

**TRADISI PUPUTAN: MEMAHAMI KONSEP KESEHATAN IBU  
POSTPARTUM DAN ASI BAGI ANAK (STUDI DI DESA  
KANDANGSERANG, KECAMATAN KANDANGSERANG, KABUPATEN  
PEKALONGAN)**

***PUPUTAN TRADITION: UNDERSTANDING THE CONCEPT OF  
POSTPARTUM MATERNAL HEALTH AND BREASTFEEDING FOR  
CHILDREN (STUDY IN KANDANGSERANG VILLAGE, PEKALONGAN  
DISTRICT)***

**Nida Salma Mardiyah<sup>1)</sup>, Lu'lu Nafisah<sup>2)</sup>, Eka Nur Cahyaningrum<sup>3)</sup>, Nur Afifah<sup>4)</sup>, Desi Dwi Astuti<sup>5)</sup>, dan Ahmad Nur Kholis<sup>6)</sup>**

1), 2), 3) Jurusan Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan

4) Jurusan Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan

5) Program Studi S1 Administrasi Publik Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

6) Program Studi Sosiologi Fakultas Ilmu Sosial dan Ilmu Politik

Universitas Jenderal Soedirman

Corresponding author: [nida.mardiyah@mhs.unsoed.ac.id](mailto:nida.mardiyah@mhs.unsoed.ac.id)

**ABSTRAK**

Kesehatan bayi baru lahir sangat ditunjang oleh Air Susu Ibu (ASI). Fenomena menunjukkan bahwa masyarakat desa erat kaitannya dengan adat dan budaya, karena dapat mempengaruhi perilaku. Budaya yang di fokuskan dalam penelitian ini yaitu Tradisi Puputan di Desa Kandangserang, Kecamatan Kandangserang, Pekalongan Selatan. Salah satu kegiatan pada tradisi ini yaitu adanya aturan pola konsumsi makan yang dikenal dengan puasa *mutih* (puasa puputan). Hal tersebut sangat berpengaruh terhadap ASI yang diberikan kepada bayi karena kebutuhan gizi yang cukup selama masa nifas. Penelitian bertujuan untuk mendeskripsikan pelaksanaan puputan dan makna yang diberikan ditinjau dari sudut kepercayaan masyarakat serta Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Penelitian ini merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian ini dilaksanakan di Desa Kandangserang dengan jumlah informan sebanyak 14 orang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Analisis data yang digunakan menggunakan *content analysis* dengan pendekatan *thematic network*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa masyarakat masih percaya dan menerapkan puputan yaitu berupa selamatan bayi, perawatan 7 hari pertama kelahiran oleh dukun bayi, pengaturan pola konsumsi makan atau puasa *mutih* dan konsumsi jamu selama masa nifas. Masyarakat meyakini bahwa puputan memberikan dampak positif bagi ibu namun negatif bagi bayi. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa masyarakat masih menerapkan tradisi puputan dikarenakan kepercayaannya yang kuat terhadap manfaat yang didapatkan.

Kata kunci: Tradisi Puputan, Kepercayaan Masyarakat, Kesehatan Ibu dan Anak (KIA)

**ABSTRACT**

*The health of newborns is greatly supported by Mother's Milk (ASI). The phenomenon shows that the village community is related to customs and culture because it can influence behavior. The culture that's focused on in this research is the Puputan in Kandangserang, South Pekalongan. One of the activities in this tradition is the rules for eating patterns known as mutih fasting. Its greatly affects the breast milk given to babies because of the adequate nutritional needs during the puerperium. This study aims to describe the implementation of puputan and its meaning in terms of public trust and Maternal and Child Health. This is qualitative research with a case study approach. This research was conducted with 14 informants were selected using a purposive sampling technique by applying the principles of adequacy and suitability. Data analyzed were using technical content analysis with thematic network approach. The results showed that people still believe and apply puputan in the form of baby safety, regulation of eating patterns or mutih fasting, and*

*consumption of herbs during the puerperium. The community believes that puputan has a positive impact on the mother but is negative for the baby. Based on this, it can be said that the community still applies the puputan tradition because of their strong belief in the benefits obtained.*

*Keywords: Puputan Tradition, Community Trust, Maternal and Child Health (KIA)*

## **PENDAHULUAN**

Kesehatan anak terutama balita dan bayi baru lahir sangat ditunjang dari nutrisi ibu. Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber makanan utama bagi bayi baru lahir yang berasal dari ibu. Nutrisi ibu bersumber dari makanan sehat selain obat yang mengandung protein, lemak, mineral, air dan karbohidrat dalam jumlah tertentu selama menyusui. Ibu menyusui memiliki kebutuhan yang banyak akan asupan gizi yang terkandung di dalam setiap makanan yang dikonsumsinya (Arfiah, 2018).

Desa Kandangserang, Kecamatan Kandangserang, Kabupaten Pekalongan memiliki luas wilayah 182.250 hektar, seluas 104.310 hektar tanah sawah dan 77.940 hektar tanah darat/kering, terdiri dari 3 (tiga) wilayah dusun yakni Dusun Kandangserang I, Dusun Kandangserang II, dan Dusun Kandangserang III. Desa Kandangserang berdasarkan letak geografisnya berada pada posisi geografis 109-109, 78° BT dan 7,83-

7,23 LS. Jarak dari Kajen Ibu kota Kabupaten Pekalongan 20KM durasi waktu tempuh sekitar 45 menit ke arah selatan/barat laut melewati hutan rakyat dan hutan negara. Lokasi ini dipilih dengan alasan budaya masyarakat yang masih kental dengan tradisi dan masih minimnya akses informasi masyarakat.

Budaya merupakan pelaksanaan norma-norma kelompok tertentu yang dipelajari dan ditanggung bersama. Termasuk di dalamnya adalah pemikiran, penuntun, keputusan dan tindakan atau perilaku seseorang (Budianti, 2017). Budaya sangat mempengaruhi tingkah laku manusia sehingga dianggap memiliki pengaruh besar terhadap perilaku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Variasi perilaku manusia tercipta karena adanya keanekaragaman budaya, termasuk dalam hal menerapkan perilaku kesehatan ibu dan anak (Herlina, 2007).

Puputan merupakan salah satu tradisi kebudayaan dalam rangka selamat kelahiran. Tradisi Puputan

merupakan salah satu budaya yang masih dilaksanakan di berbagai wilayah Jawa, terutama di Jawa Tengah. Salah satu daerah yang masih melaksanakan tradisi ini yaitu Desa Kandangserang, Kecamatan Kandangserang, Kabupaten Pekalongan, Jawa Tengah. Desa ini merupakan pusat pemerintahan dan administrasi kecamatan Kandangserang. Salah satu rangkaian Tradisi Puputan yang menuai pro dan kontra serta berkaitan dengan kesehatan adalah saat ibu tidak boleh mengkonsumsi makanan tertentu. Padahal, ibu memerlukan nutrisi yang cukup karena masih memberikan ASI pada anaknya (Fikawati S, 2015). Terlebih lagi ASI harus diberikan secara eksklusif, yaitu selama 6 bulan tanpa makanan tambahan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, air putih dan makanan padat seperti pisang, pepaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi, dan tim sejak lahir hingga bayi umur 6 bulan (Denti, 2018).

Puputan dilaksanakan oleh ibu nifas selama 40 hari pasca kelahiran bayi. Pada praktiknya, ibu tidak diperbolehkan untuk mengonsumsi beberapa jenis makanan seperti makanan yang dimasak dengan cara

digoreng. Selain itu, ibu juga dilarang mengonsumsi ikan dan daging dengan pertimbangan kepercayaan masyarakat terhadap dampak yang ditimbulkan nantinya, yaitu pantangan makanan akan mempengaruhi penyembuhan ibu di masa nifas (Sakinah, 2017). Misalnya kebiasaan tarak (pantang makan) telur, ikan dan daging ayam yang akan mempengaruhi asupan gizi dan berpengaruh pada penyembuhan ibu di masa nifas. Padahal ikan dan daging merupakan makanan yang kaya akan protein dan baik bagi kesehatan ibu dan anak. Oleh karena itu, kebiasaan pantang makan yang dilakukan ibu menjadi salah satu faktor yang dapat mempengaruhi komposisi dan produksi ASI (Fikawati S, 2015).

Hasil penelitian Rahayu *et al.*, (2017) menyatakan bahwa faktor budaya dalam perawatan ibu nifas di Kecamatan Tanah Jambo Aye Kabupaten Aceh Utara sudah menjadi adat masyarakat yang tidak dapat dipisahkan. Adat istiadat tersebut harus dilakukan oleh setiap masyarakatnya sehingga dapat mempengaruhi status kesehatan mereka. Selain itu, menurut penelitian

yang dilakukan oleh Rafsanjani (2018) perilaku konsumsi makanan ibu muda menyusui dipengaruhi oleh pemahaman individu, keluarga, dan pengaruh sosial budaya. Perilaku konsumsi seperti kepercayaan terhadap pantangan makanan membuat kondisi psikis ibu tertekan, cemas, dan khawatir.

Widowati *et al.*, (2016) juga menjelaskan bahwa ibu nifas tidak diperbolehkan makan makanan yang digoreng ataupun sayur yang berkuah. Hal ini dipercaya dapat membuat rahim ibu licin sehingga mempersulit dukun bayi saat mengembalikan rahim ke posisi semula (Widowati *et al.*, 2016).

Penelitian terdahulu hanya memuat mengenai penelitian Puputan berdasarkan agama atau kesehatan saja dan belum ada penelitian mengenai tradisi puputan yang dikaitkan langsung dengan konsep KIA. Oleh karena itu, menarik untuk dikaji lebih lanjut terkait tradisi Puputan di Desa Kandangserang berdasarkan perspektif Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendeskripsikan proses serta makna budaya Puputan di Pekalongan

ditinjau dari sudut Kesehatan Ibu dan Anak (KIA).

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif dengan desain penelitian studi kasus agar peneliti dapat mengeksplorasi secara mendalam terhadap pelaksanaan tradisi puputan kaitannya dengan Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) di Desa Kandangserang. Penelitian ini dilaksanakan dari 29 Juli hingga 7 Agustus 2021 dan sudah mendapat ijin etik penelitian Nomor 519/EC/KEPK/VIII/2021 yang dikeluarkan oleh Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan Universitas Jenderal Soedirman. Informan penelitian dipilih dengan menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu teknik penentuan sampel atau informan dengan pertimbangan khusus dan didapatkan total jumlah informan sebanyak 14 orang. Informan tersebut terdiri dari 5 orang informan utama dan 9 informan pendukung. Informan utama terdiri atas bidan desa dan ibu nifas, sedangkan informan pendukungnya meliputi tokoh masyarakat, tokoh agama, keluarga dari ibu nifas, dan

dukun bayi. Analisis data yang digunakan menggunakan *content analysis* dengan pendekatan *thematic network*. Instrumen penelitian ini adalah pedoman wawancara yang terdiri dari pertanyaan pembuka dan pertanyaan eksplorasi. Pengumpulan data primer dilakukan secara luring (4 informan utama dan 9 informan pendukung) dan daring (1 informan utama), sedangkan pengumpulan data sekunder dilakukan dengan studi dokumen.

Wawancara mendalam dilakukan dengan bantuan pedoman wawancara yang telah disusun dan alat bantu perekam berupa *Handphone*. Studi dokumen dilakukan dengan mengkaji berbagai dokumen yang bersumber dari dokumen resmi Rencana Pembangunan Jangka Menengah Desa (RPJMD) – Perubahan Desa Kandangserang T.A. 2016 – 2021,

Profil Kesehatan Puskesmas Kandangserang tahun 2020 dan Laporan bayi UPTD Puskesmas Kandangserang per Juli 2021. Seluruh data yang terkumpul kemudian diklasifikasikan dengan mengkategorikan sesuai karakteristiknya sehingga memudahkan proses interpretasi data baru kemudian dilakukan analisa data untuk membuat kesimpulan secara sistematis. Keabsahan data dilakukan melalui triangulasi sumber dan triangulasi metode kepada informan utama dan informan pendukung.

## HASIL

Informasi dalam penelitian ini didapatkan dari 14 informan dengan 2 kategori yaitu 5 orang informan utama dan 9 orang informan pendukung. Berikut ini dilampirkan beberapa informasi mengenai informan.

**Tabel 1. Karakteristik Informan**

<i>Informan</i>	<i>Umur Thn</i>	<i>Jenis Kelamin</i>	<i>Pendidikan</i>	<i>Pekerjaan</i>
U1	52	P	STR Keb.	Bidan Desa
U2	34	P	SMA/Sederajat	IRT
U3	30	P	SMP/Sederajat	IRT
U4	25	P	D3	Analisis Kesehatan
U5	31	P	SMA/Sederajat	IRT
P1	56	L	SMA/Sederajat	Kepala Desa

260 **Nida Salma Mardiyah**, Tradisi Puputan: Memahami Konsep Kesehatan Ibu Postpartum Dan Asi Bagi Anak (Studi Di Desa Kandangserang, Kecamatan Kandangserang, Kabupaten Pekalongan)

<i>Informan</i>	<i>Umur Thn</i>	<i>Jenis Kelamin</i>	<i>Pendidikan</i>	<i>Pekerjaan</i>
P2	38	L	S1	Kepala Dusun
P3	57	L	SMP/Sederajat	Kepala Dusun
P4	33	L	S1	Kepala Dusun
P5	38	L	SMA/Sederajat	Ustadz
P6	54	P	SMP/Sederajat	IRT
P7	29	L	SMA/Sederajat	Pekerja
P8	53	P	SD/Sederajat	IRT
P9	64	P	Tidak Sekolah	Dukun Bayi

*Keterangan: U (Informan Utama), P (Informan Pendukung)*

(Sumber: Data Primer, 2021)

Berdasarkan Tabel 1. Dapat diketahui bahwa informan utama terdiri dari 1 orang Bidan Desa Kandangserang, 3 orang ibu nifas dan 1 orang ibu Baduta. Kemudian, informan pendukung terdiri dari 1 orang Kepala Desa, 3 orang Kepala Dusun, 1 orang Ustadz, 1 orang dukun bayi, 2 orang keluarga ibu nifas 1 dan 1 orang keluarga ibu nifas 2.

Berdasarkan hasil wawancara mendalam yang dilakukan kepada Bidan Desa Kandangserang, Ibu

Nifas 1, 2, dan 3, Suami Ibu Nifas 1, Keluarga Ibu Nifas 1 dan 2, Ibu Baduta, Kepala Desa Kandangserang, Kepala Dusun I, II, dan III Kandangserang, Salah satu ustadz di Kandangserang dan Dukun Bayi, dapat diketahui Pelaksanaan Tradisi Puputan berdasarkan sudut pandang kepercayaan masyarakat dan Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) yang dianalisis secara tematik dan didapatkan empat tema utama. Penjelasan tema-tema tersebut akan dijelaskan dalam tabel berikut:

**Tabel 4.2.1 Hasil Analisis Konten**

<b>Tema Global</b>	<b>Sub Tema</b>
Pelaksanaan puputan terdiri dari keselamatan, perawatan dan aturan pola makan	Proses Pelaksanaan Puputan meliputi keselamatan bayi, perawatan oleh dukun bayi dan pengaturan pola konsumsi makan atau puasa <i>mutih</i> (puputan)
Kepercayaan masyarakat mempengaruhi pelaksanaan puputan	a. Masyarakat percaya terhadap manfaat dan dampak yang akan timbul dari budaya puputan b. Tradisi Puputan merupakan tradisi keluarga
Puputan berdasarkan Konsep Kesehatan Ibu dan Anak (KIA)	a. Pengetahuan mengenai ASI Eksklusif mempengaruhi pelaksanaan puputan b. Asupan gizi anak selama puputan kurang c. Perilaku pantangan berdampak negatif pada ibu

---

d. Puputan bermanfaat bagi kesehatan ibu nifas

e. Pantangan makan tidak dilakukan karena kondisi medis

---

### Pelaksanaan Tradisi Puputan

Tradisi Puputan dilaksanakan oleh masyarakat Desa Kandangserang pasca kelahiran bayi sebagai bentuk rasa syukur. Hal tersebut diungkapkan oleh informan sebagai berikut:

*“Jadi tujuannya adalah bentuk rasa syukur si jabang bayi ini sudah lepas tali pusarnya....” (P2)*

*“Manfaatnya itu ya buat itulah syukuran. Buat syukuran keluarga.... Sini ya cukup sekian, masak-masak. Itulah buat syukuran saja. Sudah, talipusernya sudah putus. Kalo udah miring-miring itu.” (P8)*

Proses Pelaksanaan Puputan dapat dilihat dari 3 kegiatan yaitu selamatan bayi, perawatan oleh dukun bayi dan pengaturan pola konsumsi makan atau puasa *mutih* (puputan).

Pelaksanaan Puputan berupa selamatan bayi dilakukan dengan membuat bubur saat tali pusar bayi putus, ungkapan dari partisipan sebagai berikut:

*“... puputan itu aaa bikin selamatan terus apa namanya bikin bubur bubur apa namanya, yang pagi hari lain...” (P1)*

*“Puputan dilaksanakan dengan melakukan slametan dengan membuat bubur merah putih dan golong 12 saat tali pusar bayi putus untuk penetapan nama...” (P6)*

Perawatan yang dilakukan oleh dukun bayi yaitu berupa pijat

kepada ibu nifas dan dibuatkannya jamu yang diminum sebanyak 2 kali/hari. Adapun jamu tersebut bermanfaat untuk melancarkan ASI. Ungkapan informan mengenai hal tersebut yaitu:

*“... Jamunya itu untuk memperlancar asi, jadi jika tidak minum tidak masalah, tapi asi tidak keluar.” (P9).*

*“Oiya sama kalau adat di kandangserang itu biasanya ekhm dipijet sehari dua kali (pagi sore) sama dukun bayi, nanti minum jamu 2 pagi sore...” (U4)*

*“Diurut 1 minggu 2 kali pagi dan sore sampai 40 hari dan minum jamu 2 kali sehari.” (U3)*

Pola konsumsi makan ibu diatur selama masa nifas yaitu berupa puasa selama 40 hari penuh dengan aturan jam makan dari pukul 8 pagi hingga 4 sore. Hal tersebut dikemukakan oleh informan sebagai berikut:

*“Puputan itu sembuhnya tali pusar dengan dilakukannya “Nganyeb” atau puasa mutih selama 40 hari yaitu dengan makan makanan yang putih tidak yang asin-asin seperti tahu tempe, nasi, kerupuk, usek. Makannya hanya diperbolehkan dari jam 8 pagi sampai 4 sore dan selebihnya tidak boleh makan minum...” (U3)*

*“Puasanya 1 hari penuh, 1 hari semalem. Sehari hari itu.” (P4)*

Namun demikian peneliti hanya meneliti mengenai pengaturan jam makan dan jenis makanan secara umum saja sehingga tidak melakukan

identifikasi zat gizi untuk setiap makanan yang dikonsumsi.

**Kepercayaan Masyarakat mempengaruhi pelaksanaan Puputan**

Masyarakat percaya dan menerapkan pantangan selama masa *postpartum* (nifas) yaitu berupa perilaku pantangan dan pengaturan konsumsi makan. Hal ini dikarenakan masyarakat meyakini bahwa akan muncul dampak negatif apabila tidak melaksanakan pantangan tersebut. Kepercayaan tersebut juga merupakan hal yang turun temurun sehingga pelaksanaannya didukung oleh keluarga. Adapun ungkapan dari para informan yang berkaitan dengan hal tersebut adalah sebagai berikut:

**a. Masyarakat percaya terhadap manfaat dan dampak yang akan timbul dari budaya puputan**

Masyarakat percaya terhadap manfaat yang didapatkan dari puputan sehingga menerapkannya saat masa nifas. Selain itu, puputan ini juga merupakan tradisi nenek moyang dan turun temurun dari orang tua. Hal tersebut diungkapkan oleh beberapa informan sebagai berikut:

*“Setuju setuju aja sudah tradisional zaman*

*dahulu, aiya...” (P8)*

*“...karena itu udah naluri dari nenek moyang kita. Nenek moyang kita kan sampe anaknya sampe 12 sampe 10 itu kan karena aman – aman aja...” (P1)*

*“karena sudah pengalaman dari anak yang pertama itu sehat dan percaya juga.” (U3)*

*“Dari tradisi orang tua itu ojo ngilangke ngene-ngene jangan menghilangkan adat kayak gitu...” (U5).*

Perilaku larangan tidur siang saat masa nifas dilakukan oleh masyarakat dikarenakan percaya terhadap dampak yang akan timbul apabila tidak melaksanakan. Ungkapan tersebut dikemukakan oleh informan sebagai berikut:

*“...paling jangan tidur siang. Katanya kalau tidur siang darah putihnya ke atas gitu... Tapi itu kalau kata orang kandangserang itu kaya gitu, ngga boleh tidur siang nanti darah putihnya ke atas gitu.” (U4)*

Masyarakat patuh terhadap puputan karena kepercayaannya terhadap tradisi dan khawatir terhadap dampak yang timbul nantinya. Berikut ungkapan informan saat wawancara:

*“Sama ho’oh sama. Setuju setuju aja sudah tradisional zaman dahulu, aiya. ... Iya zaman dulu memang sekarang, tapi saya ngelahirin sekarang ngga baik. Soalnya sekarang saya ngga berani itu, mbokan ada, mbok ada keluhan apa apa, saya ngga boleh itu. Iya masih dilakukan zaman sekarang itu” (P8).*

*“...masih semua. Karena budaya itu turun temurun ya, jadi anak perempuan itu tidak berani melanggar. Karena kalau melanggar pasti ada apa – apa tadi.” (P4).*

**b. Tradisi puputan merupakan tradisi keluarga**

Masyarakat menerapkan

tradisi puputan dikarenakan kepercayaan terutama dari keluarga mereka. Berikut ungkapan informan saat wawancara:

*“Menurut saja karena sudah tradisi disekitar sini dan semuanya menerapkan ... Keluarga mendukung karena seluruh keluarga melakukannya.” (U3)*

### **Puputan berdasarkan Konsep Kesehatan Ibu dan Anak (KIA)**

Pendapat masyarakat mengenai makna Tradisi Puputan kaitannya dengan konsep Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) sangat beragam mulai dari ASI, gizi anak, perilaku pantangan selama nifas, manfaat puputan hingga alasan ibu melaksanakan puputan. Adapun berdasarkan hasil wawancara juga didapatkan alasan ibu dalam menerapkan puputan ini.

#### **a. Pengetahuan mengenai ASI Eksklusif mempengaruhi pelaksanaan puputan**

Pelaksanaan puputan berkaitan dengan pentingnya pemberian ASI oleh ibu kepada anaknya. Saat wawancara di lapangan ditemukan bahwa terdapat bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif. Hal tersebut diungkapkan oleh informan sebagai berikut:

*“Ya eksklusifnya paling berapa tok terkadang 3 bulan sing 6 bulan itu yo, ada tapi gak semua.... Yang dibawah 6 bulan,*

*MP-ASI paling dikasih susu sapi, iyaa heheh botol.” (U1)*

#### **b. Asupan gizi anak selama puputan kurang**

Gizi bagi anak berkurang selama proses pembatasan makanan, karena asupan makanan bagi bayi bersumber dari ASI. Berikut ungkapan informan saat wawancara:

*“Pada bayi berkurang karena dibatasi makan. Karena air susunya itu ya kurang lancer jadi, eeeh gizi untuk si anak itu kurang banyak.” (P1)*

*“Kalo masalah nutrisi dan lain – lain memang berkurang...” (P4)*

#### **c. Perilaku Pantangan berdampak negatif pada ibu**

Perilaku pantangan saat tradisi puputan diantaranya pantangan konsumsi telur, ikan dan ayam serta jenis makanan yang digoreng atau mengandung minyak. Beberapa informan menjelaskan saat wawancara sebagai berikut:

*“...tidak boleh makan ikan yang kakinya banyak, lele, udang, nanas, nangka, gula jawa karena takutnya nanti darahnya keluar terus kalo setelah melahirkan” (U3)*

*“Ikan laut segala macam itu gaboleh, kerupuk, tahu tempe sampe 40 hari.” (P1)*

*“... Katanya kalau orang kandangserang tuh bilangnyanya kalau daging kambing tuh eee panas di perut gitu. Ikan juga, kalau ikan katanya ngga boleh yang amis amis...biasanya kalau udah puputan dedeknya, itu ibunya ngga boleh makan yang minyak-minyak, kalau saya. Orang tuanya ngelarang makan yang minyak-minyak. Terus kalo gurih-gurih, kalo mau kerupuk itu, kerupuk usek yang digoreng pake pasir...” (U4)*

Saat wawancara pada informan juga

ditemukan bahwa perilaku pantangan tidur siang yang dilaksanakan oleh ibu memberikan dampak negatif berupa lesu. Hal tersebut diungkapkan sebagai berikut:

*“Karena saya ngalamin sendiri...ngga boleh tidur siang dari habis subuh kan ngga boleh tidur sampe nanti maghrib...malahan daya tahan tubuhku aku tu ngerasa makin drop gitu. Larangan tidur itu bikin, apa ya daya tahan tubuh yang setelah melahirkan itu jadi menurun, malah jadi lesu...” (U4)*

#### **d. Puputan bermanfaat bagi kesehatan ibu nifas**

Puputan dapat membantu ibu nifas mengembalikan bentuk tubuh ideal atau dalam istilah kesehatan saat ini disebut dengan diet tradisional pasca melahirkan. Hal tersebut didukung oleh pernyataan informan sebagai berikut:

*“Keadaan yang pertama kondisi badan, perut yang terutama ya. Karena menurut saya, saya pas nikah pertama masih di RS. Temen – temen saya yang menjalankan, tidak menjalankan seperti itu, kadang di perutnya itu kadang agak gede terus banyak apa yang kayak coklat coklat itu ya, itu apa namanya itu. Itu banyak, tapi kalo istri saya ngga, paling sedikit. Terus kondisi badannya masih utuh seperti euuh sedia kala, awal sebelum melahirkan....” (P4)*

*“Jadi ada nilai positifnya, karna kalau yang melanggar kayak gitu, itu abis 40an udah keliatan kendor semua. Kalau yang mengikuti puputan ini kembali lagi kencang lagi gak keliatan tua. Itu sisi positifnya....”*

**(P8)**

Selain itu, jamu yang diberikan dukun bayi pada ibu hamil juga dapat membuat badan ibu kembali normal karena kandungan gizi pada jamu

tersebut. Berikut merupakan hasil wawancara informan:

*“harus jammunya terus, selama 40 hari umpanannya, nda boleh makan dan minum ya terbukti. Nanti kalau setelah itu memang badannya ya jadi singset, jadi apa agak gimana kalo dilihat, cantik atau gimana”*

**(P5)**

#### **e. Pantangan makan tidak dilakukan karena kondisi medis**

Berdasarkan wawancara mendalam pada 3 orang ibu nifas didapatkan hasil bahwa ibu nifas 1 tidak melaksanakan pantangan makan karena bayi dilahirkan dengan cara *Caesar*. Berikut hasil wawancara informan:

*“...kalo dahulu itu cuma makan tahu tempe bacem sama kerupuk usek ya, kalo saya kan sesar ya mba jadi apa-apa ya dimakan aja gak ada pantangan.” (U2)*

Sedangkan ibu nifas 3 melakukan puputan hanya berupa perilaku pantangan dan jenis makanan tertentu karena kondisi bayi termasuk *baby blues*. Ungkapan tersebut yaitu:

*“Pengaruhnya kan karena aku baby blues ya, kepikiran gitu...” (U4)*

Masyarakat menerapkan puputan apabila tidak ada kondisi medis yang beresiko. Hal ini dikemukakan oleh ibu nifas 2 yang melaksanakan seluruh kegiatan dalam tradisi puputan baik itu berupa puasa 40 hari maupun perilaku pantangan. Berikut hasil wawancara informan:

“Semua masyarakat disini melakukannya kecuali yang sesar itu tidak. Lebih ke takut aja tali pusar tidak cepat kering. Kemarin saya itu tali pusar kering 7 hari tapi tetap melanjutkan puasa sampe 40 hari.” (U3)

## PEMBAHASAN

Secara umum, tradisi selamatan pada masyarakat suku Jawa dibedakan menjadi empat, selamatan siklus hidup manusia terdiri dari selamatan kehamilan (*Neloni, Mitoni, Procotan*), selamatan kelahiran (*Brokohan, Puputan, Bubarani*), selamatan perkawinan (*Midodareni, Sepasaran, Tingkeban*), selamatan kematian (*Surtanah, Telung dinane, Patang puluh dinane, Satus dinane, Setahun, Rong tahun dan Nyewu*) (Putri *et al.*, 2019).

### Pelaksanaan Tradisi Puputan

Tradisi Puputan adalah selamatan setelah lepasnya tali pusar, upacara ini merupakan salah satu upacara setelah kelahiran pada masyarakat Jawa (Putri *et al.*, 2019). Tradisi Puputan dilaksanakan oleh masyarakat Desa Kandangserang pasca kelahiran bayi sebagai bentuk rasa syukur. Adapun pelaksanaan Puputan ini meliputi selamatan bayi, perawatan oleh dukun bayi dan pengaturan pola konsumsi makan atau puasa *mutih* (puputan). Sholikhin (2010) menyebutkan bahwa Tradisi

Puputan diperuntukkan pada seorang bayi untuk memohon keselamatan dan berfungsi menjaga kesehatan bayi karena pusar bayi harus bersih.

Pelaksanaan selamatan puputan di Desa Kandangserang dilaksanakan setelah tali pusar bayi putus. Hal ini sejalan dengan penelitian Aswiyati (2015) yang menyebutkan bahwa upacara "puputan" atau "dhautan" diselenggarakan setelah tali pusar bayi putus. Putusnya tali pusar ini tidak dapat dipastikan berapa lamanya dari waktu kelahiran. Kadang-kadang ada yang sebelum *sepasar* (sebelum lima hari), ada yang lima hari sehingga dapat dilakukan upacara bersamaan dengan upacara *sepasaran*, tetapi kadang-kadang lebih lama lagi (Aswiyati, 2015).

Perawatan ibu nifas oleh dukun bayi juga termasuk pelaksanaan puputan di Desa Kandangserang dan dapat dikategorikan sebagai perawatan tradisional pada ibu *postpartum*. Hal ini didukung oleh penelitian (Rahayu *et al.*, 2017) yang menyebutkan bahwa adat istiadat dalam perawatan nifas merupakan bagian dari tradisi, keturunan dan budaya dari daerah

setempat, dimanapun mereka berada, akan ada adat istiadat tersendiri dari daerah yang sudah menjadi bagian dari budaya dalam perawatan nifas.

Berdasarkan hasil penelitian ditemukan bahwa masyarakat mengkonsumsi jamu karena kepercayaannya terhadap khasiat bagi ibu nifas. Hal ini juga sejalan dengan penelitian (Rahayu *et al.*, 2017) yang menyebutkan bahwa semua partisipan mengkonsumsi jamu. Sugita and Widiastuti (2016) menguatkan bahwa jamu yang dikonsumsi merupakan jamu tradisional diantaranya jamu beras kencur, kunir asem, temu lawak, godhong kates, wejahan atau jamu campuran dan jamu uyup-uyup. Sebagian besar responden mengkonsumsi jamu wejahan. Alasan responden mengkonsumsi jamu adalah 3 responden mengatakan untuk memperlancar ASI dan 22 responden lainnya mengatakan selain untuk memperlancar ASI juga untuk menjaga agar badan sehat dan padat (Sugita dan Widiastuti, 2016).

Selain jamu, masyarakat Desa Kandangserang melakukan pijat pasca melahirkan oleh dukun bayi. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Sugita and Widiastuti (2016),

menunjukkan sebanyak 6 responden memulai pijet pada hari pertama setelah bersalin, 1 responden pada hari ke-2, 1 responden pada hari ke-3 dan 1 responden lainnya mulai pijet pada hari ketujuh setelah bersalin. Sebanyak tiga responden melakukan pijet sebanyak 5 kali, lima responden melakukan *pijet* sebanyak tiga kali dan satu responden melakukan *pijet* sebanyak dua kali selama periode postpartum. Bagian yang *dipijet* adalah seluruh tubuh kecuali perut. Alasan responden melakukan *pijet* adalah untuk menghilangkan rasa lelah setelah bersalin (Sugita dan Widiastuti, 2016).

Tradisi puputan di Desa Kandangserang merupakan salah satu kekayaan budaya yang ada di Indonesia. Budaya tersebut dapat dilakukan dengan dimodifikasi atau diubah dalam praktik keperawatan tradisional yang dapat mempengaruhi terhadap budaya perilaku hidup sehat (Rahayu *et al.*, 2017). Sehingga diharapkan praktik perawatan tradisional dan modern dapat dilaksanakan secara berdampingan.

Hasil Penelitian Suryawati (2007) menyebutkan bahwa 83,3% responden melakukan pijat badan

untuk mengembalikan kebugaran tubuh dan minum jamu dilakukan hampir oleh semua responden.

### **Kepercayaan Masyarakat terhadap Puputan**

Masalah kematian dan kesakitan pada ibu dan anak tidak terlepas dari faktor-faktor sosial budaya dan lingkungan dalam masyarakat dimana mereka berada. Disadari atau tidak, faktor-faktor kepercayaan dan pengetahuan budaya seperti konsepsi-konsepsi mengenai berbagai pantangan, hubungan sebab-akibat antara makanan dan kondisi sehat-sakit, kebiasaan dan ketidaktahuan, seringkali membawa dampak baik positif maupun negatif terhadap Kesehatan Ibu dan Anak (KIA). Hal ini terlihat bahwa setiap daerah mempunyai pola makan tertentu, termasuk pola makan ibu dan anak yang disertai dengan kepercayaan akan pantangan, tabu, dan anjuran terhadap beberapa makanan tertentu (Khasanah, 2011), salah satunya adalah Desa Kandangserang.

Puputan merupakan tradisi turun-temurun yang masih dilaksanakan di Desa Kandangserang. Masyarakat meyakini bahwa dampak

negatif akan muncul apabila tidak melaksanakan puputan berupa pantangan perilaku tertentu. Pelaksanaan puputan di Desa Kandangserang tidak terlepas dari peran dan fungsi keluarga. Secara garis besar keluarga dibedakan kedalam dua bentuk, yaitu 1) keluarga inti dan 2) keluarga dalam arti luas. Keluarga inti terdiri dari suami-istri dan anak-anaknya, sedangkan keluarga dalam arti luas terdiri dari beberapa generasi, selain orang tua dan anak-anaknya terdapat pula nenek, kakek, paman, bibi, saudara sepupu, menantu dan cucu (La Banudi dan Imanuddin, 2017).

Masalah gizi yang masih banyak terjadi ternyata bukan saja diakibatkan oleh keadaan sosial ekonomi suatu negara tetapi juga dipengaruhi adanya kepercayaan-kepercayaan yang keliru mengenai hubungan antara makanan dan kesehatan, pantangan-pantangan yang mencegah orang memanfaatkan sebaik-baiknya makanan yang tersedia bagi mereka (Husaini *et al.*, 2017).

Berdasarkan hasil wawancara mendalam kepada beberapa informan masyarakat menerapkan puputan

karena faktor orang tua dan juga yakin akan manfaat yang didapatkan. Hal ini sejalan dengan (La Banudi dan Imanuddin, 2017) bahwa beberapa faktor yang dapat mempengaruhi pola makan seseorang, diantaranya adalah faktor budaya, agama/kepercayaan, status sosial ekonomi, *personal preference*, dan kesehatan.

Budaya yang dianut ibu juga dapat mempengaruhi ibu untuk berbuat dan mengambil keputusan untuk tidak melakukan pantangan makanan pada saat masa nifas (Mahayati, 2015). Pada pelaksanaan puputan, masyarakat Desa Kandangserang menerapkan pantangan jenis makanan tertentu. Hal ini diperkuat oleh penelitian (Rahayu *et al.*, 2017) bahwa masyarakat masih mempercayai adanya beberapa pantangan makanan bagi ibu nifas. Selain itu, kepercayaan bahwa ibu hamil dan *postpartum* pantang mengkonsumsi makanan tertentu menyebabkan kondisi ibu *postpartum* kehilangan zat gizi yang berkualitas (Khasanah, 2011).

Pengalaman melahirkan dan menjalani masa nifas ibu merupakan perilaku yang mengacu pada pengalaman yang telah dialami

sebelumnya. Pada ibu multipara yang memiliki pengalaman anak pertama berpantang dan tidak mengalami masalah, maka cenderung akan mengulang kembali pada nifas selanjutnya (Kristiyanti dan Khuzaiyah, 2018). Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian di Desa Kandangserang bahwa dukungan dan pengalaman keluarga memiliki peran yang cukup penting pada pelaksanaan puputan. Berdasarkan penelitian Kristiyanti dan Khuzaiyah (2018), lebih dari separuh (52,9%) ibu berpantang sudah mengetahui gizi ibu nifas namun masih berperilaku berpantang makanan tetapi takut terhadap orangtua. Hal ini membuktikan bahwa pengetahuan yang baik tidak selalu diikuti dengan perilaku yang baik. Sehingga, diperlukan dukungan dari keluarga terdekat agar ibu dapat menjalankan perilaku yang baik, diantaranya perilaku tidak berpantang makanan (Kristiyanti dan Khuzaiyah, 2018).

### **Puputan berdasarkan Konsep KIA**

Faktor sosial budaya memiliki peranan penting dalam memahami sikap dan perilaku kehidupan manusia salah satunya adalah pada

periode *postpartum*. Faktor sosial budaya seluruhnya mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo yaitu sebanyak 15 responden (100%) (Mahayati, 2015). Pandangan budaya telah diwariskan turun-temurun dalam kebudayaan masyarakat yang bersangkutan (Sugita dan Widiastuti, 2016). Makna tradisi puputan apabila ditinjau dari sudut pandang Konsep Kesehatan Ibu dan Anak (KIA) sangat luas. Berdasarkan hasil wawancara mendalam poin utama mengenai Puputan ini berkaitan dengan ASI, gizi anak, perilaku pantangan, manfaat dan alasan melaksanakan tradisi puputan.

Berdasarkan hasil wawancara mendalam, informan ibu termasuk rentang usia 25 – 35 tahun dan seluruhnya bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT). Berkaitan dengan pemberian ASI, seluruh informan ibu memiliki pengetahuan mengenai ASI tetapi tidak semua memahami urgensi pemberian ASI eksklusif atau hingga anak usia 2 tahun. Pekerjaan ibu merupakan faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan ibu terhadap ASI dan ini

sesuai dengan hasil penelitian (Yanuarti, 2017) yang menunjukkan hasil uji Kai Square  $p = 0,038$  atau adanya hubungan bermakna antara pengetahuan ASI eksklusif dengan status pekerjaan.

Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan, sikap, pekerjaan dan pendidikan ibu dengan pemberian ASI Eksklusif dengan nilai  $p \leq 0,05$  (Astuti, 2013). Beberapa ibu di Desa kandangserang dalam pemberian ASI pada bayi tidak sepenuhnya dilakukan hingga 2 tahun penuh. Hal ini sejalan dengan penelitian (Zakiah *et al.*, 2012) yang menyebutkan bahwa 56 responden (69%) tidak sepenuhnya memberikan ASI saja secara berkesinambungan.

Pada sistem perawatan kesehatan terdapat unsur-unsur pengetahuan dari sistem medis tradisional dan modern (Khasanah, 2011). Salah satu informan ibu nifas di Desa Kandangserang menerapkan tradisi puputan berdasarkan tradisi keluarga dan kepercayaannya terhadap puputan dari sudut pandang budaya. Padahal, pengetahuan ibu juga perlu ditunjang dari sisi kesehatan secara komprehensif. Hal ini sejalan dengan penelitian

(Mahayati, 2015) yang menyebutkan bahwa faktor pengetahuan seluruhnya mempengaruhi ibu dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo yaitu sebanyak 11 responden (73%).

Pola pemberian makanan pada anak, penyebab penyakit dan tindakan pengobatan penyakit merupakan bagian dari sistem perawatan kesehatan umum dalam masyarakat (Khasanah, 2011). Berdasarkan wawancara mendalam, informan ibu nifas melaksanakan pembatasan pola makan atau puasa *mutih* selama masa nifas yaitu 40 hari penuh. Pembatasan pola makan ini meliputi pantangan makan terhadap beberapa jenis makanan. Hal ini sejalan dengan penelitian Sugita (2016) yaitu sebanyak 33,33 % atau 8 responden melakukan pantang makan pada makanan amis-amisan dengan alasan ASI menjadi amis dan luka setelah bersalin tidak lekas sembuh (Sugita dan Widiastuti, 2016).

Pantang atau tabu ialah suatu larangan untuk mengkonsumsi jenis makanan tertentu karena terdapat ancaman bahaya terhadap barang siapa yang melanggarnya. Pantangan merupakan sesuatu yang diwariskan

dari leluhur melalui orangtua, terus ke generasi-generasi di bawahnya. Seringkali nilai sosial ini tidak sesuai dengan nilai gizi makanan (Mulia, 2013). Beberapa pantangan makan selama puputan yang terdapat di Desa Kandangserang yaitu konsumsi telur, daging dan ikan.

#### a. Pantangan Telur

Ibu dilarang mengkonsumsi telur, karena dikhawatirkan ASI-nya bebau amis. Padahal menurut La Banudi dan Imanuddin (2017), telur mengandung banyak nutrisi penting. Salah satu nutrisi tersebut adalah *choline* yang sangat penting untuk fungsi otak dan kesehatan. Satu buah kuning telur mengandung lebih dari 25% kebutuhan *choline* setiap hari dengan kebutuhan orang dewasa membutuhkan 425gr *choline* per hari sedangkan anak balita butuh 250 gram per hari. Telur juga mengandung vitamin D, E, B6, B12 dan delapan asam amino esensial yang baik untuk pertumbuhan anak dan kesehatan tubuh (La Banudi dan Imanuddin, 2017).

#### b. Pantangan Daging dan Ikan

Ibu nifas di Desa Kandangserang menerapkan pantangan makan berupa ikan dan

daging. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian (Suryawati, 2007) di Kabupaten Jepara, bahwa dari 60 ibu postpartum, 41,7% ibu berpantang mengkonsumsi daging dan ikan. Selain itu, faktor dominan yang mempengaruhi ibu nifas dalam pemenuhan nutrisi pada masa nifas di BPS Mien Hendro Sidoarjo yaitu faktor sosial budaya sebanyak 15 orang (100%) (Mahayati, 2015).

Akan tetapi hal tersebut tidak sejalan dengan pernyataan (La Banudi dan Imanuddin (2017) bahwa justru ikan laut mengandung banyak gizi seperti protein, zat besi, serta asam lemak omega-3 dalam makanan laut bisa membantu meningkatkan pertumbuhan otak bayi. La Banudi dan Imanuddin (2017) juga mengungkapkan bahwa beberapa jenis daging seperti daging kambing dan ayam dapat dikonsumsi karena kandungan gizinya. Daging kambing mengandung lebih banyak zat besi, potasium dan tiamin yang berhubungan dengan kandungan garam yang lebih rendah. Daging kambing mengandung semua asam amino esensial dan mengandung lebih rendah kalori. Oleh karena itu, daging kambing tergolong ke dalam bahan

makanan yang bersahabat dan sehat untuk dikonsumsi, apabila dikonsumsi secukupnya. Selain itu, pada daging ayam kandungan kolesterol hanya sebesar 60mg dan komposisi ini lebih rendah dibandingkan dengan jenis daging lainnya (La Banudi dan Imanuddin, 2017).

### **Alternatif Mengatasi Masalah Budaya dan Kesehatan**

Sosial dan budaya berdampak terhadap kehidupan masyarakat baik secara langsung maupun tidak langsung, salahsatunya budaya makan. Kalangan masyarakat yang terkena dampak dari sistem sosial atau budaya makan itu berasal dari golongan individu-individu yang termasuk rawan gizi seperti ibu hamil, ibu menyusui, bayi dan anak-anak balita serta orang lanjut usia maka kondisi ini akan lebih rentan terhadap timbulnya masalah gizi kurang. Gizi salah (*Malnutrition*) dapat didefinisikan sebagai keadaan sakit atau penyakit yang disebabkan oleh kekurangan relatif atau mutlak dan kelebihan satu atau lebih zat-zat makanan esensial yang berguna dalam tubuh manusia (La Banudi dan Imanuddin, 2017)

Pengetahuan adalah merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan tersebut sebagian besar berasal dari penglihatan dan pendengaran. Pengukuran atau penilaian pengetahuan pada umumnya berisi materi yang ingin diukur dari responden. Pengetahuan seseorang biasanya diperoleh dari pengalaman yang berasal dari berbagai macam sumber, misalnya media massa, media elektronik, buku petunjuk, petugas kesehatan, media poster, kerabat dekat dan sebagainya, bisa juga melalui proses pembelajaran seperti penyuluhan, pelatihan atau kursus. Pengetahuan dapat membantu menjelaskan aspek-aspek penting di dunia dan meramalkan terjadinya peristiwa-peristiwa yang akan terjadi. Pengetahuan gizi memegang peranan sangat penting dalam menggunakan makanan yang baik sehingga dapat mencapai keadaan gizi yang cukup (La Banudi dan Imanuddin, 2017)

Pengetahuan gizi memegang peranan sangat penting dalam menggunakan makanan dengan tepat, sehingga dapat tercapai keadaan dan

status gizi yang baik (Husaini *et al.*, 2017). Pendidikan gizi tidak dapat berhasil kalau tidak disertai suatu pengetahuan mengenai sikap, kepercayaan dan nilai dari masyarakat yang dijadikan sasaran (La Banudi dan Imanuddin, 2017).

Data hubungan antara keterpaparan media dengan perilaku pemberian ASI Eksklusif didapatkan 53 orang (22,9 %) ibu yang memberikan ASI eksklusif terpapar oleh media. Hasil uji Statistik diperoleh  $P \leq 0,05$  sehingga ada hubungan yang signifikan antara keterpaparan media dengan pemberian ASI Eksklusif (Astuti, 2013). Pemberian ASI ini dipengaruhi oleh informasi yang didapatkan oleh ibu mengenai pentingnya ASI Eksklusif sehingga perlu diberikan upaya edukasi mengenai urgensi ASI bagi anak. Upaya ini diperkuat dengan fakta pada usia 20-35 tahun responden cenderung lebih aktif dalam mencari informasi mengenai ASI Eksklusif (Yanuarti, 2017).

Masalah budaya dan makanan kita ketahui dapat menyebabkan masalah gizi yang berdampak pada kesehatan tubuh manusia, sehingga perlu secara cermat untuk

memberdayakan masyarakat lokal dengan kearifan dan kecerdasan lokal (*local wisdom and local genius*) disamping terus melaksanakan penyuluhan gizi sebagai alternatif mengatasi masalah budaya dan makanan. Pendekatan yang paling utama adalah melalui perbaikan struktur sosial masyarakat tentang pandangan mereka terhadap bahan makanan walaupun lokal tetapi kaya akan nilai gizi. Langkah-langkah yang ditempuh seperti Penyuluhan gizi terpadu dan konsultasi gizi bagi masyarakat; dan melakukan pengkajian/penelitian dan riset untuk melihat pengaruh budaya terhadap makanan dengan berbagai implikasi yang terkait didalamnya (La Banudi dan Imanuddin, 2017).

Apabila ditinjau dari sudut potensi yang dapat dikembangkan, pekerjaan ibu berupa IRT yang berarti ibu lebih banyak menghabiskan waktu dirumah, berpotensi untuk dikembangkan edukasi kesehatan mengenai ASI. Gagasan ini didukung oleh penelitian Yanuarti, (2017) yang menyebutkan bahwa ibu yang tidak bekerja 3500 kali berpeluang meningkatkan pengetahuan ASI eksklusif dibandingkan ibu yang

bekerja.

Inovasi edukasi budaya kesehatan dapat dilakukan melalui komik *digital* yang disebarluaskan secara daring serta penyusunan buku budaya dan kesehatan yang berfungsi sebagai buku saku. Hal ini sejalan dengan saran yang diusulkan oleh (Magdalena dan Wahyuni, 2020) bahwa upaya meningkatkan kualitas dukungan keluarga dapat dilakukan dengan memberikan penyuluhan kepada keluarga tentang pentingnya pendampingan pada dua minggu pertama menyusui, dan membantu masyarakat dalam peningkatan dukungan keluarga dengan teknik kunjungan rumah.

## **SIMPULAN**

Pelaksanaan tradisi puputan di Desa Kandangserang yaitu berupa selamatan bayi, perawatan bayi selama 7 hari pertama kelahiran oleh dukun bayi, konsumsi jamu dan kerupuk *usek* selama masa nifas, dan pelaksanaan puasa puputan (*mutih*). Masyarakat percaya bahwa puasa *mutih* memberikan manfaat bagi kesehatan ibu terutama fungsinya untuk mengembalikan tubuh ideal ibu, akan tetapi berdasarkan Konsep

KIA pola konsumsi pada puasa puputan (*mutih*) berdampak kurang baik bagi bayi karena kandungan gizi selama puasa *mutih* berpengaruh terhadap gizi pada ASI yang diberikan.

#### **SARAN**

1. Saran bagi perangkat desa dan tenaga kesehatan di Desa Kandangserang yaitu dapat memaksimalkan fungsi edukasi kesehatan bagi masyarakat melalui inovasi media dan metode yang digunakan serta menerapkan pendampingan pola hidup sehat kepada ibu dan keluarga nifas.
2. Saran bagi masyarakat Desa Kandangserang terutama ibu nifas diharapkan dapat menerapkan budaya puputan dengan tetap memperhatikan aspek kesehatan ibu dan anak.
3. Saran bagi peneliti selanjutnya yaitu dapat melakukan penelitian lanjutan mengenai kandungan ASI antara ibu yang melaksanakan puputan dan yang tidak melaksanakan.
4. Saran bagi mahasiswa dan Puskesmas Kandangserang yaitu hasil penelitian ini dapat dijadikan

dasar pembuatan media inovasi edukasi budaya kesehatan berupa komik *digital* yang disebarluaskan secara daring dan dicetak dalam bentuk buku. Selain itu, dapat menginisiasi program kesehatan ibu hamil dan ibu nifas seperti Program Sapu Bersih Tanggap Gizi KIA berupa Poster Edukasi Ibu Hamil yang diberikan saat kunjungan kehamilan (K1, K2, K3, K4).

#### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Terimakasih kami ucapkan kepada pihak – pihak yang telah terlibat meliputi segenap jajaran dari PKM *Centre*, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman, Desa Kandangserang, Puskesmas Kandangserang, dan Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi atas bantuannya dalam penyusunan hingga pelaksanaan penelitian ini.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arfiah. (2018). Pengaruh Pemenuhan Nutrisi dan Tingkat Kecemasan Terhadap Pengeluaran Asi Pada Ibu Post Partum Primipara. *Jurnal Kebidanan*, 8(2), 134–137.
- Denti, B. L. (2018). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan Asi Eksklusif Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Wilayah Kerja Puskesmas*

- Kecamatan Kramat Jati Jakarta Timur Tahun 2018. Poltekkes Kemenkes Jakarta Iii.
- Desa Kandangserang. (2021). Dokumen Rencana Pembangunan Jangka Menengah Desa - Perubahan Desa Kandangserang T. A. 2016 - 2021.
- Fikawati S, S. A. (2015). *Karima K. Gizi Ibu dan Bayi*. Rajawali Pers.
- Herlina, M. (2007). Sosiologi Kesehatan. In *Universitas Negeri Surakarta*.
- Ita Budianti. (2017). *Hubungan Tingkat Pendidikan Dan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Kolostrum Dengan Pemberian Kolostrum Pada Bayi Usia 0-3 Hari Di Ruang Nifas Rsud Kota Kendari*. Politeknik Kesehatan Kendari.
- Kristiyanti, R., & Khuzaiyah, S. (2018). Karakteristik Ibu Nifas Yang Berpantang Makanan. In *The 8th University Research Colloquium 2018*. STIKES Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan.
- Moleong, L. J. (2010). *Metodologi penelitian kualitatif / Lexy J. Moleong*. Remaja Rosdakarya.
- Puskesmas Kandangserang. (2021). Profil Puskesmas Kandangserang Tahun 2020.
- Rafsanjani, T. M. (2018). Pengaruh individu, dukungan keluarga dan sosial budaya terhadap konsumsi makanan ibu muda menyusui (Studi kasus di Desa Sofyan Kecamatan Simeulue Timur Kabupaten Simeulue). *Action: Aceh Nutrition Journal*, 3(2), 124. <https://doi.org/10.30867/action.v3i2.112>
- Rahayu<sup>1</sup>, I. S., Hasballah, K., & Keperawatan, <sup>1</sup>magister. (2017). Faktor Budaya Dalam Perawatan Ibu Nifas Cultural Factors In Treatment In The Postpartum Mother. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 5(1), 1. <http://e-repository.unsyiah.ac.id/JIK/article/view/8761>
- Rahmawati, N., Saputra, R., & Sugiharto, A. (2014). Sistem informasi geografis pemetaan dan analisis lahan pertanian di kabupaten pekalongan (Doctoral dissertation, Diponegoro University).
- Sakinah, T. P. (2017). *Hubungan Status Gizi Ibu Nifas Dan Budaya Makanan Pantangan Masa Nifas Dengan Penyembuhan Luka Perineum Di Rs Dewi Sartika Kota Kendari Tahun 2017*. Politeknik Kesehatan Kendari.
- Widowati, I., Harnany, A. S., Amirudin, Z., Semarang, P. K., & Pekalongan, P. K. (2016). *Background : Abstinence From Food Is an Individual Behavior To Not Eat Likely Influenced By Several Factors Including the Role of the Family . the Purpose of This Study Was To Explore the Role of the Family in the Decision-. 10, 30–41.*