

## **HUBUNGAN ASUPAN MAKAN DAN KENAIKAN BERAT BADAN SELAMA KEHAMILAN DENGAN ONSET LAKTASI PADA IBU *POSTPARTUM***

Zunamilla Khairia<sup>1</sup>, Toto Sudargo<sup>2</sup>, Aviria Ermamilia<sup>2</sup>

### **INTISARI**

**Latar Belakang:** Angka Kematian Bayi (AKB) di Indonesia masih menjadi yang tertinggi di ASEAN. Salah satu upaya untuk menekan angka kematian bayi adalah memberikan Air Susu Ibu (ASI) sedini mungkin. Namun ada kalanya ibu dan bayi mengalami kendala dalam kelancaran proses menyusui yaitu adanya keterlambatan onset laktasi. Faktor-faktor yang mempengaruhi onset laktasi adalah asupan makan dan kenaikan berat badan selama kehamilan.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan antara asupan makan dan kenaikan berat badan selama kehamilan dengan onset laktasi pada ibu *postpartum*.

**Metode penelitian:** Merupakan penelitian observasional dengan rancangan cross sectional yang melibatkan 108 ibu *postpartum*. Pengumpulan data asupan makan menggunakan kuisioner SQ-FFQ. Pengumpulan data kenaikan berat badan selama kehamilan menggunakan data sekunder dari buku KIA. Pengumpulan data onset laktasi menggunakan wawancara. Analisis data menggunakan uji *Chi Square* untuk mengetahui hubungan asupan makan dan kenaikan berat badan selama kehamilan dengan onset laktasi.

**Hasil penelitian:** Sebagian besar responden memiliki asupan makan yang adekuat (55,6%), kenaikan berat badan tidak sesuai rekomendasi (66,7%) dan onset laktasi cepat (72,2%). Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan makan selama kehamilan dengan onset laktasi ( $p=0,061$ ). Terdapat hubungan yang signifikan antara kenaikan berat badan selama kehamilan dengan onset laktasi ( $p=0,023$ ).

**Kesimpulan:** Hubungan yang signifikan ditemukan pada kenaikan berat badan selama kehamilan dengan onset laktasi.

**Kata kunci:** onset laktasi, asupan makan, kenaikan berat badan total, ibu *postpartum*

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi S1 Gizi Kesehatan Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan UGM

<sup>2</sup> Dosen Program Studi S1 Gizi Kesehatan Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan UGM

## ASSOCIATION BETWEEN MATERNAL INTAKE AND GESTATIONAL WEIGHT GAIN WITH ONSET OF LACTATION AMONG POSTPARTUM MOTHERS

Zunamilla Khairia<sup>1</sup>, Toto Sudargo<sup>2</sup>, Aviria Ermamilia<sup>2</sup>

### ABSTRACT

**Background:** Infant Mortality Rate of Indonesia is still the highest in ASEAN. One effort to reduce infant mortality rate is to provide breast milk as early as possible. However, sometimes mothers have problems that prevents breastfeeding early such as delayed onset of lactation. Many factors may be affect the onset of lactation such as maternal intake and gestational weight gain.

**Objective:** To determine the association between maternal intake and gestational weight gain with onset of lactation among postpartum mothers

**Method:** An observational research with cross sectional design which involved 108 postpartum mothers. Retrieval of data maternal intake using SQ-FFQ. Retrieval of data gestational weight gain using secondary data. Retrieval of data onset of lactation using interview. Data analysis used chi-square test to determine the association between maternal intake and gestational weight gain with onset of lactation.

**Result:** Most of the subjects have adequate maternal intake (55.6%), gestational weight gain was not as recommended (66.7%) and appropriate onset of lactation (72.2%). There was no significant association between maternal intake and onset of lactation ( $p=0.061$ ). there was a significant association between gestational weight gain and onset of lactation ( $p=0.023$ ).

**Conclusion:** Significant association only found in gestational weight gain with onset of lactation

**Keywords:** onset of lactation, maternal intake, gestational weight gain, postpartum mother

---

<sup>1</sup> Student of Health and Nutrition Department Faculty of Medicine, Public Health and Nursing UGM

<sup>2</sup> Lecturer of Health and Nutrition Department Faculty of Medicine, Public Health and Nursing UGM