## BAB 1 PENDAHULUAN

## Latar Belakang

Gizi pada ibu menyusui sangat erat kaitannya dengan produksi air susu yang sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi yang optimal. Bila pemberian ASI berhasil baik maka berat badan bayi akan naik sesuai usia bayi. Ibu menyusui perlu mengatur asupannya karena makanan yang menjamin pembentukan air susu yang berkualitas dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi. Namun kenyataannya masih banyak bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif (Pritasari, dkk, 2017). Berdasarkan data dari Kementerian Kesehatan RI Provinsi Jawa Timurcapaian ASI eksklusif di wilayah Provinsi Jawa Timur pada tahun 2014 sebesar 74%, tahun 2015 sebesar 74,1%, tahun 2016 sebesar 74%. tahun 2017 sebesar 76,01% dan pada tahun 2018 capaian ASI eksklusif di Jawa Timur mengalami penurunan yang signifikan yaitu sebesar 40,05%. Capaian ASI Provinsi Jawa Timur masih dibawah target yang ditentukan Kemenkes RI yaitu sebesar 80% (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian Imasrani, dkk (2016) faktor makanan ibu dan kondisi psikis ibu merupakan faktor yang dapat menentukan baik cukupnya produksi ASI. Makanan yang dimakan seorang ibu yang sedang dalam masa menyusui tidak secara langsung mempengaruhi mutu ataupun jumlah air susu yang dihasilkan tubuh. Hal ini terjadi karena cadangan zat gizi di dalam tubuh ibu dapat digunakan untuk produksi ASI. Apabila makanan yang dikonsumsi ibu tidak mengandung cukup zat gizi sesuai kebutuhan maka kelenjar-kelenjar yang dapat memproduksi air susu dalam payudara ibu tidak dapat bekerja dengan sempurna dan pada akhirnya akan berpengaruh terhadap produksi ASI (Imasrani, et al, 2016). Menurut Susilowati dan Kuspriyanto (2016) ada dua faktor utama yang mempengaruhi produksi ASI yaitu makanan yang dikonsumsi ibu menyusui dan kondisi psikis ibu. Apabila makanan yang ibu makan cukup akan gizi dan pola makan yang teratur, maka produksi ASI akan berjalan dengan lancar (Susilowati dan Kuspriyanto, 2016).

Selama menyusui, ibu memerlukan energi yang cukup besar untuk memproduksi ASI. Saat hamil, ibu membutuhkan tambahan energi sebesar 300 kkal/hari, sementara ibu menyusui memerlukan tambahan energi sekitar 500-700 kkal/hari. Cadangan lemak yang tersisa dari kehamilan berkontribusi 200kkal/hari.

Jadi, kekurangan energi untuk produksi ASI harus dipenuhi dari konsumsi harian ibu (Susilowati dan Kuspriyanto, 2016). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Wardana, dkk (2018) pada 6 bulan pertama menyusui terjadi penambahan kebutuhan asupan makanan pada ibu berupa energi sebesar 700 kkal/hari dengan 16g/hari protein dan 500 kkal/hari dengan 12g/hari pada 6 bulan kedua. Dengan menjaga kecukupan asupan makan dapat memenuhi kebutuhan gizi ibu menyusui. Kebutuhan asupan makanan ibu ikut bertambah berdasarkan anjuran kebutuhan asupan makanan yang dilihat dari usia ibu dengan usia menyusui (Wardana, et al, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian Zahro, dkk (2016) Energi yang diperlukan untuk menghasilkan 100 cc ASI sebesar 80-90 kkal. Simpanan lemak selama hamil memasok energi sebanyak 100-200 kkal/hari, sehingga untuk menghasilkan 850 cc ASI diperlukan energi sekitar 750 kkal. Penambahan energi selama menyusui rata-rata hanya 500 kkal/hari. Kekurangan 250 kkal diambil dari cadangan lemak selama hamil. Kebutuhan gizi ibu yang tidak terpenuhi akan diambil dari cadangan lemak sehingga dapat membantu untuk penurunan berat badan dan dapat membantu mengurangi tumpukan lemak yang terjadi selama kehamilan (Zahro, et al, 2016). Menurut Arisman (2007) Ibu menyusui yang memiliki status gizi baik memiliki cadangan zat gizi di dalam tubuh yang dapat digunakan untuk menyeimbangkan kebutuhan selama proses laktasi atau menyusui. Apabila kebutuhan zat gizi bayi tidak mencukupi kebutuhan normal makan akan memberikan dampak pada kondisi kesehatan yang kurang baik atau kondisi defisiensi pada zat gizi tertentu yang menyebabkan pertumbuhan terhambat. Kondisi defisiensi zat gizi terutama energi dan protein ini merupakan awal dari keadaan gizi kurangataupun buruk. Tanda awal status gizi buruk dapat dilihat dari berat badan bayi yang tidak sesuai titik dalam kartu menuju sehat (KMS) yaitu jauh berada dibawah garus merah (BGM) dan bila hal ini tidak segera ditangani maka akan terjadi kurang energi protein (KEP) (Arisman, 2007).

Berdasarkan hasil penelitian Yendi, dkk (2017) bayi yang mendapat ASI Eksklusif seluruhnya mengalami kenaikan berat badan yang normal. Hal ini menunjukkan bahwa pertumbuhan bayi dalam keadaan normal atau dapat dikatakan bahwa kebutuhan gizi bayi sudah terpenuhi karena tingginya kandungan zat gizi pada ASI (Yendi, et al, 2017).

Berdasarkan hasil observasi di Desa Kasri Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang masih banyak ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Sebagian ibu tidak dapat mengeluarkan ASI ketika baru melahirkan sehingga memberikan susu formula pada bayinya lalu dilanjutkan ASI ketika ibu sudah dapat mengeluarkan ASI. Berdasarkan latar belakang di atas, selama ini belum pernah dilakukan penelitian tentang bagaimana hubungan asupan energi dan zat gizi ibu menyusui terhadap status gizi ibu, kualitas ASI, serta berat badan bayi di wilayah kerja puskesmas Bululawang sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tersebut.

## Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian tersebut, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah asupan energi dan zat gizi ibu menyusui berhubungan dengan status gizi ibu, kualitas ASI, dan berat badan bayi di wilayah kerja puskesmas Bululawang.

## Tujuan Penelitian

* + 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan asupan energi dan zat gizi ibu menyusui terhadap status gizi, kualitas ASI dan berat badan bayi di wilayah kerja puskesmas Bululawang.

* + 1. Tujuan Khusus
1. Mengetahui karakteristik ibu menyusui bayi usia 0-6 bulan di wilayah kerja puskesmas Bululawang.
2. Mengetahui pola makan ibu menyusui di wilayah kejra puskesmas Bululawang.
3. Menganalisis asupan energi dan zat gizi ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas Bululawang.
4. Mengetahui status gizi ibu menyusui di wilayah kerja puskesmas Bululawang.
5. Mengetahui Berat badan bayi yang mendapat ASI di wilayah kerja puskesmas Bululawang.
6. Mengetahui kualitas ASI ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Bululawang Kabupaten Malang.
7. Mengetahui hubungan asupan energi dan zat gizi ibu menyusui terhadap status gizi ibu di wilayah kerja puskesmas Bululawang.
8. Mengetahui hubungan asupan energi dan zat gizi ibu menyusui terhadap kualitas ASI di wilayah kerja puskesmas Bululawang.
9. Mengetahui hubungan asupan energi dan zat gizi ibu menyusui terhadap berat badan bayi di puskesmas Bululawang.

## Manfaat Penelitian

* + 1. Manfaat Bagi Kepentingan Praktis
			1. Bagi Peneliti

Sebagai sarana meningkatkan pengetahuan dan wawasan tentang pola makan, asupan energi dan zat gizi ibu menyusui terhadap status gizi ibu, kualitas produksi ASI eksklusif dan berat badan bayi.

* + - 1. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi akan pentingnya pola makan, asupan energi dan zat gizi ibu menyusui terhadap status gizi, kualitas ASI dan berat badan bayi. Suvei hasil data dapat digunakan untuk memberikan penyuluhan ASI eksklusif pada ibu menyusui

* + 1. Manfaat Bagi Pengembangan Ilmu

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan khususnya tentang pengaruh pola makan, asupan energi dan zat gizi ibu menyusui terhadap status gizi ibu, kualitas produksi ASI eksklusif dan berat badan bayi.

## Kerangka Konsep Hubungan Asupan Energi dan Zat Gizi Ibu Menyusui Terhadap Status Gizi Ibu, Kualitas ASI, dan Berat Badan Bayi Di Wilayah Kerja Puskesmas Bululawang Kabupaten Malang

Pola Makan

Status Gizi Ibu

Asupan Energi dan Zat Gizi Ibu

Kualitas ASI

Berat Badan Bayi

Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian

Variabel diteliti tidak diteliti

## Hipotesis Penelitian

* + 1. Ada hubungan pola makan terhadap status gizi responden ibu menyusui di sekitar wilayah kerja Puskesmas Bululawang
		2. Ada hubungsn asupan energi dan zat gizi makro terhadap status gizi responden ibu menyusui di sekitar wilayah kerja Puskesmas Bululawang
		3. Ada hubungan asupan energi dan zat gizi makro terhadap kualitas ASI responden ibu menyusui di sekitar wilayah kerja Puskesmas Bululawang
		4. Ada hubungan kualitas ASI terhadap berat badan bayi di sekitar wilayah kerja Puskesmas Bululawang.