu remaja untuk mengenali gejala gangguan mental, mencegah termakan informasi hoax di media sosial, mengkonsumsi makanan yang bergizi dan mampu memilih perilaku sehat agar terhindar dari HIV AIDS.

Hasil penelitian menunjukkan remaja merasa cukup sulit menemukan informasi tentang gejala penyakit. Terdapat responden yang mengatakan sulit dalam menemukan informasi tentang gejala penyakit, sulit dalam menemukan informasi apa yang harus dilakukan ketika terjadi keadaan darurat medis, dan sulit dalam menilai vaksinasi yang dibutuhkan. Kesulitan yang dialami remaja dimungkinkan karena kurangnya keterpaparan informasi mengenai kasus yang ada di lingkungan dan kurangnya media atau sumber informasi. Hal ini terlihat dari hasil kuesioner yang mengatakan mayoritas responden tidak pernah mendapatkan edukasi tentang HIV AIDS.

Selain itu terlihat juga hasil pengetahuan remaja tentang HIV AIDS yang masih masuk dalam kategori cukup sebanyak 30,8%. Kurangnya pengetahuan merupakan masalah yang dapat menghambat

literasi kesehatan. Hasil uji Analisa menunjukkan adanya hubungan antara literasi Kesehatan dengan pengetahuan remaja tentang HIV AIDS, hal sejalan dengan factor yang mempengaruhi literasi Kesehatan yaitu pengetahuan, pemahaman, realitas, minat, rasa ingin tahu, pikiran dan nalar, akal sehat dan minat.

Dimana literasi kesehatan adalah kemampuan seseorang untuk mengakses, memahami, menilai, dan menerapkan informasi kesehatan untuk membuat keputusan tentang kesehatannya (14). Beberapa upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan literasi kesehatan remaja, di antaranya edukasi kesehatan berbasis sekolah, edukasi kesehatan melalui sosial media, modul pembelajaran yang berkaitan dengan Kesehatan. Keterampilan literasi kesehatan yang kompleks meliputi membaca, menulis, berbicara, mendengarkan, menggunakan teknologi, berjejaring, keterampilan retorika. Tujuan dari literasi Kesehatan ini yaitu untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang masalah Kesehatan.

Sejalan dengan hasil pengabdian kepada masyarakat oleh Purnama dan Witdiawati (12) dimana tujuan kegiatan Program Pengabdian Masyarakat ini adalah memberikan informasi pada siswa sekolah tentang penyakit HIV AIDS yang meliputi gejala, cara penularan dan cara pencegahan serta penanggulangan HIV AIDS. Metode pelaksanaan adalah peningkatan literasi informasi kesehatan tentang penyakit HIV-AIDS dalam bentuk penyuluhan kesehatan dengan peserta siswa yang hadir 75 orang dan 3 orang guru. Implemetasi kegiatan diawali dengan pre dan post test dan di analisis menggunakan paired ttest dengan Convidence interval 95% (0,05). Hasil kegiatan ada perbedaan pengetahuan siswa sekolah berdasarkan uji pada pre test dan post test dengan p value =0,01. Kesimpulan, upaya penyuluhan kesehatan dapat menjadi salah satu upaya untuk meningkatkan literasi informasi penyakit HIV AIDS pada siswa sekolah.

Literasi kesehatan merupakan kemampuan seseorang untuk mencari, memahami informasi kesehatan dalam menentukan keputusan bagi kesehatannya (15). Pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Rianti dkk di Kabupaten Garut menunjukkan data prevalensi kasus AIDS masih tinggi. Selain pada orang yang beresiko literasi kesehatan ini sangat penting untuk orang dengan HIV/AIDS (ODHA) karena sangat rentan terkena infeksi oportunistik apabila tidak dapat melakukan perawatan kesehatan, pencegahan penyakit dan promosi kesehatan, diharapkan ODHA dapat memenuhi kebutuhannya melalui informasi yang diperoleh guna meningkatkan derajat kesehatan. Penggunaan kuesioner *Health Literacy Study-Asia* (HLS-Asia) diadaptasi dari *Health Literacy Study-European* (HLS-EU) yang dikembangkan oleh Kristine Sorensen terdiri dari 40 pertanyaan dan sudah diuji validitas dengan hasil *alpha cronbach* 0.982 digunakan untuk mengukur literasi kesehatan yang dilaksanakan pada bulan Juni 2018 di Poliklinik Dahlia TNI-AD Tk. IV Garut didapatkan hasil penelitian Responden memiliki literasi rendah (56.7%) lebih banyak dibandingkan dengan responden yang memiliki literasi tinggi (43.3%). Keempat komponen literasi kesehatan yang rendah di Poliklinik Dahlia dikarenakan responden masih kesulitan dalam menilai informasi (63.3%) dan menerapkan informasi kesehatan (61.7%). Melihat hasil ini maka perlunya bagi petugas kesehatan memberikan informasi secara jelas, sederhana dan menyediakan sarana dan prasarana bagi ODHA untuk memenuhi kebutuhan perawatan kesehatannya (6).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berusia 16 tahun (46,2%) yang berjenis kelamin laki-laki (53,8%). Mayoritas responden mengatakan tidak pernah mendapatkan edukasi tentang HIV AIDS. Health literacy responden mayoritas dalam kategori baik (53,8%), namun pada pengetahuan tentang HIV AIDS dalam kategori baik (69,2%). Pada hasil uji analisa hubungan health literacy dan pengetahuan pencegahan HIV AIDS pada remaja dengan uji kendall tau didapatkan nilai 0,013. Nilai ini menunjukkan arti ada hubungan antara health literacy dan pengetahuan pencegahan HIV AIDS pada remaja MA Baburoyyan.

SARAN

Melihat hasil yang ada terlihat masih ada siswa yang kurang baik dalam literacy kesehatannya. Melihat hal tersebut maka sekolah dapat membiasakan untuk mengadakan program literacy khususnya Kesehatan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih disampaikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Surya Global Yogyakarta yang telah membantu memberikan dana hingga kegiatan ini berjalan dengan lancar.

KONFLIK KEPENTINGAN

“Penulis dalam artikel ini tidak memiliki konflik dan kepentingan”

DAFTAR PUSTAKA

1. Rahayu BA, Setyowati R. Remaja Sehat Waspada Dan Cegah Hiv Aids Sebelum Terlambat Di Dusun Bojong Wonolelo Pleret Bantul. Perawat Mengabdi (Jurnal Pengabdian Kpd Masyarakat) [Internet]. 2022;1(2):65–74. Available from: <https://journal.akperkabpurworejo.ac.id/index.php/pmkep/article/view/119/51>
2. Swinkels HM, Vaillant AAJ, Nguyen AD, Gulick PG. HIV and AIDS [Internet]. StatPearls Publishing LLC.; 2024. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK534860/>
3. Syahril S. haibunda.com. 2023 [cited 2024 Oct 20]. Hari AIDS Sedunia, Kasus HIV 2023 Didominasi Ibu Rumah Tangga Tertular dari Suami. Available from: <https://www.haibunda.com/moms-life/20231201081704-68-322375/hari-aids-sedunia-kasus-hiv-2023-didominasi-ibu-rumah-tangga-tertular-dari-suami>
4. Rakhman MRR. Peran Pemerintah Daerah dalam Pencegahan dan Penanggulangan HIV-AIDS di Kabupaten Merauke. Gov J Ilmu Pemerintah. 2017;10(1):20–9.
5. Kurniati MF, Efendi Y, Pramesti AA. Pencegahan Penyakit Menular Dengan Hiv Prevention Monopoly Pada Remaja. J HUMANIS [Internet]. 2024;9(2):1–4. Available from: <https://jurnal.istekicsadabjn.ac.id/index.php/humanis/article/view/336>
6. Kesumawati R, Ibrahim K, Witdiawati W. Literasi Kesehatan Orang Dengan HIV/AIDS. J Pendidik Keperawatan Indones [Internet]. 2019;5(1):77–88. Available from: <https://vm36.upi.edu/index.php/JPKI/article/view/15533>
7. Maulana MFZ, Hasibuan A, Mauliah S. Melonjaknya Kasus HIV Dikalangan Remaja Indonesia. Amsir Community Serv J. 2024;2(1):1–7.
8. Adi BS. Literasi Kesehatan : Kebijakan Kepala Sekolah , dan Pendidikan Jasmani. J Ilm Mandala Educ. 2022;8(3):2558–66.
9. Matin BK, Williamson HJ, Karyani AK, Rezaei S, Soofi M, Soltani S. Hambatan dalam akses layanan kesehatan bagi perempuan penyandang disabilitas: tinjauan sistematis dalam studi kualitatif. BMC Womens Heal [Internet]. 2021;21(44). Available from: <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC7847569/>
10. Ernawati D, Arini D, Hastuti P, Saidah Q, Budiarti A, Fatimawati I, et al. Pendidikan Kesehatan dalam Meningkatkan Pengetahuan Siswa Kelas 10 Tentang Kesehatan Reproduksi Remaja di SMA Hang Tuah 1 Surabaya. In: Seminar Nasional Pengabdian Kepada Masyarakat 2021 Perguruan Tinggi Mengabdikan Menuju Desa Mandiri. 2021. p. 400–7.
11. Rusuli I. PSIKOSOSIAL REMAJA: SEBUAH SINTESA TEORI ERICK ERIKSON DENGAN KONSEP ISLAM. J As-Salam. 2022;6(1):75–89.
12. Purnama D, Witdiawati W. Peningkatan Literasi Informasi Penyakit HIV-AIDS pada Siswa Sekolah. Media Karya Kesehat - J Univ Padjadjaran. 2017;1(1):69–78.
13. Nazira D, Mawarpury M, Afriani, Kumala ID. Literasi Kesehatan Mental Pada Mahasiswa Di Banda Aceh. Seurune, J Psikol Unsyiah [Internet]. 2022;5(1):23–39. Available from: <https://jurnal.usk.ac.id/seurune/article/view/25102/15466>
14. Usfa HF, Febriani CA, Sari N. Hubungan pengetahuan dan motivasi dengan literasi kesehatan mental pada mahasiswa di Universitas Malahayati tahun 2023. J Dunia Kesmas [Internet]. 2023;12(3):96–105. Available from: <https://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/duniakesmas/article/view/10810/pdf>
15. Sabilla M, Nurfadhilah. Pengetahuan Komprehensif Remaja Tentang Hiv Di Kota Tangerang

Selatan Menuju End AIDS 2030. *J Kesehat Reproduksi*. 2022;13(1):11–7.

Original Article**Hubungan Pengetahuan Ibu dan Dukungan Suami terhadap Kunjungan Antenatal Care (ANC)*****The Relationship of Mother's Knowledge And Husband's Support Toward Antenatal Care Visits (ANC)*****Siti Nur Asyah Jamillah Ahmad^{1*}, Dina M.S Henukh²**^{1*} Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Citra Bangsa² Program Studi DIII Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Citra Bangsa**Informasi Artikel**

Submit: 21 – 11 – 2024

Diterima: 10 – 1 – 2025

Dipublikasikan: 20 – 1 – 2025

ABSTRACT

Mothers who do not have regular and routine ANC checks can increase the risk of pregnancy and childbirth. The husband's knowledge and support is one of the factors that plays a role in the mother's compliance with a complete ANC examination. The aim of this research is to analyze the relationship between knowledge and husband's support for ANC examinations at the Sikumana Community Health Center. The type of research used in this research is quantitative with a cross sectional method. The population is all third trimester pregnant women who underwent ANC examinations at the Sikumana Community Health Center. The total sample in this study was 58 pregnant women with the sampling technique being purposive sampling. The research results were carried out by univariate and bivariate analysis and then tested using the Chi-Square test. The research results show that there is a relationship between husband's knowledge and support for ANC examinations at the Sikumana Community Health Center.

Keywords: knowledge, husband's support, ANC**ABSTRAK**

Ibu yang tidak melakukan pemeriksaan ANC secara teratur dan rutin dapat meningkatkan resiko kehamilan dan persalinan. Pengetahuan dan dukungan suami merupakan salah satu faktor yang berperan dalam kepatuhan ibu melakukan pemeriksaan ANC secara lengkap. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan pengetahuan dan dukungan suami terhadap pemeriksaan ANC di Puskesmas Sikumana. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode *cross sectional*. Populasi adalah seluruh ibu hamil trimester III yang melakukan pemeriksaan ANC di Puskesmas Sikumana. Total sampel dalam penelitian ini adalah 58 ibu hamil dengan teknik pengambilan sampel adalah *purposive sampling*. Hasil penelitian dilakukan analisis univariat dan bivariat kemudian diuji menggunakan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dan dukungan suami terhadap pemeriksaan ANC di Puskesmas Sikumana.

Kata kunci: pengetahuan, dukungan suami, ANC***Alamat Penulis Korespondensi:**

Siti Nur Asyah Jamillah
Ahmad ;Universitas Citra Bangsa,
Jl. Manafe No. 17, Kayu Putih
Oebobo, Kupang, NTT, Indonesia
85111.

Phone : 085338191820**Email :**

sitinurahmad17@yahoo.com

PENDAHULUAN

Antenatal care merupakan asuhan yang diberikan kepada ibu hamil secara berkala untuk menjaga kesehatan ibu dan janinnya. Salah satu pemanfaatan pelayanan *Antenatal care* oleh seorang ibu hamil dapat dilihat dari cakupan antenatal yang kurang dari standar minimal, sehingga komplikasi obstetrik yang mungkin terjadi selama kehamilan tidak dapat dideteksi sedini mungkin serta ditangani secara memadai. Asuhan kehamilan diperlukan karena pada umumnya kehamilan berkembang dengan normal dan menghasilkan kelahiran bayi yang sehat cukup bulan melalui jalan lahir, namun kadang-kadang tidak sesuai dengan yang diharapkan (1).

K6 adalah ibu hamil dengan kontak 6 kali atau lebih dengan tenaga kesehatan yang mempunyai kompetensi, untuk mendapatkan pelayanan terpadu dan komprehensif sesuai standar. Berdasarkan data PWS KIA di Puskesmas Sikumana dalam satu tahun terakhir yaitu tahun 2023, sasaran ibu hamil berjumlah 1386, ibu hamil yang melakukan kunjungan K1 sebanyak 1393 (100,5%) dari target 100% sedangkan cakupan K6 sebanyak 1122 orang (80,9%) dari target 100 % (2). Faktor-faktor yang memengaruhi kepatuhan ibu hamil menjalani *Antenatal care* yaitu kurangnya pengetahuan, kesibukan, tingkat sosial, ekonomi, dan dukungan suami. Kepatuhan ibu hamil dalam ANC merupakan ketaatan dalam melakukan kunjungan pelayanan kesehatan oleh ibu hamil sesuai dengan saran dari petugas kesehatan dengan standar yang sudah ditetapkan yaitu minimal 6 kali dalam masa kehamilan. Kurangnya dukungan suami dalam *Antenatal care* disebabkan oleh sibuknya suami bekerja sehingga tidak ada waktu untuk mengantar ibu dan pengetahuan suami yang kurang tentang manfaat *Antenatal care*. Kurangnya dukungan dapat menyebabkan ibu kurang teratur dalam melakukan *Antenatal care*(3).

Pengetahuan ibu hamil tentang kehamilan memiliki peranan penting terkait dengan kesehatan selama kehamilan. Apabila seorang ibu hamil memiliki pengetahuan yang baik tentang resiko tinggi kehamilan maka kemungkinan besar akan berfikir untuk menentukan sikap, berperilaku untuk mencegah, menghindari atau mengatasi masalah resiko kehamilan tersebut sehingga ibu memiliki kesadaran untuk memeriksakan kehamilannya. Keteraturan *Antenatal Care* (ANC) dapat ditunjukkan melalui frekuensi kunjungan, ternyata hal ini menjadi masalah karena tidak semua ibu hamil memeriksakan kehamilannya secara rutin terutama ibu hamil normal sehingga kelainan yang timbul dalam kehamilan tidak dapat terdeteksi sedini mungkin. (4). Bagi bayi pemeriksaan ANC meningkatkan kesehatan janin dan mencegah janin lahir premature, bayi berat badan lahir rendah, lahir mati, maupun mengalami kematian saat baru lahir(5). Komplikasi kehamilan yang dapat timbul karena tidak teratur melakukan ANC yaitu apabila ada tanda dan bahaya pada kehamilan seperti mual-muntah yang hebat, perdarahan banyak, gerakan janin berkurang, ketuban pecah, nyeri kepala hebat dapat menimbulkan ancaman bagi keselamatan nyawa ibu maupun janin(6). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (7)Marsitha (2017) tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Dukungan Suami Terhadap Kunjungan *Antenatal Care* di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas II, terdapat hubungan antara Dukungan suami terhadap kunjungan *Antenatal care*. Beberapa ibu hamil masih kurang mendapatkan dukungan suami karena suaminya hanya menganjurkan untuk teratur melakukan pemeriksaan kehamilan, namun suaminya tidak mengantar ke fasilitas kesehatan sehingga ibu menjadi tidak mau berkunjung ke petugas kesehatan. Adanya support sistem yang baik dari keluarga terutama suami membuat ibu hamil merasa diperhatikan hal ini membuat ibu hamil akan lebih mengutamakan kesehatan baik itu dirinya sendiri maupun kesehatan janinnya yaitu dengan cara melakukan pemeriksaan ANC di Praktik Bidan Mandiri (PMB) atau di Puskesmas untuk melakukan pemeriksaan ANC. Dukungan yang bisa diberikan yaitu dalam bentuk bantuan, pemberian perhatian, serta penghargaan (8). Pelayanan pemeriksaan antenatal care juga dapat digunakan untuk memberikan informasi kepada ibu hamil dan keluarganya untuk melakukan penanganan yang tepat serta segera memeriksa kehamilannya apabila terdapat tanda bahaya selama kehamilan (9). Dari uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul hubungan pengetahuan ibu dan dukungan suami terhadap kunjungan Antenatal Care di Puskesmas Sikumana.

METODE

Jenis penelitian

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode *cross sectional*.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian dilaksanakan pada bulan September-Oktober 2024 di Puskesmas Sikumana Kelurahan Sikumana Kecamatan Maulafa Kota Kupang. Populasi adalah seluruh ibu hamil trimester III yang melakukan pemeriksaan ANC di Puskesmas Sikumana.

Target/Subjek Penelitian

Total sampel dalam penelitian ini adalah 58 ibu hamil trimester III dengan menggunakan teknik sampel *purposive sampling*.

Prosedur

Penelitian ini diawali dengan mencari tahu identitas dari responden seperti nama, usia, pendidikan, pendapatan, paritas, dan jarak kelahiran. Kemudian peneliti melakukan wawancara menggunakan kuesioner terkait pengetahuan dan dukungan suami terhadap kunjungan ANC ibu di Puskesmas Sikumana.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data melalui data primer berupa wawancara menggunakan kuesioner untuk mencari tahu data yang ingin diteliti dan data sekunder melalui studi dokumentasi.

Teknik Analisis Data

Kemudian data penelitian dilakukan analisis univariat dan bivariat dan diuji menggunakan uji *Chi-Square*

HASIL

Tabel 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Ibu, Pendidikan Ibu, dan Pekerjaan Ibu di Puskesmas Sikumana

Karakteristik	Frekuensi (n)	Precent (%)
Usia Ibu		
Dewasa muda (18-30 tahun)	45	78
Dewasa setengah baya (>30 tahun)	13	22
Total	58	100
Pendidikan Ibu		
Dasar (SD-SMP)	20	34
Menengah (SMA)	35	60
Tinggi (sarjana)	3	6
Total	58	100
Pekerjaan Ibu		
Bekerja	20	34
Tidak bekerja	38	66
Total	58	100

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 1 menunjukkan karakteristik responden pada usia ibu sebagian besar (78%) adalah dewasa muda yaitu rentang usia 18-30 tahun, (60%) berpendidikan Menengah atau SMA, dan (66%) tidak bekerja.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel dependent (pemeriksaan ANC) dengan variabel independent (pengetahuan ibu dan dukungan suami) yang dijelaskan pada tabel berikut ini.

Tabel 2 Hubungan Pengetahuan Ibu dan Dukungan Suami dengan ANC di Puskesmas Sikumana

No	Variabel	Jumlah	Presentase %	P value
1	Pengetahuan kurang	14	24	0,000
	cukup	33	57	
	baik	11	19	
	Total	58	100	
2	Dukungan Suami			0.002
	Tidak mendukung	44	76	
	Mendukung	14	24	
	Total	58	100	

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan Tabel 2 di atas dapat disimpulkan hasil uji statistik menggunakan *uji Chi-Square* didapatkan nilai $p = 0,000$, dengan demikian didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu dengan pemeriksaan ANC di Puskesmas Sikumana. Berdasarkan tabel di atas juga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden yang mendapatkan dukungan suami melakukan pemeriksaan ANC secara teratur dengan nilai $p = 0,021$ dengan yang artinya ada hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan pemeriksaan ANC ibu di Puskesmas Sikumana.

PEMBAHASAN

Hubungan Pengetahuan Ibu dengan Pemeriksaan ANC

Berdasarkan hasil analisis univariat diketahui bahwa hampir sebagian besar ibu memiliki pengetahuan cukup sebanyak 33 responden (57%). Hasil analisis bivariat didapatkan bahwa 33 responden (57%) memiliki pengetahuan cukup, 11 responden (19%) melakukan pemeriksaan antenatal care dengan baik dan 14 responden (24%) melakukan pemeriksaan ANC dengan kurang baik. Besar nilai $p=0,000 < 0,05$. Jadi dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan pemeriksaan ANC di Puskesmas Sikumana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu dengan kategori tingkat pengetahuan yang baik dan cukup lebih patuh dalam melakukan pemeriksaan ANC dibandingkan dengan ibu yang memiliki pengetahuan dengan kategori kurang. Dari 10 item pertanyaan ada 3 pertanyaan yang masih kurang dipahami oleh ibu yaitu tentang manfaat buku KIA tentang tujuan pentingnya skrining faktor risiko persalinan, dan ibu juga kurang mengetahui pada usia berapa mulai dianjurkan untuk menghitung gerakan janin secara mandiri.

Pengetahuan merupakan salah satu hal yang penting untuk diperhatikan ,pengetahuan yang dimiliki oleh seseorang yang akan berpengaruh dalam pengambilan keputusan dan dari hasil penelitian, mayoritas responden dengan pengetahuan yang baik dan cukup lebih patuh dalam melakukan pemeriksaan antenatal care. Pernyataan ini sejalan dengan penelitian (10) yang menyatakan bahwa pengetahuan yang baik dapat didukung oleh penerimaan terhadap informasi yang beredar dimasyarakat melalui media yang efektif. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan (11) bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan dalam melakukan pemeriksaan ANC di masa pandemi Covid-19. Ibu yang mempunyai pengetahuan yang baik memiliki peluang 7,143 kali

melakukan pemeriksaan kehamilan atau ANC dibandingkan dengan yang berpengetahuan kurang. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang pernah dilakukan (12) bahwa ada hubungan antara pengetahuan seseorang dengan pemeriksaan kehamilan. Pengetahuan dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah pendidikan (13). Semakin tinggi pendidikan maka semakin baik pengetahuan seseorang. Pengetahuan tentang ANC berkaitan dengan pengetahuan kehamilan, pertumbuhan janin di dalam rahim, perawatan diri selama kehamilan, serta tanda bahaya yang perlu diwaspadai. Bila pengetahuan ibu tentang ANC kurang maka ia tahu harus melakukan apa untuk menjaga kesehatan kehamilannya. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu sangat berpengaruh terhadap kepatuhan dalam melakukan pemeriksaan ANC dimana semakin baik pengetahuan seseorang maka akan semakin patuh terhadap pemeriksaan ANC .

Hubungan Dukungan Suami Dengan Pemeriksaan ANC

Berdasarkan hasil analisis univariat diketahui bahwa sebagian besar ibu mendapatkan dukungan suami sebanyak 14 responden (24%). Hasil analisis bivariat didapatkan bahwa 14 responden (24%) mendapatkan dukungan suami, 44 responden (76%) tidak mendapatkan dukungan suami dalam melakukan pemeriksaan ANC. Besar nilai $p=0,002$ sehingga dapat diartikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan pemeriksaan ANC. Dari 15 item pernyataan tentang dukungan suami ternyata 1 diantara pernyataan dukungan yang belum didapatkan ibu yaitu dukungan instrumental seperti masih adanya suami yang tidak menanyakan hasil pemeriksaan antenatal care yang dilakukan ibu. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (10) Safitri (2020), menunjukkan bahwa ada hubungan dukungan suami dengan kepatuhan ibu dalam melakukan pemeriksaan ANC.

Ibu hamil yang mendapatkan dukungan dari suami termotivasi untuk melakukan pemeriksaan kehamilan, dukungan atau motivasi adalah sesuatu hal yang menyebabkan dan mendukung tindakan atau perilaku seseorang. Dukungan mengacu pada dorongan dan usaha untuk memuaskan kebutuhan atau suatu tujuan. Dukungan suami memiliki peran yang sangat penting bagi ibu hamil, tanpa adanya dukungan suami yang baik maka kemungkinan ibu hamil akan menemui hambatan. Dukungan suami dapat berupa bentuk informasi berupa nasehat, saran, pemberi petunjuk, mencari informasi lain dari media cetak, dan juga tenaga kesehatan. Dapat disimpulkan bahwa semakin baik dukungan yang diberikan oleh suami kepada ibu hamil maka akan semakin patuh ibu hamil dalam melakukan kunjungan ANC secara rutin dan teratur. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan (14) Ana, (2021), menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan kepatuhan dalam melakukan pemeriksaan ANC. Dimana ibu dengan tingkat dukungan keluarga terutama dukungan dari suami memiliki kemungkinan cakupan pelayanan ANC lengkap 6,363 kali lebih besar dari ibu yang tingkat dukungan suaminya rendah. Dukungan dari suami merupakan hal penting dalam terwujudnya hal positif. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fithriany (2020) yang mendapatkan hasil bahwa wanita yang memperoleh dukungan dari orang-orang terdekat (suami) selama kehamilan dua kali lebih mungkin untuk hadir dalam melakukan pemeriksaan antenatal care dibandingkan dengan wanita yang tidak mendapatkan dukungan dari suami (15).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan pengetahuan dan dukungan suami terhadap ANC di Puskesmas Sikumana.

SARAN

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi semua pihak baik pemerintah, tenaga kesehatan, masyarakat, dan suami dalam membantu memotivasi ibu agar melakukan pemeriksaan kehamilan secara rutin dan lengkap.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih penulis sampaikan kepada berbagai pihak yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini khususnya kepada Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat (LP2M) Universitas Citra Bangsa yang telah memberikan ijin dan Puskesmas Sikumana yang telah memberikan kesempatan peneliti untuk melaksanakan penelitian serta para responden yang bersikap kooperatif dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Norma dan Mustika. Asuhan Kebidanan Patologi. Yogyakarta: Nuha Medika; 2013.
2. Mardi. Asuhan Kebidanan pada Ny YL di Puskesmas Sikumana. Kupang; 2024.
3. Suryani. Hubungan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga Dengan Kunjungan Antenatal Care Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Olak Kemang Kota Jambi Tahun 2015. *J Bahana Kesehat Masy (Bahana J Public Heal.* 2017;1(1):1–8.
4. (Putriatri & Yostaviani. Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil dengan Frekuensi Kunjungan Antenatal Care di Puskesmas Kota Ruteng. Ruteng; 2014.
5. Tuwu. Kebijakan Pemerintah Dalam Penanganan Pandemi Covid-19. *J Publicuho.* 2020;3(2):267–77.
6. Padila. Buku Ajar Keperawatan Maternitas. Yogyakarta: Nuha Medika; 2014.
7. Marsitha. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Dukungan Suami Terhadap Kunjungan Antenatal Care di Wilayah Kerja Puskesmas Perumnas II. *J Mhs PSPD FK Univ Tanjungpura.* 2017;8(1):1–18.
8. Rachmawati, Puspitasari & C. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kunjungan Antenatal Care (ANC) Ibu Hamil. *J Kesehat Univ Lampung.* 2017;7(10):72–6.
9. RI KK. Pedoman Proses Asuhan Gizi di Puskesmas. Jakarta: Kemenkes RI; 2017.
10. Yulia Safitri1 DHL. Dukungan Suami, Pengetahuan, Dan Sikap Ibu Hamil Terhadap Kunjungan Antenatal Care. *J Kebidanan.* 2020;6(4):413–20.
11. Ariestanti Y, Widayati T SY. Determinan Perilaku Ibu Hamil Melakukan Pemeriksaan Kehamilan (Antenatal Care) Pada Masa Pandemi Covid-19. *J Bid Ilmu Kesehat.* 2020;10(2):3–14.
12. Erliwati. Faktor-Faktor yang berhubungan dengan Kepatuhan Antenatal Care pada Ibu Hamil di Puskesmas Lubuk Buaya Padang. *J Nurs Sci.* 2020;9(1):57–68.
13. Notoadmodjo. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta; 2015.
14. Ana. Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Melakukan Kunjungan Antenatal Care (Anc) Di Layanan Kesehatan. *J Keperawatan I Care.* 2021;2(1):1–9.
15. Fithriany. Pengaruh Karakteristik Ibu Dan Dukungan Suami Terhadap Pemeriksaan Kehamilan Di Kecamatan Kuta Cot Gile Kabupaten Aceh Besar. Aceh; 2020.

Efektifitas Massage Punggung dan Relaksasi Nafas dalam Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif pada Primigravida

Effectiveness Of Back Massage And Deep Breathing Relaxation To Reduce Labor Pain In The 1st Active Phase Of Primigravida

Elva Febri Ashari^{1*}, Pratiwi Cahya Skania², Henny Theresia Marbun³,

^{1*} S1 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Salsabila Serang, Indonesia

^{2, 3} S1 Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Salsabila Serang, Indonesia

Informasi Artikel

Submit: 6 – 11 – 2024

Diterima: 5 – 1 – 2025

Dipublikasikan: 20 – 1 – 2025

ABSTRACT

Labor pain is a complex, subjective, multidimensional response to sensory stimulation that occurs during labor. Labor pain is often one of the discomforts felt by mothers, especially primigravida mothers. Therefore, to reduce this discomfort, the management that can be done is to use non-pharmacological methods, namely deep breathing relaxation. The purpose of the research is to analyze the effectiveness of deep breathing relaxation in reducing labor pain during the first active phase of primigravida. The research method used was quasi-experimental with a two group pre test and post test design with the sampling technique being exhaustive sampling. The total sample was 30 respondents. The research results are based on the Mann-Whitney massage test which is more effective than deep breathing relaxation in reducing labor pain during the first active phase of primigravida with a p-value of $0.003 < 0.05$. The research conclusion is that back massage and deep breathing relaxation are effective in reducing labor pain during the first active phase of normal labor, but back massage has more influence on reducing labor pain during the first active phase of normal labor.

Keywords: *reduce labor pain during the first active phase, back massage, deep breathing relaxation*

ABSTRAK

***Alamat Penulis Korespondensi:**
Elva Febri Ashari, Jl. Jl. Raya
Serang-Pandeglang Km.06 No. 33,
Kemanisan, Kecamatan Curug,
Serang, Kemanisan, Kec. Curug,
Kota Serang, Banten
Phone : 081283805550
Email :
elvafebriashari027@gmail.com

Nyeri persalinan merupakan respon yang kompleks, subjektif, multidimensi terhadap rangsangan sensorik yang terjadi selama persalinan. Nyeri persalinan kerap menjadi salah satu ketidaknyamanan yang dirasakan oleh ibu khususnya pada ibu primigravida. Oleh sebab itu untuk mengurangi ketidaknyamanan tersebut penatalaksanaan yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan metode non farmakologis yaitu melakukan relaksasi nafas dalam. Tujuan Penelitian untuk menganalisis efektifitas relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif pada primigravida. Metode penelitian yang digunakan adalah quasy eksperiment dengan desain two group pre test and post test dengan teknik pengambilan sampel adalah exhaustive sampling. Jumlah sampel sebanyak 30 responden. Hasil penelitian

berdasarkan uji Uji Mann-Whitney massage lebih efektif dari relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif pada primigravida dengan nilai p-value $0.003 < 0.05$. Kesimpulan penelitian massage punggung dan relaksasi nafas dalam efektif terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif pada persalinan normal namun massage punggung lebih berpengaruh terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif terhadap persalinan normal.

Kata kunci: nyeri persalinan, massage punggung, relaksasi nafas dalam.

PENDAHULUAN

Nyeri persalinan merupakan salah satu tantangan utama yang dihadapi oleh ibu hamil selama proses kelahiran. Penyebab utama nyeri persalinan adalah kontraksi uterus yang intens, yang mengarah pada terjadinya iskemia, yakni kondisi di mana suplai darah ke jaringan berkurang atau terhambat. Iskemia miometrium dan serviks menjadi pemicu utama nyeri, karena penumpukan asam laktat dalam jaringan yang tidak mendapatkan cukup oksigen akan merangsang sistem saraf simpatis, menghasilkan sensasi nyeri yang semakin tajam (1). Selain itu, aliran darah yang kurang optimal akibat kontraksi yang berulang juga berkontribusi pada timbulnya rasa sakit. Sistem saraf simpatis yang terlalu aktif dapat meningkatkan ketegangan otot dan memperburuk keadaan, sementara kecemasan yang dialami ibu saat kontraksi juga memperburuk respons nyeri yang dirasakan. Faktor utama penyebab nyeri persalinan adalah dilatasi serviks dan perubahan pada segmen bawah rahim yang mengakibatkan tekanan dan regangan pada jaringan tersebut (2).

Pada saat nyeri terjadi, tubuh ibu merespons dengan meningkatkan produksi hormon stres, seperti katekolamin dan steroid. Kedua hormon ini memicu ketegangan otot polos dan vasokonstriksi (penyempitan pembuluh darah), yang pada gilirannya dapat mengurangi efektivitas kontraksi uterus, menurunkan sirkulasi uteroplasenta, dan mengurangi aliran darah serta oksigen ke janin. Hal ini dapat memperburuk intensitas nyeri yang dialami ibu selama proses persalinan (3). Karena itu, penting bagi ibu untuk mencari cara untuk mengelola dan mengurangi nyeri yang dirasakannya. Dalam praktiknya, terdapat dua pendekatan utama dalam penanganan nyeri persalinan, yaitu melalui terapi farmakologi dan non-farmakologi (4).

Terapi farmakologi mencakup penggunaan obat-obatan yang diberikan oleh tenaga medis untuk mengurangi atau menghilangkan nyeri, sementara terapi non-farmakologi berfokus pada teknik-teknik yang tidak melibatkan obat-obatan untuk membantu mengelola nyeri (5). Beberapa metode non-farmakologis yang telah terbukti efektif dalam mengurangi nyeri persalinan antara lain adalah relaksasi nafas dalam, aromaterapi, kompres air hangat, yoga, mendengarkan musik, serta pijat punggung (6). Di antara berbagai teknik tersebut, pijat punggung dan relaksasi nafas dalam merupakan dua metode yang paling sering digunakan dan memberikan dampak positif pada penurunan intensitas nyeri. Pijat punggung, khususnya pada area punggung bawah atau sacrum, diketahui dapat memberikan efek relaksasi yang sangat membantu selama persalinan, mengurangi ketegangan otot, dan meningkatkan kenyamanan ibu saat melahirkan bayi (7).

Di sisi lain, relaksasi nafas dalam juga memiliki peran yang signifikan dalam mengurangi nyeri persalinan. Teknik ini melibatkan pengaturan pernapasan yang dalam dan terkontrol, yang membantu ibu untuk tetap tenang, mengurangi kecemasan, serta meningkatkan oksigenasi tubuh, yang pada gilirannya mempengaruhi kelancaran proses persalinan dan mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan (8). Dengan demikian, kedua pendekatan non-farmakologis ini tidak hanya efektif dalam mengelola nyeri, tetapi juga dapat memperbaiki pengalaman persalinan secara keseluruhan, mengurangi ketergantungan pada obat-obatan, dan memberikan alternatif yang lebih alami dan aman bagi ibu yang melahirkan.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah quasy eksperiment dengan desain two group pretest and posttest. Yaitu kelompok intervensi melakukan massage punggung selama 20 menit dan kelompok

relaksasi nafas dalam dilakukan selama 20 menit. Sebelum melakukan intervensi terlebih dahulu mengukur nyeri persalinan dengan skala numeric rating scale setelah dilakukan intervensi 30 menit selanjutnya dilakukan pengukuran skala nyeri *numeric rating scale* (NRS). Populasi yang digunakan dalam penelitian Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu bersalin primigravida yang mengalami nyeri persalinan kala I fase aktif wilayah kerja Puskesmas Mokoau Kendari sebanyak 30 subjek mulai bulan juli hingga agustus tahun 2022. Sampel penelitian ini adalah ibu primigravida kala I fase aktif. Teknik pengambilan sampel adalah exhaustive sampling. Exhaustive sampling. Jumlah sampel penelitian sebanyak 30 responden. Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah uji Wilcoxon untuk mengetahui penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif terhadap intervensi yang diberikan sebelum dan sesudah dan menggunakan uji Mann Whitney untuk mengetahui perbandingan kedua intervensi terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu primigravida.

HASIL

Hasil Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik ibu bersalin kala I fase aktif

Karakteristik	Intervensi			
	Massage Punggung		Relaksasi nafas dalam	
	f	%	f	%
Usia				
19 - 25 tahun	11	73,3	14	93,3
26 – 35 tahun	4	26,7	1	6,7
Pembukaan serviks				
Pembukaan 6	6	40	5	33,3
Pembukaan 7	4	26,7	7	46,7
Pembukaan 8	5	33,3	3	20
Total	15	100	15	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa pada kelompok massage punggung mayoritas berusia 19–25 tahun responden yaitu 11 responden (73,3%), sedangkan pada kelompok relaksasi nafas dalam mayoritas berusia 19-25 tahun sebanyak 14 responden (93,3). Pada pembukaan serviks untuk kelompok massage punggung mayoritas mengalami pembukaan 6 cm sebanyak 6 responden (40%), sedangkan pada kelompok relaksasi nafas dalam mayoritas mengalami pembukaan 7cm sebanyak 7 responden (46,7%).

Analisis Bivariat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Kelompok Intervensi Berdasarkan Tingkat Nyeri Persalinan Sebelum dan Sesudah diberikan intervensi

Tingkatan Nyeri Persalinan		Kelompok Intervensi dan Kontrol				P-value
		Massage Punggung		Relaksassi Nafas Dalam		
		f	%	f	%	
Sebelum Intervensi	Nyeri Sedang	2	13,3	4	26,7	0.001*

	Nyeri Berat	13	86,7	1	73,3	
Setelah Intervensi	Nyeri Sedang	11	73,3	7	46,7	0.001*
	Nyeri Berat	4	26,7	8	53,3	

*Uji Wilcoxon

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa sebelum melakukan massage punggung yang mengalami nyeri berat sebanyak 13 responden (86,7%) dan setelah melakukan massage dalam terjadi penurunan nyeri berat sebanyak 4 responden (26,7%). sedangkan pada kelompok relaksasi nafas dalam sebelum melakukan relaksasi nafas dalam yang mengalami nyeri berat pada kelompok prana ball dalam sebanyak 11 responden (73.3%) dan setelah melakukan relaksasi nafas dalam yang mengalami nyeri berat sebanyak 8 responden (53,3).

Tabel 3. Perbedaan Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Setelah Melakukan Massage Punggung dan Relaksasi Nafas Dalam

Tingkatan Nyeri Persalinan	Mean Rank	Sum of rank	Z	Asymp. Sig.
Kelompok Intervensi	11,84	163,49	-2,995	,003
Kelompok Kontrol	21,18	301,51		

(*uji Mann-Whitney)

Berdasarkan Tabel 3 uji Mann-whitney pada tingkatan nyeri setelah melakukan massage punggung nilai mean rank 11,84, sum of rank 163,49 sedangkan pada kelompok relaksasi nafas dalam nilai mean rank 21,18, sum of rank 301,51. Dan nilai Z -2,995 berdasarkan nilai p-value 0.003<0.05. sehingga dapat disimpulkan bahwa massage punggung lebih berpengaruh terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif pada persalinan normal.

PEMBAHASAN

Efektifitas Massage Punggung Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Pada Primigravida

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa massage punggung efektif dalam penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif dilihat dari kelompok massage punggung setelah dilakukan uji statistic dengan menggunakan uji Wilcoxon sebelum melakukan massage punggung responden yang mengalami nyeri berat sebanyak 13 responden (86.7%) setelah melakukan massage punggung 11 responden mengalami penurunan nyeri menjadi nyeri sedang (73,3%). dengan nilai p-value 0.001 menandakan bahwa massage punggung efektif terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif pada persalinan.

Massage punggung dilakukan secara lembut memberikan ibu perasaan nyaman, dan tidak berfokus terhadap nyeri yang dirasakan akibat pembukaan serviks atau saat berada pada kala I fase aktif. Penelitian sebelumnya telah melakukan eksperimen yaitu dengan melakukan pijat punggung selama 20 menit saat ibu merasakan nyeri persalinan Kala I fase aktif dapat memberikan efek rasa nyaman dan rasa sakit yang dirasakan berkurang. Hal tersebut disebabkan adanya pengeluaran hormon endhorpin saat melakukan sentuhan atau pimijatan memicu keluarnya hormon tersebut (10).

Hormon endorpin sangat berperan penting dalam penurunan nyeri persalinan khususnya pada Kala I fase aktif (11). Dengan melakukan pijatan pada area punggung membuat ibu merasa nyaman tanpa mengeluarkan biaya yang mahal. Tidak hanya mampu mengeluarkan hormon endorpin yang memberikan kenyamanan tetapi juga mampu membuat denyut jantung dan tekanan darah normal (12).

Sejalan dengna penelitian yang dilakukan oleh Sulastriningsih and Saleha, pijat oksitosin mampu mengurangi nyeri persalinan berdasarkan hasil penelitian yang didapatkan nilai dengan $p\text{-value } 0,000 < 0.05$. Dalam penelitian ini mengatakan bahwa terjadi penurunan kadar epinefrin dan non epinefrin dalam darah sehingga adanya keseimbangan (equilibrium), selain itu pijatan pada bagian punggung dapat merangsang pengeluaran hormon endorpin, sedangkan endorpin dapat berfungsi sebagai ejektor dan rasa rileks dapat menimbulkan ketenangan(13).

Efektivitas Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Penurunan Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa relaksasi nafas dalam dapat mempengaruhi penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif. Dapat dilihat dari hasil uji statistic Wilcoxon sebelum melakukan relaksasi nafas dalam yang mengalami nyeri berat sebanyak 11 responden (73,3%) setelah melakukan relaksasi nafas dalam terjadi penurunan yang mengalami nyeri berat sebanyak 8 responden (53,3%) dengan nilai $p\text{-value } 0.001$ menandakan bahwa relaksasi nafas dalam berpengaruh terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif pada persalinan.

Relaksasi nafas dalam mampu memberikan efek perasaan tenang dan terjadi penurunan nyeri akibat Kala I fase aktif (14). Hal ini disebabkan karena saat ibu melakukan relaksasi nafas dalam terjadi respon otak yang dimana dihantar ke hipotalamus melalui korteks serebri. Selanjutnya hipotalamus menghasilkan dan mengeluarkan *corticotropin releasing factor* (CRF). Lalu terjadi rangsangan pada kelenjar pituitary sehingga POMC mengalami peningkatan produksi dan terjadilah pengeluaran hormon endorpin. Hormon endorpin memberikan efek rasa senang, nyaman, aman, dan rasa nyeri yang dirasakan dapat berkurang (15). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novita, Rompas and Bataha, bahwa terdapat pengaruh relaksasi nafas dalam terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif dapat dilihat dengan nilai $p\text{-value } 0.000$ (16).

KESIMPULAN

massage punggung dan relaksasi nafas dalam efektif terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif pada persalinan normal namun massage punggung lebih berpengaruh terhadap penurunan nyeri persalinan kala I fase aktif terhadap persalinan normal.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian ini, disarankan untuk mengintegrasikan terapi non-farmakologis, seperti relaksasi nafas dalam dan pijat punggung, sebagai bagian dari manajemen nyeri persalinan, terutama untuk ibu primigravida. Meskipun keduanya terbukti efektif, pijat punggung lebih berpengaruh dalam mengurangi nyeri pada fase aktif persalinan, sehingga dapat lebih diutamakan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bantuan, dan partisipasinya dalam penelitian ini. Terutama kepada responden

yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian ini, serta tenaga medis dan pihak rumah sakit yang telah memberikan fasilitas dan kerjasamanya.

KONFLIK KEPENTINGAN

“Penulis dalam artikel ini tidak memiliki konflik dan kepentingan”

DAFTAR PUSTAKA

1. Ariyanti R, Aulia. Pengaruh Terapi Akupresur Pada Tangan Terhadap Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Di PMB Ratri Restuni S.St Samarinda. Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam. 2019;7(1):1-11. Available from: <https://doi.org/10.36998/jkmm.v7i1.35>
2. Dewi MK. Pengaruh Pijat Endorphin Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Kala I Fase Aktif Studi Kasus Pada Ibu Bersalin di PMB M Kota Bekasi. SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah. 2023;2(8):3069-3077. Available from: <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i8.1339>
3. Ekayani NPK. Kombinasi Teknik Relaksasi dan Pijatan Bagi Ibu Bersalin terhadap Penurunan Intensitas Nyeri, Lama Persalinan dan APGAR Score Bayi Baru Lahir. Jurnal Kesehatan Prima. 2017;11(2):93-103. Available from: <http://poltekkes-mataram.ac.id/wp-content/uploads/2018/01/2.-Ni-Putu-Ekayani.pdf>
4. Fitria R, Wahyuny R. Intensitas nyeri persalinan birth ball. Journal: Maternity And Neonatal. 2021;09(01):44-54.
5. Hanafi M, et al. Differences in the Effectiveness of Ear Massage, Deep Breath Relaxation, and Guide Imagery in Reducing Labor Pain. International Journal of Medical and Biomedical Studies. 2020;4(2):186-189. Available from: <https://doi.org/10.32553/ijmbs.v4i2.966>
6. Karuniawati B. Efektivitas Massage Endorphin dan Counter Massage Terhadap Intensitas Nyeri Persalinan Kala I. Jik Jurnal Ilmu Kesehatan. 2020;4(1):27. Available from: <https://doi.org/10.33757/jik.v4i1.256>
7. Kundaryanti R, Rizkiyanti E, Siauta JA. Perbandingan Nyeri Persalinan Pada Ibu Yang Mendapatkan Pijat Oksitosin Dengan Pijat Endorphin. Menara Medika. 2023;6(1):45-54. Available from: <https://doi.org/10.31869/mm.v6i1.4695>
8. Rambe LN. Pengaruh Masase Punggung Terhadap Pengurangan Nyeri Persalinan: a Systematic Review. Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda. 2021;7(2):47-52. Available from: <https://doi.org/10.52943/jikebi.v7i2.621>
9. Marsilia ID, Tresnayanti N. Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam terhadap Intensitas Nyeri pada Persalinan Kala I Fase Aktif di PMB Y Karawang. Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi. 2021;10(2):385. Available from: <https://doi.org/10.36565/jab.v10i2.388>
10. Novita KR, Rompas S, Bataha Y. Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Respon Nyeri Pada Ibu Inpartu Kala I Fase Aktif Di Puskesmas Bahu Kota Manado. Jurnal Keperawatan UNSRAT. 2018;5(1):113347.
11. Puspitasari I, Astuti D. Tehnik Massage Punggung Untuk Mengurangi Nyeri Persalinan Kala I. Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan. 2017;8(2):100. Available from: <https://doi.org/10.26751/jikk.v8i2.289>
12. Rinati IS, Ma'rifah U, Fitri NH. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Lama Pembukaan Serviks Pada Primigravida in Partu Kala I Fase Aktif. Sinar Jurnal Kebidanan. 2021;3(2):29-38.
13. Ristanti AD, Zuwariah N. Penerapan Kemrp (Kombinasi Efflurage Massage Dan Relaksasi Pernafasan) Sebagai Upaya Penurunan Nyeri Inpartu Kala I Fase Aktif. Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram. 2020;5(1):19. Available from: <https://doi.org/10.31764/mj.v5i1.1081>
14. Sulastriningsih K, Saleha S. Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Lama Persalinan Kala I Fase Aktif Di Klinik Pim Kota Depok Tahun 2021. Jurnal Ilmiah Bidan. 2022;6(1):23-28. Available from: www.e-journal.ibi.or.id

15. Widiawati I. Mengenal Nyeri Persalinan Pada Primipara Dan Multipara. Jurnal Bimtas. 2017;2(1):42-48. Available from:
<https://journal.umtas.ac.id/index.php/bimtas/article/download/340/215>

Original Article**Hubungan Pengetahuan, Konsumsi Jajanan Dengan Status Gizi Remaja Putri Di SMP Istiqlal Delitua Kabupaten Deli Serdang*****The Relationship Between Knowledge, Snack Consumption, And Nutritional Status Of Adolescent Girls At SMP Istiqlal Delitua, Deli Serdang Regency*****Putri Melanie Tessa Nainggolan^{1*}, Abdul Hairuddin Angkat²**^{1*} Prodi D3 Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan² Prodi D3 Gizi, Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**Informasi Artikel**

Submit: 16 – 12 – 2024

Diterima: 10 – 1 – 2025

Dipublikasikan: 20 – 1 – 2025

ABSTRACT

The increasing variety of school snacks, which are generally high in sugar and unhealthy fats, can impact the nutritional problems of adolescents. Knowledge is fundamental in making good snack choices that support nutritional status. The study aimed to determine the relationship between knowledge, snack consumption, and the nutritional status of adolescent girls. The research was conducted at SMP Yayasan Perguruan Istiqlal Delitua, Deli Serdang Regency, in January 2024. The type of research used was observational analytic with a cross-sectional design. The population of this study included all 7th and 8th-grade female students. The sample size was 100 students, selected using the total sampling technique. Data was collected using a questionnaire, a semi-FQ form, and anthropometric measurement tools. The data were analyzed using the Chi-Square statistical test. The results of the statistical test showed a significant relationship between snack consumption and nutritional status ($p = 0.001$), indicating that snack consumption is related to the nutritional status of adolescent girls at SMP Istiqlal Delitua. However, the relationship between snack knowledge and nutritional status was not significant ($p = 0.782$), indicating that there is no relationship between snack knowledge and the nutritional status of adolescent girls at SMP Istiqlal Delitua. This study concludes a relationship between snack consumption and the nutritional status of adolescent girls, but no relationship between snack knowledge and nutritional status at SMP Istiqlal Delitua.

Keywords: *consumption, snacks, nutritional status, sdolescents, girls***ABSTRAK**

Jajanan sekolah yang semakin bervariasi pada umumnya tinggi gula dan lemak yang tidak baik dapat menjadi pengaruh terhadap masalah gizi remaja. Pengetahuan menjadi salah satu dasar dalam perilaku pemilihan makanan jajanan yang baik dalam menunjang status gizi. Tujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, konsumsi jajanan dengan status gizi remaja putri. Penelitian dilakukan di SMP Yayasan Perguruan Istiqlal Delitua Kabupaten Deli Serdang. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Januari 2024. Jenis penelitian yang digunakan observasional analitik dengan rancangan *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas 7 dan 8. Jumlah sampel sebanyak 100 siswi dengan teknik *total sampling*. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan

***Alamat Penulis Korespondensi:**
Putri Melanie Tessa Nainggolan,
A.Md.Gz.; Politeknik Kesehatan
Kemenkes Medan, Jl. Jamin
Ginting No. Km 13, Lau Cih,
Medan Tuntungan, Kota Medan,
Indonesia 20137.
Phone: 081370732317.
Email:
melanieputri0203@gmail.com

instrumen kuesioner, formulir *Semi-FFQ* dan alat ukur antropometri. Uji dilakukan dengan uji statistik *Chi-Square*. Hasil penelitian uji statistik antara konsumsi makanan jajanan dengan status gizi diperoleh $p = 0,001$ artinya ada hubungan antara konsumsi makanan jajanan dengan status gizi remaja putri di SMP Istiqlal Delitua. Antara pengetahuan makanan jajanan dengan status gizi diperoleh $p = 0,782$ artinya tidak ada hubungan antara pengetahuan makanan jajanan dengan status gizi remaja putri di SMP Istiqlal Delitua. Kesimpulan penelitian ini bahwa ada hubungan antara konsumsi makanan jajanan dengan status gizi remaja putri dan tidak ada hubungan antara pengetahuan konsumsi makanan jajanan dengan status gizi remaja putri di SMP Istiqlal.

Kata kunci: konsumsi, jajanan, status gizi, remaja, putri.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa terjadinya perubahan tingkah laku, sikap dan kebiasaan makan, yang akan mempengaruhi status gizi remaja (1). *World Health Organization (WHO)* melaporkan pada tahun 2015 bahwa sekitar 14,3 persen anak-anak mengalami kekurangan gizi, sementara masalah kelebihan gizi telah meningkat sepuluh kali lipat dalam 40 tahun terakhir (2). Berdasarkan Riskesdas Sumut (2018), pada wilayah Deli Serdang prevalensi status gizi umur 13-15 tahun sebesar 13,5% gizi lebih dan prevalensi gizi kurang sebesar 10,77% (3).

Makanan jajanan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dalam kehidupan masyarakat, terutama bagi anak-anak usia sekolah, baik di perkotaan maupun di pedesaan. Tingginya frekuensi jajan dikalangan remaja menunjukkan bahwa makanan jajanan merupakan penyumbang kebutuhan gizi pada remaja (4). Hasil penelitian W. N. I. Mukhlisa dkk, (2019), remaja yang mengonsumsi makanan jajanan lebih banyak pada remaja perempuan (32,4%) dibandingkan dengan remaja laki-laki (5,9%). remaja dengan status gizi lebih ditemukan lebih banyak yang mengonsumsi makanan jajanan dalam kategori lebih (67,7%) dibandingkan subjek dengan yang mengonsumsi makanan ringan dalam kategori baik (32,8%) (5). Kebiasaan yang sama juga terjadi pada remaja obesitas di Madrasah Aliyah Negeri Binjai Sebesar 39% remaja mengalami kegemukan dan obesitas karena sering mengonsumsi makanan jajanan tinggi kalori (6).

Pengetahuan menjadi salah satu dasar dalam perilaku pemilihan makanan jajanan yang baik dalam menunjang kesehatan. Pengetahuan yang baik diharapkan mempengaruhi konsumsi makanan yang baik sehingga dapat menuju status gizi yang baik pula. Sedangkan kurangnya pengetahuan tentang gizi dan kesalahan dalam memilih makanan jajanan akan berpengaruh terhadap status gizi (7).

Berdasarkan Survey pendahuluan yang telah dilakukan di SMP Istiqlal Deli Tua dengan siswi perempuan di kelas VIII-4 jumlah sampel 11 siswi. Hasil pengukuran IMT/U pada sampel didapatkan 6 siswi berat badan normal, dan 3 siswi gizi lebih, dan 1 gizi kurang. Terdapat banyak jenis makanan jajanan di lokasi tersebut, mulai dari gorengan, roti-rotian, dan minuman.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui ‘Hubungan Pengetahuan, Konsumsi Jajanan Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMP Istiqlal Delitua Kabupaten Deli Serdang’ dikarenakan belum ada penelitian tentang hal ini di lokasi tersebut.

METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif berjenis analitik observasional dengan menggunakan rancangan *cross sectional*.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada Januari 2024, di SMP Yayasan Perguruan Istiqlal Delitua Kabupaten Deli Serdang.

Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII dan kelas VIII di SMP Istiqlal Delitua Kabupaten Deli Serdang yang berjumlah 100 siswi. Dalam menentukan besar sampel, peneliti menggunakan *Total sampling* yaitu seluruhnya jumlah populasi yang sebesar 100 siswi menjadi sampel.

Prosedur

Dalam melakukan penelitian ini, prosedur yang dilakukan adalah pada pra-penelitian; mencari bahan-bahan literatur yang berkaitan dengan masalah yang hendak diteliti, mencari sampel yang akan diteliti, melakukan tinjauan pendahuluan, melakukan survei pendahuluan kepada siswi di SMP Istiqlal Delitua, dan menentukan jadwal penelitian. Pada saat penelitian; Peneliti dibantu oleh enumerator berjumlah 4 orang yang merupakan mahasiswa Prodi DIII tingkat 3 Jurusan Gizi Poltekkes Kemenkes Medan. Sebelum dilakukan pengumpulan data, seluruh enumerator terlebih dahulu diberi pengarahan tentang penelitian. Kemudian mengumpulkan data primer dan sekunder

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Jenis data yang dikumpulkan dalam penelitian ini adalah data primer yaitu data yang dikumpulkan melalui wawancara dan pemeriksaan sampel untuk memperoleh data identitas sampel, data pengetahuan, data konsumsi jajanan, dan data status gizi. Data sekunder tentang gambaran umum lokasi penelitian. Data primer berisikan; 1) Data identitas responden, diperoleh melalui wawancara langsung dengan mengisi formulir data identitas pada lembar kuisioner yang telah disediakan, 2) Data pengetahuan diperoleh dengan metode angket yaitu memberikan pertanyaan dalam kuesioner yang berisi 20 item pertanyaan pilihan berganda. Setiap pertanyaan diberikan skor 1 untuk jawaban benar, skor 0 untuk jawaban yang salah, 3) Data konsumsi jajanan dikumpulkan melalui metode wawancara menggunakan kuisioner Semi FFQ (*Semi Food Frequency Questionnaire*) dengan menanyakan setiap makanan yang ada di formular meliputi bahan makanan dan frekuensi konsumsi makanan jajanan, 4) Data status gizi menggunakan data hasil pengukuran tinggi badan menggunakan alat ukur *stadiometer* dengan ketelitian hingga 0.1 cm dan penimbangan berat badan menggunakan timbangan digital dengan ketelitian 0,1 kg yang telah dikalibrasi terlebih dahulu.

Teknik Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini ada 2 yaitu analisis univariat untuk menggambarkan masing-masing variabel yang disajikan dalam bentuk tabel frekuensi distribusi. Analisis bivariat yaitu menguji hubungan pengetahuan konsumsi jajanan dengan status gizi remaja putri di SMP Istiqlal Delitua dengan menggunakan uji statistik *Chi Square* dengan tingkat kemaknaan $P < 0,05$.

HASIL

Analisis Univariat

Karakteristik Sampel

Karakteristik umum sampel mencakup kelas dan umur sampel penelitian. Data karakteristik sampel penelitian disajikan pada Tabel 1. Tabel 1. menunjukkan bahwa berdasarkan kelas, sampel yang paling banyak berasal dari kelas VIII-1 yaitu sebanyak 17 orang siswi (17,0%), sedangkan jumlah yang paling kecil berasal dari kelas VII-3 dan kelas VIII-2 yaitu sebanyak 10 orang siswi (10,0%). Dan berdasarkan umur, menunjukkan sampel yang paling banyak berasal dari umur 13 tahun yaitu sebanyak 57 orang (57,0%), sedangkan jumlah yang paling kecil berasal dari 12 tahun yaitu sebanyak 7 orang siswi (7,0%).

Berdasarkan kelas, sampel yang paling banyak berasal dari kelas VIII-1 yaitu sebanyak 17 orang siswi (17,0%), sedangkan jumlah yang paling kecil berasal dari kelas VII-3 dan kelas VIII-2 yaitu sebanyak 10 orang siswi (10,0%). Dan berdasarkan umur, menunjukkan sampel yang paling banyak berasal dari umur 13 tahun yaitu sebanyak 57 orang (57,0%), sedangkan jumlah yang paling kecil berasal dari 12 tahun yaitu sebanyak 7 orang siswi (7,0%).

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Sampel

No.	Kategori	N	%
Kelas			
1.	VII-1	14	14,0
2.	VII-2	14	14,0
3.	VII-3	10	10,0
4.	VII-4	12	12,0
5.	VIII-1	17	17,0
6.	VIII-2	10	10,0
7.	VIII-3	12	12,0
8.	VIII-4	11	11,0
	Total	100	100,0
Umur			
1.	12 tahun	7	7,0
2.	13 tahun	57	57,0
3.	14 tahun	27	27,0
4.	15 tahun	9	9,0
	Total	100	100,0

Pengetahuan Makanan Jajanan

Tabel 2. Karakteristik Sampel berdasarkan Pengetahuan Makanan Jajanan

No.	Pengetahuan	n	%
1.	Baik	53	53,0
2.	Tidak Baik	47	47,0
	Total	100	100,0

Tabel 2. menunjukkan bahwa responden dalam penelitian ini lebih banyak berpengetahuan baik yaitu sebesar 53 orang (53,0%) dibandingkan dengan pengetahuan yang tidak baik yang hanya sebesar 47 orang (47,0%).

Memahami camilan berarti mampu membedakan dan memilih camilan padat gizi serta makanan bergizi. Tingkat pengetahuan seseorang memengaruhi sikap dan perilaku mereka saat membuat pilihan makanan, yang pada gilirannya memengaruhi status gizi mereka. Secara khusus, anak usia sekolah belum memahami bahwa makanan atau camilan yang mereka anggap sehat belum tentu sehat untuk dikonsumsi. Pengetahuan mencakup pemahaman tentang gizi dan camilan, yang dapat diperoleh melalui pendidikan formal atau sumber informasi lainnya. Kurangnya pengetahuan ini dapat disebabkan oleh ketidaktahuan dan sikap anak-anak terhadap camilan yang aman dan sehat (8)

Konsumsi Makanan Jajanan

Frekuensi Makanan Jajanan

Tabel 3. Karakteristik Sampel berdasarkan Frekuensi konsumsi Makanan Jajanan

No.	Kategori Frekuensi	n	%
1.	Sering	55	55,0
2.	Jarang	45	45,0
	Total	100	100,0

Tabel 3. menunjukkan bahwa frekuensi konsumsi makanan jajanan pada remaja putri di SMP Istiqlal Delitua yang termasuk kategori sering sebanyak 55 orang (55,0%) dan yang termasuk kategori jarang sebanyak 45 orang (45,0%).

Perilaku konsumsi camilan remaja sering kali mengikuti tren yang ada di sekitar mereka, termasuk lingkungan sekolah. Tingginya frekuensi ngemil di kalangan remaja menunjukkan bahwa makanan ringan merupakan penyumbang kebutuhan gizi pada remaja. Mayoritas makanan yang diujakan di sekitar sekolah adalah gorengan seperti ayam goreng, nugget goreng, sosis goreng, tempe goreng, pisang molen, dan nasi goreng yang merupakan makanan ringan yang digemari oleh siswa. Gorengan merupakan sumber lemak jenuh yang tinggi, dan konsumsi lemak trans yang berlebihan dapat menyebabkan penambahan berat badan dan meningkatkan risiko obesitas. Selain itu, menggoreng dengan minyak yang sama secara berulang dapat meningkatkan kandungan lemak dan kalori, sehingga dapat menimbulkan risiko kesehatan yang serius jika dikonsumsi secara berlebihan. Risiko tersebut antara lain peningkatan indeks massa tubuh, peningkatan risiko penyakit jantung, dan masalah kesehatan terkait lainnya (9).

Minuman kemasan merupakan minuman yang pada proses produksinya ditambahkan gula sederhana yang memicu peningkatan kandungan energi, namun hanya memiliki sedikit kandungan gizi lainnya. Minuman kemasan jika hanya dikonsumsi sekali mungkin tidak akan menjadi masalah, namun jika sering diminum akan menjadi kecanduan yang pada akhirnya akan berdampak buruk bagi yang meminumnya. Jika tidak diimbangi dengan aktivitas yang cukup akan terjadi penumpukan energi dalam tubuh yang dapat meningkatkan berat badan dan dalam jangka panjang dapat memicu kegemukan yang tidak terkontrol dan juga penyakit pada organ tubuh, seperti ginjal (10). Okky Jelly Drink, Es Teh, dan Fruit Tea merupakan jenis minuman yang sering dikonsumsi siswa di sekolah.

Jumlah Asupan Energi Makanan Jajanan

Tabel 4. Karakteristik Sampel berdasarkan Asupan Makanan Jajanan

No.	Kategori Asupan	n	%
1.	Baik	38	38.0%
2.	Tidak baik	62	62.0%
Total		100	100.0%

Tabel 4. menunjukkan sebesar 62 siswi (62,0%) didapatkan siswi dengan jumlah asupan energi dari konsumsi jajanan dengan kategori tidak baik yaitu diatas anjuran AKG ($>20\%$ AKG), dan sebanyak 38 siswi (38,0%) dengan kategori baik yaitu jumlah asupan energi dari konsumsi jajanan sesuai anjuran AKG ($\leq 20\%$ AKG).

Mengonsumsi makanan lebih banyak dari yang dibutuhkan tubuh dapat menyebabkan masalah gizi yang meningkatkan kerentanan terhadap penyakit, masalah umum di negara berkembang atau wilayah tertentu. Remaja sering mengonsumsi makanan yang tinggi energi, gula, dan sodium, rendah serat, dan tinggi kalori. (11). Dari hasil penelitian yang dilakukan, remaja cenderung mengonsumsi makanan gorengan dan minuman kemasan. Makanan yang digoreng dengan durasi lama dan pada suhu tinggi akan kehilangan sebagian besar kandungan nutrisinya saat menyerap lemak dan minyak, sehingga menyebabkan peningkatan jumlah kalori. Makanan atau camilan yang digoreng umumnya tidak memiliki nilai gizi dan dapat membahayakan kesehatan, terutama jika tidak diolah dengan standar kebersihan yang tepat.. Minuman manis kaya akan energi dan gula, tetapi tidak mengandung nutrisi atau mineral penting, dan hanya mengandung gula dan kafein. Tubuh mengubah glukosa dari gula sederhana ini menjadi energi. Jika glukosa ini tidak digunakan, kadar gula darah dapat meningkat dan memicu peningkatan produksi insulin. Glukosa berlebih disimpan di hati sebagai glikogen dan akhirnya berubah menjadi lemak, yang seiring waktu dapat menyebabkan penambahan berat.

Konsumsi Makanan Jajanan

Tabel 5. Karakteristik Sampel berdasarkan Konsumsi Makanan Jajanan

No.	Kategori Konsumsi	n	%
1.	Baik	28	28.0%
2.	tidak Baik	72	72.0%
	Total	100	100.0%

Tabel 5. menunjukkan bahwa bahwa konsumsi makanan jajanan remaja putri di SMP Istiqlal Delitua didapatkan kategori konsumsi jajanan tidak baik paling banyak jumlahnya yaitu sebesar 72 siswi (72,0%) dibandingkan kategori konsumsi jajanan baik yaitu sebesar 28 siswi (28,0%). Konsumsi makanan jajanan dapat dikatakan baik atau tidaknya dengan cara mengatur jumlah konsumsi, jenis konsumsi, dan frekuensi makan.

Hasil penelusuran lebih lanjut menunjukkan bahwa ada beberapa sampel sekitar 20% yang didapat memiliki kategori frekuensi yang jarang namun pada kategori jumlah asupannya termasuk tidak baik atau lebih dari anjuran AKG. Asumsi peneliti hal ini dapat disebabkan karena dalam sekali mengkonsumsi jajanan, jumlah dari jajanan yang dikonsumsi sampel beratnya banyak atau lebih dari satu. Dan juga jajanan yang dipilih oleh sampel walaupun termasuk jarang namun dapat menghasilkan jumlah kalori dan lemak yang besar.

Diharapkan bahwa mengonsumsi camilan anak-anak akan memberi mereka energi dan nutrisi lain yang penting bagi perkembangan mereka. Karena kandungan lemak yang tinggi pada banyak camilan, anak-anak usia sekolah rentan terhadap kontaminasi biologis atau kimia yang dapat berdampak negatif jangka panjang pada kesehatan mereka, gula dan garam tinggi dan adanya campuran zat yang berbahaya seperti MSG dan pengawet makanan yang dapat mengakibatkan kesehatan tubuh anak remaja kurang. Apabila anak keseringan mengonsumsi jajanan juga akan membawa dampak bagi kesehatan tubuh.

Status Gizi Remaja Putri

Tabel 6. Karakteristik Sampel berdasarkan Status Gizi

No.	Kategori Status Gizi	n	%
1.	Gizi Kurang	8	8,0
2.	Normal	60	60,0
3.	Gizi Lebih	29	29,0
4.	Obesitas	3	3,0
	Total	100	100,0

Tabel 6. menunjukkan bahwa status gizi sampel penelitian paling banyak pada gizi normal sebanyak 60 siswi (60,0%). Status gizi kurang sebanyak 8 siswi (8,0%), status gizi lebih sebanyak 29 siswi (29,0%) dan obesitas sebanyak 3 siswi (3,0%).

Kecenderungan pemanfaatan gizi terkait dengan variabel peluang untuk masalah kesehatan, termasuk kekurangan gizi dan kelebihan gizi. Kekurangan gizi pada remaja berdampak kritis di masa dewasa; biasanya tercermin dalam postur tubuh bagian bawah dan penurunan fungsi kognitif. Remaja yang mengalami kelebihan gizi memiliki risiko lebih tinggi terkena berbagai penyakit tidak menular (PTM), termasuk penyakit jantung, dan penyakit lain akan cenderung berkembang. Diperkirakan 80% dari orang-orang ini akan terus mengalami kelebihan berat badan saat dewasa. (12).

Analisis Bivariat

Hubungan Pengetahuan Makanan Jajanan dengan Status Gizi Remaja Putri

Tabel 7. Hubungan Pengetahuan Makanan Jajanan dengan Status Gizi Remaja Putri

No.	Kategori Pengetahuan	Status Gizi										P
		Gizi Kurang		Normal		Gizi Lebih		Obesitas		Total		
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
1.	Baik	4	4,0%	34	34,0%	14	14,0%	1	1,0%	53	53,0%	0,782
2.	Tidak Baik	4	4,0%	26	26,0%	15	15,0%	2	2,0%	47	47,0%	
	Total	8	8,0%	60	60,0%	29	29,0%	3	3,0%	100	100,0%	

Tabel 7. menunjukkan hasil tabulasi silang antara pengetahuan dengan status gizi remaja putri di SMP Istiqlal Delitua bahwa sebagian besar kategori pengetahuan baik 34 orang (34,0%) dengan status gizi normal, pengetahuan gizi baik 14 orang (14,0%) dengan status gizi lebih, pengetahuan gizi baik 1 orang (1,0%) dengan status gizi obesitas, dan pengetahuan gizi baik 4 orang (4,0%) dengan status gizi kurang. Pada kategori pengetahuan gizi tidak baik sebanyak 26 orang (26,0%) dengan status gizi normal, pengetahuan gizi tidak baik 4 orang (4,0%) dengan status gizi kurang, pengetahuan gizi tidak baik 15 orang (15,0%) dengan status gizi lebih, dan pengetahuan gizi tidak baik 2 orang (2,0%) dengan status gizi obesitas. Dapat diketahui subjek status gizi tidak normal lebih banyak berpengetahuan tidak baik (21%) dibandingkan subjek yang berpengetahuan baik (19%).

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Chi square* diperoleh $p = 0,782 > \alpha (0,05)$ artinya tidak ada hubungan antara pengetahuan makanan jajanan dengan status gizi remaja putri di SMP Istiqlal Delitua Kabupaten Deli Serdang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Rayipratiwi dkk, 2023 pada remaja di SMP YLPI Pekanbaru yang mengatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan status gizi remaja. Pada hasil penelitian ini diketahui bahwa subjek status gizi tidak normal ditemukan lebih banyak memiliki pengetahuan gizi seimbang yang kurang (41,7%) dibandingkan dengan subjek yang memiliki pengetahuan gizi seimbang yang baik (33,7%) dengan hasil uji statistik diperoleh $p=0,583$.

Hubungan Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi Remaja Putri

Tabel 8. Hubungan Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi Remaja Putri

No.	Kategori Konsumsi	Status Gizi										P
		Gizi Kurang		Normal		Gizi Lebih		Obesitas		Total		
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	
1.	Baik	2	2,0%	25	25,0%	1	1,0%	0	0,0%	28	28,0%	0,001
2.	Tidak Baik	6	6,0%	35	35,0%	28	28,0%	3	3,0%	72	72,0%	
	Total	8	8,0%	60	60,0%	29	29,0%	3	3,0%	100	100,0%	

Tabel 8. menunjukkan hasil tabulasi silang antara konsumsi makanan jajanan dengan status gizi remaja putri di SMP Istiqlal Delitua bahwa dalam kategori konsumsi jajanan baik sebanyak 25 orang (25,0%) dengan status gizi normal, konsumsi baik 1 orang (1,0%) dengan status gizi lebih, dan konsumsi

baik 2 orang (2,0%) dengan status gizi kurang. Pada kategori konsumsi jajanan tidak baik sebanyak 35 orang (35,0%) dengan status gizi normal, konsumsi tidak baik 6 orang (6,0%) dengan status gizi kurang, konsumsi tidak baik 28 orang (28,0%) dengan status gizi lebih, dan konsumsi jajanan tidak baik 3 orang (2,0%) dengan status gizi obesitas. Dapat diketahui bahwa subjek dengan status gizi tidak normal lebih banyak yang mengonsumsi makanan jajanan tidak baik (37%) dibandingkan subjek yang mengonsumsi makanan jajanan baik (3%).

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Chi square* diperoleh $p = 0,001 < \alpha (0,05)$ artinya ada hubungan antara konsumsi makanan jajanan dengan status gizi remaja putri di SMP Istiqlal Delitua Kabupaten Deli Serdang.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Riama (2023) dengan hasil analisis adanya hubungan pola konsumsi jajanan siswa dengan status gizi anak sekolah di Kelurahan Tabek Gadang Pekan Baru dengan hasil $P 0,000(p<0,05)$. Juga dengan penelitian penelitian yang di lakukan oleh Mariza (2019) dengan hasil terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan jajan dengan status gizi lebih pada anak dengan hasil uji statistik menunjukkan hasil $p\text{-value } 0,001 < 0,05$.

PEMBAHASAN

Pengetahuan Makanan Jajanan dengan Status Gizi Remaja Putri

Pengetahuan merupakan hasil dari proses pembelajaran yang melibatkan indra penglihatan, pendengaran, penciuman, dan pengecap. Pengetahuan akan memberikan penguatan terhadap individu dalam mengambil keputusan untuk bersikap dan berperilaku (18)

pengetahuan yang cukup diharapkan dapat memengaruhi sikap dan perilaku terhadap pola hidup gizi seimbang sehingga status gizi baik dapat dicapai. Namun, pengetahuan gizi yang baik belum tentu dapat mendorong seseorang untuk mengadaptasikan pola hidup gizi baik pula. Hasil dari penelitian Desak Made, 2023 menunjukkan bahwa meskipun responden memiliki tingkat pengetahuan yang cukup dan sikap positif terhadap variabel pendukung gizi seimbang, hal ini tidak memberikan hubungan yang signifikan dengan status gizi remaja.

Penelitian Pantaleon (2019) menyebutkan hasil yang serupa, bahwa pengetahuan tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap status gizi remaja, berdasarkan penelitian yang dilakukan di Kupang, dengan subjek remaja SMA berjumlah 100 siswa, menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi dengan status gizi remaja ($p=0,619$). Hal ini dikarenakan pengetahuan gizi tidak berpengaruh secara langsung terhadap status gizi, sedangkan penyebab langsung yang memengaruhi status gizi adalah konsumsi makanan dan adanya penyakit infeksi (14).

Asumsi peneliti ada pun responden yang memiliki pengetahuan baik dengan status gizi tidak normal (19%), hal ini dapat disebabkan karena faktor lain seperti pola asupan dan penyakit infeksi. Hasil ini menjelaskan status gizi tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, tetapi dapat dipengaruhi oleh asupan makanan. Asupan makanan dipengaruhi oleh semua makanan yang individu konsumsi. Konsumsi karbohidrat, lemak maupun protein yang berlebihan menyebabkan remaja memiliki status gizi berlebih. Berat badan akan mengalami peningkatan terus menerus dan ini akan dapat membahayakan remaja tersebut. Inilah yang mengakibatkan asupan makanan tidak sesuai dengan kebutuhan dan gizi seimbang yang memberikan efek gizi kurang atau lebih (15)

Pengetahuan yang baik belum tentu menjamin prakteknya dalam sehari-hari. Proporsi siswa yang memiliki pengetahuan tinggi dalam berperilaku tidak baik dalam memilih jajanan tidak jauh berbeda dengan siswa yang memiliki pengetahuan rendah. Banyak hal yang mempengaruhi anak dalam berperilaku. Kemungkinan ini disebabkan pengetahuan yang diperoleh anak hanya sebatas pengetahuan dasar tentang gizi dari sekolah. Pada umumnya anak mendapatkan pengetahuan tentang fungsi makanan, unsur-unsur gizi, mencuci tangan, dll. Sedangkan akibat dari mengonsumsi bahan pangan yang tidak aman, tidak higienis dan tidak memiliki cukup nilai gizi tidak terlalu ditekankan.

Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi Remaja Putri

Makanan jajanan menurut FAO (Food and Agriculture Organization) adalah makanan dan minuman yang dipersiapkan dan dijual pedagang kaki lima di jalanan dan di tempat-tempat keramaian umum lain yang langsung dimakan atau dikonsumsi tanpa pengolahan atau persiapan lebih lanjut. Makanan jajanan memberikan kontribusi gizi yang nyata terhadap kelompok konsumen tertentu seperti pelajar, mahasiswa dan karyawan, yaitu kelompok yang sebagian besar aktivitas berada diluar rumah dan tidak mempunyai cukup waktu untuk makan di rumah.

Asumsi peneliti ada pun responden yang memiliki konsumsi jajanan tidak baik dengan status gizi normal sebanyak 35 siswi, hal ini dapat disebabkan karena responden memiliki kebiasaan mengkonsumsi jajanan yang jumlahnya cenderung tidak berlebihan namun sering di imbangi dengan aktivitas fisik yang termasuk tinggi. Juga dengan responden yang memiliki konsumsi jajanan tidak baik dengan status gizi kurang sebanyak 6 siswi, di duga dapat terjadi karena penyakit infeksi ataupun kualitas dan kandungan zat gizi makanan yang di konsumsi tidak mencukupi kebutuhan zat gizi tubuh. Hasil penelitian Rahayu (2020) didapatkan bahwa faktor riwayat keturunan juga mempunyai peran yang cukup besar terhadap terjadinya status gizi pada remaja. Hal ini menjelaskan bahwa faktor genetik juga mempunyai peran dalam mempengaruhi status gizi remaja. Remaja yang memiliki status gizi lebih/ kurang cenderung memiliki orang tua yang status gizinya relatif sama dengan anaknya. Selain faktor riwayat keturunan, faktor pola hidup dan lingkungan juga mempengaruhi status gizi remaja putri (16).

Konsumsi makanan jajanan atau camilan dalam frekuensi sering menyebabkan asupan makanan berlebih dan memiliki potensi untuk meningkatkan berat badan. Jumlah camilan yang dikonsumsi cenderung lebih sedikit dibandingkan dengan jumlah menu pada makanan utama, namun frekuensi camilan yang sering itu menjadikan asupan kalori yang setara atau berlebih. Kebiasaan mengonsumsi energi melebihi kebutuhan tubuh maka kelebihan energi akan disimpan dalam bentuk lemak sebagai cadangan energi. Perubahan gaya hidup pada remaja yang cenderung mengonsumsi makanan ringan yang mengandung tinggi lemak dan tinggi kalori dapat mengakibatkan gizi lebih. Kebiasaan konsumsi camilan juga dapat menjadikan seseorang melewati waktu makan utama sehingga menyumbang asupan energi kosong dan menyebabkan kurangnya asupan zat penting untuk tubuh (17,19,20).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara konsumsi makanan jajanan dengan status gizi remaja putri di SMP Istiqlal Delitua nilai $p=0,001 < \alpha (0,05)$, tetapi tidak ada hubungan antara pengetahuan konsumsi makanan jajanan dengan status gizi remaja putri di SMP Istiqlal Delitua dengan nilai $p=0,782 > \alpha (0,05)$.

SARAN

Diharapkan remaja putri di SMP Istiqlal Delitua agar lebih memperhatikan konsumsi makan jajanan yang sehat dan aman serta mengkonsumsi secara tidak berlebih untuk menghindari terjadinya masalah gizi. Bagi pihak sekolah dapat memberikan sosialisasi pengetahuan tentang makanan jajanan sehat agar dapat lebih mengenali jajanan yang sehat dan aman untuk dikonsumsi remaja dalam kehidupan sehari-hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti sangat berterima kasih kepada semua pihak yang telah banyak memberikan bantuan dan dukungan dalam proses penelitian ini sehingga terselesaikan dengan baik.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis menyatakan bahwa dalam artikel ini tidak memiliki konflik dan kepentingan apapun.

DAFTAR PUSTAKA

1. Simpatik RH, Purwaningtyas DR, Dhanny DR. Hubungan Kualitas Tidur, Tingkat Stres, dan Konsumsi Junk Food dengan Gizi Lebih pada Remaja As-Syafi'iyah 02 Jatiwaringin. Muhammadiyah J Nutr Food Sci. 2023;4(1):46.
2. Muhimah H, Farapti F. Ketersediaan dan Perilaku Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi pada Anak Sekolah. Media Gizi Kesmas. 2023;12(1):575–82.
3. Riskesdas. Laporan Provinsi Sumatera Utara Riskesdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. 2018. 596 p.
4. Puspasari D, Farapti F. Hubungan Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi pada Siswa. Media Gizi Indones [Internet]. 2020;15(1):45. Available from: <https://doi.org/10.204736/mgi.v15i1.45-51>
5. Mukhlisa WNI, Rahayu LS, Furqon M. Asupan Energi dan Konsumsi Makanan Jajanan Berhubungan dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja. Argipa. 2019;3(2):59–66.
6. Suraya R, Nababan ASV, Siagian A, Lubis Z. Pengaruh Konsumsi Makanan Jajanan, Aktivitas Fisik, Screen Time, dan Durasi Tidur Terhadap Obesitas Pada Remaja. J Dunia Gizi. 2021;3(2):80–7.
7. Fuadi TM, Raisah P, Nurhaliza N. Penyuluhan Jajanan dan Makanan Sehat Terhadap Pengetahuan Siswa Sekolah. Surya Abdimas. 2023;7(3):556–63.
8. Martony O, Alfira A, Eliska E. Pengetahuan dan Sikap Anak tentang Makanan Jajanan Sehat melalui Permainan Ular Tangga. J Kesehat Silampari. 2020;4(1):11–9.
9. Mukhlisa N, Nugroho PS. Hubungan Konsumsi Makan Gorengan dengan Kejadian Overweight Pada Remaja SMP Negeri 1 Sangkulirang. Borneo Student Res. 2021;2(3):1908–14.
10. Sakinah I, Muhdar IN. Konsumsi Minuman dan Makanan Kemasan serta Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Gizi Lebih pada Remaja Di Jakarta. Nutr Diaita. 2022;14(01):8–14.
11. Winerungan R, Punuh MI, Karwengian S. Hubungan Antara Asupan Energi Dengan Status Gizi Pada Pelajar SMP di Wilayah Malalayang I Kota Manado. J KESMAS. 2018;7(5).
12. Muhimah H, Farapti F. Ketersediaan dan Perilaku Konsumsi Makanan Jajanan dengan Status Gizi pada Anak Sekolah Dasar. Media Gizi Kesmas. 2023;12(1):575–82.
13. Rayipratiwi IS, Rahayu LS, Fitria F. Hubungan Antara Pengetahuan Dan Perilaku Gizi Seimbang Dengan Status Gizi Pada Remaja Di Wilayah Kabupaten Tangerang Tahun 2021. ARGIPA (Arsip Gizi dan Pangan). 2023;7(2):154–61.
14. Pantaleon MG. Hubungan Pengetahuan Gizi dan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Remaja Putri di SMA Negeri II Kota Kupang. J Chem Inf. 2019;3(3):69–76.
15. Lestari PY, Tambunan LN, Lestari RM. Hubungan Pengetahuan tentang Gizi, Pola Asupan terhadap Status Gizi Remaja. J Surya Med. 2022;8(1):65–9.
16. Rahayu TB. Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi Remaja Putri. J Vokasi Kesehat. 2020;6(1):46.
17. Dwijayanti I, Chao JC j. Hubungan Pola Konsumsi Camilan Dan Status Gizi Pada Remaja di Kota Malang, Indonesia. J Univ Nahdlatul Ulama Surabaya. 2021;3(September 2015):243–50.
18. Notoadmojo, Soekidjo. 2018. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta.
19. Putri TS, Muharramah A, Junita DE, Wati DA. Pengaruh Media Puzzle Terhadap Pengetahuan Jajanan Sehat Pada Siswa Di Sekolah Dasar. Media Gizi Ilmiah Indonesia. 2024 Aug 15;2(2):77-85.
20. Chahyanto BA, Hasfika I. Pemantauan Status Gizi Melalui Program Penjaringan Kesehatan Anak Sekolah Dasar di Kota Sibolga. Media Gizi Ilmiah Indonesia. 2024 Aug 15;2(2):65-76.

Original Article**Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Sayur dan Buah pada Remaja di SMP Istiqlal Delitua*****Factors Related to Vegetable and Fruit Consumption in Adolescents at SMP Istiqlal Delitua*****Fauziah Nursany^{1*}, Abdul Hairuddin Angkat²**^{1*} Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan² Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan

Informasi Artikel

Submit: 16 – 12 – 2024

Diterima: 10 – 1 – 2025

Dipublikasikan: 20 – 1 – 2025

ABSTRACT

Vegetable and fruit consumption in Indonesia is still relatively low, which can be seen from the results of the 2018 Riskesdas which was less than 5 servings, namely 95.5%. WHO (World Health Organization) recommends that vegetable and fruit consumption per day is 400 gr or 5 servings consisting of 250 gr of vegetables and 150 gr of fruit. Lack of vegetable and fruit consumption can increase the risk of degenerative diseases. The purpose of the study was to determine the description of vegetable and fruit consumption and factors related to vegetable and fruit consumption of students SMP Istiqlal Delitua. This study was conducted at SMP Istiqlal Delitua in January 2024. The method used was observational with a cross-sectional design. A sample of 68 people was obtained using the Random Sampling technique. Data collection on related factors using a questionnaire and vegetable and fruit consumption using the Semi-FFQ form. The results showed that most vegetable consumption was classified as lacking, as much as 73.5% and as much as 55.9%. There was a relationship between vegetable consumption self-efficacy and vegetable availability. There was no relationship between vegetable consumption and knowledge and the role of parents. There was a relationship between fruit consumption and self-efficacy. There was no relationship between fruit consumption and fruit availability, knowledge, and the role of parents. This study concludes that the related factors are self-efficacy and vegetable availability. For that reason, it is expected that students of SMP Istiqlal Delitua to increase consumption and awareness of vegetable and fruit consumption

Keywords: *vegetables, fruits, teenagers***ABSTRAK*****Alamat Penulis Korespondensi:**

Konsumsi sayur dan buah di Indonesia masih tergolong rendah yang dapat dilihat dari hasil Riskesdas tahun 2018 yang kurang dari 5 porsi yaitu ada sebanyak 95,5%. WHO (World Health Organization) merekomendasikan bahwa konsumsi sayur dan buah per hari sebanyak

Fauziah Nursany, A.Md Gz.;
Politeknik Kesehatan Kemenkes
Medan, Medan, Indonesia 20124.
Phone: 087794048999
Email: fauzianursany1@gmail.com

400 gr atau 5 porsi yang terdiri dari sayur sebanyak 250 gr dan buah sebanyak 150 gr. Kurangnya konsumsi sayur dan buah dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit degeneratif. Tujuan penelitian untuk mengetahui gambaran konsumsi sayur dan buah serta faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi sayur dan buah Siswa/I SMP Istiqlal. Penelitian ini dilakukan di SMP Istiqlal Delitua dilakukan pada Januari 2024. Metode yang digunakan adalah observasional dengan rancangan cross-sectional. Sampel sebanyak 68 orang didapat dengan teknik Random Sampling. Pengumpulan data faktor-faktor yang berhubungan menggunakan kuesioner dan konsumsi sayur dan buah menggunakan formulir Semi-FFQ. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar konsumsi sayur tergolong kurang sebanyak 73,5% dan sebanyak 55,9%. Terdapat hubungan antara konsumsi sayur dengan self-efficacy, dan ketersediaan sayur. Tidak ada hubungan konsumsi sayur dengan pengetahuan dan peran orang tua. Terdapat hubungan konsumsi buah dengan self-efficacy. Tidak ada hubungan antara konsumsi buah dengan ketersediaan buah, pengetahuan dan peran orang tua. Kesimpulan penelitian ini bahwa faktor yang berhubungan adalah self-efficacy dan ketersediaan sayur. Untuk itu diharapkan bagi siswa/i SMP Istiqlal Delitua untuk meningkatkan konsumsi serta kesadaran akan konsumsi sayur dan buah.

Kata kunci: sayur, buah, remaja

PENDAHULUAN

WHO (*World Health Organization*) merekomendasikan bahwa konsumsi sayur dan buah per hari adalah sebanyak 400 gr atau 5 porsi yang terdiri dari sayur sebanyak 250 gr dan buah sebanyak 150 gr d. Dalam hasil Riskesdas tahun 2018, proporsi konsumsi sayur dan buah yang kurang dari 5 porsi di Indonesia ada sebanyak 95,5% dan untuk provinsi Sumatera Utara diatas 95,5% (2).

Pada remaja merupakan kelompok umur yang paling rendah dalam konsumsi sayur dan buah, data ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan Pangestika tahun 2019 yang menunjukkan bahwa remaja yang berusia 13-15 tahun konsumsi terhadap sayur dan buah lebih rendah dibandingkan dengan anak yang berusia 5-10 tahun dan usia 16 tahun ke atas. Dari hasil penelitian yang dilakukan, yaitu sebanyak 31 siswa yang diwawancarai terdapat 74,2% yang kurang dalam konsumsi sayur dan buah. (3).

Beberapa hal yang dapat menghambat konsumsi sayur dan buah termasuk rasa yang tidak enak, penampilan yang tidak menarik, ketersediaan yang rendah, dan kurangnya kebiasaan makan. Kurangnya pengetahuan tentang manfaat mengkonsumsi sayur dan buah dapat menghambat pertumbuhan dan perkembangan, yang dapat berdampak negatif pada keberhasilan gizi remaja (4).

Konsumsi sayur dan buah pada remaja yang rendah, dikaitkan dengan kurangnya kebiasaan mengonsumsinya sejak dini dan kurangnya akses terhadap sayur dan buah tersebut. Rendahnya konsumsi sayur dan buah juga dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti jenis kelamin, pengetahuan tentang sayur dan buah, tingkat pendidikan, makanan kesukaannya (5).

Banyak upaya yang telah dilakukan dalam pentingnya konsumsi sayur dan buah salah satunya adalah pelaksanaan rangkaian kegiatan edukasi yang meliputi penyuluhan, video edukasi dan kuis konsumsi sayur dan buah. Pada penelitian sebelumnya yang berkaitan dengan faktor yang berhubungan dengan konsumsi sayur dan buah adalah adanya pengaruh yang signifikan mengenai pengetahuan gizi dengan konsumsi sayur dan buah. Tetapi tidak terdapat hubungan yang signifikan mengenai konsumsi sayur dan buah dsengan jenis kelamin, prefensi dan peran teman sebaya (6). Sedangkan pada penelitian lain menyebutkan ada faktor yang berhubungan secara signifikan antar konsumsi sayur dan buah dengan *self-efficacy*, ketersediaan sayur dan buah, dan juga pengaruh orangtua pada remaja (7).

Dari survei pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 15 November 2023 di SMP Istiqlal Delitua. Peneliti mendapatkan 7 dari 10 responden kurang dalam konsumsi sayur dan buah. Pada sekolah ini juga belum pernah dilakukan penelitian mengenai konsumsi sayur dan buah.

METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif observasional analitik dengan rancangan cross-sectional study. Dalam penelitian ini, peneliti ingin mengetahui hubungan antara faktor-faktor dengan konsumsi sayur dan buah pada remaja dikumpulkan dalam periode yang sama. Data meliputi karakteristik sampel (kelas, jenis kelamin, umur),.

Waktu dan Tempat Penelitian

Pengambilan data dilaksanakan pada bulan Januari 2024, di sekolah SMP Istiqlal Delitua yang terletak di Jl. Simpang St. No. 1A, Suka Makmur, Kec. Delitua, Kabupaten Deli Serdang.

Target/Subjek Penelitian

Populasi pada penelitian ini adalah siswa dan siswi yang berada di SMP Istiqlal Delitua dari keseluruhan kelas VII sebanyak 111 orang dan VIII yang berjumlah 110 orang dengan totalnya adalah 212 orang. Teknik dalam pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus slovin dan didapatkan 68 responden.

Prosedur

Teknik pengumpulan data ini dilaksanakan dengan cara sampel mengisi kuesioner semi food frequencies dan kuesioner faktor-faktor yang berhubungan. Setelah data terkumpul selanjutnya akan dianalisis menggunakan sistem komputer dan tabulasi data.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen penelitian menggunakan kuesioner self-efficacy berjumlah 3 pertanyaan, pengetahuan remaja 15 pertanyaan, ketersediaan sayur dan buah dua pertanyaan dan data peran orang tua 4 pertanyaan serta kuesioner frekuensi sayur dan buah.

Teknik Analisis Data

Analisis data dilakukan dengan analisis univariate dan bivariate. Pengujian antar variabel menggunakan Uji *Chi-square test dengan menggunakan software* program komputer SPSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Jenis Kelamin

Tabel 1. Distribusi Frekuensi berdasarkan Jenis Kelamin

JK	n	%
Laki-laki	31	45,6
Perempuan	37	54,4
Total	68	100

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa sampel paling banyak adalah perempuan sebanyak 37 orang (54,4%) dan laki-laki sebanyak 31 orang (45,6%).

Umur

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Sampel berdasarkan Umur

Kategori Umur	n	%
12	22	32,4
13	28	41,2
14	13	19,1
15	5	7,4
Total	68	100

Pada Tabel 2 sampel paling banyak adalah umur 13 tahun sebanyak 28 orang (41,2%) dan umur sampel yang paling sedikit adalah umur 15 tahun sebanyak 5 orang (7,4%).

Hubungan Antara Faktor *Self-efficacy* dengan Konsumsi Sayur

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa siswa/i SMP Istiqlal Delitua dalam kategori *self-efficacy* baik sebanyak 27 orang (39,7%) dengan konsumsi sayur kurang, *self-efficacy* baik sebanyak 17 orang (25,0%) dengan konsumsi sayur cukup. Pada kategori *self-efficacy* kurang sebanyak 23 orang (33,8%) dengan konsumsi sayur kurang dan *self-efficacy* kurang sebanyak 1 orang (1,5%) dengan konsumsi sayur cukup.

Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji Chi square diperoleh $p = 0,002 < 0,05$ artinya H_0 ditolak atau ada hubungan antara *self-efficacy* dengan konsumsi sayur pada remaja di SMP Istiqlal Delitua.

Tabel 3. Hubungan Antara Faktor *Self-efficacy* dengan Konsumsi Sayur

Self-efficacy	Konsumsi Sayur				Total		p value
	Kurang		Cukup		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	27	39,7%	17	25,0%	44	64,7%	0,002
Kurang	23	33,8%	1	1,5%	24	35,3%	
Total	50	73,5%	18	26,5%	68	100%	

Self-efficacy yang merupakan keyakinan terhadap kemampuan diri seseorang yang mana jika keyakinan remaja terhadap manfaat mengonsumsi sayur baik, maka konsumsi sayur akan membaik sesuai dengan anjuran konsumsi yang telah ditetapkan oleh WHO. Penelitian lain menunjukkan bahwa menemukan hubungan yang signifikan antara *self-efficacy* dengan perilaku konsumsi sayur pada remaja (8). Penelitian lain menunjukkan bahwa *self-efficacy* berhubungan dengan konsumsi sayur dan buah dan kejadian gizi lebih (9).

Hubungan Antara Faktor *Self-efficacy* dengan Konsumsi Buah

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan bahwa siswa/i SMP Istiqlal Delitua dalam kategori *self-efficacy* baik sebanyak 20 orang (29,4%) dengan konsumsi buah kurang, *self-efficacy* baik sebanyak 24 orang (35,3%) dengan konsumsi buah cukup. Pada kategori *self-efficacy* kurang sebanyak 18 orang (26,5%) dengan konsumsi sayur kurang dan *self-efficacy* kurang sebanyak 6 orang (8,8%) dengan konsumsi sayur cukup.

Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji Chi square diperoleh $p = 0,019 < 0,05$ artinya H_0 ditolak atau ada hubungan antara *self-efficacy* dengan konsumsi buah pada remaja di SMP Istiqlal Delitua.

Tabel 4. Hubungan Antara Faktor Self-efficacy dengan Konsumsi Buah

Self-efficacy	Konsumsi Buah				Total		p value
	Kurang		Cukup		n	%	
	n	%	n	%			
Baik	20	29,4%	24	35,3%	44	64,7%	0,019
Kurang	18	26,5%	6	8,8%	24	35,3%	
Total	38	55,9%	30	44,1%	68	100%	

Penelitian di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta menemukan bahwa *self-efficacy* yang baik berhubungan dengan peningkatan akan konsumsi buah pada remaja, jika remaja tersebut memiliki *self-efficacy* yang baik maka memiliki peluang untuk mengkonsumsi buah lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang tingkat *self-efficacy* kurang (9). Dalam penelitian Nur Asih Anggraeni terdapat sebanyak 111 orang yang diteliti memiliki *self-efficacy* yang rendah dan hal ini mempengaruhi kurangnya konsumsi sayur dan buah (10).

Hubungan Antara Faktor Pengetahuan dengan Konsumsi Sayur

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa siswa/I SMP Istiqlal Delitua dalam kategori pengetahuan baik sebanyak 7 orang (10,3%) dengan konsumsi sayur kurang, pengetahuan baik sebanyak 3 orang (4,4%) dengan konsumsi sayur cukup. Pada kategori pengetahuan cukup sebanyak 27 orang (39,7%) dengan konsumsi sayur kurang dan pengetahuan cukup sebanyak 12 orang (17,6%) dengan konsumsi sayur cukup dan kategori pengetahuan kurang sebanyak 16 orang (23,5%) dengan konsumsi sayur kurang lalu pengetahuan kurang sebanyak 3 orang (4,4%) dengan konsumsi sayur cukup.

Tabel 5. Hubungan Antara Faktor Pengetahuan dengan Konsumsi Sayur

Kategori Pengetahuan	Konsumsi Sayur				Total		<i>p value</i>
	Kurang		Cukup				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	7	10,3%	3	4,4%	10	14,7%	0,451
Cukup	27	39,7%	12	17,6%	39	57,4%	
Kurang	16	23,5%	3	4,4%	19	27,9%	
Total	50	73,5%	30	26,5%	68	100%	

Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji *Chi square* diperoleh $p = 0,451 > 0,05$ artinya H_0 diterima atau tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi sayur pada remaja di SMP Istiqlal Delitua.

Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan bahwa tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan konsumsi sayur (11). Ditemukan juga pada penelitian lain meskipun pengetahuan gizi mempengaruhi perilaku konsumsi makanan, hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan gizi dengan konsumsi sayur. Sayur yang paling banyak atau paling sering tersedia dirumah seperti bayam, daun singkong, wortel, dan kangkung. Sayur dengan variasi yang sedikit akan memengaruhi tingkat konsumsi pada remaja di Istiqlal Delitua karena bosan dengan rasa sayur tersebut, rasa sayur yang kurang enak.

Hubungan Antara Faktor Pengetahuan dengan Konsumsi Buah

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa siswa/I SMP Istiqlal Delitua dalam kategori pengetahuan baik sebanyak 5 orang (7,4%) dengan konsumsi buah kurang, pengetahuan baik sebanyak 5 orang (7,4%) dengan konsumsi buah cukup. Pada kategori pengetahuan cukup sebanyak 19 orang (27,9%) dengan konsumsi buah kurang dan pengetahuan cukup sebanyak 20 orang (29,4%) dengan konsumsi buah cukup dan kategori pengetahuan kurang sebanyak 14 orang (20,6%) dengan konsumsi buah kurang lalu pengetahuan kurang sebanyak 5 orang (7,4%) dengan konsumsi buah cukup.

Tabel 6. Hubungan Antara Faktor Pengetahuan dengan Konsumsi Buah

Kategori Pengetahuan	Konsumsi Buah				Total		p value
	Kurang		Cukup				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	5	7,4%	5	7,4%	10	14,7%	0,183
Cukup	19	27,9%	20	29,4%	39	57,4%	
Kurang	14	20,6%	5	7,4%	19	27,9%	
Total	38	55,9%	30	44,1%	68	100%	

Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji Chi square diperoleh $p = 0,183 > 0,05$ artinya H_0 diterima atau tidak ada hubungan antara pengetahuan dengan konsumsi buah pada remaja di SMP Istiqlal Delitua.

Penititan sejalan dengan penelitian terdahulu tentang pengetahuan gizi subjek didapatkan lebih dari setengah dari responden memiliki pengetahuan gizi baik jadi tidak ada hubungan bermakna (12). Tidak sejalan dengan penelitian lainnya tidak ada kecenderungan anantara tingkat pengetahuan dengan konsumsi sayur pada remaja, tetapi ada kecenderungan antara tingkat pengetahuan dengan konsumsi buah pada remaja (13)

Hubungan Antara Faktor Ketersediaan Sayur dengan Konsumsi Sayur

Berdasarkan Tabel 7 menunjukkan bahwa siswa/I SMP Istiqlal Delitua dalam kategori ketersediaan sayur yang sesuai sebanyak 10 orang (14,7%) dengan konsumsi sayur kurang, ketersediaan sayur sesuai sebanyak 8 orang (11,8%) dengan konsumsi sayur cukup. Pada kategori ketersediaan sayur tidak sesuai sebanyak 40 orang (58,8%) dengan konsumsi sayur kurang dan ketersediaan sayur yang tidak sesuai sebanyak 10 orang (14,7%) dengan konsumsi sayur cukup.

Tabel 7. Hubungan Antara Faktor Ketersediaan Sayur dengan Konsumsi Sayur

Ketersediaan Sayur	Konsumsi Sayur				Total		p value
	Kurang		Cukup				
	n	%	n	%	n	%	
Sesuai	10	14,7%	8	11,8%	18	26,5%	0,044
Tidak sesuai	40	58,8%	10	14,7%	50	73,5%	
Total	50	73,5%	18	26,5%	68	100%	

Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji Chi square diperoleh $p = 0,044 < 0,05$ artinya H_0 ditolak atau ada hubungan antara ketersediaan sayur dengan konsumsi sayur pada remaja di SMP Istiqlal Delitua.

Jika sayur mudah ditemukan di rumah, remaja akan lebih cenderung mengonsumsinya dan pasti untuk ketersediaan sayur di rumah memengaruhi kebiasaan makan sayur mereka (14). Sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyebutkan ketersediaan sayur berhubungan dengan konsumsi sayur dan diharapkan ada peningkatan kesediaan sayur setiap hari di rumah guna untuk membujuk kesukaan remaja terhadap sayur (15).

Hubungan Antara Faktor Ketersediaan Buah dengan Konsumsi Buah

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa siswa/I SMP Istiqlal Delitua dalam kategori ketersediaan buah yang sesuai sebanyak 10 orang (14,7%) dengan konsumsi buah kurang, ketersediaan buah sesuai sebanyak 10 orang (14,7%) dengan konsumsi buah cukup. Pada kategori ketersediaan buah tidak sesuai sebanyak 28 orang (41,2%) dengan konsumsi buah kurang dan ketersediaan buah yang tidak sesuai sebanyak 20 orang (29,4%) dengan konsumsi buah cukup.

Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji Chi square diperoleh $p = 0,528 > 0,05$ artinya H_0 ditolak atau tidak ada hubungan antara ketersediaan buah dengan konsumsi buah pada remaja di SMP Istiqlal Delitua.

Tabel 8. Hubungan Antara Faktor Ketersediaan Buah dengan Konsumsi Buah

Ketersediaan Buah	Konsumsi Buah				Total		<i>p value</i>
	Kurang		Cukup				
	n	%	n	%	n	%	
Sesuai	10	14,7%	10	14,7%	20	29,4%	0,528
Tidak sesuai	28	41,2%	20	29,4%	48	70,6%	
Total	38	55,9%	30	44,1%	68	100%	

Pada penelitian lain mengatakan meskipun tidak hubungan langsung, ketersediaan buah di rumah dapat memudahkan remaja untuk mengkonsumsinya sebagai cemilan atau dapat dimakan sehari-hari (16). Dari hasil penelitian ini dikatakan bahwa remaja yang sudah mengkonsumsi buah dengan kategori cukup akan mendatangkan manfaat pada tubuh karena buah banyak mengandung vitamin, mineral dan serat, serta juga dapat mengontrol berat badan dan mencegah penyakit dan mengurangi risiko penyakit kardiovaskuler, dan penyakit lainnya di masa yang akan datang (17).

Hubungan Antara Faktor Peran Orang Tua dengan Konsumsi Sayur

Berdasarkan Tabel 9 menunjukkan bahwa siswa/I SMP Istiqlal Delitua dalam kategori peran orang tua yang baik sebanyak 22 orang (32,4%) dengan konsumsi sayur kurang, peran orang tua yang baik sebanyak 11 orang (16,2%) dengan konsumsi sayur cukup. Pada kategori peran orang tua yang cukup sebanyak 26 orang (38,2%) dengan konsumsi sayur kurang dan peran orang tua yang cukup sebanyak 7 orang (10,3%) dengan konsumsi sayur cukup, dan untuk kategori peran orang tua yang kurang sebanyak 2 orang (2,9%) konsumsi sayur kurang dan peran orang tua yang kurang sebanyak 0 orang (0,0%) konsumsi sayur cukup.

Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji Chi square diperoleh $p = 0,370 > 0,05$ artinya H_0 ditolak atau tidak ada hubungan antara peran orang tua dengan konsumsi sayur pada remaja di SMP Istiqlal Delitua.

Tabel 9. Hubungan Antara Faktor Peran Orang Tua dengan Konsumsi Sayur

Peran Orang Tua	Konsumsi Sayur				Total		<i>p value</i>
	Kurang		Cukup				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	22	32,4%	11	16,2%	33	48,5%	0,370
Cukup	26	38,2%	7	10,3%	33	48,5%	
Kurang	2	2,9%	0	0,0%	2	2,9%	
Total	50	73,5%	18	26,5%	68	100%	

Penelitian lain menunjukkan ada hubungan peran ibu sebagai edukator dengan ketersediaan sayur buah di rumah. Namun tidak ada hubungan antar peran ibu sebagai inisiator dengan konsumsi sayur buah pada anak(18). Peran orang tua yang paling sedikit adalah tentang hubungan dengan pertanyaan tentang menyediakan sayur dan buah di rumah setiap hari.

Dalam penelitian ini peran orang tua disini merujuk bagaimana orang tua memperkenalkan sejak dini akan konsumsi sayur, mengingatkan akan pentingnya konsumsi sayur serta memanfaatkan pekarangan rumah untuk menanam sayur. Tetapi nyatanya remaja masih kurang akan konsumsi sayur karena masih kurang dalam kemauan dirinya untuk konsumsi sayur.

Hubungan Antara Faktor Peran Orang Tua dengan Konsumsi Buah

Berdasarkan tabel 10 menunjukkan bahwa siswa/I SMP Istiqlal Delitua dalam kategori peran orang tua yang baik sebanyak 16 orang (23,5%) dengan konsumsi buah kurang, peran orang tua yang baik sebanyak 17 orang (25,0%) dengan konsumsi buah cukup. Pada kategori peran orang tua yang cukup sebanyak 20 orang (29,4%) dengan konsumsi buah kurang dan peran orang tua yang cukup sebanyak 13 orang (19,1%) dengan konsumsi buah cukup, dan untuk kategori peran orang tua yang kurang sebanyak 2 orang (2,9%) konsumsi buah kurang dan peran orang tua yang kurang sebanyak 0 orang (0,0%) konsumsi buah cukup.

Hasil uji statistik dengan menggunakan Uji *Chi square* diperoleh $p = 0,370 > 0,05$ artinya H_0 ditolak atau tidak ada hubungan antara peran orang tua dengan konsumsi buah pada remaja di SMP Istiqlal Delitua. Penelitian lain menunjukkan bahwa peran orang tua tidak berhubungan dengan konsumsi buah pada remaja (19,20).

Tabel 10. Hubungan Antara Faktor Peran Orang Tua dengan Konsumsi Bush

Peran Orang Tua	Konsumsi Buah				Total		p value
	Kurang		Cukup				
	n	%	n	%	n	%	
Baik	16	23,5%	17	25,0%	33	48,5%	0,271
Cukup	20	29,4%	13	19,1%	33	48,5%	
Kurang	2	2,9%	0	0,0%	2	2,9%	
Total	38	55,9%	30	44,1%	68	100%	

Peran orang tua disini sudah sangat bagus dalam mendorong anak untuk mengkonsumsi buah walaupun belum sesuai dengan anjuran kecukupan yang ditetapkan WHO, setidaknya ada usaha orang tua dalam menyediakan dan memotivasi agar mengkonsumsi buah. Orang tua dapat membantu remaja memahami pentingnya konsumsi sayur dan buah, serta memberikan contoh

dengan mengonsumsi sayur dan buah secara teratur. Selain itu, orang tua juga dapat memastikan ketersediaan sayur dan buah di rumah dan memasak makanan yang mengandung sayur dan buah (18).

KESIMPULAN

Ada hubungan faktor *self-efficacy* dengan konsumsi sayur pada remaja di SMP Istiqlal Delitua ($0,002 < 0,05$). Ada hubungan faktor *self-efficacy* dengan konsumsi buah pada remaja di SMP Istiqlal Delitua ($0,019 < 0,05$). Tidak ada hubungan faktor pengetahuan dengan konsumsi sayur pada remaja di SMP Istiqlal Delitua ($0,451 > 0,05$). Tidak ada hubungan faktor pengetahuan dengan konsumsi buah pada remaja di SMP Istiqlal Delitua ($0,183 > 0,05$). Ada hubungan faktor ketersediaan sayur dengan konsumsi sayur pada remaja di SMP Istiqlal Delitua ($0,044 < 0,05$). Tidak ada hubungan faktor ketersediaan buah dengan konsumsi buah pada remaja di SMP Istiqlal Delitua ($0,528 > 0,05$). Tidak ada hubungan faktor peran orang tua dengan konsumsi sayur pada remaja di SMP Istiqlal Delitua ($0,370 > 0,05$). Tidak ada hubungan faktor peran orang tua dengan konsumsi buah pada remaja di SMP Istiqlal Delitua ($0,271 > 0,05$).

SARAN

Disarankan kepada remaja untuk meningkatkan intensitas dalam mengonsumsi sayur dan buah dalam kehidupan sehari-hari.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada bapak ibu guru yang telah memberikan kesempatan, tempat, waktu dan memberikan arahan kepada peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini

KONFLIK KEPENTINGAN

Peneliti menyatakan bahwa data-data dipublikasi pada naskah tersebut tidak ada konflik kepentingan terhadap pihak-pihak manapun

DAFTAR PUSTAKA

1. Permenkes RI. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014. World Heal Organ World Bank Group, OECD. 2014;(July):1–100.
2. Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementrian Kesehat RI. 2018;53(9):1689–99.
3. Pangestika. Faktor Yang Berhubungan Dengan Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Remaja (Studi Di SMP Negeri 3 Silo Kabupaten Jember). Universitas Jember. 2019. 1–131 p.
4. Aulia F, Ulfah B. Pembiasaan Konsumsi Sayur Dan Buah Pada Remaja Dalam Upaya Mencegah Stunting. 2023;2(6):2018–22.
5. Siregar MH. Scoping Review: Pengaruh Garden-Based Intervention Terhadap Konsumsi Sayur Siswa Sekolah Dasar. Muhammadiyah J Nutr Food Sci. 2023;4(1):28.
6. Elfana D. Jurnal Ilmiah Gizi Kesehatan, 10; 21 November 2022. 2022;(November):25–30.
7. Amelia CM, Fayasari A. Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi Sayur Dan Buah Remaja Di Smp Negeri 238 Jakarta. J Gizi dan Pangan Soedirman. 2020;4(1):94.
8. Anwar M. Analisis Faktor Yang Berkontribusi Terhadap Perilaku Konsumsi Buah Dan Sayur Pada Remaja Di Kota Makassar : Aplikasi Teori Nola J Pender. 2020.
9. Widiyanto F, Mulyono S, Fitriyani P. Remaja Bisa Mencegah Gizi Lebih Dengan Meningkatkan Self-Efficacy Dan Konsumsi Sayur-Buah. Indones J Nurs Pract. 2017;1(2):16–22.
10. Anggraeni NA, Sudiarti T. Faktor Dominan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja di

- SMPN 98 Jakarta. 2018;18–32.
11. Dewi Astarini N. Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Gizi Terhadap Sikap Dan Perilaku Konsumsi Sayur Dan Buah Di Masa Pandemi Covid-19 Pada Masyarakat Usia 46-55 Tahun. 2021;
 12. Nisa SH. Role of parents relates to vegetable and fruit consumption on students at Junior High School Hang Tuah 2 Jakarta. ARGIPA (Arsip Gizi dan Pangan). 2020;5(1):44–54.
 13. Han ES, goleman, daniel; boyatzis, Richard; Mckee A. Tingkat pengetahuan sayur buah dan tingkat konsumsi sayur buah pada remaja di SMP negeri 2 denpasar. J Chem Inf Model. 2019;53(9):1689–99.
 14. Muna NI, Mardiana M. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja. Sport Nutr J. 2019;1(1):1–11.
 15. Tarigan Rinawati. Hubungan Kesukaan dan Ketersediaan dengan Konsumsi Sayur dan Buah Pada Remaja. J Ilm Keperawatan Imelda. 2020;6(1):36–43.
 16. Ramadhani DT, Hidayati L. Faktor-faktor yang Memengaruhi Konsumsi Sayur dan Buah pada Remaja Putri SMPN 3 Surakarta. Pros Semin Nas Gizi. 2019;45–58.
 17. Rosidati C. Perilaku Konsumsi Buah dan Sayur Pada Remaja. 2021;(December).
 18. Afif PA, Sumarmi S. Peran Ibu sebagai Edukator dan Konsumsi Sayur Buah pada Anak. Amerta Nutr. 2019;1(3):236.
 19. Agrius SA. Hubungan Peran Keluarga, Akses, Ketersediaan, dan Keterampilan Penyiapan Buah dan Sayur dengan Konsumsi Buah dan Sayur pada Remaja. 2021;1–2. Available from: <http://etd.repository.ugm.ac.id/penelitian/detail/200220>
 20. Wijayanti S, Fauziyah F, Rooiqoh QF. Literature Review: Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi pada Anak Penyandang Disabilitas. Media Gizi Ilmiah Indonesia. 2024 Aug 15;2(2):56-64.

Original Article**Hubungan Nyeri dengan Kualitas Tidur pada Pasien Post Operasi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan*****The Relationship Between Pain with Sleep Quality in Postsurgical Patients at Mitra Medika Hospital Tanjung Mulia Medan*****Afina Muharani Syaftriani^{1*}, Hijrah Hanim Lubis², Maya Ardilla Siregar³**^{1*2} Program Studi S1 Keperawatan dan Profesi Ners, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia³ Program Studi D3 Keperawatan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia**Informasi Artikel**

Submit: 29 – 12 – 2024

Diterima: 16 – 1 – 2025

Dipublikasikan: 20 – 1 – 2025

ABSTRACT

Surgery is an invasive procedure that goes through three phases, namely pre-operative, intra-operative and post-operative. One of the complaints experienced by post-operative patients is pain which will affect the patient's sleep quality. The aim of this study was to analyze the relationship between pain and sleep quality in post-operative patients at Mitra Medika Tanjung Mulia Hospital, Medan. This research uses a descriptive correlational research design with a cross sectional approach using the chi-square test with a population of 285 and a sample of 74 respondents taken using a purposive sampling technique. The data collection tool uses a questionnaire. Based on the research results, the majority of respondents experienced moderate pain as many as 33 respondents (44.6%) and experienced poor sleep quality as many as 54 respondents (73.0%). Based on the results of the Chi-Square Test, it was found that the p-value was 0.000, which was smaller than the α value of 0.05. The conclusions in this study show that there is a statistically significant relationship between pain and sleep quality in post-operative patients at Mitra Medika Tanjung Mulia Hospital, Medan. It is recommended that health workers, especially nurses, can improve the quality of service through education on how to reduce post-operative pain by using non-pharmacological therapy such as complementary pain management therapy.

Keywords: pain, sleep quality, post surgical**ABSTRAK**

Operasi merupakan prosedur invasif dengan melewati tiga fase yaitu pre operasi, intra operasi, dan post operasi. Keluhan yang dialami oleh pasien post operasi salah satunya adalah nyeri yang akan mempengaruhi kualitas tidur pasien. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara nyeri dengan kualitas tidur pada pasien post operasi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan. Penelitian ini menggunakan desain penelitian deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectional* menggunakan uji *chi-square* dengan populasi sebanyak 285 dan sampel 74 responden yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan

***Alamat Penulis Korespondensi:**
Afina Muharani Syaftriani.; Institut Kesehatan Helvetia, Jl. Kapten Sumarsono No. 107, Helvetia, Medan, Indonesia 20124.
Phone: 085360313104.
Email:
afinamuharanisyaftriani@helvetia.ac.id

kuesioner. Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas responden mengalami nyeri sedang sebanyak 33 responden (44,6%) dan mengalami kualitas tidur buruk sebanyak 54 responden (73,0%). Berdasarkan hasil uji *Chi-Square Test*, didapatkan hasil bahwa *p-value* sebesar 0,000 dimana nilai tersebut lebih kecil dari nilai α sebesar 0,05. Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan bahwa secara statistik ada hubungan yang signifikan antara nyeri dengan kualitas tidur pada pasien post operasi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan. Disarankan bagi tenaga kesehatan khususnya perawat dapat meningkatkan kualitas pelayanan melalui edukasi cara mengurangi rasa nyeri post operasi dengan menggunakan terapi non farmakologi seperti terapi manajemen nyeri komplementer.

Kata kunci: nyeri, kualitas tidur, post operasi

PENDAHULUAN

Pembedahan atau operasi adalah sebuah tindakan pengobatan dengan menggunakan prosedur invasif dengan tahapan membuka atau menampilkan bagian tubuh yang ditangani. Pembukaan bagian tubuh yang dilakukan tindakan pembedahan pada umumnya dilakukan dengan membuat sayatan, setelah yang ditangani tampak maka akan dilakukan dengan perbaikan dan penutupan serta penjahitan luka. Prosedur tindakan operasi melawati tiga fase yaitu pre operasi, intra operasi, dan post operasi. Beberapa tindakan operasi dilakukan karena suatu alasan diantaranya untuk memastikan suatu diagnosis, kuratif, reparatif, rekonstruksi dan paliatif (1).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2019 menunjukkan bahwa pembedahan menempati urutan ke 11 dari 50 penyakit yang ada di rumah sakit di Indonesia dengan persentase sebesar 12,8% (2). Pembedahan menyebabkan komplikasi pada pasien sekitar 3-16% dengan angka kematian 0,4-0,8% di negara berkembang (3). Pada kasus-kasus pembedahan sekitar 80% pasien mengalami nyeri post operasi. Tindakan operasi selalu berhubungan dengan insisi atau membuat sayatan pada bagian tubuh yang dapat menimbulkan trauma dan keluhan. Keluhan yang dialami oleh pasien pasca operasi salah satunya adalah nyeri (1).

Nyeri post operasi merupakan hal yang fisiologis, akan tetapi nyeri post operasi paling banyak ditakuti dan dirasakan oleh pasien setelah melakukan tindakan operasi. Sensasi nyeri dapat terjadi ketika pasien belum sadar hingga pasien sadar penuh. Nyeri post operasi akan semakin meningkat seiring dengan anastesi yang berkurang. Nyeri post operasi yang dirasakan oleh setiap individu berbeda-beda tergantung pengalaman pribadi individu. Masing-masing individu akan mengalami pengalaman dan skala nyeri tertentu (4).

Manajemen nyeri adalah sangat penting untuk pasien bedah. Manajemen nyeri post operasi berusaha untuk mencegah efek samping dari rasa sakit, memfasilitasi pemulihan, dan mengurangi biaya perawatan dengan meminimalkan atau menghilangkan kesusahan pasien. Manajemen nyeri bersifat farmakologi dan non farmakologi. Manajemen nyeri non farmakologi berupa perawatan yang menggabungkan berbagai pendekatan, seperti terapi psikologis, spiritual dan alternatif sering dianggap tambahan yang berhasil dalam mengobati dan mengelola nyeri akut hingga kronis (5).

Selain mengalami nyeri setelah tindakan operasi, pasien post operasi juga merasakan gangguan tidur dan sering terbangun saat hari pertama di malam hari setelah operasi yang berdampak terganggunya waktu pemulihan. Tidur merupakan salah satu kebutuhan dasar manusia, untuk mencapai kualitas tidur yang baik bagi kesehatan sama halnya dengan sembuh dari penyakit. Pasien yang sedang sakit sering kali membutuhkan tidur dan istirahat yang lebih banyak dari pada orang yang sehat. Tidur biasanya dapat membawa pengaruh besar bagi seseorang yang sedang menjalani proses pemulihan dari sakitnya (6).

Tidur yang kurang adekuat dapat mempengaruhi proses pemulihan dan memperlambat proses penyembuhan pasien yang menjalani perawatan. Hal ini dikarenakan lingkungan rumah sakit dan beberapa fasilitas rumah sakit yang membuat pasien merasa kurang nyaman atau adanya kebisingan. Penyebab lainnya antara lain proses pelayanan sering membuat pasien dapat terganggu dan tidak dapat tidur kembali. Beberapa faktor tersebut dapat membuat pasien terganggu sehingga kualitas tidur tidak

dapat terpenuhi dengan baik dan dapat memperlambat proses penyembuhan seseorang yang sedang menjalani perawatan (7).

Setiap siklus tidur berlangsung sekitar 90-100 menit. Tidak adanya tidur yang memadai dan kualitas tidur yang buruk dapat berdampak negatif pada keseimbangan fisiologis dan psikologis tubuh. Dampak fisiologis termasuk penurunan aktivitas sehari-hari, rasa lelah, kelemahan, penurunan daya tahan tubuh, dan dapat menyebabkan tidak stabilnya tanda-tanda vital. Dampak psikologis meliputi gejala depresi, masalah konsentrasi, dan kecemasan. Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kualitas tidur seseorang adalah ketidaknyamanan, ketakutan, kegelisahan, dan rasa nyeri yang dialami setelah operasi. Semua faktor ini dapat menyebabkan gangguan tidur dan menghambat proses pemulihan post operasi (8).

Seseorang yang mengalami nyeri post operasi sering mengalami gangguan tidur. Pasien biasanya melaporkan kualitas tidur menurun, waktu tidur berkurang, sering terbangun, dan sering mengalami mimpi buruk. Selama periode post operasi berikutnya, struktur tidur secara bertahap kembali normal dengan tidur REM dalam satu minggu. Beberapa penelitian di Turki menunjukkan bahwa pasien yang dirawat di rumah sakit sering melaporkan nyeri sebagai faktor utama yang berkontribusi terhadap masalah tidur (4).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Hamdiah dkk menunjukkan hasil bahwa terdapat hubungan antara nyeri dan kecemasan dengan kualitas tidur pada pasien post operasi. Sebanyak 22 responden mengalami nyeri, 23 responden mengalami kecemasan, dan 39 responden mengalami tidur buruk (4). Penelitian yang dilakukan oleh Indri dkk juga menunjukkan ada hubungan nyeri, kecemasan, dan lingkungan dengan kualitas tidur pada pasien post operasi apendisitis (9). Sedangkan pada penelitian Asdar menunjukkan hasil yang mengalami nyeri berat tetapi kualitas tidurnya baik sebanyak 7 orang (23,3%) (10). Penelitian tersebut menunjukkan hasil tidak ada hubungan antara intensitas nyeri dengan kualitas tidur, hal ini terjadi dimana pada sebagian orang kualitas tidurnya tidak dipengaruhi nyeri yang dirasakan, dikarenakan persepsi setiap individu berbeda dan bermacam-macamnya tingkat kebutuhan tidur yang dipengaruhi oleh lingkungan, stress emosional dan dukungan keluarga (10).

Berdasarkan data yang diperoleh pada tanggal 02 Maret 2024 di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia didapatkan 285 pasien telah melakukan tindakan operasi sejak tiga bulan terakhir. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti melakukan penelitian terkait dengan tingkat nyeri dan kualitas tidur pasien post operasi Di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan dikarenakan pada saat proses tidur ketika seseorang mengalami ketidaknyamanan maka *Reticular Activating System* (RAS) akan semakin meningkat dan *Bulbar Synchronizing Regional* (BSR) menjadi terganggu sehingga proses tidur seseorang menjadi terganggu. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara nyeri dengan kualitas tidur pada pasien post operasi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan.

METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasional, yaitu teknik pengumpulan data untuk mempelajari korelasi antara faktor-faktor resiko dengan cara pengumpulan data sekaligus pada satu saat tertentu saja. Jenis penelitian ini dipilih karena peneliti ingin melihat hubungan antara nyeri dengan kualitas tidur pasien post operasi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan. yang telah dikumpulkan diolah dengan analisis univariat dan bivariat.

Waktu dan Tempat Penelitian

Lokasi penelitian dilakukan di Rumah Sakit Umum Mitra Medika Tanjung Mulia Medan. Pertimbangan penggunaan lokasi penelitian ditetapkan karena lokasi penelitian memenuhi kriteria populasi penelitian serta mendapatkan arahan dari pakar yang juga terlibat dalam penelitian sebagai anggota peneliti. Waktu yang dilakukan penelitian di mulai dari bulan Januari sampai bulan Mei Tahun 2024.

Target/Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien post operasi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan sebanyak 285 pasien. Pengambilan sampel menggunakan rumus *Slovin* yang berjumlah 74 responden. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *purposive sampling* dengan kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah pasien post operasi bedah mayor yang dirawat inap di RS Mitra Medika Tanjung Mulia Medan, pasien dapat berkomunikasi menggunakan bahasa Indonesia dengan baik, dan bersedia menjadi responden penelitian. Sampel diambil mulai dari bulan Januari sampai Mei tahun 2024.

Prosedur

Metode penelitian ini dilaksanakan dalam beberapa tahapan. Tahap pelaksanaan penelitian dilakukan apabila sampel peneliti sudah terpenuhi semua. Tahap selanjutnya adalah responden diminta untuk mengisi kuisioner data demografi, kuisioner nyeri dan kuisioner kualitas tidur. Setelah data terkumpul, selanjutnya data dianalisis menggunakan sistem komputerisasi dan didokumentasikan dalam bentuk tabulasi data.

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen penelitian menggunakan kuisioner nyeri menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan kuisioner kualitas tidur menggunakan *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI). Pada penelitian ini, kuisioner kualitas tidur menggunakan kuisioner *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) yang terdiri dari 9 pernyataan.

Teknik Analisis Data

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu analisis univariat dan bivariat. Analisa univariat digunakan untuk mendeskripsi data yang dilakukan pada tiap variabel dan hasil penelitian. Analisa univariat menampilkan distribusi frekuensi data yang terdiri dari jenis kelamin, usia, pekerjaan, pendidikan, tingkat nyeri post operasi dan kualitas tidur pasien. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan (korelasi) antara variabel tingkat nyeri dengan variabel kualitas tidur pasien. Untuk membuktikan hubungan yang signifikan antara variabel tersebut digunakan analisis *chi-square*, pada batas kemaknaan perhitungan statistic *p-value* (0,05).

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia, Jenis Kelamin, Pendidikan, dan Pekerjaan di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan

Usia	f	%
< 35 tahun	12	16,2
36-45 tahun	35	47,3
> 45 tahun	27	36,5
Jenis Kelamin	f	%
Laki-laki	29	39,2
Perempuan	45	60,8
Pendidikan	f	%
SMP	17	22,9
SMA	34	45,9
PT	23	31,2
Pekerjaan	f	%
Wiraswasta	50	67,6
PNS	24	32,4
Total	74	100

Tabel 1. menunjukkan bahwa dari 74 responden, mayoritas responden berusia 36-45 tahun sebanyak 35 responden (47,3%), berjenis kelamin perempuan sebanyak 45 responden (60,8%), berpendidikan SMA sebanyak 34 responden (45,9%) dan memiliki pekerjaan sebagai wiraswasta sebanyak 50 responden (67,6%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Nyeri Pada Pasien Post Operasi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan

Nyeri	f	%
Berat	31	41,9
Sedang	33	44,6
Ringan	10	13,5
Total	74	100

Tabel 2. menunjukkan bahwa dari 74 responden, mayoritas responden yang mengalami nyeri sedang sebanyak 33 responden (44,6%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kualitas Tidur di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan

Kualitas Tidur	f	%
Buruk	54	73,0
Baik	20	27,0
Total	74	100

Tabel 3. Menunjukkan bahwa dari 74 responden, mayoritas responden dengan kualitas tidur buruk sebanyak 54 responden (73,0%).

Analisis Bivariat

Tabel 4. Hubungan Antara Nyeri Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Post Operasi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan

Kualitas Tidur							p value
Nyeri	Buruk		Baik		Total		
	f	%	f	%	f	%	
Berat	30	40,5	1	1,4	31	41,9	0,000
Sedang	23	31,1	10	13,5	33	44,6	
Ringan	1	1,4	9	12,2	10	13,5	
Total	54	73.0	20	27.0	74	100	

Tabel 4. menunjukkan bahwa dari 74 responden yang mengalami nyeri berat dengan kualitas tidur buruk sebanyak 30 responden (40,5%), nyeri berat dengan kualitas tidur baik sebanyak 1 responden (1,4%), nyeri sedang dengan kualitas tidur buruk sebanyak 23 responden (31,1%), nyeri sedang dengan kualitas tidur baik sebanyak 10 responden (13,5%), nyeri ringan dengan kualitas tidur buruk sebanyak 1 responden (1,4%), nyeri ringan dengan kualitas tidur baik sebanyak 9 responden (12,2%). Berdasarkan hasil penelitian secara statistik dengan menggunakan uji *chi-square* diperoleh nilai *p significance* 0,000 < 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara nyeri dengan kualitas tidur pada pasien post operasi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan.

PEMBAHASAN

Gambaran Nyeri Pada Pasien Post Operasi

Persepsi nyeri pada masing-masing individu sangat bervariasi. Hal ini dikarenakan nyeri merupakan hal yang sangat subjektif. Begitu pula dengan pelaporan nyeri pasca operasi yang pada masing-masing pasien akan mengalami sensasi nyeri yang berbeda antar satu sama lain meski beberapa dari mereka memiliki karakteristik yang sama. Hal ini membuktikan bahwa persepsi nyeri sangat bergantung pada beberapa faktor. Nyeri pasca-operasi terjadi karena adanya kerusakan jaringan atau noxious stimuli (11).

Hasil penelitian ini menunjukkan mayoritas responden mengalami nyeri sedang. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Budiyanto dkk yang menyatakan bahwa mayoritas pasien post operasi mengalami nyeri sedang (37,9%) (4). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kazharo dkk yang menyatakan bahwa mayoritas pasien post operasi mengalami nyeri sedang (52,4%) (1).

Seseorang yang telah melakukan tindakan pembedahan akan timbul respon nyeri. Nyeri adalah alasan yang paling umum seseorang mencari perawatan kesehatan untuk mengurangi hingga menghilangkan nyeri yang dirasakan. Nyeri bersifat sangat subjektif karena setiap orang berbeda dalam tingkatan nyeri, dan hanya orang tersebut yang dapat menilai nyeri yang dialami. Perbedaan nyeri antar masing-masing individu kemungkinan terjadi karena adanya faktor nyeri. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi nyeri antara lain usia, jenis kelamin, perhatian, makna nyeri, ansietas, pengalaman sebelumnya, gaya coping, dukungan keluarga dan sosial (12).

Perilaku nyeri sebagai karakteristik nyeri yang dapat diamati sebagai kesan terhadap nyeri seperti ekspresi wajah, gerakan tubuh, ucapan verbal, berbaring, dan mencari pengobatan. Adapun karakteristik nyeri seseorang yang merasakan nyeri ringan ditunjukkan dengan nyeri terasa seperti digigit nyamuk, dicubit, dan ditonjok dibagian wajah. Sedangkan nyeri sedang memiliki karakteristik seperti disengat lebah, seperti terkilir, dan dapat menyebabkan komunikasi terganggu. Nyeri berat memiliki karakteristik seseorang sampai tidak mampu melakukan perawatan secara mandiri dan tidak dapat berkomunikasi serta sampai tidak sadarkan diri (13).

Gambaran Kualitas Tidur Pada Pasien Post Operasi

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas responden dengan kualitas tidur buruk. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Budiyanto dkk yang menyatakan bahwa mayoritas pasien post operasi mengalami nyeri sedang (37,9%) (4). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kazharo dkk yang menyatakan bahwa mayoritas pasien post operasi mengalami kualitas tidur buruk (67,2%) (1).

Gangguan pemenuhan kebutuhan tidur dapat disebabkan karena status kesehatan seseorang yang menurun atau dalam keadaan sakit, selain itu dapat terjadi karena telah melakukan proses pembedahan dan sering terbangun pada saat malam pertama setelah menjalani proses pembedahan yang disebabkan karena berkurangnya anastesi. Selain itu, gangguan tidur pasien post operasi pada umumnya disebabkan oleh ketidaknyamanan fisik karena nyeri dan kecemasan setelah operasi perkembangan kesehatan (14)

Kualitas tidur seseorang dapat dilihat dengan hasil 7 indikator pada kualitas tidur yang meliputi efisiensi kebiasaan tidur, durasi tidur, gangguan tidur, latensi tidur, disfungsi tidur, kualitas tidur subjektif, dan penggunaan obat tidur. Pada penelitian ini menunjukkan hasil bahwa dari 7 indikator

tersebut terdapat indikator yang paling tinggi berkontribusi terhadap buruknya kualitas tidur sampai indikator paling rendah yang berkontribusi terhadap buruknya kualitas tidur (15).

Insomnia adalah gangguan tidur paling umum dan dapat menjadi masalah yang persisten bagi pasien dengan penyakit serius atau yang mengancam nyawa. Beban gangguan tidur kronis dirasakan berat untuk pasien sehingga berdampak terhadap fisik dan psikologis. Gangguan tidur adalah komplikasi yang sering ditemui pada lebih 70% pasien post operasi baik dikarenakan gangguan medis dan obat-obat yang sering dipakai dalam pengobatan terutama saat muncul rasa sakit (16). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Shafitri yang menyatakan bahwa terdapat hubungan kualitas tidur pasien rawat inap dengan berbagai macam jenis penyakit di RSUD dr. Gunawan Mangunkusumo Ambarawa dengan hasil responden dengan kualitas tidur buruk sebanyak 133 responden (90,5%) (17).

Hubungan Nyeri dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Post Operasi

Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji *chi-square* diperoleh nilai *p significance* $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara nyeri dengan kualitas tidur pada pasien post operasi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Budiyanto dkk yang menyatakan bahwa ada hubungan antara nyeri dengan kualitas tidur pada pasien post operasi di RS Budi Asih Kota Serang (4). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kazharo dkk yang menyatakan bahwa ada hubungan antara nyeri dengan kualitas tidur pada pasien post operasi di Rumas Sakit Baladhika Husada Jember (1).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari dkk yang mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan intensitas nyeri dengan kualitas tidur pasien diruang ICU Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gombong dengan hasil nilai *p-value* = 0,00 (18). Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Noviyanti dkk yang mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara intensitas nyeri dengan kualitas tidur pada pasien pasca bedah sesar dengan nilai *p-value* = 0,00 (19). Adapun penelitian lain yang sejalan dengan penelitian ini yaitu penelitian yang dilakukan oleh Purwanti yang membuktikan bahwa ada hubungan antara tingkat nyeri dengan kualitas tidur pada pasien post operasi di Rumah Sakit Islam Banjarnegara dengan mendapatkan hasil nilai *p-value* = 0,00 (7)

Menurut asumsi peneliti berdasarkan penelitian yang dilakukan di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan dapat diketahui bahwa nyeri mempengaruhi kualitas tidur responden. Responden mengeluhkan nyeri akibat luka tindakan pembedahan dan membuat pasien sering terbangun dan terjaga di malam hari karena nyeri yang dirasakan muncul tiba tiba saat tertidur dan mengakibatkan kesulitan tidur kembali.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan yang telah dilakukan mengenai hubungan antara nyeri dengan kualitas tidur pada pasien post operasi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan dapat disimpulkan mayoritas responden yang mengalami nyeri sedang sebanyak 33 responden (44,6%). Mayoritas responden memiliki kualitas tidur buruk sebanyak 54 responden (73,0%). Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji *chi-square* diperoleh nilai *p significance* $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara nyeri dengan kualitas tidur pada pasien post operasi di Rumah Sakit Mitra Medika Tanjung Mulia Medan.

SARAN

Disarankan bagi tenaga kesehatan khususnya perawat dapat meningkatkan kualitas pelayanan melalui edukasi cara mengurangi rasa nyeri post operasi dengan menggunakan terapi non farmakologi seperti terapi manajemen nyeri komplementer

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Bapak/Ibu pimpinan dan responden penelitian di RS Mitra Medika Tanjung Mulia Medan yang telah memberikan kesempatan, tempat, waktu dan memberikan arahan kepada peneliti untuk menyelesaikan penelitian ini.

KONFLIK KEPENTINGAN

Peneliti menyatakan bahwa data-data yang dipublikasikan pada naskah tersebut tidak ada konflik kepentingan terhadap pihak-pihak manapun.

DAFTAR PUSTAKA

1. Antik kazharo. Hubungan Tingkat Nyeri dengan kualitas tidur pada pasien post operasi di rumah sakit tingkat III Baladhika Husada Jember. Progr Stud Sarj Keperawatan Fak Keperawatan Univ Jember. 2020;12(2):1–112.
2. Herawati T, Kania DAP, Utami DS. Pengetahuan Mobilisasi Pada Pasien Pasca Operasi Di Ruang Gelatik Dan Rajawali Di RSAU Dr. M. Salamun. J Ilm JKA (Jurnal Kesehat Aeromedika). 2018;4(2):83–9.
3. Agustari F, Novitasari D, Sebayang SM. Implementasi teknik penurunan nyeri menggunakan metode Kompres hangat pada pasien post sectio caesarea dengan spinal Anestesi. J Peduli Masy. 2023;5(4):991–1002.
4. Hamdiah D-, Budiyanto A. Hubungan Antara Nyeri dan Kecemasan dengan Kualitas Tidur pada Pasien Pasca Operasi di Ruang Bedah. Ghidza J Gizi dan Kesehat. 2022;6(2):191–9.
5. Muzaenah T, Hidayati ABS. Manajemen nyeri non farmakologi post operasi dengan terapi spiritual “doa dan dzikir”: a literature review. Herb-Medicine J Terbit Berk Ilm Herbal, Kedokt dan Kesehat. 2021;4(3):1–9.
6. Purwanti Y. Akupresur Dalam Kebidanan. Umsida Press. 2021;1–41.
7. Purwanti Y. Hubungan Antara Tingkat Nyeri Dengan Kualitas Tidur Pada Pasien Pasca Operasi Di Rumah Sakit Islam Banjarnegara. Universitas Islam Sultan Agung Semarang; 2023.
8. Uhya N. Hubungan Tingkat Nyeri Luka Operasi dengan Kualitas Tidur pada Pasien Post Apendektomi di Rumah Dakit Arun Lhokseumawe. Universitas Malikussaleh; 2024.
9. Indri UV. Hubungan antara nyeri, kecemasan dan lingkungan dengan kualitas tidur pada pasien post operasi apendisitis. Riau University; 2014.
10. Asdar F. Hubungan intensitas nyeri dengan kualitas tidur pada pasien post operasi laparatomi di RSUD Labuang Baji Makassar. J Ilm Kesehat Diagnosis. 2018;13(5):509–13.
11. Suleman MOP, Purwanto R, Pateda SM, Irmawati I, Wahjudi C. Gambaran Intensitas Nyeri Pasca Operasi Ortopedi di Rumah Sakit Aloe Saboe. Jambura Axon J. 2024;1(1):44–55.
12. Ningtyas NWR, Kep MT, Amanupunnyo NA, Manueke I, SiT S, Ainurrahmah Y, et al. Bunga Rampai Manajemen Nyeri. CV Pena Persada; 2023.
13. Nurhanifah D, Sari RT. Manajemen nyeri nonfarmakologi. UrbanGreen Central Media; 2022.
14. Sukmawati AS, Isrofah I, Yudhawati NLP, Suryati S, Putra IKAD, Juwariyah S, et al. Buku Ajar Pemenuhan Kebutuhan Dasar Manusia. PT. Sonpedia Publishing Indonesia; 2023.
15. NAFIAH SI. Gambaran tingkat kualitas tidur pada pasien pre operative di Rumah Sakit Tingkat III Baladhika Husada Jember. Fakultas Keperawatan; 2019.
16. Tubalawony SL, Parinussa N. Hubungan Lama Menderita Dan Komplikasi Dengan Kualitas Tidur Pasien Diabetes Mellitus Di Rs Dr. M Haulussy Ambon. J Ilm Glob Educ. 2023;4(2):502–8.
17. Devlinsky A, Putri DSR. Gambaran Kualitas Tidur pada Pasien Post Operasi Fraktur Ekstremitas di RSUD dr. Moewardi. Sci Clin Pharm Res J. 2024;1(3).
18. Ageng Lassl, Sari S. Hubungan Intensitas Nyeri Dengan Kualitas Tidur Pasien Di Ruang Intensive Care Unit (ICU) RS PKU Muhammadiyah Gombong. Universitas Muhammadiyah Gombong; 2022.

19. Noviyanti HA, Sutrisna M, Kusmiran E. Hubungan Intensitas Nyeri dengan Kualitas Tidur pada Pasien Pasca Bedah Sesar. *J Persat Perawat Nas Indones*. 2020;4(2):59–66.

INDEX BY :



ISSN 3032-7318



9

JPKi
JURNAL PEMBARUAN
KESEHATAN INDONESIA
(*Journal of Indonesian Health Update*)

Address:

Jl. Pusaka, Bandar Klippa, Kec. Percut Sei Tuan,
Kab. Deli Serdang, Prov. Sumatera Utara, Indonesia.
Email: kabargizi@gmail.com, Kode Pos: 20371