

HUBUNGAN KEBERAGAMAN JENIS MAKANAN DAN KECUKUPAN GIZI DENGAN INDEKS MASSA
TUBUH (IMT) PADA IBU MENYUSUI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KEDUNGMUNDU KOTA
SEMARANG TAHUN 2016

SYIFA FAUZIA – 25010112140238

(2016 - Skripsi)

Ibu menyusui membutuhkan asupan gizi lebih banyak daripada ibu yang tidak menyusui sehingga membutuhkan keberagaman jenis makanan yang dikonsumsi. Sebagian besar ibu menyusui di Indonesia memiliki status gizi yang kurang. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis hubungan keberagaman jenis makanan, tingkat kecukupan gizi dengan status gizi ibu menyusui. Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik observasional menggunakan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah 96 ibu menyusui yang masih memberikan ASI dengan usia bayi 0-6 bulan. Jumlah subjek 53 orang yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Analisis data menggunakan uji korelasi Pearson dan Rank Spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skor keberagaman jenis makanan adalah 8,73 dengan kategori sedang sebanyak (39,6%). Kelompok pangan yang kurang dikonsumsi adalah sayur dan buah-buahan. Tingkat kecukupan energi kurang sebanyak (56,6%), kecukupan protein kurang sebanyak (52,8%), kecukupan lemak kurang sebanyak (58,5%) dan kecukupan vitamin A kurang sebanyak (58,5%). Status gizi ibu menurut IMT sebagian besar (52,8%) tergolong normal. Ada hubungan antara keberagaman jenis makanan ($p=0,024$), kecukupan energi ($p=0,000$), dan food taboo ($p=0,044$) dengan IMT. Tidak ada hubungan tingkat kecukupan protein ($p=0,152$), lemak ($p=0,070$), vitamin A ($p=0,401$), prioritas makanan dalam keluarga ($p=0,084$) dengan IMT. Disarankan kepada puskesmas untuk meningkatkan frekuensi promosi kesehatan seperti penyuluhan makanan sehat, beragam terutama pentingnya mengonsumsi sayur dan buah-buahan saat menyusui oleh petugas kesehatan seperti kader posyandu.

Kata Kunci: keberagaman, kecukupan gizi, food taboo, keluarga, ibu menyusui.