

HUBUNGAN KERAGAMAN PANGAN DENGAN KECUKUPAN GIZI DAN STATUS GIZI IBU MENYUSUI DI DAERAH PERTANIAN KECAMATAN KARANGREJA KABUPATEN PURBALINGGA

ANNISA RESTU ROFIANA-25000117140178
2021-SKSRIPI

Pola makan ibu menyusui perlu diperhatikan guna mencegah kekurangan gizi dan meningkatkan status gizi ibu selama periode laktasi. Oleh karena itu, dianjurkan konsumsi makanan yang beragam dan sesuai dengan kebutuhan gizinya. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan keragaman pangan dengan kecukupan gizi dan status gizi ibu menyusui di daerah pertanian Kecamatan Karangreja Kabupaten Purbalingga. Jenis penelitian yang digunakan observasional analitik dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian adalah ibu menyusui bayi usia 0-6 bulan (60 orang) di Desa Serang dan Kutabawa yang dipilih secara *purposive* menggunakan kriteria inklusi. Pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara menggunakan kuesioner, kecukupan gizi diukur dengan *form food recall 2x24 jam*, keragaman pangan dengan *form MDD-W*, status gizi dengan IMT dan LILA, serta persen lemak tubuh dihitung dengan rumus prediksi dari Paul Deurenberg. Analisis dilakukan dengan uji korelasi *Pearson Product Moment* dan *Rank Spearman*. Hasil uji korelasi menunjukkan ada hubungan keragaman pangan dengan tingkat kecukupan vitamin A ($p=0,000$), ada hubungan tingkat kecukupan protein dengan LILA ($p=0,024$), ada hubungan persen lemak tubuh dengan IMT ($p=0,000$) dan LILA ($p=0,000$), tidak ada hubungan keragaman pangan dengan IMT ($p=0,426$) dan LILA ($p=0,433$). Disimpulkan bahwa status gizi ibu menyusui tidak dipengaruhi secara langsung oleh keragaman pangan, namun dipengaruhi oleh tingkat kecukupan protein, vitamin A, dan persen lemak tubuh. Disarankan untuk Dinas Kesehatan dan Puskesmas dapat meningkatkan promosi kesehatan mengenai pentingnya konsumsi makanan yang beragam dan bergizi seimbang sebagai program pemantauan dan perbaikan status gizi ibu menyusui.

Kata kunci : keragaman pangan, kecukupan gizi, status gizi, ibu menyusui, daerah pertanian