

ABSTRAK

Pantang makanan adalah bahan masakan yang tidak boleh dimakan oleh individu karena alasan yang bersifat budaya. Ibu nifas membutuhkan makanan bergizi untuk pemulihan kondisi kesehatan, mempercepat kesembuhan luka jahitan, dan menunjang proses laktasi, sehingga tidak dianjurkan untuk berpantang makanan. Berdasarkan data awal dari 11 persalinan didapatkan 8 orang ibu nifas berperilaku pantang makanan selama masa nifas. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perilaku pantang makanan ibu nifas di BPS Maulina H Pacar Keling Surabaya.

Desain penelitian ini menggunakan desain deskriptif. Populasi penelitian seluruh ibu nifas hari ke 1-40 di BPS Maulina sebanyak 25 responden, besar sampel diambil dengan menggunakan teknik *total sampling*. Variabel penelitian ini adalah perilaku pantang makanan ibu nifas dengan pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis secara deskriptif dan disajikan dalam tabel distribusi frekuensi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 25 responden ibu nifas sebagian besar (56%) memiliki perilaku buruk dan hampir setengahnya (44%) berperilaku baik dalam pantang makanan.

Simpulan adalah perilaku pantang makanan ibu nifas di BPS Maulina H Pacar Keling Surabaya sebagian besar memiliki perilaku buruk dalam berpantang makanan. Diharapkan bidan memberikan penyuluhan melalui leaflet, brosur, serta HE pemenuhan gizi seimbang selama masa nifas dan larangan pantang makanan pada ibu nifas maupun keluarga agar tidak melakukan budaya pantang makanan.

Kata kunci: perilaku, pantang makanan, nifas