

HUBUNGAN POLA MAKAN SEIMBANG IBU MENYUSUI TERHADAP STATUS GIZI BAYI USIA 0-6 BULAN DI DESA DENTE MAKMUR, TULANG BAWANG, LAMPUNG

Nada Nabilla Tama¹⁾

ABSTRAK

Pola konsumsi makan ibu menyusui sangat berpengaruh terhadap kualitas dan produksi ASI nya. Ibu yang mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang akan dapat memenuhi kebutuhan gizi hariannya, sehingga ASI yang dihasilkan akan memiliki kualitas yang baik dan dapat menyusui bayi setidaknya sampai usia 6 bulan. Seperti yang kita tahu, periode ASI eksklusif pada bayi dimulai sejak bayi berusia 0–6 bulan, karena pada periode ini kebutuhan nutrisi bayi sepenuhnya didapatkan dari ASI. Oleh sebab itu, ASI merupakan faktor penting dalam perkembangan bayi selama 6 bulan pertama.

Salah satu parameter yang dapat dilihat untuk mengetahui perkembangan bayi adalah dengan melihat status gizi bayi tersebut dari beberapa variabel yang dapat diukur seperti panjang badan (PB), berat badan (BB), dan usia bayi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk melihat hubungan antara pola konsumsi gizi seimbang ibu menyusui terhadap status gizi bayi yang diukur dengan melihat *Z-score* dari indikator BB/U, PB/U, dan PB/BB. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pola konsumsi ibu menyusui, sedangkan variabel dependen pada penelitian ini adalah status gizi bayi usia 0–6 bulan.

Uji korelasi terhadap dua variabel tersebut menggunakan uji statistika non parametrik *Rank Spearman* dengan CI 95% dan ($p = <0,05$) dan didapatkan hasilnya bahwa tidak ada korelasi antara persentase Angka Kecukupan Gizi dan persentase konsumsi zat makronutrien harian ibu menyusui terhadap status gizi bayi. Sedangkan terdapat korelasi yang signifikan antara jenis pola makan ibu menyusui dengan status gizi bayi usia 0-6 bulan di Desa Dente Makmur, Tulang Bawang, Lampung.

Kata kunci : Pola makan seimbang, Ibu menyusui, status gizi

¹⁾ Mahasiswa Program Studi Teknologi Pangan dan Hasil Pertanian, Fakultas Teknologi Pertanian, Universitas Gadjah Mada

***THE RELATIONSHIP OF BALANCED EATING OF BREASTFEEDING
MOTHERS TO NUTRITIONAL STATUS OF INFANTS AGED 0-6 MONTHS
IN DENTE MAKMUR, TULANG BAWANG, LAMPUNG***

Nada Nabilla Tama¹⁾

ABSTRACT

The eating patterns of breastfeeding mothers greatly affect the quality and production of breast milk. Mothers who consume foods with balanced nutrition will be able to meet their daily nutritional needs. As we know, the period of exclusive breastfeeding for babies starts from the age of 0-6 months, because during this period the baby's nutritional needs are fully obtained from breast milk. Therefore, breast milk is an important factor in the development of the baby during the first 6 months.

One of the parameters that can be seen to determine the baby's development is to look at the nutritional status of the baby from several measurable variables such as body length (PB), weight (BB), and the baby's age. The purpose of this study was to examine the relationship between the consumption pattern of balanced nutrition for breastfeeding mothers and the nutritional status of the baby as measured by the Z-score of the indicators of BB/U, PB/U, and PB/BB. The independent variable in this study was the consumption pattern of breastfeeding mothers, while the dependent variable in this study was the nutritional status of infants aged 0-6 months.

The correlation test for these two variables used a non-parametric statistical test of Rank Spearman with 95% CI and ($p = <0.05$) and the results showed that there was no correlation between the percentage of Nutritional Adequacy Rate, daily consumption of macronutrients for breastfeeding mothers and the nutritional status of infants. Meanwhile, there is a significant correlation between the type of diet of breastfeeding mothers and the nutritional status of infants aged 0-6 months in Dente Makmur, Tulang Bawang, Lampung.

Keywords: balanced diet, breastfeeding mother, nutritional status

1) Student of Food Technology and Agricultural Products Study Program, Faculty of Agricultural Technology, Gadjah Mada University