

**SKRIPSI**

**GAMBARAN PEMENUHAN NUTRISI (GIZI) IBU MENYUSUI DIMASA  
PANDEMI COVID-19 DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS KUTA  
SELATAN**



**NI KOMANG WINA WARTINI**

**FAKULTAS KESEHATAN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN BALI  
TAHUN AJAN 2020/2021**

**SKRIPSI**

**GAMBARAN PEMENUHAN NUTRISI (GIZI) IBU MENYUSUI DIMASA PANDEMI COVID-19 DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS KUTA SELATAN**



**Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)**

**Pada Institut Teknologi dan Kesehatan Bali**

**Diajukan oleh:**

**NI KOMANG WINA WARTINI**

**NIM. 17C10038**

**FAKULTAS KESEHATAN  
PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN BALI  
TAHUN AJAN 2020/2021**

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Skripsi dengan judul “Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan”, telah mendapatkan persetujuan pembimbing untuk diajukan dalam ujian skripsi pada Program Studi Sarjana Keperawatan Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali.

Denpasar, 25 Mei 2021

Pembimbing I



Pembimbing II



Ns. IGA Rai Rahayuni, S.Kep.,MNS.

NIDN. 0806048001

Ni Made Ayu Yulia Raswati Teja, S.SiT.,M.Kes.

NIDN. 0830078601

## **PENETAPAN PANITIA UJIAN SKRIPSI**

Skripsi ini telah Diuji dan Dinilai oleh Panitia Penguji Skripsi Pada Program Studi  
Sarjana Keperawatan Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

Pada tanggal 31 Mei 2021

Panitia Penguji Skripsi berdasarkan SK Rektor Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

Nomor: DL.02.02.1784.TU.IX.20

Ketua : Ns. IGN. Made Kusuma Negara, S.Kep., MNS.

NIDN. 0807057501

Anggota :

1. Ns.IGA. Rai Rahayuni, S.Kep., MNS.

NIDN. 0806048001

2. Ni Made Ayu Yulia Raswati Teja, S.SiT.,M.Kes.

NIDN. 0830078601

## LEMBAR PERNYATAAN PENGESAHAN

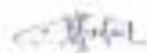
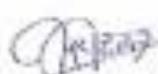
Skripsi dengan judul "Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan" telah disajikan didepan dewan pengaji pada tanggal 31 Mei 2021 dan diterima serta disahkan oleh Dewan Pengaji Skripsi dan Rektor Institut Teknologi dan Kesehatan Bali.

Denpasar, 11 Juni 2021

Disahkan oleh:

Dewan Pengaji Skripsi

1. Ns. IGN. Made Kusuma Negara, S.Kep., MNS.  
NIDN. 0807057501
2. Ns. IGA. Rai Rahayuni, S.Kep., MNS.  
NIDN. 0806048001
3. Ni Made Ayu Yulita Raswati Teja, S.Si/T.,M.Kes  
NIDN. 0830078601

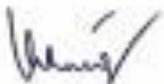
  


Mengetahui



Program Studi Sarjana Keperawatan

Ketua

  
A.A.A. Yulianti Darmini, S.Kep., Ns., MNS.

NIDN. 0821076701



#### LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ni Komang Wina Wartini

NIM : 17C10038

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Skripsi yang berjudul "Gambutan Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan", yang saya tulis ini adalah benar-benar hasil karya saya sendiri. Semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya cantumkan dengan benar. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Skripsi adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, tanpa adanya tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapat sanksi akademik jika dikemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Dibuat di : Mangupura

Pada tanggal : 31 Mei 2021

  
(Ni Komang Wina Wartini)



**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI  
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Institut Teknologi dan Kesehatan (ITEKES) Bali, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Komang Wina Wartini  
NIM : 17C10038  
Program Studi : Sarjana Keperawatan  
Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui memberikan kepada ITEKES Bali Hak Behas Royalty Nonekslusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya saya yang berjudul: "Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan"

Dengan Hak Bebas Royalty Nonekslusif ini ITEKES Bali berhak menyimpan, mengalihmedia/ formasi, mengelola dalam bentuk pengkalan data (database), merawat dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Mangupura

Pada tanggal : 31 Mei 2021

  
; menyatakan  
NIKOMANG WINA WARTINI  
(Ni Komang Wina Wartini)

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat rahmat-Nya sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi yang berjudul “Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi Covid-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan”

Dalam penyusunan propodal ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan, pengarahan dan bantuan dari semua pihak sehingga skripsi ini bisa diselesaikan tepat pada waktunya. Untuk itu penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak I Gede Putu Dharma Suyasa, S. Kp., M. Ng., Ph. D. Selaku Retor Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali yang telah memberikan ijin dan kesempatan kepada penulisdalam menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Ns. Kadek Nuryanto, S. Kep., MNS. Selaku Dekan Fakultas Kesehatan yang memberikan dukungan moral dan perhatian kepada penulis.
3. Ibu A.A.A Yuliati Darmini, S.Kep., Ns., MNS. Selaku Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan yang memberikan dukungan moral dan perhatian kepada penulis.
4. Ibu Ns. IGA Rai Rahayuni, S.Kep., MNS. Selaku Pembimbing I yang telah banyak memberikan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Ibu Ni Made Ayu Yulia Raswati Teja, S.SiT., M.Kes. Selaku Pembimbing II yang telah banyak memberikan bimbingan dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu Ni Made Nurtini, M.Kes. Selaku *expert* dalam uji validitas yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan alat pengumpulan data pada penelitian ini.

7. Ibu Ns. IA. Ningrat Pangruating Diyu, S.Kep., M.S. Selaku *expert* dalam uji validitas yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan alat pengumpulan data pada penelitian ini.
8. Ibu Ns. Yustina Ni Putu Yusniawati, S.Kep., M.Kep. Selaku dosen analisa data yang telah memberikan arahan dalam analisa datapada hasil penelitian ini.
9. Bapak dr. IGNB. Sastrawan Dj, M.Kes. Selaku Kepala UPTD Puskesmas Kuta Selatan yang telah memberikan izin dan kesematan kepada penulis untuk melakukan penelitian di UPTD Puskesmas Kuta Selatan.
10. Kepada seluruh responden yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini yang memiliki peranan yang sangat penting dalam hasil dan kesimpulan penelitian.
11. Ibu Ni Wayan Novi Suryati, S.Pd., M.Pd. Selaku Wali kelas A tingkat IV Program Studi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali yang telah memberikan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
12. Bapak dan Ibu Dosen beserta seluruh staf ITEKES Bali atas izin dan dukungannya dalam penyusunan skripsi ini.
13. Seluruh keluarga terutama I Wayan Warga (Bapak), Ni Made Sri Martini (Ibu), Ni Wayan Widya Wati (Kakak), I Made Widiarta (Kakak), dan Ni Ketut Wahyuni Astari Dewi (Adik) yang banyak memberikan dukungan moral dan material hingga selesaiya skripsi ini.
14. Sahabat penulis (I Dewa Ayu Ari Utami) yang selalu memberikan dukungan dan semangat hingga selesaiya skripsi ini.
15. Anggota “Ceman Kuli Onlen” (Ayu Ratna, Wida, Ayu Apriliani, Ayu Malinda, Endang Putri, Sri Agustini, Prima, Venaya, Gita Ayu, Wita, Adi, dan Bisma,) yang selalu memberikan dukungan dan semangat hingga selesaiya skripsi ini.
16. Anggota “Pancaroba Squad” (Desak Yunita, Cintia, Vira dan Anik) yang selalu memberikan dukungan dan semangat hingga selesaiya skripsi ini.
17. Seluruh teman-teman Angkatan 2017 Sarjana Keperawatan ITEKES Bali yang telah memberikan dukungan hingga selesaiya skripsi ini.

18. Serta semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penyusunan skripsi ini masih belum sempurna, untuk itu dengan hati terbuka, penulis menerima kritikan dan saran yang sifatnya konstruktif untuk kesempurnaan skripsi ini.

Mangupura, 17 Mei 2021

Penulis

## **Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan**

**Ni Komang Wina Wartini**

Fakultas Kesehatan

Program Studi Sarjana Keperawatan

Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali

Email: [winawartini99@gmail.com](mailto:winawartini99@gmail.com)

### **ABSTRAK**

**Latar belakang:** Pandemi COVID-19 berdampak negatif pada berbagai sektor layanan publik, terutama pada sektor pelayanan kesehatan lebih khususnya layanan gizi dan kesehatan ibu dan anak (KIA). Nutrisi pada ibu menyusui merupakan hal yang sangat penting karena nutrisi pada ibu menyusui mempengaruhi kualitas dan kuantitas ASI yang diberikan.

**Tujuan:** Untuk mengetahui gambaran pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.

**Metode:** Penelitian ini adalah *deskriptif* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 462 ibu menyusui, sampel yang digunakan sebanyak 144 ibu menyusui dengan teknik sampling *non-probability sampling*, dengan teknik *consecutive sampling*.

**Hasil:** Pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui sebagian besar adalah cukup yaitu sebanyak 106 responden (73,6%). Berdasarkan indikator yang diteliti antaralain: Asupan makanan sebagian besar cukup yaitu sebanyak 104 responden (72,2%), pada pola makan sebagian besar baik yaitu sebanyak 55 responden (38,2%), pada tingkat ekonomi keluarga sebagian besar adalah <UMR sebanyak 114 responden, dan pada pengetahuan sebagian besar cukup yaitu sebanyak 73 responden (50,7%).

**Kesimpulan:** Dari keseluruhan indikator menyatakan sebagian besar pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui adalah cukup yaitu sebanyak 106 responden (73,6%), pemenuhan nutrisi (gizi) baik sebanyak 32 responden (22,2%), dan pemenuhan nutrisi (gizi) kurang sebanyak 6 responden (4,2%).

**Kata Kunci:** Ibu menyusui, Pemenuhan nutrisi

**FULFILLMENT OF NUTRITION FOR BREASTFEEDING MOTHERS  
DURING THE COVID 19 PANDEMIC IN THE WORKING AREA OF  
PUBLIC HEALTH CENTER SOUTH KUTA**

**Ni Komang Wina Wartini, I Gusti Ayu Rai Rahayuni,  
Ni Made Ayu Yulia Raswati Teja**

Faculty of Health  
Bachelor of Nursing Program  
The Institute of Health Sciences Bali  
Email: [winawartini99@gmail.com](mailto:winawartini99@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:** The COVID-19 pandemic has had a negative impact on various public service sectors, especially in the health service sector, especially nutrition and maternal and child health (MCH) services. Nutrition for breastfeeding mothers is very important because it affects the quality and quantity of breast milk given to their babies.

**Purpose:** The purpose of this study was to identify fulfillment of nutrition for breastfeeding mothers during the covid 19 pandemic in the working area of Public Health Center South Kuta

**Method:** This study employed a descriptive design with a cross sectional approach. The sample of this study involved 144 respondents who were breastfeeding mothers who were collected by using a non-probability sampling technique with a consecutive sampling method. Data was collected online using a nutrition fulfillment questionnaire of a google form during the new normal period of COVID-19 in March 2021, then processed with descriptive statistics.

**Result:** Most of the respondents of the study in the sufficient category, namely 106 respondents (73.6%), 32 respondents (22.2%) in the good category, 6 respondents (4.2%) in the less category, because most of the respondents have a monthly family income of < The minimum wage which thus affects the purchasing power of food consumption to meet their nutritional needs.

**Conclusion:** Breastfeeding mothers are expected to always pay attention to the fulfillment of maternal nutrition such as food intake and eating patterns for the good of the mother and for the smooth flow of breastfeeding because the fulfillment of nutrition for breastfeeding mothers greatly affects the quality and quantity of breast milk given.

**Key Word:** **Breastfeeding Mothers, Fulfillment Of Nutrition**

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN SAMPUL DEPANR.....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN SAMPUL DALAM .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>iii</b>
<b>PENETAPAN PANITIA UJIAN SKRIPSI.....</b>	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PELAKSANAAN PENELITIAN .....</b>	<b>v</b>
<b>LEMBAR PERNYARAAN KEASLIAN PENULISAN .....</b>	<b>vi</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK.....</b>	<b>xi</b>
<b>ABSTRACT.....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xviii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xix</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN .....</b>	<b>xx</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Konsep dan Prinsip Gizi pada Ibu Menyusui.....	9

B. Konsep Air Susu Ibu (ASI).....	21
C. Konsep COVID-19.....	27
D. Penelitian Terkait .....	29

### **BAB III KERANGKA KONSEP DAN VARIABEL PENELITIAN**

A. Kerangka Konsep .....	32
B. Variabel Penelitian.....	33
C. Definisi Operasional.....	33

### **BAB IV METODE PENELITIAN**

A. Desain Penelitian.....	36
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	36
C. Populasi, Sampel, Sampling.....	37
D. Pengumpulan Data.....	41
E. Rencana Analisa Data.....	46
F. Etika Penelitian.....	49

### **BAB V HASIL PENELITIAN**

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	51
B. Karakteristik Responden.....	52
C. Hasil Penelitian.....	53

### **BAB VI PEMBAHASAN**

A. Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19.....	60
B. Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi Berdasarkan Sub Variabel Yang Di Ieliti.....	62
C. Keterbatasan Penelitian.....	68

## **BAB VII SIMPULAN DAN SARAN**

A. Simpulan .....	69
B. Saran .....	70

**DAFTAR PUSTAKA.....**

**LAMPIRAN .....**

## DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel 3.1 Definisi Oprasional Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.....	33
Tabel 4.1 Jumlah Sampel Yang Terkumpul.....	40
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Kareakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan Terakhir, Pekerjaan, dan Pendapatan Keluarga Per-Bulan Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.....	51
Tabel 5.2 Distribusi Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.....	52
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Komponen Pernyataan Asupan Makana Ibu Menyusui Di Masa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.....	53
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Asupan Makanan Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.....	54
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Komponen Pernyataan Pola Makan Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.....	55
Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Makan Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.....	56

Tabel 5.7	Distribusi Frekuensi Komponen Pernyataan Tingkat Ekonomi Keluarga Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.....	56
Tabel 5.8	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Ekonomi Keluarga Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.....	57
Tabel 5.9	Distribusi Frekuensi Komponen Pernyataan Tingkat Pengetahuan Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.....	57
Tabel 5.10	Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.....	58

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 3.1    Kerang Konsep Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi)	
Ibu Menyusui .....	32

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian

Lampiran 2. Instrument Penelitian

Lampiran 3. Lembar Permohonan Menjadi Responden

Lampiran 4. Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 5. Lembar Pernyataan *Face Validity*

Lampiran 6. Surat Rekomendasi Penelitian dari Rektor Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

Lampiran 7. Surat Rekomendasi Penelitian dari Badan Penanaman Modal dan Perizinan Provinsi Bali

Lampiran 8. Surat Izin Penelitian dari Kesbangpol Kabupaten Badung

Lampiran 9. Surat Izin *Ethical Clearance* dari komite etik Institut Teknologi dan Kesehatan Bali

Lampiran 10. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian dari UPTD Puskesmas Kuta Selatan

Lampiran 11. Lembar Pernyataan Analisa Data

Lampiran 12. Hasil Analisa Data

## DAFTAR SINGKATAN

WHO	: <i>World Health Organization</i>
COVID-19	: <i>Coronavirus Disease-19</i>
SARS	: <i>Severe Acute Respiratory Syndrome</i>
ASI	: Air Susu Ibu
SPSS	: <i>Statistical Program for Social Science</i>
ITEKES BALI	: Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali
KEMENKES RI	: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
POA	: <i>Plan Of Action</i>

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

COVID-19 (Corona Virus Disease-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh virus SARS-COV 2 atau virus corona (Kemenkes RI, 2020). SARS-COV 2 merupakan corona virus jenis baru yang pertama kali ditemukan pada manusia di Wuhan Cina, pada bulan Desember 2019, kemudian diberi nama Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-COV 2), dan menyebabkan penyakit Covid-19 (Kemenkes RI, 2020).

WHO (2020) menyebutkan secara global total kasus konfirmasi Covid-19 di Dunia per tanggal 25 Oktober 2020 adalah 42.512.186 kasus dan mengakibatkan 1.147.301 kasus kematian di 216 Negara terjangkit dan 180 Negara trasmisi lokal. Sejalan dengan data WHO Indonesia menempati peringkat ke 21 dari seluruh negara yang terjangkit Covid-19.

Berdasarkan data Kemenkes RI (2020), kasus konfirmasi Covid-19 di Indonesia per tanggal 25 Oktober 2020 yaitu 392.934 kasus yang terkonfirmasi, 13.411 kasus kematian, dan 317.672 kasus sembuh. Satuan tugas penanganan Covid-19 mencatat prevalensi penyakit covid-19 tertinggi terdapat di DKI Jakarta dengan 115.174 kasus dan kasus terendah di Kepulauan Bangka Belitung dengan 777 kasus.

Data Dinas kesehatan Provinsi Bali menyebutkan kasus Covid-19 di Bali per tanggal 25 Oktober 2020 adalah 11.388 kasus konfirmasi, 10.226 kasus Sembuh, dan 372 kasus meninggal dengan prevalensi kasus tertinggi terdapat di Kota Denpasar dengan total kasus terkonfirmasi sebesar 3474, sedangkan Kabupaten Jembrana menempati kasus terendah Covid-19 di Bali dengan 483 kasus terkonfirmasi (Dinkes Provinsi Bali, 2020).

Pandemi covid-19 berdampak negatif pada berbagai sektor layanan publik, terutama pada sektor pelayanan kesehatan lebih khususnya layanan gizi dan

kesehatan ibu dan anak (KIA). Hal ini sejalan dengan temuan beberapa studi diberbagai negara yang menunjukkan pengaruh pandemi terhadap layanan gizi. Nutrisi pada ibu menyusui merupakan hal yang sangat penting karena nutrisi pada ibu menyusui mempengaruhi kualitas dan kuantitas ASI yang diberikan (Saputri, *et.al*, 2020). Menurut Kultsum (2012), zat gizi dan energi dari makanan yang dikonsumsi ibu disalurkan ke bayi melalui aktikvitas menyusui, sehingga pada ibu menyusui membutuhkan banyak energi untuk menyusui, merawat bayi, dan juga memulihakan kondisi ibu setelah melahirkan. Kebutuhan nutrisi dan zat gizi yang dibutuhkan oleh ibu menyusui seperti energi, protein, lemak, karbohidrat, asam folat, asam askorbat atau biasa disebut dengan vitamin C (Kemenkes RI, 2017). Kebutuhan gizi perlu diperhatikan pada ibu menyusui karena gizi yang masuk tidak hanya untuk mencukupi kebutuhan dirinya melainkan harus memproduksi ASI yang berkualitas untuk bayinya (Kemenkes RI, 2014).

ASI merupakan cairan biologis kompleks yang mengandung semua zat gizi untuk pertumbuhan bayi. ASI adalah makanan pertama yang baik untuk bayi usia 0-6 bulan (Hariani, Amareta, & Suryana, 2016). Menurut Handayani dan Husna (2016), pemberian ASI secara eksklusif yaitu bayi yang hanya diberi ASI saja, tanpa cairan tambahan lain seperti, susu formula, air jeruk, air teh, dan juga tanpa tambahan makanan padat seperti bubur nasi, pisang, pepaya dari lahir sampai bayi berusia 6 bulan. Dampak negatif jika tidak diberikan ASI yaitu bayi tidak akan mendapatkan antibodi yang terkandung dalam ASI, serta dapat mengalami kekurangan gizi, karena tidak adanya zat antibodi, maka bayi akan mudah terkena berbagai penyakit dan meningkatnya angka kematian pada bayi. Angka kematian bayi di Indonesia berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017, menunjukan bahwa angka kematian bayi 24 per 1.000 kelahiran hidup (Profil Kesehatan Indonesia, 2019).

Cakupan bayi yang mendapat ASI eksklusif tahun 2018 yaitu sebesar 68,74%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2018 yaitu 47%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Provinsi Jawa Barat

(90,79%), sedangkan persentase terendah terdapat di Provinsi Gorontalo (30,71%). Sebanyak enam provinsi belum mencapai target Renstra tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018).

Cakupan pemberian ASI yang mengacu pada target Renstra Kemenkes pada tahun 2019 yaitu sebesar 50%. Cakupan pemberian ASI eksklusif di Provinsi Bali sebesar 59,7% sudah mencapai target, ada beberapa Kabupaten/kota yang belum mencapai target yaitu Kabupaten Jembrana (47,6%) dan Kota Denpasar (47,65%). Kabupaten/kota dengan capaian tertinggi yaitu Kabupaten Badung sebesar 69,5% dan Kabupaten Buleleng sebesar 69,2% (Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Bali, 2018).

Berdasarkan Wulandari *et al*, (2020), kecukupan gizi ibu menyusui akan erat hubungannya dengan kelancaran ASI yang diberikan kepada bayinya. Dengan tercukupinya kebutuhan gizi ibu menyusui, maka produksi ASI akan semakin meningkat. Sehingga faktor pola makan dan asupan makan yang seimbang perlu diterapkan bagi ibu menyusui untuk membantu proses kelancaran ASInya. Faktor lainnya yang mempengaruhi pemenuhan/kecukupan gizi ibu menyusui adalah tingkat ekonomi keluarga (Wulandary *et al*, 2020). Faktor yang lain yang mempengaruhi pemenuhan kecukupan gizi ibu menyusui yaitu tingkat pengetahuan ibu menyusui tentang gizi seimbang yang kurang (Wulandary *et al*, 2020).

Berdasarkan penelitian Radharisnawati *et al* (2017) yang berjudul Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Gizi Ibu Dengan Kelancara Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Bahu Kota Manado. Ditemukan hasil bahwa lebih banyak responden yang pemenuhan kebutuhan gizinya terpenuhi yaitu berjumlah 77 responden dengan persentase 81,1% dibandingkan dengan responden yang pemenuhan kebutuhan gizinya tidak terpenuhi yaitu berjumlah 18 responden dengan persentase 18,9%.

Berdasarkan penelitian Sanima *et al* (2016), ditemukan hasil bahwa (63,3%) responden melakukan pola makan yang baik di Posyandu Mawar Kelurahan

Tlogomas, Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang. Pola makan ibu dikatakan baik karena sebanyak 87% ibu melakukan sarapan pagi, sebanyak 77% ibu melakukan makan dengan jarak 6 jam, setiap hari melakukan makan siang dan makan malam serta mengkonsumsi makanan yang bisa melancarkan produksi ASI seperti sayuran rebus, buah-buahan dan kacang-kacangan.

Berdasarkan Penelitian yang dilakukan oleh Astuti *et al* (2017), yang berjudul Pengaruh Pemenuhan Nutrisi dan Tingkat Kecemasan Terhadap Pengeluaran ASI Desa Sumber Rembang, ditemukan hasil bahwa responden yang nutrisinya terpenuhi yaitu 16 orang (53,3%) dan responden yang tidak terpenuhi nutrisi yaitu 14 orang (46,7%). Hal ini sesuai dengan pendapat Ambarwati (2009), nutrisi adalah zat yang diperlukan oleh tubuh untuk keperluan metabolismenya. Kebutuhan gizi pada masa nifas terutama bila menyusui akan meningkat hingga 25% karena berguna untuk proses kesembuhan/ pemulihan setelah melahirkan dan untuk produksi air susu yang cukup untuk menyehatkan bayi (Astuti *et al*, 2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Hidayatunnikmah (2019), yang berjudul Pendapatan Ekonomi Ibu Menyusui Berpengaruh Terhadap Kwalitas Komponen Makronutrien Asi di dapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki pendapatan ekonomi tinggi Rp.2.500.000- 3.499.000/bulan (28,1%), pendapatan ekonomi sedang yaitu Rp. 1.500.000- 2.499.000/bulan (36,0%), dan pendapatan ekonomi rendah Rp $\leq$ 1.500.000 3,4%. Rata-rata pendapatan ekonomi ibu menyusui yaitu pada tingkat sedang. Berdasarkan hasil analisis pengaruh pendapatan ekonomi ibu menyusui terhadap komponen makronutrien ASI didapatkan bahwa terdapat pengaruh sosial ekonomi ibu menyusui terhadap komponen protein dan lemak ASI.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Maharani *et al* (2016), yang berjudul faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang, menunjukkan bahwa sebagian besar ibu menyusui sebanyak (53,2%) ibu sudah memiliki pengetahuan gizi yang baik. Sebagian besar ibu menyusui sudah memiliki pengetahuan yang baik secara umum

tentang definisi zat gizi, peningkatan kebutuhan makanan bagi ibu selama menyusui, manfaat dari zat gizi, serta dampak apabila kekurangan zat gizi bagi ibu menyusui dapat dijawab dengan benar. Sedangkan, pengetahuan tentang syarat seimbang zat gizi bagi ibu menyusui dan faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi ibu menyusui, masih banyak ibu yang belum bisa menjawab dengan benar. Penelitian yang dilakukan sebelumnya menunjukkan hasil yang sama yaitu sebagian besar (60%) ibu menyusui memiliki pengetahuan gizi yang baik. Pengetahuan gizi memiliki peran yang penting dalam praktik pemilihan, pengolahan, dan pengaturan makanan ibu sehari hari. Termasuk dalam membentuk perilaku pemenuhan makanan bergizi yang penting guna merencanakan, menyiapkan dan mengonsumsi makanan seimbang setiap harinya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang penulis lakukan pada tanggal 22 Oktober 2020, di Desa Tanjung Benoa, Badung, Bali, dengan menggunakan metode wawancara pada 10 responden yakni ibu menyusui yang memiliki bayi usia 0-6 bulan. Didapatkan hasil 6 (60%) ibu yang memperhatikan asupan makanan yang dikonsumsi selama menyusui dan 4 (40%) ibu tidak memperhatikan asupan makanannya yang dikonsumsi selama menyusui dengan berbagai macam alasan yang diberikan seperti perekonomian atau pendapatan yang kurang karena pandemi COVID-19 sehingga tidak memperhatikan asupan gizi selama menyusui, kemudian ada yang memberikan alasan karena tidak suka mengkonsumsi sayur-sayuran.

Berdasarkan Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Bali tahun 2018, cakupan pemberian ASI tertinggi berada pada Kabupaten Badung dengan persentase 69,5% dan berdasarkan Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kabupaten Badung tahun 2018 persentase cakupan pemberian ASI di Kecamatan Kuta Selatan yakni di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan dengan persentase 69,9%. Nutrisi pada ibu menyusui merupakan hal yang sangat penting karena nutrisi ibu menyusui adalah salah satu faktor dari keberhasilan pemberian ASI dan nutrisi ibu menyusui sangat penting karena mempengaruhi kualitas dan kuantitas ASI yang diberikan.

Berdasarkan data dan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Pada Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui asupan makanan yang dikonsumsi ibu menyusui dimasa Pandemi Covid-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.
- b. Untuk mengetahui pola makan ibu menyusui dimasa pandemi Covid-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.
- c. Untuk mengetahui tingkat ekonomi keluarga ibu menyusui di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.
- d. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu menyusui tentang nutrisi (gizi) selama menyusui di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.
- e. Untuk mengetahui gambaran pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dimasa pandemi Covid-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan

## **D. Manfaat**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian ini sebagai sumber informasi dan pengembangan ilmu keperawatan khususnya keperawatan maternitas dalam mengembangkan upaya peningkatan nutrisi (gizi) pada ibu menyusui.

### **2. Manfaat Praktisi**

#### **a. Bagi peneliti**

Bagi peneliti, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengalaman dan wawasan penulis tentang pemenuhan nutrisi (gizi) pada ibu menyusui.

#### **b. Bagi Ibu Menyusui**

Bagi ibu menyusui, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai pemenuhan nutrisi (gizi) ibu sehingga ibu dapat memenuhi kebutuhan nutrisi (gizi) selama menyusui dan dapat memberikan ASI dengan kualitas dan kuantitas yang baik kepada bayinya.

#### **c. Bagi Masyarakat**

Bagi masyarakat, hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat secara umum tentang pemenuhan nutrisi pada ibu menyusui dan dapat menambah informasi terkait dengan pemenuhan nutrisi pada ibu menyusui.

#### **d. Bagi Institusi Pendidikan**

Bagi institusi pendidikan, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan informasi dan bacaan bagi mahasiswa Fakultas Kesehatan terutama di Program Studi Sarjana Keperawatan Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali mengenai gambaran pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19.

#### **e. Bagi Tempat Penelitian**

Bagi puskesmas, hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan untuk bahan evaluasi dalam pemahaman pemenuhan nutrisi pada ibu menyusui dan meningkatkan status nutrisi (gizi) pada ibu menyusui.

f. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan referensi dan data dasar bagi penelitian selanjutnya untuk meneliti hal yang sama dengan memperluas variabel dan design penelitian yang lebih baik dari penelitian ini.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Konsep dan Prinsip Gizi pada Ibu Menyusui**

##### **1. Pengertian Ibu Menyusui**

Berdasarkan Kemenkes RI (2017), Ibu adalah wanita yang telah melahirkan seseorang, panggilan yang lazim pada wanita baik yang sudah bersuami maupun belum. Menyusui adalah proses pemberian susu kepada bayi atau anak kecil dengan air susu ibu (ASI) dari payudara ibu. Bayi menggunakan refleks menghisap untuk mendapatkan dan menelan susu. ASI menyediakan semua nutrisi yang dibutuhkan oleh bayi untuk kesehatan dan tumbuh-kembangnya pada awal-awal kehidupan. Bayi baru lahir atau 0 hari sampai 6 bulan dianjurkan hanya mengkonsumsi ASI saja dan disebut ASI ekslusif. Dalam pengaturan pola makan Ibu menyusui sebetulnya tidak terlalu ketat, yang terpenting adalah makanan yang menjamin pembentukan air susu yang berkualitas dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya. Dalam menyusun menu, penting untuk memperhatikan syarat-syarat dalam menyusun menu ibu menyusui yaitu: seimbang, sesuai ketentuan dan tidak ada pantangan makanan (kecuali ibu memang alergi bahan makanan tertentu), mudah cerna dan tidak terlalu merangsang pencernaan.

##### **2. Kebutuhan Energi Dan Zat Gizi Pada Ibu Menyusui**

Menurut Kemenkes RI (2017), kebutuhan energi dan zat gizi pada ibu menyusui sebagai berikut:

###### **a. Makro**

###### **1) Energi**

Secara teori, Kebutuhan energi meningkat 500 sampai 600 kcal perhari selama 1 tahun pertama menyusui. Rekomendasi ini berdasarkan

kebutuhan total wanita dewasa dan proses menyusuan. Penambahan kalori diperlukan untuk cadangan lemak, pertumbuhan payudara, pertumbuhan bayi yang disusui, dan peningkatan BMR. Untuk menghitung kebutuhan kalori pada ibu menyusui, kita dapat menggunakan formula yang dikembangkan berdasarkan formula dari Harris-Benedict.

$$\text{REE} = 346,44 + 13,96 \text{ W} + 2,70 \text{ H} - 6,82$$

Keterangan:

W= berat badan (kg)

H= tinggi badan (cm)

A= umur (tahun)

## 2) Protein

Tambahan protein diperlukan untuk mendukung pertumbuhan payudara dalam pembentukan ASI. Kebutuhan protein selama 1 tahun pertama menyusui bertambah 17 sampai 20 g per hari dari kebutuhan wanita dewasa, jadi sekitar 67 sampai 70 g protein per hari.

## 3) Lemak

Asam lemak sangat esensial untuk pertumbuhan payudara dan sintesis prostaglandin. Kebutuhan asam lemak esensial meningkat menjadi 4,5% dari total kalori. Kebutuhan lemak dapat dipenuhi 25-30% dari total kalori sesuai dengan keadaan ibu. Karbohidrat kebutuhan karbohidrat dapat ditentukan dengan menghitung sisa kebutuhan kalori setelah dikurangi lemak dan protein. Bentuk karbohidrat perlu diperhatikan apabila ibu mengalami gangguan metabolisme karbohidrat, seperti diabetes. Untuk kasus ini, perlu digunakan karbohidrat yang rendah glikemik load.

b. Mikro

1) Asam folat

Folat berperan dalam sintesis DNA, membuat vitamin ini sangat esensial untuk proses penyusuan. Defisiensi folat menyebabkan penurunan laju sintesis DNA dan aktifitas mitosis dalam sel individual. Akibat defisiensi folat yang banyak dikenal ialah anemia megaloblastik yang merupakan stase tertinggi defisiensi folat. Folat sebaiknya diberikan pada masa konsepsi. Pemberian asam folat pada masa konsepsi dapat menurunkan risiko kejadian NTD, dan menurunkan risiko 72% kejadian bayi lahir dengan NTD pada ibu yang sebelumnya melahirkan bayi NTD. Ibu yang sebelumnya melahirkan bayi NTD mempunyai risiko 2-10% untuk melahirkan bayi NTD lagi.

2) Asam Askorbat

Direkomendasikan tambahan 10 mg/hari dari kebutuhan asam askorbat untuk wanita menyusui. Defisiensi asam askorbat tidak berhubungan dengan outcome penyusuan. Namun beberapa penelitian menunjukkan hubungan kadar asam askorbat plasma yang rendah dengan volume ASI. Asam askorbat juga bermanfaat untuk meningkatkan absorbsi besi di usus.

3. Prinsip Pemberian Makanan Pada Ibu Menyusui

Pada dasarnya tidak ada pantangan makanan bagi ibu menyusui dan beberapa ibu menyusui merasa mereka bisa makan apapun yang mereka suka. Ada beberapa makanan yang dimakan tersebut dapat mengubah rasa ASI, meskipun sebagian besar bayi tampaknya menikmati bermacam perubahan rasa ASI tersebut, namun banyak juga bayi yang menolak ASI setelah ibunya mengkonsumsi beberapa makanan tertentu. Hal ini merupakan tanda yang jelas bahwa ada kemungkinan makanan yang ibu makan tersebut mempengaruhi kualitas ASI yang diberikan ibu ke bayi. Syarat-syarat bagi ibu menyusui antara lain: Susunan menu harus seimbang, dianjurkan minum 8-12 gelas/hari,

menghindari makanan yang banyak bumbu, terlalu panas/dingin, tidak menggunakan alkohol, guna kelancaran pencernaan ibu, dianjurkan banyak makan sayuran berwarna misalnya hijau, kuning atau orange (Kemenkes RI, 2017).

a. Minuman dan Makanan Pantangan Ibu Menyusui

Ada beberapa makanan yang sebenarnya merupakan pantangan ibu menyusui yang harus dihindari atau sebaiknya dikurangi selama ibu memberikan ASI kepada bayinya, yaitu:

1) Minuman yang mengandung alkohol

Minuman beralkohol harus dihindari, karena alkohol dapat disalurkan ke bayi melalui ASI. Kelebihan alkohol akan memberikan dampak yang buruk terhadap perkembangan saraf bayi. Bayi akan tampak lemas, lunglai, mengantuk, dan tidur lebih lama. Selain itu alkohol juga terbukti dapat mengurangi jumlah ASI yang diproduksi ibu.

2) Makanan yang berasal dari laut

Ikan-ikan laut yang besar seperti ikan hiu, ikan tuna, ikan todak dan sejenisnya sebaiknya dikurangi, karena ikan besar ini mengandung mercury yang dapat disalurkan ke bayi melalui ASI. Kelebihan mercury akan memberikan dampak yang buruk terhadap perkembangan saraf bayi.

3) Minuman yang mengandung kafein

Minuman berkafein seperti kopi, soda, dan teh sebaiknya dikurangi, karena kafein yang terdapat dalam minuman tersebut dapat disalurkan ke bayi melalui ASI. Kafein dapat menyebabkan bayi menjadi susah tidur dan rewel, selain itu kafein juga terbukti dapat menimbulkan iritasi pada saluran pencernaan bayi.

4) Makanan yang mengiritasi saluran pencernaan

Beberapa bahan makanan seperti kubis, brokoli dan paprika merupakan makanan yang menghasilkan gas dan membuat kembung, makanya ini menjadi makanan pantangan sebaiknya dikurangi pada saat ibu menyusui, karena makanan-makanan tersebut juga dapat menyebabkan saluran pencernaan bayi menjadi tidak nyaman. Buah-buahan yang mengandung sitrus seperti jeruk, lemon, dan sejenisnya serta makanan yang pedas sebaiknya dikurangi karena makanan-makanan tersebut dapat menimbulkan iritasi pada saluran pencernaan bayi.

5) Makanan yang menimbulkan alergi

Produk olahan dengan bahan dasar susu, kedelai, gandum, telur, kacang-kacangan, jagung seperti es krim, keju, yogurt dan sejenisnya sebaiknya dikurangi pada ibu yang menyusui, karena produk olahan tersebut adakalanya pada beberapa bayi dapat menimbulkan gejala alergi seperti diare, bercak kemerahan, sakit perut, dan muntah. Oleh karena itu ibu harus selalu memperhatikan sensitivitas bayi terhadap makanan-makanan tersebut. Ketika terbukti bahwa bayi sensitif, maka makanan tersebut menjadi pantangan.

6) Makanan yang mengurangi produksi ASI

Beberapa dedaunan seperti peppermint, petersely, parsley yang merupakan campuran pada teh, sop, obat-obatan herbal sebaiknya tidak dikonsumsi berlebihan, karena dedaunan mint tersebut apabila dikonsumsi dalam jumlah yang banyak dapat mengurangi jumlah ASI yang diproduksi ibu. Beberapa makanan tersebut merupakan pantangan ibu menyusui, yang apabila dikonsumsi berlebihan dapat mempengaruhi ASI yang diberikan pada bayi, dan pada akhirnya akan mempengaruhi kesehatan bayi. Oleh karena itu penting bagi ibu untuk

memperhatikan makanan yang dimakannya agar bayi yang disusunya dapat tumbuh dan berkembang dengan baik.

#### 4. Masalah Gizi Pada Ibu Menyusui

Menurut Kemenkes RI (2017), masalah gizi pada ibu menyusui sangat berkaitan dengan asupan makanan yang dikonsumsi oleh ibu menyusui itu sendiri. Dengan kurangnya asupan makanan pada jenis makanan tertentu akan mengakibatkan ibu mengalami defisiensi terhadap jenis zat gizi tertentu. Masalah pada ibu menyusui yang disebabkan oleh kekurangan zat gizi tertentu antara lain:

##### a. Anemia Zat Gizi Besi

Penyebab utama anemia gizi adalah kekurangan zat besi (Fe) dan asam folat yang seharusnya tak perlu terjadi bila makanan sehari hari beraneka ragam dan memenuhi gizi seimbang. Sumber makanan yang mengandung zat besi yang mudah diabsorpsi tubuh manusia adalah sumber protein hewani seperti ikan, daging, telur, dsb. Sayuran seperti daun singkong, kangkung dan bayam juga mengandung zat besi akan tetapi lebih sulit absorpsinya di dalam tubuh. Asupan folat cukup penting untuk melindungi kesehatan ibu dan bayi. Hal ini berkaitan dengan pembentukan hemoglobin dalam sel darah merah. Seorang wanita menyusui menbutuhkan 280 mikrogram per hari. Penyebab langsung & tidak langsung defisiensi Fe:

- 1) Jumlah Fe dalam makanan tidak cukup.
- 2) Ketersediaan Fe dalam makanan kurang.
- 3) Kualitas & kwantitas makanan kurang.
- 4) Social ekonomi rendah.
- 5) Penyerapan zat besi dalam tubuh rendah.
- 6) Komposisi makanan kurang beraneka ragam.
- 7) Terdapat zat penghambat penyerapan zat besi, minum tablet besi dengan tablet calcium sehingga zat besi tidak dapat diserap maksimal.
- 8) Defisiensi vitamin C.
- 9) Kebutuhan zat besi yang meningkat.

- 10) Kehilangan darah.
- b. Kekurangan Vitamin A Pada Ibu Menyusui,

Vitamin A berperan penting untuk memelihara kesehatan ibu selama masa menyusui. Kondisi yang kerap terjadi karena Kurang Vitamin A (KVA) adalah buta senja. Rendahnya status vitamin A selama masa kehamilan dan menyusui berasosiasi dengan rendahnya tingkat kesehatan ibu. Pemberian suplementasi vitamin A setiap minggunya, sebelum kehamilan, pada masa kehamilan serta setelah melahirkan akan menaikkan konsentrasi serum retinol ibu sehingga menurunkan penyakit rabun senja, serta menurunkan mortalitas yang berhubungan dengan kehamilan hingga 40%. Pada bulan-bulan pertama kehidupannya, bayi sangat bergantung pada vitamin A yang terdapat dalam ASI. Oleh sebab itu, sangatlah penting bahwa ASI mengandung cukup vitamin A. Anak-anak yang sama sekali tidak mendapatkan ASI akan berisiko lebih tinggi terkena Xerophthalmia. Cara untuk mengatasi defisiensi vitammin A pada ibu menyusui dapat di lakukan dengan menambah asupan makanan yang mengandung vitamin A diantaranya adalah wotel, pepaya, tomat. Sumber vitamin A lain juga bisa didapatkan dengan suplementasi vitamin A 200.000 SI oleh tenaga kesehatan setelah melahirkan dan kedua selambat-lambatnya 6 minggu setelah mengonsumsi tablet yang pertama.

- c. Gangguan Akibat Kekurangan Iodium (GAKY)

GAKY adalah gangguan akibat kekurangan yodium yang mengakibatkan terjadinya gondok atau pembengkakan kelenjer tiroid di leher dan kretinisme. Yodium merupakan nutrisi penting untuk memastikan perkembangan normal otak dan sistem saraf pada bayi dan anak-anak. Pada ibu menyusui, kekurangan yodium dapat mengakibatkan pengaruh negatif pada sistem otak dan syaraf bayi dan menghasilkan IQ lebih rendah. Asupan harian yodium ibu menyusui yang harus dipenuhi adalah 250 mg per hari. Yodium dapat di peroleh dari makanan yang mengandung yodium. Makanan

yang mengandung yodium tinggi terdapat pada makanan laut. Selain dari makakn laut yodium di peroleh dari mengkonsumsi garam yang mengandung yodium. Mengkonsumsi makanan yang mengandung yodium dapat mencegah GAKI pada ibu menyusui.

1) Kurang energi protein (KEP)/protein energi malnutrition (PEM)

Protein berfungsi sebagai zat gizi pembangun sel. Setelah melahirkan ibu memerlukan protein untuk memulihkan keadaan pasca melahirkan. Protein juga pembentuk hormon oksitosin dan prolaktin yang sangat berperan dalam proses laktasi. KEP adalah penyakit gizi akibat defisiensi energi dalam jangka waktu yang cukup lama. Prevalensi tinggi terjadi pada balita, ibu hamil (bumil) dan ibu menyusui/meneteki (buteki). Pada tingkat berat dapat mengakibatkan gangguan pertumbuhan, muncul gejala klinis dan kelainan biokimawi yang khas. Penyebab KEP adalah rendahnya asupan makanan baik dari kuantitas maupun kualitas, gangguan sistem pencernaan atau penyerapan makanan, dan pengetahuan yang kurang tentang gizi. KEP pada ibu menyusui dapat menyebabkan penyembuhan bekas lahir yang lama, kualitas dan kuantitas ASI yang menurun, ibu kehilangan berat badan. KEP dapat di cegah dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung protein seperti kacang-kacangan, tempe, tahu, daging, ikan, dan telur.

2) Kekurangan Kalsium dan vitamin D

Kebutuhan kalsium meningkat selama menyusui karena digunakan untuk memproduksi ASI yang mengandung kalsium tinggi. Fungsi utama vitamin D pada ibu menyusui adalah membantu pembentukan dan pemeliharaan tulang bersama vitamin A dan C. Vitamin D diperoleh tubuh melalui sinar matahari dan makanan. Apabila asupan kalsium tidak mencukupi maka ibu akan mengalami pengerosan tulang dan gigi karena cadangan kalsium dalam tubuh ibu di gunakan untuk

produksi asi. Pada ibu menyusui dianjurkan makan makanan hewani yang merupakan sumber utama vitamin D dalam bentuk kolekalsiferol, yaitu kuning telur, hati, krim, mentega dan minyak hati-ikan. Penyerapan kalsium akam maksimal jika ibu membiakan diri berjemur di bawah sinar matahari pada pagi hari. (Kemenkes RI, 2017).

##### 5. Faktor-faktor Yang mempengaruhi Pemenuhan Nutrisi Ibu Menyusui

Menurut Wulandari *et al*, (2020), kecukupan gizi ibu menyusui akan erat hubungannya dengan kelancaran ASI yang diberikan kepada bayinya. Dengan tercukupinya kebutuhan gizi ibu menyusui, maka produksi ASI akan semakin meningkat. Sehingga faktor pola makan dan asupan makan yang seimbang perlu diterapkan bagi ibu menyusui untuk membantu proses kelancaran ASInya. Yang lebih menarik adalah status gizi sebelum hamil juga berpengaruh secara signifikan terhadap keberhasilan untuk menyusui anaknya (Wulandary *et al*, 2020).

Faktor lainnya yang mempengaruhi pemenuhan/kecukupan gizi ibu menyusui adalah tingkat ekonomi keluarga (Wulandary *et al*, 2020). Tingkat ekonomi sangat erat kaitannya dengan daya beli keluarga terhadap makanan seimbang yang dibutuhkan oleh ibu menyusui. Semakin tinggi pendapatan keluarga, maka kemampuan untuk menyediakan makanan seimbang bagi keluarga, termasuk pemenuhan gizi ibu menyusui semakin meningkat. Semakin tinggi tingkat pendapatan ke dalam luarga, maka berdampak pada pemilihan kualitas bahan makanan yang bergizi (Hidayatunnikmah, 2019).

Faktor yang lain yang mempengaruhi pemenuhan kecukupan gizi ibu menyusui yaitu tingkat pengetahuan ibu menyusui tentang gizi seimbang yang kurang (Wulandary *et al*, 2020). Pengetahuan individu sering dikaitkan dengan tingkat pendidikannya. Dikatakan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang makan mempengaruhi cara individu menangkap informasi yang diterimanya. Sehingga informasi yang diperoleh dari lingkungan sekitarnya mampu diolah dan diterapkan didalam kehidupannya. Oleh karena itu beberapa

penelitian sering ditemukan bahwa pendidikan dan pengetahuan seorang ibu menyusui berpengaruh terhadap kecukupan gizi dan produksi ASInya (Wulandary *et al*, 2020).

a. Asupan Makanan (Gizi)

Asupan gizi merupakan susunan makana yang dikonsumsi setiap hari untuk mencukupi kebutuhan tubuh, baik kualitas maupun kuantitasnya. Kualita menunjukan adanya semua zat gizi yang diperlukan oleh tubuh dalam susunan makanan sedangkan kuantitas menunjukan masing-masing zat gizi terhadap kebutuhan tubuh (Sartika Dewi, 2005 dalam Endah & Oktavianti, 2014). Asupan gizi yang baik selalu mengacu pada gizi seimbang yaitu terpenuhinya semua zat gizi sesuai dengan kebutuhan dan keseimbangan. Terdapat enam unsur zat gizi yang harus terpenuhi yaitu: karbohidrat, protein, dan lemak merupakan zat gizi makro sebagai sumber energi, sedangkan vitamin dan mineral merupakan zat gizi mikro sebagai pengatur kelancaran metabolisme dalam tubuh (Muliarni, 2010 dalam Endah & Oktavianti, 2014).

b. Pola Makan

Berdasarkan Andrian & Wirjatmadi (2014) dalam Rahmawati & Suciara (2020), menyatakan bahwa pola makanan adalah tingkah laku atau kebiasaan dalam memenuhi kebutuhan makanan yang menggambarkan konsumsi makanan harian meliputi jenis makanan yang meliputi jenis, jumlah, dan frekuensi makanan. Makanan yang dikonsumsi ibu pada masa menyusui harus memenuhi kebutuhan untuk dirinya sendiri dan untuk pertumbuhan serta perkembangan bayinya sehingga kebutuhan nutrisi ibu meningkat pada masa menyusui, menurut rekomendasi komisi ahli WHO asupan makanan selama menyusui berkisar antara 1.800 kalori sampai 2.700 kalori atau 1.800-2.000 gram. Menurut Rahmawati & Suciara (2020), mengemukakan bahwa ada beberapa faktor yang berpengaruh dalam pembentukan pola makan ibu menyusui yaitu:

### 1) Faktor internal

Faktor internal merupakan faktor yang dibentuk dari dalam diri ibu sendir. Faktor internal meliputi:

- a) Usia
- b) Pendidikan
- c) Pekerjaan
- d) Pengetahuan

### 2) Faktor eksternal

Faktor eksternal yang berhubungan dengan pola makan ibu menyusui meliputi:

- a) Budaya berpantangan makanan
- b) Sosial ekonomi pendapatan
- c) Informasi nutrisi laktasi

### c. Tingkat Ekonomi

Status ekonomi memiliki peranan dalam ketersediaan makanan pada tingkat keluarga. Ketersediaan makanan dan ketahanan pangan tingkat keluarga sangat dipengaruhi oleh kemampuan daya beli atau pendapatan keluarga. Pendapatan keluarga memiliki hubungan yang positif terhadap aspek pendidikan dan pekerjaan (Hidayatunnikma, 2019). Kualitas asupan makanan tidak hanya dilihat dari usia dan jenis kelamin tetapi ditentukan oleh status sosial ekonomi yang mana ditentukan oleh aspek pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan (Marmoot, 2010). Asupan nutrisi yang seimbang sangat berkaitan dengan makanan yang segar, yang mana makanan tersebut memiliki daya beli yang lebih tinggi dibandingkan dengan makanan siap saji dan tinggi lemak (Hidayatunnikma, 2019).

Berdasarkan Beydoun, (2008) dalam Hidayatunnikma, (2019), menyatakan bahwa seseorang dengan tingkat sosial ekonomi yang rendah maka asupan makanan yang dikonsumsi rendah sayur, buah, tetapi tinggi akan lemak. Hal ini sangat berbeda dengan seseorang yang memiliki sosial

ekonomi yang tinggi, yangmna asupan makanan kaya akan sayur, buah, daging tanpa lemak, dan makanan rendah lemak lainnya untuk mendapatkan status nutrisi yang lebih baik. Sosial ekonomi yang berupa pendapatan memiliki peranan penting dalam ketersediaan makanan pada tingkat keluarga. Ketersediaan makanan dan ketahanan pangan tingkat keluarga dipengaruhi kemampuan daya beli atau pendapatan keluarga.

Pendapatan merupakan sebuah hasil yang didapatkan dari suatu pekerjaan atau usaha yang dilakukan. Pendapatan dapat mempengaruhi kegiatan keluarga dalam membiayai konsumsinya (Hidayatunnikma, 2019). Menurut Sumarwan, (2011) dalam Hidayatunnikma, (2019), pengukuran pendapatan dibagi dalam beberapa aspek yaitu, gaji pokok, tunjangan, bonus, dan pendapatan lainnya, apabila keluarga mendapatkan beberapa aspek dari pendapatan maka pendapatan keluarga semakin meningkat. Kenaikan pendapatan keluarga menunjukkan terdapatnya peningkatan terhadap kualitas dan kuantitas jenis makanan. Tingkat pendapatan keluarga menentukan pola makan yang akan dibeli, semakin tinggi pendapatan maka semakin tinggi pula tingkat pembelanjaanya. Maka dari itu faktor pendapatan merupakan salah satu faktor yang berpengaruh terhadap pemilihan kuantitas dan kualitas makanan yang baik (Hidayatunnikma, 2019).

d. Pengetahuan

Pengetahuan merupakan hasil dari pengindraan manusia, atau hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan seseorang terhadap objek tertentu, melalui indra yang dimiliki seperti, mata, hidung, telinga, dan sebagainya (Notoatmodjo, 2010).

Berdasarkan Sukmadinata (2003) dalam Pramesti *et.al* (2011), mengungkapkan bahwa pengetahuan dipengaruhi oleh dua faktor yaitu:

1) faktor internal

a) Jasmani (panca indera)

- b) Rohani (psikis, IQ, psikomotor)
- 2) faktor eksternal
  - a) Tingkat pendidikan

Tingkat pendidikan ibu menyusui dapat mempengaruhi pengetahuan ibu karena pengetahuan gizi memiliki peran penting dalam praktik pemilihan, pengelolaan, dan pengaturan makan ibu sehari-hari, sehingga ibu menyusui dapat mengkonsumsi makanan gizi seimbang setiap harinya (Maharani, 2016 dalam Radharisnawati, 2017).

- b) Paparan media masa (akses informasi)

Seseorang yang memiliki kekuasaan informasi banyak atau lebih akan memberikan informasi yang lebih jelas

- c) Ekonomi (pendapatan)

Tingkat ekonomi seseorang berkaitan dalam memenuhi kebutuhan hidup disesuaikan dengan penghasilan yang ada sehingga menuntut pengetahuan yang dimiliki harus dipergunakan semaksimal mungkin. Begitupun untuk mencari bantuan ke sarana kesehatan yang ada, seseorang akan menyesuaikan dengan pendapatan yang ada (Notoatmodjo, 2010 dalam Karomah, 2015).

- d) Pengalaman (kebiasaan)

Pengalaman seseorang berkaitan dengan umur dan pendidikan individu, dalam arti pendidikan yang tinggi akan memiliki pengalaman yang lebih luas dan umur semakin banyak (semakin tua), (Notoatmodjo, 2010 dalam Karomah, 2015).

## B. Konsep Air Susu Ibu (ASI)

### 1. Pengertian ASI

ASI merupakan makanan utama bagi bayi yang mengandung nutrisi dan kalori yang tinggi dan sangat dibutuhkan oleh bayi baru lahir pada masa awal kehidupan untuk tumbuh kembang hingga usia 2 tahun (Kemenkes RI, 2014).

ASI merupakan makanan yang terbaik bagi bayi, di dalam ASI terdapat multi manfaat, yaitu; manfaat nutrisi, fisiologis dan psikologis bagi bayi. Persiapan menyusui semakin awal lebih baik dan siap menyusui. Sebaiknya menyusui dipersiapkan sejak periode antenatal. Keberhasilan menyusui didukung oleh persiapan fisik, psikologis dan manajemen laktasi (Kemenkes RI, 2018)

## 2. Manfaat ASI

Menurut Kemenkes RI (2018) ASI bermanfaat tidak hanya untuk bayi saja, tetapi juga untuk ibu.

### a. Manfaat bagi Bayi

1) Nutrien (zat gizi) yang sesuai untuk bayi ASI mengandung nutrien yang sesuai dan sangat bermanfaat untuk bayi, meliputi:

#### a) Lemak

Sumber kalori utama dalam ASI adalah lemak, sekitar 50% kalori ASI berasal dari lemak. Kadar lemak dalam ASI antara 3,5-4,5%. Walaupun kadar lemak dalam ASI tinggi, tetapi mudah diserap oleh bayi karena trigliserida dalam ASI lebih dulu dipecah menjadi asam lemak dan glicerol oleh enzim lipase yang terdapat dalam ASI. ASI mengandung asam lemak esensial: asam linoleat (omega 6) dan asam linolenat (omega 3). Disebut esensial karena tubuh manusia tidak dapat membentuk kedua asam ini dan harus diperoleh dari konsumsi makanan. Kedua asam lemak tersebut adalah precursor (pembentuk) asam lemak tidak jenuh rantai panjang disebut docosahexaenoic acid (DHA) berasal dari omega 3 dan arachidonic acid (AA) berasal dari omega 6, yang fungsinya penting untuk pertumbuhan otak anak.

#### b) Karbohidrat

Karbohidrat utama dalam ASI adalah laktosa, yang kadarnya lebih tinggi dibandingkan susu yang lain. Laktosa mudah diurai menjadi glukosa dan galaktosa dengan bantuan

enzim laktase yang sudah ada dalam mukosa saluran pencernakan sejak lahir. Laktosa mempunyai manfaat lain, yaitu mempertinggi absorpsi kalium dan merangsang pertumbuhan laktobacillus bifidus.

c) Protein

Protein dalam ASI adalah kasein dan whey. Kadar protein ASI sebesar 0,9%, 60% diantaranya adalah whey, yang lebih mudah dicerna dibanding kasein (protein utama susu sapi). Kecuali mudah dicerna, dalam ASI terdapat dua macam asam amino yang tidak terdapat dalam susu sapi yaitu sistin dan taurin. Sistin diperlukan untuk pertumbuhan somatik, sedangkan taurin untuk pertumbuhan otak.

d) Garam dan mineral

Ginjal neonatus belum dapat mengkonsentrasi air kemih dengan baik, sehingga diperlukan susu dengan kadar garam dan mineral rendah. ASI mengandung garam dan mineral lebih rendah dibanding dengan susu sapi. Kadar kalsium dalam susu sapi lebih tinggi dibanding ASI, tetapi kadar fosfornya jauh lebih tinggi, sehingga mengganggu penyerapan kalsium dan juga magnesium. ASI juga mengandung seng yang bermanfaat untuk tumbuh kembang, sistem imunitas dan mencegah penyakit-penyakit tertentu seperti akrodermatitis enteropatika (penyakit mengenai kulit dan sistem pencernakan).

e) Vitamin

ASI cukup mengandung vitamin yang diperlukan bayi. Vitamin K yang berfungsi sebagai katalisator pada proses pembekuan darah terdapat dalam ASI dengan jumlah yang cukup dan mudah diserap. Dalam ASI juga banyak terdapat vitamin E, terutama di kolustrum.

b. Manfaat untuk Ibu

1) Aspek kesehatan ibu

Isapan bayi pada payudara akan merangsang terbentuknya oksitosin oleh kelenjar hipofisis. Oksitosin membantu involusi uterus dan mencegah terjadinya perdarahan pasca persalinan. Penundaan haid dan berkurangnya perdarahan pasca persalinan mengurangi prevalensi anemia defisiensi besi. Kejadian karsinoma mammae pada ibu yang menyusui lebih rendah dibanding yang tidak menyusui.

2) Aspek keluarga berencana

Menyusui secara eksklusif dapat menjarangkan kehamilan. Ditemukan rerata jarak kehamilan ibu yang menyusui adalah 24 bulan, sedangkan yang tidak menyusui 11 bulan. Hormon yang mempertahankan laktasi bekerja menekan hormon untuk ovulasi, sehingga dapat menunda kembalinya kesuburan. Ibu yang sering hamil juga menjadi faktor risiko tersendiri, misalnya mempunyai penyakit seperti anemia, risiko kesakitan dan kemaatian serta menjadi beban bagi ibu sendiri.

3) Aspek psikologis

Keuntungan menyusui tidak hanya bermanfaat untuk bayi, tetapi juga untuk ibu. Ibu akan merasa bangga dan diperlukan.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Produksi ASI

Berikut ini adalah faktor yang mempengaruhi produksi ASI adalah sebagai berikut:

a. Faktor Makanan

Berdasarkan marmi (2012), Makanan yang dikonsumsi oleh ibu menyusui sangat berpengaruh terhadap produksi ASI. Apabila makanan yang ibu makan cukup kan gizi dan pola makan yang teratur maka produksi ASI akan berjalan dengan lancar. Seorang ibu yang kekurangan gizi akan mengakibatkan menurunnya jumlah ASI dan akhirnya produksi ASI

berhenti. Hal ini disebabkan pada masa kehamilan jumlah pangan dan gizi yang dikonsumsi ibu tidak memungkinkan untuk menyimpan cadangan lemak dalam tubuhnya, yang kelak akan digunakan sebagai salah satu komponen ASI dan sebagai sumber energi selama menyusui (Haryono, Setianingsih, 2014). Dalam kaitannya dengan kecukupan nutrisi maka ibu perlu memperhatikan berat badan ibu setelah melahirkan tidak diperbolehkan melibih 0.5 kilogram setiap minggunya.

b. Faktor Isapan

Berdasarkan Haryono, Setianingsih (2014), Bayi 35 Isapan mulut bayi akan menstimulasi kelenjar hipotalamus pada bagian hipofisis anterior dan posterior. Hipofisis anterior menghasilkan rangsangan (rangsangan prolaktin) untuk meningkatkan sekresi (pengeluaran) hormon prolaktin. Hormon prolaktin bekerja pada kelenjar susu (alveoli) untuk memproduksi ASI. Isapan bayi tidak sempurna atau puting susu ibu yang sangat kecil akan membuat produksi hormon oksitosin dan hormon prolaktin akan terus menurun dan ASI akan berhenti. Semakin sering bayi menyusu pada payudara ibu, maka produksi dan pengeluaran ASI akan semakin banyak (Marmi, 2012).

c. Frekuensi Penyusuan

Penyusuan direkomendasikan paling sedikit 8 kali perhari pada periode awal setelah melahirkan selama 24 jam semakin sering bayi mengisap puting susu, akan semakin banyak ASI yang keluar. Penyusuan ini berkaitan dengan kemampuan stimulasi hormon dalam kelenjar payudara (Haryono, Setianingsih, 2014). Jika ibu merupakan seorang pekerja maka ibu dapat memerah ASI dan kemudian disimpan dalam botol yang steril. Dalam suhu ruangan ASI dapat bertahan hingga 8 jam (namun pemberiannya kurang dari 6 jam), dalam freezer tahan sampai 3 bulan, 24 jam dalam termos berisi es batu, dan 48 jam dalam lemari es.

d. Faktor psikologis

Menurut Haryono, dan Setianingsih (2014), dukungan suami maupun keluarga akan sangat membantu berhasilnya seorang ibu dalam menyusui. Perasaan ibu yang bahagia, senang, perasaan menyanyangi bayi, memeluk, mencium dan mendengar bayinya menangis akan meningkatkan pengeluaran ASI. Untuk memproduksi ASI yang baik, maka kondisi kejiwaa dan pikiran ibu harus tenang. Keadaan psikologis ibu yang tertekan, sedih dan tegang dapat menurunkan volume ASI (Marmi, 2012).

e. Berat badan lahir

Berdasarkan Marmi (2012), Bayi berat lahir rendah (BBLR), mempunyai kemampuan mengisap ASI yang lebih rendah dibanding bayi yang lahir normal ( $>2500\text{gr}$ ). Ada hubungan berat lahir bayi dengan volume ASI. Hal ini berkaitan dengan kekuatan untuk mengisap, frekuensi, dan lama penyusuan dibanding bayi yang lebih besar. Menurut Haryono, dan Setianingsih (2014), berat bayi pada hari kedua dan usia 1 bulan sangat erat berhubungan dengan kekuatan mengisap yang mengakibatkan perbedaan inti yang besar dibanding bayi yang mendapat.

f. Pola istirahat

Pola istirahat mempengaruhi produksi dan pengeluaran ASI. Apabila kondisi ibu terlalu capek, dan kurang istirahat maka produksi ASI juga akan berkurang (Marmi, 2012).

g. Umur kehamilan saat melahirkan

Hal ini disebabkan bayi yang lahir prematur (umur kehamilan kurang dari 37 minggu) sangat lemah dan tidak mampu mengisap secara efektif sehingga produksi ASI lebih rendah daripada bayi yang lahir tidak premature. Lemahnya kemampuan mengisap pada bayi prematur dapat disebabkan berat badan yang rendah dan belum sempurnanya fungsi organ (Haryono, dan Setianingsih, 2014).

h. Konsumsi rokok

Menurut Haryono, dan Setianingsih (2014), Merokok akan menstimulasi pelepasan adrenalin dimana adrenalin akan menghambat pelepasan oksitosin. Merokok dapat mengurangi volume ASI karena akan mengganggu hormon prolaktin dan oksitosin untuk memproduksi ASI (Marmi, 2012).

i. Konsumsi alkohol

Etanol dalam alkohol dapat menghambat produksi oksitosin. Kontraksi rahim saat penyusuan merupakan indikator produksi oksitosin. Pada dosis etanol 0.5-0.8 gr/kg berat badan ibu mengakibatkan kontraksi rahim hanya 62% dari normal, dan dosis 0.9-1.1 gr/kg mengakibatkan kontraksi rahim menurun hingga 32% dari normal (Haryono, dan Setianingsih, 2014).

## C. Konsep COVID-19

### 1. Pengertian Coronavirus Disease

Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2020), Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2). SARS-CoV-2 adalah coronavirus jenis baru yang belum pernah ditemukan sebelumnya pada manusi. Ada dua jenis coronavirus yang diketahui menyebabkan penyakit yang dapat menimbulkan gejala berat seperti Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2) (Kemenkes RI, 2020). Virus ini pertama kali ditemukan pada manusia di Wuhan China pada akhir Desember 2019. Masa inkubasi COVID-19 rata-rata 5-6 hari, dengan rentan antara 1-14 hari namun dapat mencapai 14 hari.

### 2. Tanda dan Gejala

Berdasarkan Kemenkes RI (2020), gejala-gejala yang biasanya bersifat ringan dan mulai muncul secara bertahap. Beberapa orang yang terinfeksi tidak

muncul gejala apapun dan tetap sehat. Gejala COVID-19 yang paling umum yaitu demam, batuk kering, rasa lelah. Beberapa orang mungkin mengalami rasa nyeri dan sakit, hidung tersumbat, piek, nyeri kepala, konjungtivitis, sakit tenggorokan, diare, hilangnya indera penciuman dan pembauan, atau ruam pada kulit.

### 3. Pencegahan

Menurut Kemenkes RI (2020), beberapa cara yang bisa dilakukan untuk mencegah penularan Coronavirus antara lain:

- a. Menjaga kesehatan dan kebugaran.
- b. Mencuci tangan dengan benar dan teratur menggunakan sabun dan air mengalir.
- c. Menjaga jarak minimal 1 meter.
- d. Ketika batuk dan bersih tutup hidung dan mulut dengan tisu atau lengan atas bagian dalam.
- e. Hindari menyentuh mata, hidung dan mulut (wajah).
- f. Gunakan masker
- g. Hindari keluar rumah saat merasa kurang sehat.

### 4. Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Dimasa Pandemi COVID-19

Menurut Kemenkes RI (2020), makanan-makanan bergizi sangat penting untuk membangun kekebalan tubuh yang kuat agar terlindungi dari infeksi virus, serta memberikan perlindungan ekstra bagi tubuh seperti:

#### a. Makanan pokok

Makanan pokok yang merupakan sumber karbohidrat, dapat berupa nasi, jagung, kentang, umbi-umbian.

#### b. Lauk pauk

Lauk pauk yang merupakan sumber protein, dan mineral. Protein hewani: daging, ikan, ayam, telur. Protein nabati: tahu, tempe, dan kacang-kacangan.

c. Sayur dan buah-buahan

Sayur dan buah-buahan merupakan sumber vitamin, mineral, dan serat. Terutama sayuran dan buah yang berwarna, banyak mengandung vitamin dan bervungsi sebagai antioksidan yaitu vitamin A, C, E.

#### **D. Penelitian Terkait**

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sanima *et al* (2016), dalam judul hubungan pola makan terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Posyandu Mawar Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan pola makan terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Posyandu Mawar Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Desain penelitian menggunakan desain analitik korelasi dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 30 ibu menyusui dengan penentuan sampel penelitian menggunakan total sampling yang berarti seluruh populasi dijadikan sampel penelitian. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kuisioner. Metode analisa data yang di gunakan yaitu korelasi spearmen rank dengan menggunakan SPSS. Hasil penelitian membuktikan pola makan ibu menyusui lebih dari separuh (66,7%) masuk kategori baik dan produksi ASI ibu menyusui lebih dari separuh (60,0%) masuk kategori sangat baik. Hasil korelasi spearmen rank didapatkan  $p\text{-value} = (0,002) < (0,050)$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pola makan dengan produksi ASI pada ibu menyusui di Posyandu Mawar Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Berdasarkan hasil penelitian maka cara ibu untuk meningkatkan produksi ASI yaitu dengan memperhatikan pola makan seperti makan tepat waktu dan mengkonsumsi makanan secukupnya berupa sayuran, daging, kacang-kacangan, buah-buahan, susu dan air putih.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Radharisnawati *et al* (2016) yang berjudul Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Gizi Ibu Dengan Kelancaran Air Susu Ibu

(ASI) Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Bahu Kota Manado. Tujuan penelitian ini untuk menganalisa hubungan pemenuhan kebutuhan gizi ibu dengan kelancaran air susu ibu (ASI) pada ibu menyusui di Puskesmas Bahu Kota Manado. Metode penelitian yang digunakan yaitu observasional analitik dengan rancangan cross sectional. Teknik pengambilan sampel yaitu dengan menggunakan rumus slovin dengan jumlah 95 sampel. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Hasil penelitian berdasarkan uji chi-square dengan tingkat kemaknaan 95 % ( $\alpha \leq 0,05$ ) diperoleh nilai  $p = 0,003$  yakni lebih kecil dibandingkan  $\alpha$  (0,05) dengan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Kesimpulan terdapat hubungan pemenuhan kebutuhan gizi ibu dengan kelancaran air susu ibu (ASI) pada ibu menyusui di Puskesmas Bahu Kota Manado.

3. Penelitian Hidayatunnikmah (2019) yang berjudul Pendapatan Ekonomi Ibu Menyusui Berpengaruh Terhadap Kwalitas Komponen Makronutrien Asi Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan rancangan bangun cross sectional melalui pengamatan pada semua ibu menyusui dengan anak usia 1-2 bulan di wilayah kerja puskesmas Wonokusumo untuk mengetahui pengaruh pendapatan ekonomi ibu menyusui terhadap kwalitas komponen makronutrien ASI. Pengukuran variable komponen ASI dilakukan menggunakan alat MIRIS human milk analyzer dan pengukuran variable pendapatan menggunakan kuisioner. Analisis data menggunakan regresi kategorikal. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh pendapatan ekonomi terhadap komponen protein dan lemak ASI ( $P=0,01$ ,  $P=0,00$ ). Kesimpulan ini didapatkan bahwa pendapatan ekonomi ibu menyusui dapat berpengaruh terhadap komponen protein dan lemak ASI.
4. Penelitian Rahmawati & Suciara (2020) yang berjudul Faktor Internal dan Eksternal Yang Berhubungan Dengan Pola Makan Ibu Menyusui. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor internal dan eksternal yang berhubungan dengan pola makan ibu menyusui. Desain penelitian cross sectional dengan

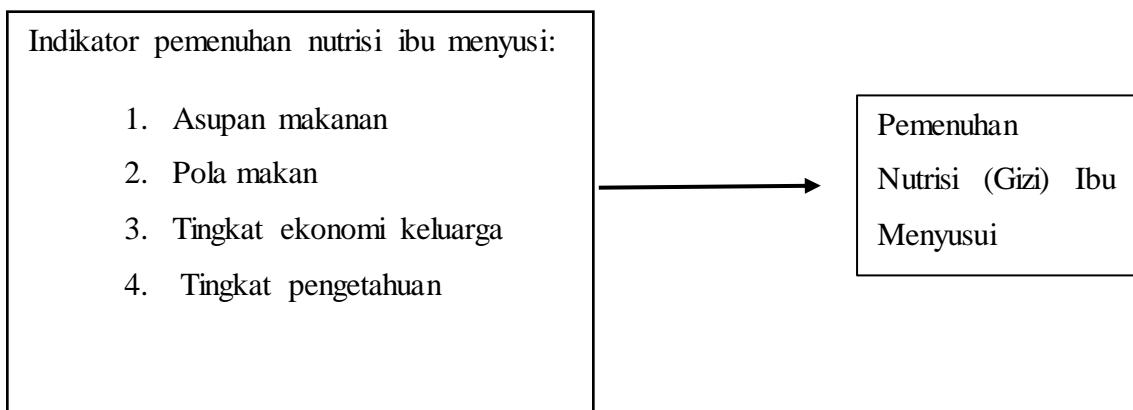
- populasi berjumlah 178 ibu menyusui di Pustu desa Sepanjang Gondanglegi Kabupaten Malang. Sampel sebanyak 33 diambil dengan purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis bivariat menggunakan uji chi-square dengan  $\alpha=0,05$ . Hasil penelitian menunjukkan faktor internal yang berhubungan signifikan dengan pola makan adalah pengetahuan ibu ( $p=0,023$ ), sedangkan faktor eksternalnya budaya berpantang makan ( $p=0,001$ ) dan informasi nutrisi laktasi ( $p=0,008$ ). Faktor internal yang tidak menunjukkan hubungan signifikan yaitu usia ibu ( $p=0,206$ ), pendidikan ibu ( $p=0,143$ ), pekerjaan ibu ( $p=0,574$ ), urutan bayi ( $p=0,934$ ) dan faktor eksternal sosial ekonomi/pendapatan ( $p=0,557$ ). Pengetahuan nutrisi laktasi terbentuk dari informasi yang pernah diperoleh ibu dan akan diterapkan dalam pola makannya karena semua ibu pasti menginginkan bayinya tumbuh sehat. Diharapkan ibu menyusui mencari informasi untuk meningkatkan pengetahuan tentang nutrisi masa menyusu.
5. Penelitian Pramesti *et.al* (2011) yang berjudul Sikap Ibu Menyusui Tentang Gizi Menyusui Di Puskesmas I Kecamatan Bandar Kabupaten Batang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran dan sikap ibu menyusui tentang gizi ibu menyusui. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan pendekatan one-shot model, responden yang menjadi subyek penelitian ini adalah ibu menyusui pada bulan Mei 2011 di wilayah Puskesmas Bandar I dengan populasi sebanyak 802, yang kemudian diambil sampel menjadi 89 responden. Mayoritas 89 responden berpengetahuan cukup, sebanyak 49,44% , mempunyai sikap yang positif sebanyak 97,75%. Diharapkan tenaga kesehatan tetap memberikan penyuluhan tentang gizi ibu menyusui dan mengupayakan sikap ibu menyusui selalu positif. Serta melakukan kunjungan untuk mengevaluasi sejauh mana perkembangan mengenai penyuluhan yang telah diberikan.

## **BAB III**

### **KERANGKA KONSEP**

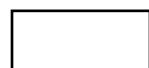
#### **A. Kerangka Konsep**

Kerangka konsep (*conceptual framework*) merupakan model pendahuluan dari masalah penelitian yang refleksi dari hubungan variabel yang diteliti (Shi dalam Swarjana, 2015). Kerangka konsep pada penelitian ini mengetahui gambaran pemenuhan nutrisi pada ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 di wilayah kerja UPTD Puskesma Kuta Selatan, Kabupaten Badung.



Gambar 3.1 Kerangka Konsep Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan

Keterangan:



: Variabel yang diteliti



: Alur pikir yang diteliti

Ibu menyusui yang memiliki bayi 0-12 bulan diteliti sesuai dengan kriteria inklusi, mengenai pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui. Ada empat indikator pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui pola makan, asupan makanan, tingkat

ekonomi, dan pengetahuan yang mana keempat indikator tersebut dapat mempengaruhi pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui yang mana nutrisi (gizi) ibu menyusui sangat mempengaruhi kelancaran produksi ASI dan untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas dari ASI yang diberikan kepada bayinya.

## B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

### 1. Variabel penelitian

Variabel penelitian adalah suatu hal yang penting pada penelitian, variabel merupakan sebuah konsep yang dioperasikan atau lebih tepatnya yaitu operasional property dari sebuah objek, agar dapat dioperasionalkan, diaplikasikan dan menjadi properti dari objek (Swarjana, 2015). Variabel dari penelitian ini bersifat univariat (satu variabel) yaitu pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dimasa pandemi Covid-19.

### 2. Definisi operasional

Definisi operasional variabel adalah definisi terhadap setiap variabel berdasarkan konsep teori namun bersifat operasional, agar variabel tersebut dapat diukur atau bahkan dapat diuji baik oleh peneliti maupun peneliti lain (Swarjana, 2015).

Tabel 3.1 Definisi Operasional Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara dan Alat Pengumpulan Data	Hasil Ukur	Skala
1.	Pemenuhan nutrisi ibu menyusui (gizi) ibu menyusui merupakan pemenuhan gizi ibu menyusui selama menyusui beberapa empat indikator	Pemenuhan nutrisi ibu menyusui merupakan pemenuhan gizi ibu menyusui selama menyusui beberapa empat indikator	Cara Ukur : Pengisian kuesioner secara <i>online</i> oleh responden, yang mana kuesioner yang terdapat nutrisi (gizi) terdiri dari beberapa empat pernyataan terkait :	Rentan pemenuhan nutrisi ibu menyusui didapatkan dari masing-masing indikator yaitu asupan makanan, pola makan, tingkat	skor Interval

<p>pemenuhan nutrisi ibu selama menyusui yaitu:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Asupan makanan</li> <li>2. Pola makan</li> <li>3. Tingkat ekonomi keluarga</li> <li>4. Tingkat pengetahuan</li> </ol>	<p>1. Asupan makanan terdiri atas 9 pernyataan menggunakan skala <i>likert</i> yaitu: selalu, sering, kadang-kadang, jarang, tidak pernah. Dengan skor: 5 untuk selalu, skor 4 untuk sering, skor 3 untuk kadang-kadang, skor 2 untuk jarang dan skor 1 untuk tidak pernah untuk pernyataan positif dan skor 1 untuk selalu, skor 2 untuk kadang-kadang, skor 3 untuk jarang, skor 4 untuk tidak pernah untuk pernyataan negatif, dengan rentan skor 5-45.</p> <p>2. Pola makan terdiri dari 5 pertanyaan terkait pola makan akan dinilai dengan menggunakan skala <i>likert</i> yaitu: selalu, sering, kadang-kadang, jarang, tidak pernah. Dengan skor: 5 untuk selalu, skor 4 untuk sering, skor 3 untuk kadang-kadang, skor 2 untuk jarang dan skor 1 untuk tidak pernah untuk pernyataan positif, skor 1 untuk</p>	<p>ekonomi keluarga, dan tingkat pengetahuan dengan rentan skor 25-80 dengan kategori :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pemenuhan nutrisi baik : 76-100%</li> <li>2. Pemenuhan nutrisi cukup : 56-75%</li> <li>3. Pemenuhan nutrisi kurang : &lt;56%</li> </ol> <p>Untuk masing-masing indikator yaitu:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Asupan makanan, rentan skor yang diperoleh 5-45 dengan kategori:</li> </ol>
		<ol style="list-style-type: none"> <li> <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Asupan makanan baik: 76-100%</li> <li>b. Asupan makanan cukup: 56-75%</li> <li>c. Asupan makanan kurang: &lt;56%</li> </ol> </li> <li>2. Pola makan, rentan skor yang diperoleh 5-25 dengan kategori           <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Pola makan baik: 76-100%</li> </ol> </li> </ol>

- 
- selalu, skor 2 untuk sering, skor 3 untuk kadang-kadang, skor 4 untuk jarang, skor 5 untuk tidak pernah untuk pernyataan negatif, dengan rentan skor 5-25.
3. Tingkat ekonomi terdiri dari 1 pernyataan pemasukan berupa uang yang didapatkan dari pekerjaan, baik dari istri maupun suami untuk memenuhi kebutuhan sehari-hari
4. Tingkat pengetahuan terdiri dari 10 pernyataan, akan dinilai dengan menggunakan skala *guttman* yaitu: benar dan salah. Dengan skor: benar diberi skor 1 dan salah diberi skor 0 untuk pernyataan positif dan benar diberi skor 0 dan salah diberi skor 1 untuk pernyataan negatif. Dengan rentan skor 1-10
- b. Pola makan cukup: 56-75%
- c. Pola makan kurang: <56%
3. Tingkat ekonomi keluarga dengan klasifikasi :
- Pendapatan dibawah UMR (< 2.930.000)
  - Pendapatan diatas UMR ( $\geq$  2.930.000)
- Pengelompokan pendapatan keluarga berdasarkan UMR Kabupaten Badung tahun 2020
4. Tingkat pengetahuan rentan skor yang diperoleh 1-10 dengan kategori :
- Pengetahuan baik :76-100%
  - Pengetahuan cukup: 56-75%
  - Pengetahuan kurang <56%
-

## **BAB IV**

### **METODE PENELITIAN**

Pada bab ini menjelaskan mengenai desain penelitian, tempat dan waktu penelitian, apopulasi, sampel, sampling, pengumpulan data, analisa data dan etika penelitian

#### **A. Desain Penelitian**

Desain penelitian adalah hasil akhir dari suatu tahap keputusan yang dibuat oleh peneliti yang berhubungan dengan bagaimana suatu penelitian dapat diterapkan (Nursalam, 2017). Penelitian ini menggunakan desain penelitian *deskriptif* dengan pendekatan *cross sectional*. Menurut Nursalam (2017), penelitian *deskriptif* merupakan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau memaparkan peristiwa-peristiwa penting yang terjadi pada masa kini. Menurut Swarjana (2015) pendekatan *cross sectional* merupakan pengumpulan data dilakukan pada satu titik waktu, yang mana fenomena yang diteliti merupakan satu periode pengumpulan data.

Rancangan penelitian ini untuk menggambarkan bagaimana Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi Covid-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan, Kabupaten Badung.

#### **B. Tempat Dan Waktu Penelitian**

##### **1. Tempat Penelitian**

Penelitian dilaksanakan di UPTD Puskesmas Kuta Selatan, Kabupaten Badung dengan pertimbangan sebagai berikut: 1. Cakupan prevalensi pemberian ASI di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan cukup tinggi, yaitu pada tahun 2018 sebesar 69,9%. 2. Belum Pernah dilakukannya penelitian tentang hal yang sama di UPTD Puskesmas Kuta Selatan, Kabupaten Badung.

##### **2. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilakukan selama 1 bulan (Februari-Maret 2021) rincian waktu penelitian secara lengkap dibuat dalam POA terlampir.

## C. Populasi-Sampel-Sampling

### 1. Populasi

Populasi merupakan kumpulan dari individu atau objek atau fenomena yang secara potensial dapat diukur sebagai bagian dari penelitian (Mazhindu & Scott, 2005 dalam Swarjana, 2015). Populasi dalam penelitian ini adalah ibu menyusui di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan, Kabupaten Badung. Penelitian ini menggunakan jumlah ibu menyusui di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan, Kabupaten Badung yaitu sebanyak 462 ibu menyusui

### 2. Sampel

Sampel merupakan bagian dari populasi yang dapat digunakan untuk menggambarkan keadaan populasi dan dipilih secara random maupun non-random (Swarjana, 2015).

#### a. Besar sampel

Sampel merupakan kumpulan individu-individu atau objek-objek yang dapat diukur yang mewakili populasi (Mazhindu & Scott, 2005 dalam Swarjana, 2015). Sampel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah ibu menyusui di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan, Kabupaten Badung yang memasuki kriteria inklusi.

Besar sampel dapat diukur dengan rumus sebagai berikut (Nursalam, 2017):

$$n = \frac{N \cdot z^2 \cdot p \cdot q}{d^2 (N-1) + z^2}.$$

Keterangan:

n = perkiraan besar sampel

N = perkiraan besar populasi

z = nilai standar normal untuk  $\alpha = 0,05$  (1,96)

p = perkiraan proporsi, jika tidak diketahui dianggap 50%

q = 1-p (100% - p)

d = tingkat kesalahan yang dipilih (d = 0,005)

$$n = \frac{462 \cdot (1,96)^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5}{0,05^2 (462-1) + (1,96)^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5}$$

$$n = \frac{462 \cdot 3,8416 \cdot 0,25}{0,0025 (461) + (3,8416) \cdot 0,25}$$

$$n = \frac{443,7048}{1,1525 + 0,9604}$$

$$n = \frac{443,7048}{2,1129}$$

$$n = 209$$

Berdasarkan hitungan tersebut, maka jumlah sampel yang diperlukan dalam penelitian ini sebanyak 209 ibu menyusui dan dilakukan koreksi dengan menggunakan rumus (Lincoln, 2006 dalam Swarjana 2015) sebagai berikut:

$$n = \frac{n \cdot N}{n + (N-1)}$$

$$n = \frac{209 \cdot 462}{209 + (462-1)}$$

$$n = \frac{96,558}{670}$$

n = 144

Berdasarkan hitungan tersebut, besar sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 144 ibu menyusui. Jumlah sampel yang diperoleh selama penelitian berlangsung dari bulan Februari sampai Maret 2021 sudah memenuhi target yang ditetapkan yaitu sebanyak 144 ibu menyusui.

b. Kriteria sampel

Penentuan kriteria inklusi sampel sangat diperlukan oleh peneliti untuk mengurangi bias hasil penelitian. Terdapat 2 kriteria sampel penelitian yaitu:

1) Kriteria inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum dari subjek penelitian dari suatu populasi target yang terjangkau dan diteliti (Nursalam, 2017). Kriteria inklusi dalam penelitian ini:

- a) Ibu menyusui yang berada di wilayah kerja Puskesmas Kuta Selatan, Kabupaten Badung yang bersedia untuk menjadi responden.
- b) Ibu menyusui yang memiliki bayi usia 0-12 bulan
- c) Ibu yang bersedia menandatangani *informed consent*

2) Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah menghilangkan atau mengeluarkan responden yang tidak memenuhi kriteria inklusi karena berbagai sebab (Nursalam, 2017). Kriteria eksklusi yang digunakan dalam penelitian ini:

- a) Ibu menyusui yang tidak bisa membaca
- b) Ibu menyusui yang tidak memiliki handphone
- c) Ibu menyusui yang tidak memahami tentang *google form*

c. Teknik *sampling*

Menurut Swarjana (2015), *sampling* merupakan proses menyelesaikan unit yang di obeservasi dari keseluruhan populasi yang diteliti sehingga kelompok yang di observasi dapat digunakan untuk membuat kesimpulan atau membuat inferensi tentang populasi tersebut. *Sampling* merupakan metode yang dipakai untuk memilih sampling unit, yang diklasifikasikan menjadi *probability* dan *non-probability sampling* (Swarjana, 2015). Penelitian ini menggunakan *non-probability sampling*. Dengan teknik *consecutive sampling* yang mana pengambilan sampel penelitian berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan, baik kriteria inklusi maupun kriteria eksklusi (Daniel, 2011 dalam Sawarjana, 2015).

Dalam penelitian ini sampel diambil dari semua ibu menyusui di wilayah kerja UPTD Puskesma Kuta Selatan, Kabupaten Badung pada tanggal Februari sampai Maret 2021 yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yaitu sebanyak 144 responden.

1) Jumlah sampel yang terkumpul

Tabel 4.2 Jumlah Sampel Yang Terkumpul

Jumlah Sampel	
Keterangan	Jumlah
Kuesioner yang dibagikan	144
Kueisoner yang diolah	144

## D. Pengumpulan Data

### 1. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa instrumen kuesioner adalah metode pengumpulan data dengan menggunakan kuesioner (*questionnaires*). Kuesioner merupakan sebuah form yang didalamnya berisi pertanya-pertanyaan yang telah ditentukan agar dapat digunakan untuk memperoleh informasi dari dan tentang orang-orang sebagai bagian dari sebuah survei (Swarjana, 2015). Kuesioner pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui ini dibuat melalui *google form* dan dibagikan melalui aplikasi *WhatsApp*. Responden mengisi sendiri sejumlah pertanyaan yang telah disiapkan oleh peneliti didalam kuesioner tersebut dan kuesioner yang telah diberikan diisi dirumah masing-masing. Responden yang mengisi kuesioner ini merupakan responden yang telah memenuhi kriteria inklusi dan diberikan penjelasan dan tujuan penelitian. Responden dimintai persetujuan untuk pengisian responden.

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini merupakan data primer yang diperoleh secara langsung dari responden melalui pengisian kuesioner yang diberikan. Data primer merupakan data yang dikumpulkan oleh peneliti diperoleh secara langsung oleh responden. Data primer juga dapat dikatakan sebagai data asli atau data baru yang bersifat *up to date* (Siyoto, 2015). Data primer yang diperoleh yaitu gambaran pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dimas pandemi COVID-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan, Kabupaten Badung.

### 2. Alat Pengumpulan Data

Alat pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner. Kuesioner merupakan sebuah *form* yang didalamnya berisi pertanya-pertanyaan yang telah ditentukan agar dapat digunakan untuk memperoleh informasi dari dan tentang orang-orang sebagai bagian dari sebuah survei (Swarjana, 2015). Kuesioner dalam penelitian ini digunakan untuk

mengukur pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 diwilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan, yang terdiri dari 25 pernyataan yang diajukan kepada responden untuk mendapatkan informasi.

Pernyataan instrumen ini menggunakan skala *likert*, Setiap pernyataan terdiri dari lima pernyataan alternative yaitu Sering, Selalu, Kadang-kadang, Jarang, Tidak Pernah, dan menggunakan skala *guttman* yang terdiri dari dua pernyataan alternative yaitu benar dan salah. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini bukan merupakan kuesioner baku melainkan kuesioner yang disusun oleh peneliti berdasarkan indikator pada kerangka konsep dan definisi operasional dan sebagian pernyataan disusun berdasarkan teori yang dikemukakan oleh Kemenkes RI, (2017), sehingga untuk memvalidasi kuesioner peneliti melakukan *face validity* kuesioner.

Kuesioner ini menggunakan *face validity*. *Face validity* merupakan pernyataan yang telah disusun terlihat sudah valid, setelah peneliti membuat alat ukur atau instrumen penelitian atau kuesioner dan peneliti menganggap bahwa instrumen tersebut telah valid, maka selanjutnya peneliti dapat menggunakaninya (Bryan, 2004 dalam Swarjana, 2015). *Face validity* menggunakan dua orang *expert* yang memvalidasi kuesioner.

### 3. Teknik Pengumpulan Data

Tahap-tahap yang dilakukan peneliti untuk melakukan pengumpulan data yaitu:

#### a. Tahap persiapan

Hal-hal yang dipersiapkan pada tahap ini antara lain:

- 1) Peneliti telah melakukan revisi ujian proposal dan telah disetujui oleh penguji serta kedua dosen pembimbing.
- 2) Sebelum melakukan penelitian, peneliti menyiapkan permohonan untuk menjadi responden dan persetujuan menjadi responden (*informed consent*) dalam bentuk pernyataan yang dibuat di *Google*

*Form.* Lembar permohonan untuk menjadi responden terlampir pada lampiran 3 dan Lembar persetujuan (*informed consent*) terlampir pada lampiran 4.

- 3) Setelah itu, peneliti melakukan uji *expert* atau *face validity* yang telah diuji oleh dua dosen *expert* di bidang Keperawatan Maternitas. Lembar pernyataan *face validity* terlampir pada lampiran 5.
- 4) Setelah melakukan uji *expert*, peneliti mengajukan surat rekomendasi izin pelaksanaan penelitian yang ditanda tangani oleh Rektor Institut Teknologi dan Kesehatan Bali dan telah dilaksanakan dengan mengirim berkas permohonan kepada dosen penanggung jawab izin penelitian.
- 5) Peneliti telah mendapatkan surat izin yang ditandatangani oleh Rektor Institut Teknologi dan Kesehatan Bali dengan nomor surat DL.02.02.0391.TU.I.2021 pada tanggal 28 Januari 2021, untuk diserahkan kepada Badan Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bali. Surat rekomendasi penelitian dari Rektor Institut Teknologi dan Kesehatan Bali terlampir pada lampiran 6.
- 6) Peneliti telah mendapatkan surat izin dari Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bali dengan nomor surat 070/478/IZIN-C/DISPMPT pada tanggal 05 Februari 2021. Surat izin penelitian dari Badan Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bali terlampir pada lampiran 7.
- 7) Setelah itu, peneliti telah menyerahkan surat rekomendasi Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bali dan menyerahkannya ke Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Bali.
- 8) Selanjutnya peneliti telah menyerahkan surat rekomendasi dari Kepala Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu

Provinsi Bali ke Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Badung.

- 9) Kemudian, peneliti mendapatkan surat izin dari Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Badung dengan nomor surat 694/SKP/DPMPTSP/II/2021 pada tanggal 10 Februari 2021 untuk diserahkan ke Kepala UPTD Puskesmas Kuta Selatan. Surat izin terlampir pada lampiran 8.
- 10) Selanjutnya peneliti telah mengajukan izin *Ethical Clearance* dari Komisi Etik Penelitian (KEP) Institut Teknologi dan Kesehatan Bali, dan telah dilaksanakan dengan cara mengirimkan berkas-berkas yang diperlukan kepada dosen yang bertanggung jawab mengenai etik penelitian.
- 11) Peneliti telah mendapatkan izin *Ethical Clearance* dengan nomor surat 04.0078/KEPITEKES-BALI/II/2021 pada tanggal 19 Februari 2021. Surat izin *Ethical Clearance* terlampir pada lampiran 9.
- 12) Setelah itu, peneliti telah menyerahkan surat rekomendasi dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Badung, dan surat izin *Ethical Clearance* ke Kepala UPTD Puskesmas Kuta Selatan mengenai permohonan izin melakukan penelitian di UPTD Puskesmas Kuta Selatan.
- 13) Peneliti mempersiapkan *link* kuesioner dan memulai penelitian yang dilaksanakan dengan cara menyebarkan *link* kuesioner kepada responden melalui *online* menggunakan aplikasi *Whatsapp*.

b. Tahap pelaksanaan

Setelah izin penelitian diperoleh, dilanjutkan ke tahap pelaksanaanm antara lain:

- 1) Peneliti mengidentifikasi ibu menyusui dari data UPTD Puskesmas Kuta Selatan.

- 2) Peneliti mengambil sampel dari semua populasi yang memenuhi kriteria inklusi yaitu berjumlah 144 ibu menyusui.
- 3) Peneliti meminta data kunjungan ibu hamil trimester III dari puskesmas dan bidan praktik mandiri di wilayah kerja Puskesmas 2 Denpasar Barat.
- 4) Selanjutnya, peneliti mengirimkan *link* kuesioner *online* yang berisikan tujuan penelitian, permohonan menjadi responden, dan persetujuan menjadi responden melalui aplikasi *Whatsapp*.
- 5) Peneliti meminta responden untuk menyetujui pernyataan menjadi responden (*informed consent*) jika responden bersedia, dengan mengisi kolom “bersedia” pada halaman pertama *Google Form* sebagai pernyataan bersedia menjadi responden.
- 6) Setelah itu, peneliti meminta responden untuk ke halaman *Google Form* berikutnya untuk mengisi kuesioner sesuai dengan petunjuk pengisian.
- 7) Peneliti menyimpan data formulir kuesioner penelitian responden di tempat yang aman dan hanya bisa diakses oleh peneliti
- 8) Peneliti mengucapkan terimakasih kepada responden atas partisipasinya dalam penelitian peran keluarga secara *online* melalui *Whatsapp*.
- 9) Kemudian peneliti menginput, mengolah, dan menganalisa data yang telah terkumpul menggunakan SPSS, analisa data telah dilakukan oleh dosen yang bertanggung jawab dalam analisa data. Lembar pernyataan analisa data terlampir pada lampiran 10, dan hasil analisa data terlampir pada lampiran 11.

## E. Rencana Analisa Data

### 1. Teknik pengolahan data

Pengolahan data merupakan salah satu tahapan penelitian yang sangat penting yang harus dikerjakan dan melalui seseorang peneliti (Swarjana, 2015). Langkah-langkah metode pengumpulan data dilakukan sebagai berikut:

#### a. *Editing*

*Editing* adalah upaya untuk memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh atau dikumpulkan. Dalam penelitian ini *editing* dilakukan pada tahap pengumpulan atau setelah data terkumpul. Dengan cara mengecek isian kuesioner yang telah disediakan di *googleform* yang sudah diisi oleh responden dengan memeriksa kelengkapan pengisian kuesioner pada *googleform*.

#### b. *Coding*

Pada penelitian ini semua data diberikan kode untuk memudahkan proses pengolahan data. Peneliti telah melakukan *coding* sebagai berikut:

##### 1) Pada karakteristik responden :

- a) Karakteristik berdasarkan umur, responden yang berumur 15-19 tahun akan diberi kode 1, responden yang berumur 20-35 tahun akan diberi kode 2, dan responden yang berumur 36-45 tahun akan diberi kode 3.
- b) Karakteristik berdasarkan tingkat pendidikan, tidak sekolah akan diberi kode 1, sekolah dasar akan diberi kode 2, SLTP/SMP akan diberi kode 3, SLTA/SMA akan diberi kode 4, Perguruan Tinggi akan diberi kode 5.
- c) Karakteristik berdasarkan pekerjaan, ibu rumah tangga akan diberi kode 1, PNS akan diberi kode 2, tenaga jasa dan usaha penjualan (wiraswasta) akan diberi kode 3.

2) Pada pemenuhan nutrisi

Berdasarkan ke empat indicator yaitu asupan makanan, pola makan, tingkat ekonomi keluarga, dan tingkat pengetahuan, pemenuhan nutrisi (gizi) pada ibu menyusui diklasifikasi menjadi 3 kategori, Rentan skor yang 25-80 dengan kategori : Pemenuhan nutrisi baik : 76-100%, Pemenuhan nutrisi cukup : 56-75%, Pemenuhan nutrisi kurang : <56%

Idikator yang diteliti akan diberi *coding* sebagai berikut:

- a) Pernyataan terkait dengan asupan makanan untuk pernyataan positif, Selalu akan diberikan kode 1, Sering akan diberikan kode 2, Kadang-kadang akan diberikan kode 3, dan Jarang akan diberikan kode 4, dan Tidak pernah akan diberikan kode 5, untuk pernyataan negatif kode 5 untuk selalu, kode 4 untuk sering, kode 3 untuk kadang-kadang, kode 2 untuk jarang, kode 1 untuk tidak pernah.
- b) Pernyataan terkait dengan pola makan untuk pernyataan positif, Selalu akan diberikan kode 1, Sering akan diberikan kode 2, Kadang-kadang akan diberikan kode 3, dan Jarang akan diberikan kode 4, dan Tidak pernah akan diberikan kode 5, untuk pernyataan negatif kode 5 untuk selalu, kode 4 untuk sering, kode 3 untuk kadang-kadang, kode 2 untuk jarang, kode 1 untuk tidak pernah.
- c) Pernyataan terkait dengan tingkat ekonomi keluarga, untuk pendapatan keluarga dibawah UMR (<2.930.000) akan diberi kode 1 dan pendapatan diatas UMR ( $\geq 2.930.000$ ) akan diberi kode 2.
- d) Pernyataan terkait pengetahuan ibu menyusui, untuk pernyataan positif, jawaban benar akan diberi kode 1 dan jawaban salah

akan diberi kode 2, untuk pernyataan negatif benar diberi kode 2 dan salah diberi kode 1.

c. *Entry Data*

Data *entry* merupakan kegiatan memasukan data yang sudah dikumpulkan kedalam master tabel atau database komputer, kemudian membuat distribusi frekuensi sederhana atau dengan membuat tabel kontingensi. Peneliti akan memasukan data berbentuk master tabel kedalam aplikasi *Microsoft Excel* sesuai dengan coding yang telah ditentukan selanjutnya peneliti menggunakan aplikasi *Microsoft Excel* sehingga data dapat dianalisa dengan *SPSS for Windows*. Peneliti memastikan jika tidak ada data-data yang tertinggal pada saat dilakukannya *entry data*.

d. *Tabulating*

Dalam penelitian ini pembuatan tabel data sesuai dengan tujuan yang diinginkan peneliti, kemudian data yang dientry dicocokan dan diperiksa kembali.

e. *Cleanning*

Cleanning bertujuan untuk menghindari *missing data*. Apabila tidak ada *missing data* maka dilanjutkan dengan analisa data.

2. Analisa data

Penelitian ini menggunakan statistik *deskriptif* yang mana didefinisikan sebagai teknik statistik untuk meringkas dari data yang telah tersedia (Blair & Taylor, 2008 dalam Swarjana, 2015). Perhitungan statistik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *univariate* berupa proporsi. Berdasarkan Swarjana (2015), proporsi dapat juga disebut sebagai persentase. Pada penelitian ini menampilkan hasil penelitian berupa proporsi atau persentase pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui. Hasil pemenuhan nutrisi ibu menyusui ini disajikan dalam bentuk tabel.

Variabel yang dideskripsikan pada penelitian ini yaitu pemenuhan nutrisi (gizi) pada ibu menyusui dianalisa dengan menjumlahkan skor dari masing-

masing pernyataan pada kuesioner. Skor yang didapat kemudian dijumlahkan dan hasilnya dibandingkan dengan skor maksimal yang mana skor maksimal yaitu 80 akan dikalikan dengan 100%.

Dengan cara sebagai berikut:

$$N = \frac{\text{Jumlah skor yang didapat}}{\text{Skor Tertinggi}} \times 100\%$$

Setelah didapatkan nilai dari perhitungan tersebut kemudian dikategorikan sebagai berikut:

- a. Pemenuhan nutrisi baik = 76-100%
- b. Pemenuhan nutrisi cukup = 56-75%
- c. Pemenuhan nutrisi kurang = <56%

## F. Etika Penelitian

Setelah mendapatkan persetujuan dari kepala UPTD Puskesmas Kuta Selatan, Kabupaten Badung, barulah melakukan penelitian dengan menekankan masalah etika yang meliputi:

### 1. *Informed consent*

Pada penelitian ini *informed consent* dilampirkan pada lembar pertama kuesioner online. Sebelum responden mengisi lembar persetujuan, responden diberikan informasi mengenai penelitian yang sedang dilakukan. Pada pelaksanaan penelitian ini jika calon responden bersedia menjadi responden maka calon responden mengisi lembar persetujuan pada lembar pertama kuesioner online.

### 2. *Anonymity* (tanpa nama)

Pada penelitian ini demi menjaga kerahasiaan identitas responden pada penelitian ini, peneliti tidak mencantumkan nama lengkap responden pada

lembar pengumpulan data yang diisi oleh responden lembar tersebut hanya berisikan inisial nama responden.

3. *Confidentiality* (kerahasiaan)

Pada penelitian ini, peneliti menjaga kerahasiaan hasil dari jawaban yang diberikan oleh responden. Pada saat penyajian data, data yang disajikan hanya dalam bentuk data secara keseluruhan dan bukan data per individu, kemudian data yang disampaikan hanya data yang diperlukan saja.

## **BAB V**

### **HASIL PENELITIAN**

Pada bab ini menjelaskan tentang gambaran umum tempat penelitian yang telah dilaksanakan pada bulan maret tentang “Gambaran Pemenuhan Nutrisi Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Selatan” dengan melibatkan 144 responden. Hasil penelitian akan penulis sajikan sebagai berikut:

#### **A. Gambaran Umum Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja UPT Puskesmas Kuta Selatan. Puskesmas Kuta Selatan berdiri sejak tahun 1982 yang berlokasi di lingkungan Banjar Penyarikan, Jl. Srikandi no. 40A Nusa Dua, dengan nama Puskesmas Benoa. Kemudia pada tahun 2001 berubah nama menjadi UPT Puskesmas Kuta Selatan dan berubah menjadi UPTD Puskesmas Kuta Selatan pada tahun 2020. Batasan wilayah kerja UPTD Puskesmas kuta selatan yaitu di bagian Utara berbatasan dengan Kelurahan Kedonganan, di bagian Timur berbatasan dengan Samudra Hindia, di bagian Selatan berbatasan dengan Samudra Hindia, dan di bagian Barat berbatasan dengan Samudra Hindia. Luas keseluruhan UPTD Puskesmas Kuta Selatan yaitu 101,13 km<sup>2</sup> yang meliputi tiga desa dan tiga kelurahan yaitu: Desa Pecatu, Desa Ungasan, Desa Kutuh, Kelurahan Jimbaran, Kelurahan Benoa, dan Kelurahan Tanjung Benoa. UPTD Puskesmas Kuta Selatan terletak di area pemukiman penduduk yang padat, mudah dijangkau karena dekat dengan jalan utama dan fasilitas umum lainnya dan UPTD Puskesmas Kuta Selatan terletak di daerah pariwisata. UPTD Puskesmas Kuta Selatan memiliki 6 buah Puskesmas pembantu (PP) yang meliputi: Puskesmas Pembantu Tanjung Benoa, Puskesmas Pembantu Ungasan, Puskesmas Pembantu Pecatu, Puskesmas Pembantu Kutuh, Puskesmas Pembantu Jimbaran I, dan Puskesmas Pembantu Jimbaran II.

Pelayanan yang disediakan oleh UPTD Puskesmas Kuta Selatan ada dua yaitu pelayanan dalam gedung dan pelayanan luar gedung. Pelayanan dalam gedung terdiri dari, ruang kartu atau loket, poli umum, layanan imunisasi, poli gigi, poli KIA-KB, layanan penyakit infeksius, ruangan tindakan atau UGD. Sedangkan pelayanan luar gedung terdiri dari, Posyandu Balita, Posyandu Lansia, kegiatan kesehatan di sekolah, pelacakan kasus/epidemiologi, survey PHBS, mobile VCT/ IMS, kegiatan team P3K, kunjungan rumah, Puskesmas keliling, pemeriksaan jentik berkala, pelayanan ANC terpadu.

## B. Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di UPTD Puskesmas Kuta Selatan, dengan jumlah responden sebanyak 144 ibu menyusui dapat disajikan sebagai berikut:

Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan Terakhir, Pekerjaan Dan Pendapatan Keluarga Per-Bulan Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesma Kuta Selatan (n=144)

Karakteristik Responden	Responden	
	Fekuensi (n=144)	Persentase (%)
<b>Umur</b>		
20-35 Tahun	139	96,5
36- 45 Tahun	5	3,5
Total	144	100
<b>Pendidikan Terakhir</b>		
SD	1	0,7
SLTP/SMP	6	4,2
SLTA/SMA	77	53,5
Perguruan Tinggi	60	41,7
Total	144	100
<b>Pekerjaan</b>		
Ibu Rumah Tangga	108	75,7
PNS	7	4,9
Wiraswasta	28	19,4
Total	144	100
<b>Pendapatan Keluarga Per-Bulan</b>		
< UMR 2.930.000	114	79.2
> UMR 2.930.000	30	20.8

Total	144	100
-------	-----	-----

Berdasarkan table 5.1 di atas dapat dijelaskan bahwa umur sebagian besar responden berumur 20-35 tahun yaitu sebanyak 139 responden (96,5%), berdasarkan pendidikan terakhir dapat dijelaskan bahwa sebagian besar pendidikan terakhir responden yaitu SLTA/SMA dengan jumlah yaitu 77 responden (53,5%), berdasarkan pekerjaan sebagian besar responden adalah IRT (Ibu Rumah Tangga) yaitu sebanyak 108 responden (75,7%), dan berdasarkan pendapatan keluarga per-bulan responden sebagian besar adalah < UMR 2.930.000 sebanyak 114 responden (79,2%).

### C. Hasil Penelitian Berdasarkan Variabel

Pada bagian ini disajikan hasil penelitian tentang variable pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan

1. Variabel Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 di UPTD Puskesma Kuta Selatan

Table 5.2 Distribusi Frekuensi Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesma Kuta Selatan (n=144)

Pemenuhan Nutrisi (Gizi)	Responden	
	Frekuensi (n=144)	Persentase (%)
Baik	32	22,2
Cukup	106	73,6
Kurang	6	4,2
Total	144	100

Pada table 5.2 diatas didapatkan hasil bahwa pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui sebagian besar dalam kategori cukup yaitu sebanyak 106 responden (73,6%), pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dalam kategori

baik sebanyak 32 responden (22,2%), dan pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dalam kategori kurang sebanyak 6 responden (4,2%).

## 2. Sub Variabel Asupan Makanan

Table 5.3 Distribusi Frekuensi Komponen Pernyataan Asupan Makanan Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan (n=144)

No	Pertanyaan	SL n (%)	SR n (%)	KK n (%)	JR n (%)	TP n (%)
1	Ibu makan makanan yang bergizi selama menyusui	27 (18,8)	63 (43,1)	53 (36,1)	3 (2,1)	0 (0)
2	Ibu mengkonsumsi asupan protein seperti telur, daging, tempe, tahu, dan kacang-kacangan untuk meningkatkan kualitas ASI	33 (22,9)	61 (42,4)	48 (33,3)	2 (1,4)	0 (0)
3	Ibu mengkonsumsi kopi, minuman bersoda, dan teh selama menyusui	2 (1,4)	56 (38,9)	43 (29,9)	24 (16,7)	19 (13,2)
4	Ibu mengkonsumsi buah-buahan yang mengandung vitmin C seperti jeruk, lemon, stroberi, dan leci selama menyusui	10 (6,9)	41 (28,5)	80 (55,6)	13 (9,0)	0 (0)
5	Ibu mengkonsumsi makanan berlemak seperti, gorengan, makanan bersantan selama menyusui	0 (0)	53 (36,8)	74 (51,4)	15 (10,4)	2 (1,4)
6	Ibu mengkonsumsi kacang-kacangan selama menyusui	7 (4,9)	49 (34,0)	78 (54,2)	8 (5,6)	2 (1,4)
7	Ibu mengkonsumsi obat penambah darah (suplemen Zat besi) selama menyusui	6 (4,2)	10 (6,9)	20 (13,9)	19 (13,2)	89 (61,8)
8	Ibu mengkonsumsi banyak sayuran hijau selama menyusui	25 (17,4)	66 (45,8)	51 (35,4)	2 (1,4)	0 (0)
9	Porsi atau jumlah makanan ibu saat menyusui lebih banyak dibandingkan sebelum menyusui	25 (17,4)	39 (27,1)	77 (53,5)	1 (0,7)	2 (1,4)

Berdasarkan table 5.3 diatas menyatakan bahwa sebagian besar responden menjawab “tidak pernah” pada pernyataan mereka mengkonsumsi obat penambah daran (suplemen Zat besi) selama menyusui, pada kategori tidak pernah sebanyak 89 responden (61,8%). Responden yang menjawab “kadang-kadang” sebagian besar pada pernyataan Ibu mengkonsumsi buah-buahan yang mengandung vitmin C seperti jeruk, lemon, stroberi, dan leci selama menyusui sebanyak 80 responden (55,6%). Sebagian besar responden yang menjawab “sering” terdapat pada pernyataan ibu mengkonsumsi banyak sayuran hijau selama menyusui yaitu sebanyak 66 responden (45,8%). Jawaban “selalu” sebagian besar terjawab pada pernyataan ibu mengkonsumsi asupan protein seperti telur, daging, tempe, tahu, dan kacang-kacangan untuk meningkatkan kualitas ASI sebanyak 33 responden (22,9%). Dan untuk jawaban “jarang” sebagian besar responden terjawab pada pernyataan ibu mengkonsumsi kopi, minuman bersoda, dan teh selama menyusui sebanyak 24 responden (16,7%).

Table 5.4 Distribusi Frekuensi Asupan Makanan Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan (n=144)

Asupan Makanan	Responden	
	Frekuensi (n=144)	Persentase (%)
Baik	15	10,4
Cukup	104	72,2
Kurang	25	17,4
Total	144	100

Berdasarkan table 5.4 diatas didapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki asupan makanan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 104 responden (72,2%), ibu menyusui yang memiliki asupan makanan dalam kategori kurang sebanyak 25 responden (17,4%), dan ibu

menyusui dalam kategori memiliki asupan makanan dalam kategori baik sebanyak 15 responden (10,4%).

### 3. Sub Variabel Pola Makan

Table 5.5 Distribusi Frekuensi Pertanyaan Pola Makan Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan (n=144)

No	Pertanyaan	SL	SR	KK	JR	TP
		n (%)	n (%)	n (%)	n (%)	n (%)
1	Ibu sarapan sebelum beraktivitas	23 (16,0)	54 (37,5)	56 (38,9)	10 (6,9)	1 (0,7)
2	Ibu makan siang	36 (25,0)	46 (31,9)	60 (41,7)	2 (1,4)	0 (0)
3	Ibu selalu makan malam	34 (23,6)	43 (29,2)	65 (45,1)	3 (2,1)	0 (0)
4	Ibu mengkonsusmsi <i>snack</i> / cemilan	15 (10,4)	21 (14,6)	48 (33,3)	60 (41,7)	0 (0)
5	Ibu sering telat makan	19 (13,2)	36 (25,0)	48 (33,3)	41 (28,5)	0 (0)

Berdasarkan tabel 5.5 diatas menunjukan bahwa sebagian besar responden menjawab “kadang-kadang” pada pernyataan ibu selalu makan malam sebanyak 65 responden (45,1%). Responden yang menjawab “jarang” sebagian besar pada pernyataan ibu mengkonsusmsi *snack* / cemilan sebanyak 60 responden (41,7%). Sebagian besar responden menjawab “sering” pada pernyataan ibu sarapan sebelum beraktivitas sebanyak 54 responden (37,5%). Dan untuk jawaban “selalu” sebagian besar responden menjawb pada pernyataan ibu makan siang sebanyak 36 responden (25,0%).

Table 5.6 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Makan Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan (n=144)

Pola Makan	Responden	
	Frekuensi (n=144)	Percentase (%)
Baik	55	38,2
Cukup	54	37,5
Kurang	35	24,3
Total	144	100

Berdasarkan table 5.6 didapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki pola makan dalam kategori baik yaitu sebanyak 55 responden (38,2%), ibu menyusui yang memiliki pola makan kategori cukup sebanyak 54 responden (37,5%), dan ibu menyusui yang memiliki pola makan kategori kurang sebanyak 35 responden (24,3%).

#### 4. Sub Variabel Tingkat Ekonomi Keluarga

Table 5.7 Distribusi Frekuensi Pernyataan Tingkat Ekonomi Keluarga Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan (n=144)

No	Pernyataan	< UMR 2.930.000	> UMR 2.930.000
		n (%)	n (%)
1	Pendapatan keluarga perbulan	114 (79,2)	30 (20,8)

Berdasarkan tabel 5.7 menunjukan bahwa dari 144 responden pernyataan terkait dengan pendapatan keluarga perbulan paling banyak dijawab oleh responden adalah < UMR 2.930.000 sebanyak 114 responden (79,2%)

Table 5.8 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Ekonomi Keluarga Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Selatan (n=144)

Tingkat Ekonomi Keluarga	Responden	
	Frekuensi (n=144)	Percentase (%)
< UMR 2.930.000	114	79,2
> UMR 2.930.000	30	20,8
Total	144	100

Berdasarkan table 5.8 didapatkan hasil bahwa tingkat ekonomi keluarga ibu menyusui sebagian besar adalah <UMR 2.930.000 sebanyak 114 responden (79,2%), dan >UMR 2.930.000 sebanyak 30 responden (20,8%).

##### 5. Sub Variabel Tingkat Pengetahuan

Table 5.9 Distribusi Frekuensi Pertanyaan Tingkat Pengetahuan Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan (n=144)

No	Pertanyaan	Benar n (%)	Salah n (%)
1	Kualitas ASI dipengaruhi oleh status gizi ibu	144 (100)	0 (0)
2	Gizi ibu menyusui mempengaruhi kesehatan dan status gizi bayi	142 (98,6)	2 (1,4)
3	Selama menyusui ibu dilarang mengkonsumsi susu, kacang – kacangan dan telur	57 (39,6)	87 (60,4)
4	Zat besi pada ibu menyusui mempengaruhi gizi bayi	137 (95,1)	7 (4,9)
5	Konsumsi teh dan kopi yang berlebih dapat mempengaruhi kualitas ASI	123 (85,4)	21 (14,6)
6	Zat gizi terdiri dari karbohidrat, vitamin, protein dan mineral	140 (97,2)	4 (2,8)
7	Ibu menyusui dapat mengkonsumsi minuman berkafein seperti soda, kopi, dan teh.	44 (30,6)	100 (69,4)

8	Ibu yang mengkonsumsi alkohol dapat memberikan dampak yang buruk bagi perkembangan saraf bayi	139	5
9	Protein diperlukan dalam pembentukan ASI	142	2
10	Pada ibu menyusui yang mengkonsumsi ikan dapat meningkatkan perkembangan otak bayi	15	129

(96,5) (3,5)  
(98,6) (1,4)  
(10,4) (89,6)

Berdasarkan tabel 5.9 diatas menyatakan bahwa seluruh responden menjawab “selalu” pada pernyataan Kualitas ASI dipengaruhi oleh status gizi ibu yaitu sebanyak 144 responden (100%). Responden yang menjawab “salah” sebagian besar pada pernyataan pada ibu menyusui yang mengkonsumsi ikan dapat meningkatkan perkembangan otak bayi yaitu 129 responden (89,6%).

Table 5.10 Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan (n=144)

Tingkat Pengetahuan	Responden	
	Frekuensi (n=144)	Percentase (%)
Baik	64	44,4
Cukup	73	50,7
Kurang	7	4,9
Total	144	100

Pada table 5.10 didapatkan hasil bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki pengetahuan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 73 responden (50,7%), ibu menyusui yang memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik sebanyak 64 responden (44,4%), dan ibu menyusui yang memiliki tingkang pengetahuan dalam kategori kurang sebanyak 7 responden (4,9%).

## **BAB VI**

### **PEMBAHASAN**

Pada bab ini akan dibahas secara lebih lengkap mengenai hasil penelitian yang sebelumnya telah disajikan pada bab V, yaitu Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Selatan. Pembahasan ini didukung oleh teori yang mendukung dan peneliti juga akan membahas keterbatasan dalam penelitian ini.

#### **A. Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19**

Berdasarkan tujuan umum penelitian yaitu untuk mengetahui gambaran pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan. Penelitian ini dilakukan di UPTD Puskesmas Kuta Selatan yang melibatkan 144 responden. Berdasarkan hasil penelitian tentang pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan didapatkan sebagian besar pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui adalah cukup yaitu sebanyak 106 responden (73,6%), pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui baik sebanyak 32 responden (22,2%), dan pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui kurang sebanyak 6 responden (4,2%).

Berdasarkan asumsi peneliti, dari hasil penelitian didapatkan hasil sebagian besar pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dalam kategori cukup yaitu sebanyak 106 responden (73,6%), hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa indikator antara lain asupan makanan, pola makan, tingkat ekonomi keluarga, dan tingkat pengetahuan. Pemenuhan nutrisi ibu menyusui berperan penting dalam produksi ASInya, ibu menyusui harus memperhatikan pemenuhan nutrisinya untuk menghasilkan ASI dengan kualitas dan kuantitas yang baik untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayinya. Berdasarkan hasil penelitian sebanyak 106 responden (73,6%) dalam kategori cukup dan 6 responden (4,2%) dalam kategori kurang, hal ini perlu ditingkatkan untuk memenuhi nutrisi ibu selama menyusui dengan cara

memperhatikan asupan makanan, memperhatikan pola makan, dan menggali informasi lebih banyak terkait nutrisi selama menyusui.

Nutrisi adalah makanan dan zat gizi dalam makanan yang berguna bagi kesehatan. Zat gizi atau nutrient merupakan zat-zat makanan yang terkandung dalam suatu bahan pangan yang dapat dimanfaatkan oleh tubuh (Kristiyanasari, 2010). Gizi atau nutrition adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yang dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi, penyimpanan, metabolism dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan, pertumbuhan dan fungsi normal dari organ serta menghasilkan energi. Makanan adalah bahan selain obat yang mengandung zat gizi dan atau unsur ikatan kimia yang dapat diubah menjadi zat gizi oleh tubuh yang berguna bila dimasukan ke dalam tubuh. Bahan makanan adalah makanan dalam keadaan mentah. Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi (Almatsier, 2015).

Nutrisi ibu menyusui adalah makanan sehat selain obat yang mengandung protein, lemak, mineral, air dan karbohidrat yang dibutuhkan oleh ibu menyusui dalam jumlah tertentu selama menyusui, sehingga apabila gizi tidak terpenuhi akan menghambat produksi ASI dan dapat mempengaruhi komposisi serta asupan nutrisi untuk bayi baru lahir. Ibu menyusui memiliki kebutuhan yang banyak akan asupan gizi yang terkandung didalam setiap makanan yang dikonsumsinya dengan memperhatikan kebutuhan yang diperlukan oleh tubuhnya (Hastuti, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Radharisnawati (2017) tentang hubungan pemenuhan gizi ibu dengan kelancaran air susu ibu (ASI) pada ibu menyusui di Puskesmas Bahu Kota Manado diperoleh hasil bahwa lebih banyak responden yang pemenuhan kebutuhan gizinya terpenuhi yakni berjumlah 77 responden dengan persentase 81,1 %. Berdasarkan pendapat yang dikemukakan oleh Vivian (2010) mengatakan bahwa ibu menyusui membutuhkan nutrisi yang cukup, gizi seimbang, terutama kebutuhan protein dan karbohidrat. Ibu menyusui tidaklah terlalu ketat dalam mengatur nutrisinya, yang terpenting

adalah makanan yang menjamin pembentukan ASI yang berkualitas dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya. Hal ini dikuatkan oleh pendapat Ambarwati (2010) Nutrisi adalah zat yang dibutuhkan untuk keperluan metabolismenya. Kebutuhan gizi pada ibu menyusui meningkat untuk produksi ASI. (Khamzah, Siti Nur. 2012).

## **B. Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi Berdasarkan Sub Variabel Yang Di Teliti**

### **1. Asupan Makanan**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki asupan makanan cukup yaitu sebanyak 104 responden (72,2%), ibu menyusui yang memiliki asupan makanan yang kurang sebanyak 25 responden (17,4%), dan ibu menyusui yang memiliki asupan makanan yang baik sebanyak 15 responden (10,4%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu sudah paham tentang pemenuhan nutrisi atau kebutuhan nutrisi yang cukup untuk ibu menyusui tetapi perlu ditingkatkan untuk memenuhi nutrisi ibu selama menyusui. Asupan nutrisi yang baik akan mempengaruhi kualitas produk ASI dari ibu menyusui. Jadi ibu menyusui sangat membutuhkan nutrisi yang cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Berdasarkan jawaban pernyataan kuesioner pada pernyataan terkait asupan makanan di dapatkan bahwa sebagian besar responden menjawab “tidak pernah” yaitu sebanyak 89 responden (61,8%), pada pernyataan ibu menyusui mengkonsumsi obat penambah darah (suplemen Zat Besi) selama menyusui. Bagi ibu menyusui dapat memperhatikan asupan makanan seperti karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral, selain itu salah satu nutrisi yang penting bagi ibu selama menyusui adalah zat besi. Zat besi merupakan salah satu zat yang berperan penting dalam pertumbuhan bayi (Ernawati et,al, 2019). Kebutuhan zat besi menyusui ibu meningkat karena digunakan untuk pembentukan sel dan jaringan baru. Selain itu zat besi untuk ibu menyusui juga merupakan unsur penting dalam pembentukan hemoglobin pada sel darah merah. Asupan

makanan (gizi) yang baik selalu mengacu pada gizi seimbang yaitu terpenuhinya semua zat gizi sesuai dengan kebutuhan dan seimbang.

Asupan makanan (gizi) merupakan susunan makana yang dikonsumsi setiap hari untuk mencukupi kebutuhan tubuh, baik kualitas maupun kuantitasnya. Kualita menunjukan adanya semua zat gizi yang diperlukan oleh tubuh dalam susunan makanan sedangkan kuantitas menunjukan masing-masing zat gizi terhadap kebutuhan tubuh (Sartika Dewi, 2005 dalam Endah & Oktavianti, 2014). Asupan gizi yang baik selalu mengacu pada gizi seimbang yaitu terpenuhinya semua zat gizi sesuai dengan kebutuhan dan keseimbangan. Terdapat enam unsur zat gizi yang harus terpenuhi yaitu: karbohidrat, protein, dan lemak merupakan zat gizi makro sebagai sumber energi, sedangkan vitamin dan mineral merupakan zat gizi mikro sebagai pengatur kelancaran metabolisme dalam tubuh (Endah & Oktavianti, 2014). Terdapat enam unsur zat gizi yang harus terpenuhi yaitu karbohidrat, protein, dan lemak merupakan zat gizi makro sebagai sumber energy, sedangkan vitamin dan mineral merupakan zat gizi mikro sebagai pengaturan kelancaran metabolisme (Muliarini,2010).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusparlina (2020), Menyatakan bahwa bahwa sebagian besar asupan makanan (nutrisi) ibu menyusui dalam kategori cukup yaitu sebanyak 22 orang (78,5%). Asupan gizi ibu menyusui sangatlah penting karena asupan gizi kurang atau lebih akan mempengaruhi produksi ASI ibu. Dengan mengkonsumsi makanan seperti sayuran, buah, nasi, dan lauk pauk ditambah minum susu yang cukup setiap hari maka secara otomatis produksi ASI juga akan lancar , dan sebaliknya apabila gizi ibu tidak tercukupi maka produksi ASI ibu juga akan tidak lancar (Endah & Oktavianti, 2014).

## 2. Pola Makan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pola makan ibu menyusui sebagian besar ibu menyusui memiliki pola makan dalam kategori baik yaitu sebanyak 55 responden (38,2%), ibu menyusui yang memiliki pola makan dalam kategori cukup sebanyak 54 responden (37,5%), dan ibu menyusui yang memiliki pola makan dalam kategori kurang sebanyak 35 responden (24,3%). Hal ini menunjukan bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan dalam kategori baik yaitu sebanyak 55 responden (38,2%). Pola makan sehat seperti makan teratur atau tepat waktu, mengkonsumsi makanan yang baik bagi pencernaan sehingga berdampak terhadap produksi asi lancar untuk memenuhi kebutuhan konsumsi bayinya. Hasil penelitian juga mendapatkan bahwa pola makan ibu menyusui dalam kategori baik sebanyak 55 responden (38,2%), hal ini perlu di pertahankan untuk menjaga produksi asi agar tetap cukup bagi bayinya dan mampu memenuhi kebutuhan energi bagi ibunya.

Berdasarkan jawaban pernyataan kuesioner pada pernyataan terkait pola makan di dapatkan bahwa sebagian besar responden menjawab ‘kadang-kadang’ sebanyak 65 responden (45,1%) pada pernyataan ibu selalu makan malam. pola makan yang teratur, makan 3x sehari dapat membantu pembentukan ASI ibu. Ibu menyusui harus memperhatikan pola makannya untuk melancarkan produksi ASInya. Pola makanan adalah tingkah laku atau kebiasaan dalam memenuhi kebutuhan makanan yang menggambarkan konsumsi makanan harian meliputi jenis makanan yang meliputi jenis, jumlah, dan frekuensi makanan (Andrian & Wirjatmadi, 2014 dalam Rahmawati & Suciara, 2020).

Hasil Penelitian didapatkan juga ibu menyusui yang memiliki pola makan dalam kategori cukup sebanyak 54 responden (37,5%), dan ibu menyusui yang memiliki pola makan dalam kategori kurang sebanyak 35 responden (24,3%), sehingga perlu di tingkatkan dengan memberikan informasi

seputar manfaat ASI bagi tumbuh kembang anak sehingga ibu termotivasi untuk melakukan pola makan yang lebih baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sanima *et.al*, (2017), didapatkan lebih dari separuh (66,7%) responden melakukan pola makan baik. Pola makan baik berhubungan dengan faktor pengetahuan ibu tentang penting memperhatikan pola makan untuk meningkatkan produksi ASI (Sanima, *et.al*, 2017). Berdasarkan karakteristik responden pada penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki pendidikan terakhir SMA yaitu sebanyak 77 responden (53,5%), yang mana ibu memahami dan mengetahui jenis-jenis makanan yang sehat untuk dikonsumsi pada masa menyusui.

### 3. Tingkat Ekonomi Keluarga

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil bahwa tingkat ekonomi keluarga ibu menyusui yang mana tingkat ekonomi keluarga didapatkan dari pendapatan keluarga perbulan, sebagian besar adalah <UMR 2.930.000 sebanyak 114 responden (79,2%), dan >UMR 2.930.000 sebanyak 30 responden (20,8%). Hal ini di dukung oleh karakteristik responden pada penelitian didapatkan bahwa pekerjaan sebagian besar responden adalah IRT (Ibu Rumah Tangga) yaitu sebanyak 108 responden (75,7%), yang artinya suami yang menjadi sumber pendapatan di dalam keluarga karena hanya suami yang berkerja.

Pendapatan ekonomi ibu menyusui dapat mempengaruhi pemilihan dan daya makanan yang dibeli ibu untuk kebutuhan konsumsinya, karena pendapatan merupakan faktor yang secara langsung mempengaruhi apakah seseorang atau sekelompok orang mampu atau tidak mampu memenuhi kebutuhan hidup. Status ekonomi memiliki peranan dalam ketersediaan makanan pada tingkat keluarga. Ketersediaan makanan dan ketahanan pangan tingkat keluarga sangat dipengaruhi oleh kemampuan daya beli atau pendapatan

keluarga. Pendapatan keluarga memiliki hubungan yang positif terhadap aspek pendidikan dan pekerjaan (Hidayatunnikma, 2019).

Masa pandemi COVID-19 juga sangat mempengaruhi pendapatan keluarga yang mana pada gambaran umum Puskesmas, wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan terletak di wilayah pariwisata yang mayoritas masyarakatnya berkerja sebagai pekerja pariwisata sehingga sangat berdampak pada pendapatan keluarga. Banyak pekerja pariwisata yang di PHK oleh perusahaannya karena pandemi COVID-19 yang menyebabkan masyarakat tidak memiliki penghasilan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hanoatubun (2020) menyatakan bahwa dampak pada sektor ekonomi pada masa pandemi COVID-19 di Indonesia yaitu terjadi PHK besar-besaran hasil data yang didapatkan  $\geq 1,5$  juta pekerja dirumahkan dan terkena PHK yang mana 90% pekerja dirumahkan dan pekerja yang di PHK 10%.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hidayatunnikma, (2019) tentang pendapatan ekonomi ibu menyusui berpengaruh terhadap kualitas komponen makronutrien ASI di wilayah kerja Puskesmas Wonokusumo Kecamatan Semampir Surabaya, menunjukkan bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki pendapatan ekonomi tinggi Rp.2.500.000-3.499.000/bulan (28,1%), pendapatan ekonomi sedang yaitu Rp. 1.500.000-2.499.000/bulan (36,0%), dan pendapatan ekonomi rendah Rp $\leq$ 1.500.000 3,4%. Rata-rata pendapatan ekonomi ibu menyusui yaitu pada tingkat sedang. Pengukuran pendapatan di bagi dalam beberapa aspek, yaitu gaji pokok, tunjangan, bonus, dan pendapatan lainnya.

#### 4. Tingkat Pengetahuan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki pengetahuan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 73 responden (50,7%), ibu menyusui yang memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik sebanyak 64 responden (44,4%), dan ibu menyusui yang memiliki tingkang pengetahuan dalam kategori kurang sebanyak 7 responden (4,9%).

Berdasarkan kuesioner penelitian responden menjawab dengan “salah” pada pernyataan “pada ibu menyusui yang mengkonsumsi ikan dapat meningkatkan perkembangan otak bayi” sebanyak 129 responden (89,6%). Hal tersebut mungkin disebabkan oleh kurangnya paparan informasi dan pengetahuan ibu terkait dengan kandungan nutrisi dari ikan. Ikan merupakan gizi yang mengandung asam lemak yang kaya akan manfaat, karena mengandung sebagian kecil asam lemak jenuh dan sebagian besar asam lemak tak jenuh. Asam lemak sangat diperlukan oleh bayi untuk perkembangan otak dan daya tahan tubuh (Diana, 2013).

Faktor pengetahuan ibu tentang nutrisi selama menyusui sangat penting untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI yang akan diberikan kepada bayinya. Berdasarkan karakteristik responden pada penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki pendidikan terakhir SMA yaitu sebanyak 77 responden (53,5%). Tingkat pendidikan ibu menyusui dapat berpengaruh pada pengetahuan ibu karena pengetahuan gizi memiliki peran penting dalam praktik pemilihan, pengolahan dan pengaturan makan ibu menyusui sehari-hari, sehingga ibu menyusui dapat mengkonsumsi makanan gizi seimbang setiap harinya.

Pengetahuan adalah hasil penginderaan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap obyek melalui indera yang dimilikinya (mata, hidung, telinga dan sebagainya) Faktor – faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan yaitu pendidikan, umur, pekerjaan, dan informasi (Notoatmodjo, 2010). Pengetahuan merupakan hal yang sangat penting dalam menunjang status gizi yang baik untuk ibu menyusui terlebih pengetahuan tentang nutrisi ibu selama menyusui yaitu segala sesuatu yang diketahui oleh ibu menyusui tentang gambaran konsumsi makanan secara normal untuk memenuhi kecukupan zat gizi dalam menyusui, jika seorang ibu menyusui tidak memenuhi kebutuhan gizinya dengan baik selama menyusui akan berpengaruh terhadap status gizi

ibu tersebut. Status gizi ibu menyusui memberikan peranan terhadap jumlah dalam memproduksi ASI (Doloksaribu, 2018).

Penelitian ini sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh Manggabarani *et.al* (2018), yang menunjukkan bahwa dari 97 ibu menyusui yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 66,0%. Penelitian terkait yang dilakukan oleh Pramesti *et.al* (2012), sebagian besar responden berpengetahuan cukup yaitu 44 responden (49,44%). Pengetahuan ibu berperan sebagai sumber pengetahuan utama dalam pemenuhan kebutuhan gizi baik bagi dirinya sendiri maupun kebutuhan gizi keluarga. Ibu yang memiliki pengetahuan gizi kurang berdampak pada tidak dapat memenuhi kebutuhan gizi dalam mendukung produksi ASI lancar.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Keterbatasan yang dialami peneliti dalam melakukan penelitian adalah Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner yang pertanyaannya dimasukan dalam *google form* secara online, sehingga banyak ibu menyusui bingung untuk menjawabnya menggunakan *google form* dan karena menggunakan *google form* secara online dan ibu menyusui mengisi *google form* itu sendiri mungkin saja responden tidak memberikan jawaban yang sesuai dengan kondisinya, sehingga hasilnya belum bias dipastikan akurat.

## **BAB VII**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

Pada Bab ini penulis akan menyimpulkan mengenai hasil penelitian dan pembahasan tentang temuan-temuan penelitian yang telah diuraikan secara lengkap dalam Bab sebelumnya. Penulis juga menulis saran-seran sebagai masukan untuk tindak lanjut penelitian ini.

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan gambaran pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui disimpulkan hasil sebagai berikut:

1. Gambaran pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan dengan responden 144 ibu menyusui didapatkan sebagian besar pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dalam kategori cukup yaitu sebanyak 106 responden (73,6%), pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dalam kategori baik sebanyak 32 responden (22,2%), dan pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dalam kategori kurang sebanyak 6 responden (4,2%).
2. Asupan makanan ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan sebagian besar ibu menyusui memiliki asupan makanan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 104 responden (72,2%), ibu menyusui yang memiliki asupan makanan dalam kategori kurang sebanyak 25 responden (17,4%), dan ibu menyusui yang memiliki asupan makanan dalam kategori baik sebanyak 15 responden (10,4%).
3. Pola makan ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan sebagian besar ibu menyusui memiliki pola makan dalam kategori baik yaitu sebanyak 55 responden (38,2%), ibu menyusui yang memiliki pola makan dalam kategori cukup sebanyak 54

responden (37,5%), dan ibu menyusui yang memiliki pola makan yang kurang sebanyak 35 responden (24,3%).

4. Tingkat ekonomi keluarga ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan, tingkat ekonomi keluarga ibu menyusui sebagian besar adalah <UMR 2.930.000 sebanyak 114 responden (79,2%), dan >UMR 2.930.000 sebanyak 30 responden (20,8%).
5. Tingkat pengetahuan ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan sebagian besar ibu menyusui memiliki pengetahuan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 73 responden (50,7%), ibu menyusui yang memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik sebanyak 64 responden (44,4%), dan ibu menyusui yang memiliki tingkang pengetahuan dalam kategori kurang sebanyak 7 responden (4,9%).

#### B. Saran

1. Bagi Petugas Kesehatan (Puskesmas Kuta Selatan)

Bagi petugas kesehatan disarankan agar tetap memberikan pelayanan yang optimal dan memberikan penyuluhan atau memberikan informasi yang bermanfaat bagi ibu menyusui terkait dengan pemenuhan nutrisi ibu selama menyusui baik dari segi asupan makanan, pola makan serta hal-hal penting lainnya.

2. Bagi Responden

Bagi responden agar selalu memperhatikan pemenuhan nutrisi ibu seperti asupan makanan dan pola makan untuk kebaikan ibu dan untuk kelancaran ASI yang diberikan kepada bayinya karena pemenuhan nutrisi ibu menyusui sangat berpengaruh kepada kualitas dan kuantitas ASI yang diberikan.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sebagai salah satu referensi yang berkaitan dengan pemenuhan nutrisi ibu menyusui. Peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih jauh dan lebih memperluas area penelitian atau menambah faktor-faktor yang berhubungan dengan nutrisi ibu

selama menyusui, kemudian peneliti selanjutnya juga dapat meneliti bagaimana pemenuhan nutrisi pada bayinya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S. (2012). *Prinsip Ilmu Gizi Dasar*. Gramedia: Jakarta
- Almatsier, S. (2015). *Prinsip Ilmu Gizi Dasar edisi ke 9*. PT. Gramedia Pustaka.
- Ambarwati, E. R. (2010). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta
- Andriani, M., & Wirjatmadi, B. (2014). *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Jakarta: Kencana
- Dinas Kesehatan Pemerintah Provinsi Bali. (2020). *Info Kesehatan: Perkembangan Penyebaran Virus Coron*, 2020. Diakses tanggal 27 November 2020 [Info Kesehatan : Perkembangan Penyebaran Virus Corona - Dinas Kesehatan Provinsi Bali \(baliprov.go.id\)](http://baliprov.go.id)
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2019). *Profil Kesehatan Provinsi Bali tahun 2019*. Pemerintah Provinsi Bali Dinas Kesehatan
- Doloksaribu, L. G. (2018). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Pola Makan Ibu Menyusui Dengan Status Gizi Ibu Menyusui Bayi 0-6 Bulan Di Desa Sekip Lubuk Pakam*. Dosen Jurusan Gizi Poltekkes Medan. VOLUME 7 No.1. Diakses tanggal 20 April 2021. VOLUME 7 No.1. [12.-Lusyana-Gloria.pdf](http://12.-Lusyana-Gloria.pdf)
- Endah, E., & Oktavianti, W. (2014). *Hubungan Asupan Gizi Ibu Menusui Dengan Produksi ASI Pada Bayi Usia 0-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Mojopanggung Kelurahan Penataban Banyuwangi 2014*. Healthy Vol. No. 1 Tahun 2014. Diakses tanggal 19 November 2020. [jurnal55-Article\\_Text-87-2-10-20190626.pdf](http://jurnal55-Article_Text-87-2-10-20190626.pdf)
- Ernawati, D., Ismarwati., & Hutapea, H. P. (2019). Analisa Kandungan Fe dalam Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui. Jurnal Ners Dan Kebidanan. Diakses tanggal 10 Mei 2021. <http://jnk.phb.ac.id/index.php/jnk>
- Handayani, S., & Husna, P. H. (2015). *Faktor Determinan Rendahnya Pemberian ASI Eksklusif*. Akper Giri Satria Husada Wonogiri. Diakses tanggal 19 November 2020. [jurnal19-38-1-SM.pdf](http://jurnal19-38-1-SM.pdf)
- Hanoatubun, S. (2020). Dampak COVID-19 Terhadap Perekonomian Indonesia. Universitas Kristen Satya Wacana. Diakses tanggal 27 April 202. [423- Article Text-882-1-10-20200424.pdf](http://423- Article Text-882-1-10-20200424.pdf)

- Hariani, R., Amareta, D., & Suryana, A. (2016). *Pola Pemberian ASI dan Makanan Pendamping ASI Terhadap Grafik Pertumbuhan Pada Kartu Menuju Sehat (KMS)*. Jurnal Ilmiah INOVASI, Vol.1 No.1 Hal. 41-46, Edisi Januari-April 2016, ISSN 1411-5549. Diakses tanggal 20 November 2020. <jurnal\5-22-1-PB.pdf>
- Haryono, R., & Setianingsih, S. (2014). *Manfaat Asi Eksklusif Untuk Buah Hati Anda*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Hastuti, P., & Wijayanti, I. (2017). *Pengaruh Pemenuhan Nutrisi Dan Tingkat Kecemasan Terhadap Pengeluaran ASI Desa Sumber Rembang*. Martenal VOL. II NO. 2 Oktober 2017. Diakses tanggal 20 April 202. <560-2056-1-PB.pdf>
- Hidayatunnikmah, N. (2019). *Pendapatan Ekonomi Ibu Menyusui Berpengaruh Terhadap Kwalitas Komponen Makronutrien Asi*. Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan) Vol. 4 No. 2 Tahun 2019. Diakses tanggal 10 Desember 2020. <jurnal\796-Article Text-1994-2-10-20191130.pdf>
- Kultsum, U. (2012). *Konsultasi Kelahiran dan Menyusui Secara Medis dan Islam*. Bandung: Toobagus Publishing.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Buku Ajar Kesehatan Ibu Dan Anak*. Jakarta.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pelayanan Gizi Pada Masa Tanggap Darurat Covid-19*. Jakarta.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2018*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Indonesia, 2019.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Situasi Terkini Perkembangan Coronavirus Disease (COVID-19)*. Diakses Tangal 25 Oktober 2020. [Infeksi Emerging Kementerian Kesehatan RI \(kemkes.go.id\)](Infeksi Emerging Kementerian Kesehatan RI (kemkes.go.id))
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Buku Ajar Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI. 2020.

- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Pedoman Pencegahan Dan Pengendalian Coronavirus Disease (COVID-19)*. Kementrian Kesehatan RI.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Data Dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2018*. Jakarta.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Panduan Gizi Seimbang Pada Masa Pandemi Covid-19*. Jakarta.
- Khamzah, S. N. (2012). *Segudang Keajaiban ASI Ynagn Harus Anda Ketahui*. Yogyakarta.
- Kristiyanasari, W. (2010). *Gizi Ibu Hamil*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Kusparlina, E. (2020). *Hubungan Antara Asupan Nutrisi Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Yang Menyusui Bayi Usia 0-6 Bulan*. Akademi Kebidanan Muhammadiyah Madiun. Volume 7 Nomor 2 September 2020. Diakses tanggal 20 April 2021.
- Maharani, H., Pangestuti, D. R., & Pradigdo, S. F., (2016) *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Status Gizi Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang*. JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT (e-Journal) Volume 4, Nomor 3, April 2016 (ISSN: 2356-3346). Diakses tanggal 19 Januari 2021. [12875-26084-1-SM.pdf](https://www.semarnet.id/index.php/jurnal_kehatan_masyarakat/article/view/12875-26084-1-SM.pdf)
- Manggaran, S., Hadi, A., Said, I., & Bunga, S., (2018) *Hubungan Pengetahuan, Status Gizi, Pola Makan, Pantangan Makanan Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Menyusui*. Depatemen Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia. Jl. Kapten Sumarsono No.107, 20124 Medan Indonesia. Diakses tanggal 20 April 2021 [Relationship\\_Knowledge\\_Nutrition\\_Status.pdf](https://www.semarnet.id/index.php/jurnal_kehatan_masyarakat/article/view/12875-26084-1-SM.pdf)
- Marmot, M., (2010) *Fair Society, Healthy Live*. The Marmot Review Executive Summary.
- Marmi. (2012). *Asuhan Neonatu, bayi, balita, dan anak prasekolah*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. (P. P. Lestari, Ed.) (4th ed.). Jakarta: Salemba Medika.

- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Pramesti, D., Ambar, D. E., & Dewi, S. R. (2012). *Sikap Ibu Menusui Tentang Gizi Ibu Menyusui di Puskesmas Bandar I Kecamatan Bandar Kabupaten Batang*. Jurnal Ilmu dan Tek.Kesehatan, Vol 3 No 1 Juli 2012. Diakses tanggal 18 November 2020. [jurnal64-115-1-SM.pdf](#)
- Pemerintahan Kabupaten Badung, Dinas Kesehatan. (2019). *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kabupaten Badung 2018*. Mangupura.
- Radharisnawat, Ni Kadek., Kundre, Rina., & Pondaag, Linnie. (2017). *Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Gizi Ibu Dengan Kelancaran Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui di Puskesmas Bahu Kota Manado*. e-jurnal Keperawatan (e-Kp) Volume 5 Nomor 1, Februari 2017. Diakses tanggal 18 November 2020. [jurnal14691-29422-1-SM \(1\).pdf](#)
- Rahmawati, Anita & Suciara, Charisma. (2020). *Faktor Internal dan Eksternal yang Berhubungan Dengan Pola Makan Ibu Menyusui*. Jurnal Perawat Indonesia, Volume 4 No 2 , Hal 13-18, Agustus 2020. Diakses tanggal 10 Desember 2020. [jurnal356-2335-3-PB.pdf](#)
- Saputri, N. S., Anbarani, M. D., Toyamah, N., & Yumna, A. (2020). *Dampak Pandemi COVID-19 Pada Layanan Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak (KIA)*: Studi Kasus Di Lima Wilayah Di Indonesia. Catatan Penelitian Semeru No.5. tahun 2020. [jurnalcp05\\_covidkia\\_in.pdf](#)
- Sanima, U.N., & Lasri. (2017). *Hubungan Pola Makan Dengan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui di Posyandu Mawar Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang*. Nursing News Volume 2, Nomor 3, 2017. Diakses tanggal 18 November 2020. [jurnal576-679-1-SM \(1\).pdf](#)
- Swarjana, I. K. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Edisi II). Yogyakarta: ANDI.
- Dewi, Vivian. & Sunarsih, Tri. (2011). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Salemba Medika: Yogyakarta.
- Wulandary, H. T. & Sulfianti. (2020). *Gizi Dan Kesehatan*. Yayasan Kita Menulis.

World Health Organization. (2020). *WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard*. Diakses tanggal 25 Oktober 2020. [WHO Coronavirus Disease \(COVID-19\) Dashboard](https://covid19.who.int/WHO_Coronavirus_Disease_(COVID-19)_Dashboard.html) | WHO Coronavirus Disease (COVID-19) Dashboard

## Lampiran 1.

## JADWAL PENELITIAN

## **KUESIONER**

### **GAMBARAN PEMENUHAN NUTRISI (GIZI) IBU MENYUSUI DI MASA PANDEMI COVID-19**

---

**A. Mohon kesediaannya membaca hal-hal berikut ini dengan baik:**

1. Bersama ini, saya mahasiswa Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali (ITEKES Bali) anak menanyakan kepada saudara beberapa hal terkait dengan Pemenuhan Nutrisi Ibu Menyusui.
2. Bila saudara bersedia menjadi responden, mohon untuk mengisi atau menjawab pertanyaan atau pernyataan google form yang telah disediakan.
3. Jika Saudara menjawab atau melengkapi pertanyaan google form yang telah disediakan, maka saya menyimpulkan saudara bersedia menjadi Responden dalam penelitian saya ini.
4. Setelah menjawab dengan lengkap, mohon kesediaanya mengirimkan jawaban melalui link yang sudah disediakan kembali kuesioner ini kepada saya, atas partisipasinya saya ucapkan terima kasih.
5. Jawaban yang saudara berikan dijamin kerahasiaanya dan data akan disajikan secara umum/global bukan individu.

**B. PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER**

1. Bacalah Pertanyaan atau pernyataan dengan teliti sebelum saudara menjawab.
2. Mohon lengkapi data identitas dengan mengisi google form yang telah disediakan.
3. Kuesioner Pemenuhan Nutrisi Ibu Menyusui (Sebelum menjawab, bacalah dengan baik semua petunjuk dan pertanyaan/pernyataan, jawablah

pertanyaan/pernyataan berikut dengan memilih salah satu jawaban yang dianggap benar pada google form yang telah disediakan).

### C. KARAKTERISTIK RESPONDEN

Berikan tanda (✓) pada kotak yang disediakan sesuai dengan jawaban Ibu.

1. Nama (inisial) : .....

2. Umur : ..... (tahun)

3. Pendidikan :  Tidak sekolah

Tamat SD

Tamat SMP

Tamat SMA

Perguruan Tinggi

4. Pekerjaan :  Tidak Bekerja

IRT (ibu rumah tangga)

PNS

Wiraswasta/ Pedagang

Lainnya .....

5. Pendapatan keluarga per bulan :  < 2.930.000

> 2.930.000

### D. KUESIONER PEMENUHAN NUTRISI IBU MENYUSUI

#### 1. Pernyataan Terkait Pengetahuan Ibu Menyusui

- a. Jawablah dengan memberi tanda centang (✓) pada salah satu jawaban yang telah disediakan yaitu Benar dan Salah.

Pertanyaan terkait pengetahuan ibu menyusui terhadap nutrisi selama menyusui			
No	Pertanyaan	Benar	Salah

1.	Kualitas ASI dipengaruhi oleh status gizi ibu		
2.	Gizi ibu menyusui mempengaruhi kesehatan dan status gizi bayi		
3.	Selama menyusui ibu dilarang mengkonsumsi susu, kacang – kacangan dan telur		
4.	Zat besi pada ibu menyusui mempengaruhi gizi bayi		
5.	Konsumsi teh dan kopi yang berlebih dapat mempengaruhi kualitas ASI		
6.	Zat gizi terdiri dari karbohidrat, vitamin, protein dan mineral		
7.	Ibu menyusui dapat mengkonsumsi minuman berkafein seperti soda, kopi, dan teh.		
8.	Ibu yang mengkonsumsi alkohol dapat memberikan dampak yang buruk bagi perkembangan saraf bayi		
9.	Protein diperlukan dalam pembentukan ASI		
10.	Pada ibu menyusui yang Mengkonsumsi ikan dapat meningkatkan perkembangan otak bayi		
Total Skor :			

## 2. Pernyataan Terkait Asupan Makanan Dan Pola Makan Ibu Menyusui

- Jawablah pernyataan berikut dengan memberi tanda centang (✓) pada salah satu jawaban yang telah disediakan. Pernyataan berikut terkait dengan asupan makanan dan pola makan ibu menyusui.
- Keterangan singkatan pada jawaban yang akan anda pilih:
 

SL = Selalu  
 SR = Sering  
 KK = Kadang-kadang  
 JR = Jarang  
 TP = Tidak Pernah

Pernyataan terkait Asupan makanan						
	Pernyataan	SL	SR	KK	JR	TP

11.	Ibu makan makanan yang bergizi selama menyusui					
12.	Ibu mengkonsumsi asupan protein seperti telur, daging, tempe, tahu, dan kacang-kacangan untuk meningkatkan kualitas ASI					
13.	Ibu mengkonsumsi kopi, minuman bersoda, dan teh selama menyusui					
14.	Ibu mengkonsumsi buah-buahan yang mengandung vitmin C seperti jeruk, lemon, stroberi, dan leci selama menyusui					
15.	Ibu mengkonsumsi makanan berlemak seperti, gorengan, makanan bersantan selama menyusui					
16.	Ibu mengkonsumsi kacang-kacangan selama menyusui					
17.	Ibu mengkonsumsi obat penambah					

	darah (suplemen Zat besi) selama menyusui					
18.	Ibu mengkonsumsi banyak sayuran hijau selama menyusui					
19.	Porsi atau jumlah makanan ibu saat menyusui lebih banyak dibandingkan sebelum menyusui					
Pernyataan terkait pola makan						
20.	Ibu sarapan sebelum beraktivitas					
21.	Ibu makan siang					
22.	Ibu selalu makan malam					
23.	Ibu mengkonsumsi snack / cemilan					
24.	Ibu sering telat makan					
Total Skor :						

#### E. Kisi-kisi Kuesioner pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui

No	Pernyataan	No Item Pernyataan Positif	No item Pernyataan Negatif
1.	Tingkat ekonomi keluarga	1	-
2.	Tingkat pengetahuan ibu menyusui	2, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 11	4, 8
3.	Asupan makanan	12, 13, 14, 15, 17, 18, 19, 20	16
4.	Pola makan	21, 22, 23, 24	25
	Jumlah	25	

Lampiran 3.

### **LEMBAR PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada:

Yth. Calon Responden Penelitian

Di Badung

Dengan hormat,

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ni Komang Wina Wartini

NIM : 17C10038

Pekerjaan : Mahasiswa semester VII Program Studi Sarjana Keperawatan, Institut Teknologi dan Kesehatan (ITEKES) Bali

Alamat : Jl. Segara Kulon Lingk. Purwa Santhi Tanjung Benoa

Bersama ini saya mengajukan permohonan kepada Saudara untuk bersedia menjadi responden dalam penelitian saya yang berjudul “Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan” yang mengumpulkan datanya akan dilaksanakan pada bulan Februari – Maret 2021. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan. Saya akan tetap menjaga segala kerahasiaan data maupun informasi yang diberikan.

Demikian surat permohonan ini disampaikan, atas perhatian, kerjasama dan kesediaannya saya mengucapkan terimakasih.

Badung, 14 Januari 2021

Peneliti



Ni Komang Wina Wartini

NIM. 17C10038

Lampiran 4

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama/Inisial : .....

Umur : .....

Jenis Kelamin : .....

Alamat : .....

Menyatakan bersedia menjadi responden pada penelitian yang dilakukan oleh Ni Komang Wina Wartini mahasiswa Program Studi Sarjana Keperawatan Institut Teknologi dan Kesehatan Bali yang berjudul “Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan”. Dan saya akan mengikuti proses penelitian serta menjawab kuesioner yang diberikan dengan sejujur-jujurnya.

Oleh karena itu saya menyatakan bahwa saya bersedia menjadi responden pada penelitian ini dengan suka rela dan tanpa adanya paksaan dari pihak manapun.

Denpasar,.....2021

Responden

(.....)

## Lampiran 5.

### LEMBAR PERNYATAAN UJI VALIDITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Made Nurtini, M.Kes.  
NIDN : 0808018201

Menyatakan bahwa mahasiswa yang tersebut Namanya di bawah ini telah selesai melakukan uji Face Validity. Mahasiswa tersebut adalah:

Nama : Ni Komang Wina Wartini

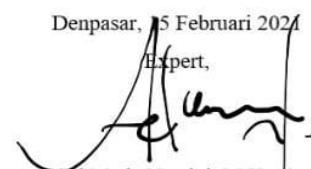
NIM : 17C10038

Masalah Penelitian : Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Selatan

Sebagai expert, dengan ini menyatakan bahwa kuesioner yang bersangkutan telah memenuhi kriteria alat pengumpulan data dalam penelitian yang akan dilakukan.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 15 Februari 2024

Expert,  
  
(Ni Made Nurtini, M.Kes.)

## LEMBAR PERNYATAAN UJI VALIDITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ns. IA. Ningrat Pangruating Diyu, S.Kep., M.S  
NIDN : 0801079006

Menyatakan bahwa mahasiswa yang tersebut Namanya di bawah ini telah selesai melakukan uji Face Validity. Mahasiswa tersebut adalah:

Nama : Ni Komang Wina Wartini  
NIM : 17C10038  
Masalah Penelitian : Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Selatan

Sebagai expert, dengan ini menyatakan bahwa kuesioner yang bersangkutan telah memenuhi kriteria alat pengumpulan data dalam penelitian yang akan dilakukan.

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 15 Februari 2021

Expert,



(Ns. IA. Ningrat Pangruating Diyu, S.Kep., M.S)

## Lampiran 6.



YAYASAN PENYELENGGARA PENDIDIKAN LATIHAN DAN PELAYANAN KESEHATAN BALI  
**INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN BALI (ITEKES BALI)**

Ijin No. 197/KPT/I/2019 Tanggal 14 Maret 2019

Kampus I: Jalan Tukad Pakerisan No. 90, Panjer, Denpasar, Bali. Telp. 0361-221795, Fax. 0361-256937  
Kampus II: Jalan Tukad Balian No. 180, Renon, Denpasar, Bali. Telp. 0361-8956208, Fax. 0361-8956210  
Website: <http://www.itekes-bali.ac.id>

Denpasar, 28 Januari 2021

Nomor : DL.02.02.0391.TU.I.2021  
Sifat : Penting  
Lampiran : I (gabung)  
Hal : **Permohonan Izin Penelitian**

Kepada:  
Yth. Kepala Dinas Penanaman  
Modal dan Pelayanan Terpadu Satu  
Pintu Provinsi Bali  
di

Denpasar

Dengan hormat,

Dalam rangka memenuhi tugas akhir bagi mahasiswa tingkat IV / semester VIII Program Studi Sarjana Keperawatan ITEKES Bali, maka mahasiswa yang bersangkutan diharuskan untuk melaksanakan penelitian.

Adapun mahasiswa yang akan melakukan penelitian tersebut atas nama:

Nama : Ni Komang WinaWartini  
NIM : 17C10038  
Tempat/Tanggal Lahir : Denpasar, 27 Mei 1999  
Alamat : Jl. Segara Kulon, Lingk. Purwa Santri, Tanjung Benoa, Badung, Bali.  
Judul Penelitian : Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Selatan.  
Tempat Penelitian : UPT Puskesmas Kuta Selatan  
Waktu Penelitian : Februari – Maret 2021  
Jumlah Sampel : 144 orang

Demikian permohonan ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik selama ini kami mengucapkan terima kasih.



Tembusan disampaikan kepada Yth :

1. Ketua YPPLPK Bali di Denpasar
2. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Badung
3. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Badung
4. Kepala UPT Puskesmas Kuta Selatan
5. Arsip

## Lampiran 7.

 <p><b>PEMERINTAH PROVINSI BALI</b> <b>DINAS PENANAMAN MODAL DAN PELAYANAN TERPADU</b> <b>SATU PINTU</b> Jalan Raya Puputan, Niti Mandala Denpasar 80235 Telp. (0361) 243804 Fax. (0361) 256905 website: <a href="http://www.dpmptsp.baliprov.go.id">www.dpmptsp.baliprov.go.id</a> e-mail: <a href="mailto:dpmptsp@baliprov.go.id">dpmptsp@baliprov.go.id</a></p>	
<p>Nomor Lampiran : 070/487/IZIN-C/DISPMPT</p> <p>Lampiran : -</p> <p>Hal : <u>Surat Keterangan Penelitian /</u> <u>Rekomendasi Penelitian</u></p>	<p>Kepada Yth. Bupati Badung cq. Kepala DPMPTSP Kabupaten Badung di -</p> <p><u>Tempat</u></p>
<p>I. Dasar</p> <ol style="list-style-type: none"><li>Peraturan Gubernur Bali Nomor 63 Tahun 2019 tanggal 31 Desember 2019 Tentang Standar Pelayanan Perizinan Pada Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu.</li><li>Surat Permohonan dari Rektor Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali Nomor DL.02.02.0391.TU.I.2021, tanggal 28 Desember 2020, Perihal Permohonan Izin Penelitian.</li></ol>	
<p>II. Setelah mempelajari dan meneliti rencana kegiatan yang diajukan, maka dapat diberikan Rekomendasi kepada:</p> <p>Nama : Ni Komang Wina Wartini Pekerjaan : Mahasiswa Alamat : Jl. Segara Kulon Lingk. Purwa Santhi Tanjung Benoa Judul/bidang : Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Selatan Lokasi Penelitian : UPT Puskesmas Kuta Selatan Jumlah Peserta : 1 Orang Lama Penelitian : 2 Bulan (01 Februari 2021 - 31 Maret 2021)</p>	
<p>III. Dalam melakukan kegiatan agar yang bersangkutan mematuhi ketentuan sebagai berikut :</p> <ol style="list-style-type: none"><li>Sebelum melakukan kegiatan agar melaporkan kedatangannya kepada Bupati/Walikota setempat atau pejabat yang berwenang.</li><li>Tidak dibenarkan melakukan kegiatan yang tidak ada kaitanya dengan bidang/judul Penelitian. Apabila melanggar ketentuan Surat Keterangan Penelitian / Rekomendasi Penelitian akan dicabut dihentikan segala kegiatannya.</li><li>Mentaati segala ketentuan perundang-undangan yang berlaku serta mengindahkan adat istiadat dan budaya setempat.</li><li>Apabila masa berlaku Surat Keterangan Penelitian / Rekomendasi Penelitian ini telah berakhir, sedangkan pelaksanaan kegiatan belum selesai, maka perpanjangan Surat Keterangan Penelitian / Rekomendasi Penelitian agar ditujukan kepada instansi pemohon.</li></ol>	
<p><b>IZIN INI DIKENAKAN</b> <b>TARIF RP 0,-</b></p>	<p>Bali, 05 Februari 2021 a.n GUBERNUR BALI KEPALA DINAS</p>
<p></p>	
<p><b>DEWA PUTU MANTERA</b> NIP. 19621231 198503 1 192</p>	
<p><b>Tembusan kepada Yth</b></p> <ol style="list-style-type: none"><li>Kepada Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Provinsi Bali di Denpasar</li><li>Yang Bersangkutan</li></ol>	
	<p>Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSsE</p>

Lampiran 8.

**PEMERINTAH KABUPATEN BADUNG**  
**DINAS PENANAMAN MODAL**  
**DAN PELAYANAN TERPADU SATU PINTU**  
PUSAT PEMERINTAHAN KABUPATEN BADUNG "MANGUPRAJA MANDALA"  
JALAN RAYA SEMPIDI, MENGWI, BADUNG BALI (80351)  
Telp. (0361) 4715259, Faks : (0361) 4715258 Email : dpmptspbadungkab@gmail.com  
Website : <http://dpmptsp.badungkab.go.id>

---

Nomor	:	694/SKP/DPMPTSP/II/2021	Kepada :
Lampiran	:	-	Kepala UPTD Puskesmas
Perihal	:	Surat Keterangan Penelitian	Kuta Selatan di - Manupura

Berdasarkan surat dari Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Provinsi Bali, Nomor : 070/487/IIZIN-C/DISPMT tanggal 5 Februari 2021 Perihal Surat Keterangan Penelitian / Rekomendasi Penelitian, maka Bupati Badung memberikan Surat Keterangan Penelitian Kepada :

Nama	:	NI KOMANG WINA WARTINI
Pekerjaan	:	MAHASISWA
Alamat Pemohon	:	JALAN SEGARA KULON LINGKUNGAN PURWA SANTHI, KELURAHAN TANJUNG BENOA, KECAMATAN KUTA SELATAN, KABUPATEN BADUNG
Nama Instansi	:	INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN BALI (ITEKES BALI)
Alamat Instansi	:	JALAN TUKAD BALIAN NO. 180, KELURAHAN RENON, KECAMATAN DENPASAR SELATAN, KOTA DENPASAR
Judul Penelitian	:	GAMBARAN PEMENUHAN NUTRISI (GIZI) IBU MENYUSUI DIMASA PANDEMI COVID-19 DI WILAYAH KERJA UPT PUSKESMAS KUTA SELATAN
Jumlah Peneliti	:	1 ORANG
Lokasi Penelitian	:	UPTD PUSKESMAS KUTA SELATAN
Tujuan Penelitian	:	SKRIPSI
Lama Penelitian	:	1 FEBRUARI 2021 S/D 31 MARET 2021

dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Sebelum mengadakan Penelitian agar melapor kepada Instansi yang dituju serta instansi yang tercantum pada tembusan surat ini.
2. Saat mengadakan Penelitian agar mentaati dan menghormati ketentuan yang berlaku pada lokasi Penelitian dan wilayah setempat.
3. Tidak dibenarkan melakukan kegiatan yang tidak ada kaitannya dengan tujuan penelitian dan apabila melanggar ketentuan yang berlaku maka Surat Keterangan Penelitian ini akan dicabut serta dihentikan segala kegiatannya.
4. Apabila masa berlaku Surat Keterangan Penelitian telah berakhir, sedangkan penelitian belum selesai agar mengurus kembali Surat Keterangan Penelitian sesuai ketentuan yang berlaku.
5. Setelah kegiatan Penelitian selesai, agar melapor ke Dinas Penanaman Modal dan Pelayanan Terpadu Satu Pintu Kabupaten Badung secara daring serta mengunggah hasil penelitian melalui aplikasi [www.laperon.badungkab.go.id](http://www.laperon.badungkab.go.id).

Dikeluarkan di : Mangupura  
Pada Tanggal : 10 FEBRUARI 2021

KEPALA DINAS PENANAMAN MODAL DAN  
PELAYANAN TERPADU SATU PINTU  
KABUPATEN BADUNG,

I MADE AGUS ARYAWAN, S.T., M.T.  
PEMBINA TINGKAT I  
NIP. 19720828 199803 1 018

**IZIN INI TIDAK  
DIPUNGUT BIAYA**

  
LAPERON  
<http://www.laperon.badungkab.go.id>  
ID:210209132352

Kebenaran dan keabsahan atas data yang ditampilkan dan disimpan dalam sistem LAPERON menjadi tanggung jawab pemohon.

**Tembusan disampaikan kepada :**

1. Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Badung.
2. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Badung
3. Yang Bersangkutan.
4. Arsip.

Catatan : Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh BSrE

 Belai  
Sertifikasi  
Elektronik

## Lampiran 9.



### KOMISI ETIK PENELITIAN INSTITUT TEKNOLOGI DAN KESEHATAN (ITEKES) BALI

Kampus II : Jalan Tukad Pakerisan No. 90, Panjer, Denpasar, Bali

Kampus II : Jalan Tukad Balian No. 180, Renon, Denpasar, Bali

Website : <http://www.itekes-bali.ac.id> | Jurnal : <http://ojs.itekes-bali.ac.id/>

Website LPPM : <http://lppm.itekes-bali.ac.id/>

Nomor : 03.0078/KEPITEKES-BALI/II/2021  
Lampiran : 1 Lembar  
Perihal : Penyerahan *Ethical Clearance*

Kepada Yth,

Ni Komang Wina Wartini

di – Tempat

Dengan Hormat,

Bersama ini kami menyerahkan *Ethical Clearance* / Keterangan Kelaikan Etik Nomor 04.0078/KEPITEKES-BALI/II/2021 tertanggal 19 Februari 2021

Hal hal yang perlu diperhatikan :

1. Setelah selesai penelitian wajib menyertakan 1 (satu) copy hasil penelitiannya.
2. Jika ada perubahan yang menyangkut dengan hal penelitian tersebut mohon melaporkan ke Komisi Etik Penelitian Institut Teknologi dan Kesehatan (ITEKES) BALI

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya kami ucapan terimakasih

Denpasar, 19 Februari 2021

Komisi Etik Penelitian ITEKES BALI



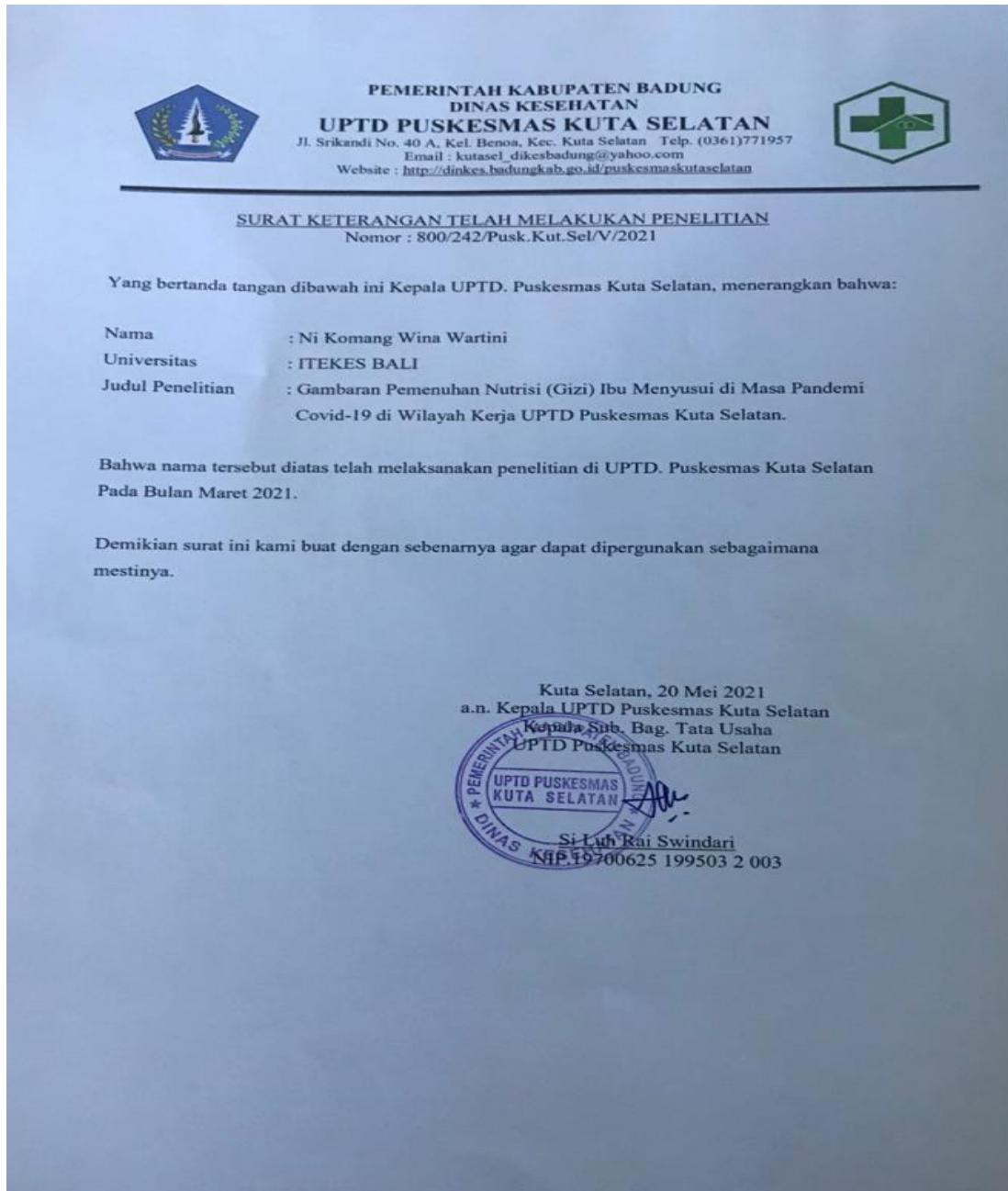
I Ketut Swarjana, S.KM., M.PH., Dr.PH

NIDN. 0807087401

Tembusan :

1. Instansi Peneliti
2. Instansi Lokasi Peneliti
3. Arsip

Lampiran 10.



Lampiran 11.

LEMBAR PERNYATAAN ANALISA DATA

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ns. Yustina Ni Putu Yusniawati, S.Kep., M.Kep.  
NIDN : 0819049201

Menyatakan bahwa mahasiswa yang disebutkan sebagai berikut :

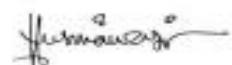
Nama : Ni Komang Wina Wartini  
NIM : 17C10038

Judul Proposal : Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui  
Di Masa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Selatan

Menyatakan bahwa dengan ini bahwa telah selesai melakukan analisa data pada data hasil penelitian yang bersangkutan.

Demikian surat ini dibuat agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 13 April 2021  
Penganalisa Data



(Ns. Yustina Ni Putu Yusniawati, S.Kep.,M.Kep.)  
NIDN. 0819049201

Lampiran 12.

### ANALISA DATA

#### 1. Karakteristik Responden

#### Statistics

		UMUR	PENDIDIKAN TERAKHIR	PEKERJAAN	PENDAPATAN KELUARGA/BL
		N			
N	Valid	144	144	144	144
	Missing	0	0	0	0
Mean		2.03	4.36	1.44	1.21
Std. Error of Mean		.015	.050	.067	.034
Median		2.00	4.00	1.00	1.00
Mode		2	4	1	1
Std. Deviation		.184	.598	.800	.408
Minimum		2	2	1	1
Maximum		3	5	3	2

#### UMUR

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20-35 TAHUN	139	96.5	96.5	96.5
	36-45 TAHUN	5	3.5	3.5	100.0
	Total	144	100.0	100.0	

#### PENDIDIKAN TERAKHIR

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SD	1	.7	.7	.7
	SLTP/SMP	6	4.2	4.2	4.9
	SLTA/SMA	77	53.5	53.5	58.3
	PT	60	41.7	41.7	100.0
	Total	144	100.0	100.0	

### PEKERJAAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	IRT	109	75.7	75.7	75.7
	PNS	7	4.9	4.9	80.6
	WIRASWASTA	28	19.4	19.4	100.0
	Total	144	100.0	100.0	

### PENDAPATAN KELUARGA/BLN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	< UMR 2.930.000	114	79.2	79.2	79.2
	> UMR 2.930.000	30	20.8	20.8	100.0
	Total	144	100.0	100.0	

### 2. Variabel Yang Di Teliti

#### Statistics

		KATEGORI PENGETAHUA	KETEGORI ASUPAN	KATEGORI POLA MAKAN
		N		
N	Valid	144	144	144
	Missing	0	0	0

### KETEGORI ASUPAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	BAIK	15	10.4	10.4	10.4
	CUKUP	104	72.2	72.2	82.6
	KURANG	25	17.4	17.4	100.0
	Total	144	100.0	100.0	

### KATEGORI POLA MAKAN

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	BAIK	55	38.2	38.2
	CUKUP	54	37.5	75.7
	KURANG	35	24.3	100.0
	Total	144	100.0	

### KATEGORI PENGETAHUAN

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	BAIK	64	44.4	44.4
	CUKUP	73	50.7	95.1
	KURANG	7	4.9	100.0
	Total	144	100.0	

### KAT\_P\_A\_M

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	BAIK	32	22.2	22.2
	CUKUP	106	73.6	95.8
	KURANG	6	4.2	100.0
	Total	144	100.0	

### PENDAPATAN KELUARGA/BLN \* KAT\_P\_A\_M Crosstabulation

Count		KAT_P_A_M			Total
		BAIK	CUKUP	KURANG	
PENDAPATAN	< UMR 2.930.000	23	85	6	114
KELUARGA/BLN	> UMR 2.930.000	9	21	0	30
Total		32	106	6	144

## Pernyataan Terkait Tingkat Pengetahuan

### Statistics

	P1	P2	P3	P4	P5	P6	P7	P8	P9	P10
Valid	144	144	144	144	144	144	144	144	144	144
N	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Missing										

### P1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid BENAR	144	100.0	100.0	100.0

### P2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0	2	1.4	1.4	1.4
Valid BENAR	142	98.6	98.6	100.0
Total	144	100.0	100.0	

### P3

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0	87	60.4	60.4	60.4
Valid BENAR	57	39.6	39.6	100.0
Total	144	100.0	100.0	

**P4**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0	7	4.9	4.9	4.9
Valid BENAR	137	95.1	95.1	100.0
Total	144	100.0	100.0	

**P5**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0	21	14.6	14.6	14.6
Valid BENAR	123	85.4	85.4	100.0
Total	144	100.0	100.0	

**P6**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0	4	2.8	2.8	2.8
Valid BENAR	140	97.2	97.2	100.0
Total	144	100.0	100.0	

**P7**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
0	100	69.4	69.4	69.4
Valid BENAR	44	30.6	30.6	100.0
Total	144	100.0	100.0	

P8

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	5	3.5	3.5
	BENAR	139	96.5	96.5
	Total	144	100.0	100.0

P9

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0 BENAR	2 142	1.4 98.6	1.4 98.6
	Total	144	100.0	100.0

P10

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	0	129	89.6	89.6	89.6
	BENAR	15	10.4	10.4	100.0
	Total	144	100.0	100.0	

## Pernyataan Terkait Asupan Makanan

## Statistics

**A1**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
JARANG	3	2.1	2.1	2.1
KADANG	52	36.1	36.1	38.2
Valid SERING	62	43.1	43.1	81.3
SELALU	27	18.8	18.8	100.0
Total	144	100.0	100.0	

**A2**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
JARANG	2	1.4	1.4	1.4
KADANG	48	33.3	33.3	34.7
Valid SERING	61	42.4	42.4	77.1
SELALU	33	22.9	22.9	100.0
Total	144	100.0	100.0	

**A3**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
TIDAK PERNAH	19	13.2	13.2	13.2
JARANG	24	16.7	16.7	29.9
KADANG	43	29.9	29.9	59.7
Valid SERING	56	38.9	38.9	98.6
SELALU	2	1.4	1.4	100.0
Total	144	100.0	100.0	

**A4**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	JARANG	13	9.0	9.0
	KADANG	80	55.6	55.6
	SERING	41	28.5	28.5
	SELALU	10	6.9	6.9
Total		144	100.0	100.0

**A5**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	SERING	53	36.8	36.8
	KADANG	74	51.4	51.4
	JARANG	15	10.4	10.4
	TIDAK PERNAH	2	1.4	1.4
Total		144	100.0	100.0

**A6**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TIDAK PERNAH	2	1.4	1.4
	JARANG	8	5.6	5.6
	KADANG	78	54.2	54.2
	SERING	49	34.0	34.0
	SELALU	7	4.9	4.9
	Total	144	100.0	100.0

**A7**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TIDAK PERNAH	89	61.8	61.8
	JARANG	19	13.2	75.0
	KADANG	20	13.9	88.9
	SERING	10	6.9	95.8
	SELALU	6	4.2	100.0
Total		144	100.0	100.0

**A8**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	JARANG	2	1.4	1.4
	KADANG	51	35.4	35.4
	SERING	66	45.8	45.8
	SELALU	25	17.4	17.4
	Total	144	100.0	100.0

**A9**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TIDAK PERNAH	2	1.4	1.4
	JARANG	1	.7	.7
	KADANG	77	53.5	53.5
	SERING	39	27.1	27.1
	SELALU	25	17.4	17.4
Total		144	100.0	100.0

### Pernyataan Terkait Pola Makan

#### Statistics

	M1	M2	M3	M4	M5
N	Valid 144	144	144	144	144
	Missing 0	0	0	0	0

#### M1

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TIDAK PERNAH	1	.7	.7
	JARANG	10	6.9	6.9
	KADANG	56	38.9	38.9
	SERING	54	37.5	37.5
	SELALU	23	16.0	16.0
	Total	144	100.0	100.0

#### M2

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	JARANG	2	1.4	1.4
	KADANG	60	41.7	41.7
	SERING	46	31.9	31.9
	SELALU	36	25.0	25.0
	Total	144	100.0	100.0

#### M3

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	JARANG	3	2.1	2.1
	KADANG	65	45.1	45.1
	SERING	42	29.2	29.2
				76.4

SELALU	34	23.6	23.6	100.0
Total	144	100.0	100.0	

**M4**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	JARANG	60	41.7	41.7
	KADANG	48	33.3	75.0
	SERING	21	14.6	89.6
	SELALU	15	10.4	100.0
	Total	144	100.0	100.0

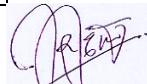
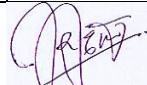
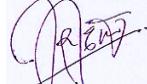
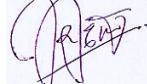
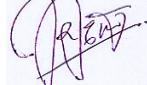
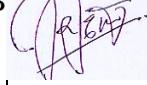
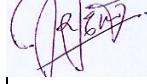
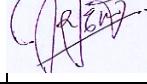
**M5**

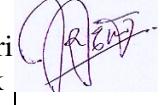
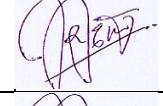
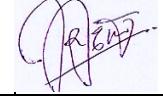
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	JARANG	41	28.5	28.5
	KADANG	48	33.3	61.8
	SERING	36	25.0	86.8
	SELALU	19	13.2	100.0
	Total	144	100.0	100.0

Lampiran 13

**FORMAT BUKU BIMBINGAN PROPOSAL  
MAHASISWA PROGRAM STUDI SARJANA  
KEPERAWATAN  
ITEKES BALI TAHUN AKADEMIK 2020/2021**

**Nama Mahasiswa** : Ni Komang Wina Wartini  
**NIM** : 17C10038  
**Pembimbing 1** : Ns. IGA Rai Rahayuni, S.Kep., MNS

No	Tanggal/ Jam	Kegiatan Bimbingan	Kontar/ Saran Perbaikan	Paraf Pembimbing
.	Senin, 19 Oktober 2020 1.00 WITA	Topik Interest	Menentukan interest area. Mencari topik sesuai interest area. Mencari jurnal terkait topik yang dipilih.	
.	Selasa, 20 Oktober 2020 3.13 WITA	Topik Interest	Menentukan variabel.	
.	Rabu, 21 Oktober 2020 0.11 WITA	Topik Interest	Acc topik dan acc judul proposal.	
.	Senin, 26 Oktober 2020 0.28 WITA	Berdiskusi	Mendiskusikan BAB I Membuat latar belakang	
.	Selasa, 27 Oktober 2020 1.00 WITA	Latar Belakang	Memperbaiki kalimat SPOK, menambahkan citation	
.	Selasa, 3 November 2020 1.00 WITA	BAB 1	Revisi BAB 1 bagian manfaat dan tujuan khusu. Tujuan khusus harus sesuai dengan indikator dari variabel.	
.	Rabu, 11 November 2029 2.17 WITA	BAB 1	Revisi tujuan khusus dan lanjut BAB I	
.	Jumat, 20 November 2020 5.15 WITA	BAB 1 dan BAB II	Paparkan key teori dan lanjut BAB II – BAB IV	
.	Jumat, 04 Desember 2020 2.00 WITA	BAB III	skala pada definisi operasional apakah yakin menggunakan skala tersebut.	

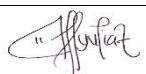
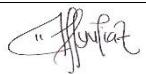
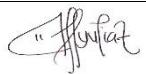
0	umat, 25 Desember 2020 9.44 WITA	BAB IV	Revisi BAB IV waktu penelitian, riteria eksklusi bukan kebalikan dari riteri inklusi, menambahkan uji etik dan uji validitas pada tahap persiapan, menambahkan kalimat sampai kuesioner terisi dan mendapatkan hasil pada tahap pelaksanaan.	
1	elasa, 05 Januari 021	BAB I-BAB IV	Perbaiki Definisi Operasional, Kriteria Inklusi, dan Analisa data.	
2	umat, 15	Finalisasi	ACC maju Ujian Proposal	

**FORMAT BUKU BIMBINGAN PROPOSAL  
MAHASISWA PROGRAM STUDI SARJANA  
KEPERAWATAN  
ITEKES BALI TAHUN AKADEMIK 2020/2021**

**Nama Mahasiswa** : Ni Komang Wina Wartini

**NIM** : 17C10038

**Pembimbing 2** : Ni Made Ayu Yulia Raswati Teja, S.SiT., M.Kes.

No	Tanggal/ Jam	Kegiatan Bimbingan	mentar/ Saran Perbaikan	Paraf Pembimbing
1.	Senin, 24 November 2020 12. 39 WITA	BAB I	Perbaikan citation, perbaikan tujuan khusus	
2.	Jumat, 27 November 2020 16.13 WITA	BAB I Mendiskusikan lempat penelitian	Mencari data-data terkait topik yang akan dibahas diwilayah yang akan dilakukan penelitian.	
3.	Rabu, 1 Desember 2020 21.23 WITA	BAB I, BAB II	Memperbaiki alinea paragraf, memperbaiki tanda baca, dan memperbaiki citation, lanjut BAB III dan BAB IV	
4.	Kamis, 17 Desember 2020 00.09 WITA	BAB II dan BAB III	Memperdalam materi terkait dengan topik yang akan diteliti di BAB II dan memperbaiki kerangka konsep di BAB III	
5.	Minggu, 20 Desember 2020 22.08 WITA	BAB III	Memperbaiki kerangka konsep dan memperbaiki definisi operasional	
6.	Rabu, 06 Januari 2020 11.10 WITA	BAB III dan BAB IV	Perbaikan definisi operasional, pernyataan pada kuesioner harus berisi pernyataan positif dan negatif dan diperjelas di coding, pembuatan kisi-kisi kuesioner, perbaikan analisa data,	
7.	Jumat, 10 Januari 2021 14.18 WITA	BAB III, BAB IV	Perbaikan definisi operasional dan perbaikan coding dan memperbaiki alenia paragraf dan tanda baca.	
8	Rabu, 13 Januari 2021	BAB I- BAB IV	Memperbaiki sistematis penulisan,	

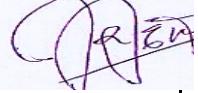
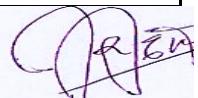
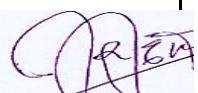
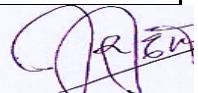
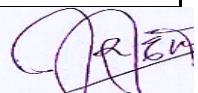
	17.25 WITA			
9	Kamis,14 Januari 2021 09.15 WITA	BAB I-BAB IV	Sistematis Penulisan, tanda baca, alenia paragraf.	
10	Sabtu, 16 Januari 2021 15.06 WITA	Finalisasi	Acc maju ujian proposal	

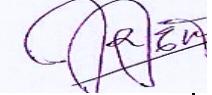
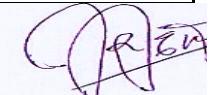
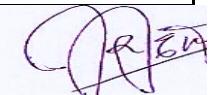
**FORMAT BUKU BIMBINGAN SKRIPSI  
MAHASISWA PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN  
ITEKES BALI TAHUN AKADEMIK 2020/2021**

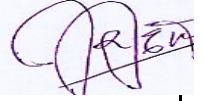
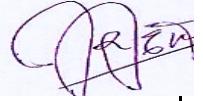
**Nama Mahasiswa : Ni Komang Wina Wartini**

**NIM : 17C10038**

**Pembimbing 1 : Ns. IGA Rai Rahayuni, S.Kep.,MNS**

No	Hari/Tanggal/ Jam	Kegiatan Bimbingan	Komentar/ Saran Perbaikan	Paraf Pembimbing
1.	Kamis, 08 April 2021	Bimbingan data excel	Mengisi keterangan dibawah tabel	
2.	Jumat, 09 April 2021	Acc data excel	Lanjut ke dosen analisa data	
3.	Kamis, 29 April 2021	Menjelaskan teknis penulisan BAB V, VI, VII	Menulis BAB V, VI, VII	
4.	Senin, 03 Mei 2021	Bimbingan BAB V	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perbaiki tabel hasil penelitian</li> <li>- Judul tabel dan tabel harus dalam satu halaman</li> </ul>	
5.	Selasa, 04 Mei 2021	Bimbingan Revisian BAB V	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perbaiki penulisan</li> <li>- Lanjut BAB VI</li> </ul>	

6.	Kamis, 06 Mei 2021	Bimbingan BAB VI	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bahas hasil penelitian Bab</li> <li>- Uraikan argument peneliti dan support dengan teori ataupun hasil penelitian sebelumnya</li> </ul>	
7.	Senin, 10 Mei 2021	Bimbingan revisian BAB VI	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Keterbatasan penelitian merujuk pada metode penelitian yang tidak bisa dilakukan sesuai dengan rencana awal.</li> </ul>	
8.	Rabu, 12 Mei 2021	Bimbingan BAB VII	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Membuat simpulan mengait pada tujuan penelitian</li> <li>- Pembuatan saran harus aplikatif</li> </ul>	

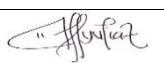
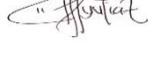
9.	Jumat, 14 Mei 2021	Bimbingan Revisian BAB VII	- Lanjut Finalisasi	
10.	Selasa, 25 Mei 2021	Finalisasi	ACC Bab I-VII Maju ujian skripsi.	

**FORMAT BUKU BIMBINGAN SKRIPSI**  
**MAHASISWA PROGRAM STUDI SARJANA KEPERAWATAN**  
**ITEKES BALI TAHUN AKADEMIK 2020/2021**

**Nama Mahasiswa : Ni Komang Wina Wartini**

**NIM : 17C10038**

**Pembimbing II : Ni Made Ayu Yulia Raswati Teja, S.SiT.,M.Kes**

No	Hari/Tanggal/ Jam	Kegiatan Bimbingan	Komentar/ Saran Perbaikan	Paraf Pembimbing
1.	Rabu, 12 Mei 2021	Bimbingan BAB V	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Memperbaiki penulisan</li> <li>- Perbaiki paragraf</li> </ul>	
2.	Jumat, 14 Mei 2021	Bimbingan Revisian BAB V	Jelaskan hasil dari pernyataan yang menyimpang	
3.	Sabtu, 15 Mei 2021	Bimbingan BAB VI	Bahas juga hasil yang menyimpang pada bab V di bab VI	
4.	Senin, 17 Mei 2021	Bimbingan Revisian BAB VI	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perbaiki penulisan , tambahkan tanggapan penulis tentang hasil dari jawaban responden</li> </ul>	

			<p>yang menyimpang</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- Lanjut BAB VII</li> </ul>	
5.	Rabu, 19 Mei 2021	Bimbingan BAB VII	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sesuaikan simpulan dengan tujuan</li> <li>- Perhatikan penulisan</li> <li>- Saran harus lebih aplikatif</li> </ul>	
6.	Kamis, 20 Mei 2021	Bimbingan Revisian BAB VII	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perhatikan penulisan</li> <li>- Lanjut gabung kan BAB I,II,III, IV,V,VI,VII</li> </ul>	
7.	Jumat, 21 Mei 2021	Bimbingan Revisian BAB I,II,III, IV,V,VI,VII	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pada bab IV ganti kata-kata akan menjadi sudah dilakukan/ melakukan</li> <li>- Lanjut finalisasi</li> </ul>	
8.	Sabtu, 22 Mei 2021	Bimbingan Finalisasi Skripsi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Perhatikan kembali</li> </ul>	

			penulisan keseluruhan	
9.	Senin, 24 Mei 2021	Bimbingan revision Finalisasi Skripsi	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pada abstrak perbaiki penulisan di bagian hasil penelitian</li> </ul>	
10.	Selasa, 25 Mei 2021	Finalisasi	ACC Bab I-VII Maju ujian skripsi.	

# **GAMBARAN PEMENUHAN NUTRISI (GIZI) IBU MENYUSUI DIMASA PANDEMI COVID-19 DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS KUTA SELATAN**

**(FULFILLMENT OF NUTRITION FOR BREASTFEEDING MOTHERS DURING THE COVID 19 PANDEMIC IN THE WORKING AREA OF PUBLIC HEALTH CENTER SOUTH KUTA)**

**<sup>1</sup>Ni Komang Wina Wartini, <sup>2</sup>I Gusti Ayu Rai Rahayuni,**

**<sup>3</sup>Ni Made Ayu Yulia Raswati Teja**

Fakultas Kesehatan

Program Studi Sarjana Keperawatan

Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali

Email: [winawartini99@gmail.com](mailto:winawartini99@gmail.com)

## **Abstrak**

**Latar Belakang:** Pandemi COVID-19 berdampak negatif pada berbagai sektor layanan publik, terutama pada sektor pelayanan kesehatan khususnya layanan gizi dan kesehatan ibu dan anak (KIA). Nutrisi pada ibu menyusui merupakan hal yang sangat penting karena mempengaruhi kualitas dan kuantitas ASI yang diberikan kepada bayinya.

**Tujuan:** Mengetahui gambaran pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain *deskriptif* dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini melibatkan ibu menyusui sebanyak 144 responden yang diambil dengan teknik *non-probability sampling* dengan metode *consecutive sampling*. Data dikumpulkan secara online menggunakan kuesioner pemenuhan nutrisi yang berupa *google form* pada masa new normal COVID-19 bulan Maret 2021, kemudian diolah dengan deskriptif statistik.

**Hasil:** Sebagian besar responden penelitian dengan kategori cukup yaitu 106 responden (73,6%), 32 responden (22,2%) dalam kategori baik, 6 responden (4,2%) dalam kategori kurang, dikarenakan sebagian besar responden memiliki pendapatan keluarga perbulan <UMR yang sehingga mempengaruhi daya beli konsumsi pangan untuk memenuhi kebutuhan nutrisinya. **Kesimpulan:** Ibu menyusui diharapkan selalu memperhatikan pemenuhan nutrisi ibu seperti asupan makanan dan pola makan untuk kebaikan ibu dan untuk kelancaran ASI karena pemenuhan nutrisi ibu menyusui sangat berpengaruh kepada kualitas dan kuantitas ASI yang diberikan.

**Kata Kunci:** Ibu menyusui, Pemenuhan nutrisi

## Abstract

**Background:** The COVID-19 pandemic has had a negative impact on various public service sectors, especially in the health service sector, especially nutrition and maternal and child health (MCH) services. Nutrition for breastfeeding mothers is very important because it affects the quality and quantity of breast milk given to their babies.

**Purpose:** The purpose of this study was to identify fulfillment of nutrition for breastfeeding mothers during the covid 19 pandemic in the working area of Public Health Center South Kuta. **Method:** This study employed a descriptive design with a cross sectional approach. The sample of this study involved 144 respondents who were breastfeeding mothers who were collected by using a non-probability sampling technique with a consecutive sampling method. Data was collected online using a nutrition fulfillment questionnaire of a google form during the new normal period of COVID-19 in March 2021, then processed with descriptive statistics.

**Result:** Most of the respondents of the study in the sufficient category, namely 106 respondents (73.6%), 32 respondents (22.2%) in the good category, 6 respondents (4.2%) in the less category, because most of the respondents have a monthly family income of < The minimum wage which thus affects the purchasing power of food consumption to meet their nutritional needs. **Conclusion:** Breastfeeding mothers are expected to always pay attention to the fulfillment of maternal nutrition such as food intake and eating patterns for the good of the mother and for the smooth flow of breastfeeding because the fulfillment of nutrition for breastfeeding mothers greatly affects the quality and quantity of breast milk given.

**Key Word:** Breastfeeding Mothers, Fulfillment Of Nutrition

## PENDAHULUAN

COVID-19 (Corona Virus Disease-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh virus SARS-COV 2 atau virus corona (Kemenkes RI, 2020). SARS-COV 2 merupakan corona virus jenis baru yang pertama kali ditemukan pada manusia di Wuhan Cina, pada bulan Desember 2019, kemudian diberi nama Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-COV 2), dan menyebabkan penyakit Covid-19 (Kemenkes RI, 2020). Pandemi covid-19 berdampak negatif pada berbagai sektor layanan publik, terutama pada sektor pelayanan kesehatan lebih khususnya layanan gizi dan kesehatan

ibu dan anak (KIA). Hal ini sejalan dengan temuan beberapa studi diberbagai negara yang menunjukkan pengaruh pandemi terhadap layanan gizi. Nutrisi pada ibu menyusui merupakan hal yang sangat penting karena nutrisi pada ibu menyusui mempengaruhi kualitas dan kuantitas ASI yang diberikan. (Saputri, *et.al*, 2020). Menurut Kultsum (2012), Kebutuhan nutrisi dan zat gizi yang dibutuhkan oleh ibu menyusui seperti energi, protein, lemak, karbohidrat, asam folat, asam askorbat atau biasa disebut dengan vitamin C (Kemenkes RI, 2017). Kebutuhan gizi perlu diperhatikan pada ibu menyusui karena gizi

yang masuk tidak hanya untuk mencukupi kebutuhan dirinya melainkan harus memproduksi ASI yang berkualitas untuk bayinya (Kemenkes RI, 2014).

ASI merupakan cairan biologis kompleks yang mengandung semua zat gizi untuk pertumbuhan bayi. ASI adalah makanan pertama yang baik untuk bayi usia 0-6 bulan (Hariani, Amareta, & Suryana, 2016). Dampak negatif jika tidak diberikan ASI yaitu bayi tidak akan mendapatkan antibodi yang terkandung dalam ASI, serta dapat mengalami kekurangan gizi, karena tidak adanya zat antibodi, maka bayi akan mudah terkena berbagai penyakit dan meningkatnya angka kematian pada bayi. Angka kematian bayi di Indonesia berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017, menunjukkan bahwa angka kematian bayi 24 per 1.000 kelahiran hidup (Profil Kesehatan Indonesia, 2019).

Cakupan pemberian ASI yang mengacu pada target Renstra Kemenkes pada tahun 2019 yaitu sebesar 50%. Cakupan pemberian ASI eksklusif di Provinsi Bali sebesar 59,7% sudah mencapai target Kabupaten/kota dengan capaian tertinggi yaitu Kabupaten Badung sebesar 69,5% dan Kabupaten Buleleng sebesar 69,2% (Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Bali, 2018).

Berdasarkan Wulandari *et al*, (2020), kecukupan gizi ibu menyusui akan erat hubungannya dengan kelancaran ASI yang diberikan kepada bayinya. Dengan tercukupinya kebutuhan gizi ibu menyusui, maka produksi ASI akan semakin meningkat.

Sehingga faktor pola makan dan asupan makan yang seimbang perlu diterapkan bagi ibu menyusui untuk membantu proses kelancaran ASInya. Faktor lainnya yang mempengaruhi pemenuhan/kecukupan gizi ibu menyusui adalah tingkat ekonomi keluarga dan tingkat pengetahuan ibu menyusui (Wulandary *et al*, 2020).

Berdasarkan penelitian Radharisnawati *et al* (2017) yang berjudul Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Gizi Ibu Dengan Kelancaran Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Bahu Kota Manado. Ditemukan hasil bahwa lebih banyak responden yang pemenuhan kebutuhan gizinya terpenuhi yaitu berjumlah 77 responden dengan persentase 81.1%.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang penulis lakukan pada tanggal 22 Oktober 2020, di Desa Tanjung Benoa, Badung, Bali, dengan menggunakan metode wawancara pada 10 responden yakni ibu menyusui yang memiliki bayi usia 0-6 bulan. Didapatkan hasil 6 (60%) ibu yang memperhatikan asupan makanan yang dikonsumsi selama menyusui dan 4 (40%) ibu tidak memperhatikan asupan makanannya yang dikonsumsi selama menyusui dengan berbagai macam alasan yang diberikan seperti perekonomian atau pendapatan yang kurang karena pandemi COVID-19 sehingga tidak memperhatikan asupan gizi selama menyusui, kemudian ada yang memberikan alasan karena tidak suka mengkonsumsi sayur-sayuran.

Berdasarkan Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Bali tahun 2018, cakupan pemberian ASI tertinggi berada pada Kabupaten Badung dengan persentase

69,5% dan berdasarkan. Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kabupaten Badung tahun 2018 persentase cakupan pemberian ASI di Kecamatan Kuta Selatan yakni di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan dengan persentase 69,9%. Nutrisi pada ibu menyusui merupakan hal yang sangat penting karena nutrisi ibu menyusui adalah salah satu faktor dari keberhasilan pemberian ASI dan nutrisi ibu menyusui sangat penting karena mempengaruhi kualitas dan kuantitas ASI yang diberikan. Berdasarkan data dan uraian diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Pada Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan”

## METODELOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain *deskriptif* dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian ini melibatkan ibu menyusui sebanyak 144 responden yang diambil dengan teknik *non-probability sampling* dengan metode *consecutive sampling*. Pengumpulan data penelitian ini menggunakan kuesioner pemenuhan nutrisi ibu menyusui yang sudah melalui uji *face validity* menggunakan dua orang expert. Data dikumpulkan secara online menggunakan kuesioner pemenuhan nutrisi ibu menyusui yang berupa *google form* yang di sebarkan melalui aplikasi *WhatsApp* pada masa new normal COVID-19 bulan Maret 2021, kemudian diolah dengan deskriptif statistik.

Penelitian ini telah mendapatkan izin ethical Clearance dari Komisi Etik

Penelitian (KEP) Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali dengan nomor surat: 04.0078/KEPITEKES-BALI/II/2021 pada 19 Februari 2021. Etika pada penelitian ini yaitu *informed consent*, *anonymity* (tanpa nama), dan *confidentiality* (kerahasiaan).

## HASIL

### Karakteristik Responden

**Tabel 1.** Karakteristik Responden Di Wilayah Kerja UPTD Puskesma Kuta Selatan (n=144)

Karakteristik	Responden		
	Responden	Fekuensi (n=144)	Percentase (%)
Umur			
20-35 Tahun	139	96,5	
36- 45 Tahun	5	3,5	
Total	144	100	
Pendidikan Terakhir			
SD	1	0,7	
SLTP/SMP	6	4,2	
SLTA/SMA	77	53,5	
Perguruan Tinggi	60	41,7	
Total	144	100	
Pekerjaan			
Ibu Rumah	108	75,7	
Tangga			
PNS	7	4,9	
Wiraswasta	28	19,4	
Total	144	100	
Pendapatan Keluarga Per-Bulan			
< UMR	114	79,2	
2.930.000			
> UMR	30	20,8	
2.930.000			
Total	144	100	

Berdasarkan table 5.1 di atas dapat dijelaskan bahwa umur sebagian besar responden berumur 20-35 tahun yaitu

sebanyak 139 responden (96,5%), berdasarkan pendidikan terakhir dapat dijelaskan bahwa sebagian besar pendidikan terakhir responden yaitu SLTA/SMA dengan jumlah yaitu 77 responden (53,5%), berdasarkan pekerjaan sebagian besar responden adalah IRT (Ibu Rumah Tangga) yaitu sebanyak 108 responden (75,7%), dan berdasarkan pendapatan keluarga perbulan responden sebagian besar adalah < UMR 2.930.000 sebanyak 114 responden (79,2%).

**Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi)**  
**Table 2.** Distribusi Frekuensi Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi) Ibu Menyusui Dimasa Pandemi COVID-19 Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan (n=144)

Pemenuhan Nutrisi (Gizi)	Responden	
	Frekuensi (n=144)	Persentase (%)
Baik	32	22,2
Cukup	106	73,6
Kurang	6	4,2
Total	144	100

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui sebagian besar dalam kategori cukup yaitu sebanyak 106 responden (73,6%), pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui baik sebanyak 32 responden (22,2%), dan pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui kurang sebanyak 6 responden (4,2%).

### Asupan makanan

**Table 3.** Distribusi Frekuensi Asupan Makanan Ibu Menyusui Di

Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan (n=144)

Asupan Makanan	Responden	
	Frekuensi (n=144)	Persentase (%)
Baik	15	10,4
Cukup	104	72,2
Kurang	25	17,4
Total	144	100

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki asupan makanan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 104 responden (72,2%), ibu menyusui yang memiliki asupan makanan dalam kategori kurang sebanyak 25 responden (17,4%), dan ibu menyusui dalam kategori memiliki asupan makanan dalam kategori baik sebanyak 15 responden (10,4%).

### Pola Makan

**Table 4.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pola Makan Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan (n=144)

Pola Makan	Responden	
	Frekuensi (n=144)	Persentase (%)
Baik	55	38,2
Cukup	54	37,5
Kurang	35	24,3
Total	144	100

Berdasarkan hasil menunjukkan bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki pola makan dalam kategori baik yaitu sebanyak 55 responden (38,2%), ibu menyusui yang memiliki pola makan kategori cukup sebanyak 54 responden (37,5%), dan ibu menyusui yang memiliki pola makan kategori kurang sebanyak 35 responden (24,3%).

### Tingkat Ekonomi Keluarga

**Table 5.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Tingkat Ekonomi Keluarga Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Kuta Selatan (n=144)

Tingkat Ekonomi Keluarga	Responden	
	Frekuensi (n=144)	Persentase (%)
< UMR 2.930.000	114	79.2
> UMR 2.930.000	30	20.8
Total	144	100

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat ekonomi keluarga ibu menyusui sebagian besar adalah <UMR 2.930.000 sebanyak 114 responden (79,2%), dan >UMR 2.930.000 sebanyak 30 responden (20,8%).

### Tingkat Pengetahuan

**Table 6.** Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan (n=144)

Tingkat Pengetahuan	Responden	
	Frekuensi (n=144)	Persentase (%)
Baik	64	44,4
Cukup	73	50,7
Kurang	7	4,9
Total	144	100

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki pengetahuan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 73 responden (50,7%), ibu menyusui yang memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik sebanyak 64 responden (44,4%), dan ibu menyusui yang

memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang sebanyak 7 responden (4,9%).

## PEMBAHASAN

### Gambaran Pemenuhan Nutrisi (Gizi)

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui sebagian besar dalam kategori cukup yaitu sebanyak 106 responden (73,6%), pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui baik sebanyak 32 responden (22,2%), dan pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui kurang sebanyak 6 responden (4,2%).

Berdasarkan asumsi peneliti, dari hasil penelitian didapatkan hasil sebagian besar pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dalam kategori cukup yaitu sebanyak 106 responden (73,6%), hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa indikator antaralain asupan makanan, pola makan, tingkat ekonomi keluarga, dan tingkat pengetahuan. Pemenuhan nutrisi ibu menyusui berperan penting dalam produksi ASInya, ibu menyusui harus memperhatikan pemenuhan nutrisinya untuk menghasilkan ASI dengan kualitas dan kuantitas yang baik untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayinya. Berdasarkan hasil penelitian sebanyak 6 responden (4,2%) dalam kategori kurang, hal ini perlu ditingkatkan untuk memenuhi nutrisi ibu selama menyusui dengan cara memperhatikan asupan makanan, memperhatikan pola makan, dan menggali informasi lebih banyak terkait nutrisi selama menyusui.

Nutrisi adalah makanan dan zat gizi dalam makanan yang berguna bagi kesehatan. Zat gizi atau nutrient merupakan zat-zat makanan yang

terkandung dalam suatu bahan pangan yang dapat dimanfaatkan oleh tubuh (Kristiyanasari, 2010).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Radharisnawati (2017) tentang hubungan pemenuhan gizi ibu dengan kelancaran air susu ibu (ASI) pada ibu menyusui di Puskesmas Bahu Kota Manado diperoleh hasil bahwa lebih banyak responden yang pemenuhan kebutuhan gizinya terpenuhi yakni berjumlah 77 responden dengan persentase 81,1 %. Berdasarkan pendapat yang dikemukakan oleh Vivian (2010) mengatakan bahwa ibu menyusui membutuhkan nutrisi yang cukup, gizi seimbang, terutama kebutuhan protein dan karbohidrat. Ibu menyusui tidaklah terlalu ketat dalam mengatur nutrisinya, yang terpenting adalah makanan yang menjamin pembentukan ASI yang berkualitas dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya. Hal ini dikuatkan oleh pendapat Ambarwati (2010)

### **Asupan makanan**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki asupan makanan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 104 responden (72,2%), ibu menyusui yang memiliki asupan makanan dalam kategori kurang sebanyak 25 responden (17,4%), dan ibu menyusui dalam kategori memiliki asupan makanan dalam kategori baik sebanyak 15 responden (10,4%).

Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar ibu sudah paham tentang pemenuhan nutrisi atau kebutuhan nutrisi

yang cukup untuk ibu menyusui tetapi perlu ditingkatkan untuk memenuhi nutrisi ibu selama menyusui. Asupan nutrisi yang baik akan mempengaruhi kualitas produk ASI dari ibu menyusui. Jadi ibu menyusui sangat membutuhkan nutrisi yang cukup untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Ibu menyusui dapat memperhatikan asupan makanan seperti karbohidrat, protein, vitamin, dan mineral, selain itu salah satu nutrisi yang penting bagi ibu selama menyusui adalah zat besi. Zat besi merupakan salah satu zat yang berperan penting dalam pertumbuhan bayi (Ernawati et.al, 2019). Kebutuhan zat besi menyusui ibu meningkat karena digunakan untuk pembentukan sel dan jaringan baru. Selain itu zat besi untuk ibu menyusui juga merupakan unsur penting dalam pembentukan hemoglobin pada sel darah merah. Asupan makanan (gizi) yang baik selalu mengacu pada gizi seimbang yaitu terpenuhinya semua zat gizi sesuai dengan kebutuhan dan seimbang.

Asupan makanan (gizi) merupakan susunan makana yang dikonsumsi setiap hari untuk mencukupi kebutuhan tubuh, baik kualitas maupun kuantitasnya. Kualitas menunjukkan adanya semua zat gizi yang diperlukan oleh tubuh dalam susunan makanan sedangkan kuantitas menunjukkan masing-masing zat gizi terhadap kebutuhan tubuh (Sartika Dewi, 2005 dalam Endah & Oktavianti, 2014).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusparlina (2020), menyatakan bahwa bahwa sebagian besar asupan makanan (nutrisi) ibu menyusui dalam kategori cukup yaitu sebanyak 22 orang (78,5%).

Asupan gizi ibu menyusui sangatlah penting karena asupan gizi kurang atau lebih akan mempengaruhi produksi ASI ibu.

### **Pola Makan**

Sebagian besar ibu menyusui memiliki pola makan dalam kategori baik yaitu sebanyak 55 responden (38,2%), ibu menyusui yang memiliki pola makan kategori cukup sebanyak 54 responden (37,5%), dan ibu menyusui yang memiliki pola makan kategori kurang sebanyak 35 responden (24,3).

Pola makan sehat seperti makan teratur atau tepat waktu, mengkonsumsi makanan yang baik bagi pencernaan sehingga berdampak terhadap produksi asi lancar untuk memenuhi kebutuhan konsumsi bayinya. Hal ini perlu di pertahankan untuk menjaga produksi asi agar tetap cukup bagi bayinya dan mampu memenuhi kebutuhan energi bagi ibunya.

Pola makan yang teratur, makan 3x sehari dapat membantu pembentukan ASI ibu. Ibu menyusui harus memperhatikan pola makannya untuk melancarkan produksi ASInya. Pola makanan adalah tingkah laku atau kebiasaan dalam memenuhi kebutuhan makanan yang menggambarkan konsumsi makanan harian meliputi jenis makanan yang meliputi jenis, jumlah, dan frekuensi makanan (Andrian & Wirjatmadi, 2014 dalam Rahmawati & Suciara, 2020).

Hasil Penelitian didapatkan juga ibu menyusui yang memiliki pola makan dalam kategori cukup sebanyak 54 responden (37,5%), dan ibu menyusui yang memiliki pola makan dalam kategori kurang sebanyak 35 responden

(24,3%), sehingga perlu di tingkatkan dengan memberikan informasi seputar manfaat ASI bagi tumbuh kembang anak sehingga ibu termotivasi untuk melakukan pola makan yang lebih baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sanima et.al, (2017), didapatkan lebih dari separuh (66,7%) responden melakukan pola makan baik. Pola makan baik berhubungan dengan faktor pengetahuan ibu tentang penting memperhatikan pola makan untuk meningkatkan produksi asi. Berdasarkan karakteristik responden pada penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki pendidikan terakhir SMA yaitu sebanyak 77 responden (53,5%), yang mana ibu memahami dan mengetahui jenis-jenis makanan yang sehat untuk dikonsumsi pada masa menyusui.

### **Tingkat Ekonomi Keluarga**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat ekonomi keluarga ibu menyusui sebagian besar adalah <UMR 2.930.000 sebanyak 114 responden (79,2%), dan >UMR 2.930.000 sebanyak 30 responden (20,8%). Hal ini di dukung oleh karakteristik responden pada penelitian didapatkan bahwa pekerjaan sebagian besar responden adalah IRT (Ibu Rumah Tangga) yaitu sebanyak 108 responden (75,7%), yang artinya suami yang menjadi sumber pendapatan di dalam keluarga karena hanya suami yang berkerja.

Pendapatan ekonomi ibu menyusui dapat mempengaruhi pemilihan dan daya makanan yang dibeli ibu untuk kebutuhan konsumsinya, karena

pendapatan merupakan faktor yang secara langsung mempengaruhi apakah seseorang atau sekelompok orang mampu atau tidak mampu memenuhi kebutuhan hidup.

Masa pandemi COVID-19 juga sangat mempengaruhi pendapatan keluarga yang mana pada gambaran umum Puskesmas, wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan terletak di wilayah pariwisata yang mayoritas masyarakatnya berkerja sebagai pekerja pariwisata sehingga sangat berdampak pada pendapatan keluarga. Banyak pekerja pariwisata yang di PHK oleh perusahaannya karena pandemi COVID-19 yang menyebabkan masyarakat tidak memiliki penghasilan. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hanoatubun (2020) menyatakan bahwa dampak pada sektor ekonomi pada masa pandemi COVID-19 di Indonesia yaitu terjadi PHK besar-besaran hasil data yang didapatkan  $\geq 1,5$  juta pekerja dirumahkan dan terkena PHK yang mana 90% pekerja dirumahkan dan pekerja yang di PHK 10%.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hidayatunnikma, (2019) tentang pendapatan ekonomi ibu menyusui berpengaruh terhadap kualitas komponen makronutrien ASI di wilayah kerja Puskesmas Wonokusumo Kecamatan Semampir Surabaya, menunjukkan bahwa Rata-rata pendapatan ekonomi ibu menyusui yaitu pada tingkat sedang (36,0%). Pengukuran pendapatan di bagi dalam beberapa aspek, yaitu gaji pokok, tunjangan, bonus, dan pendapatan lainnya.

## Tingkat Pengetahuan

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki pengetahuan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 73 responden (50,7%), ibu menyusui yang memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik sebanyak 64 responden (44,4%), dan ibu menyusui yang memiliki tingkang pengetahuan dalam kategori kurang sebanyak 7 responden (4,9%).

Faktor pengetahuan ibu tentang nutrisi selama menyusui sangat penting untuk meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI yang akan diberikan kepada bayinya. Berdasarkan karakteristik responden pada penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar ibu menyusui memiliki pendidikan terakhir SMA yaitu sebanyak 77 responden (53,5%). Tingkat pendidikan ibu menyusui dapat berpengaruh pada pengetahuan ibu karena pengetahuan gizi memiliki peran penting dalam praktek pemilihan, pengolahan dan pengaturan makan ibu menyusui sehari-hari, sehingga ibu menyusui dapat mengkonsumsi makanan gizi seimbang setiap harinya.

Pengetahuan merupakan hal yang sangat penting dalam menunjang status gizi yang baik untuk ibu menyusui terlebih pengetahuan tentang nutrisi ibu selama menyusui yaitu segala sesuatu yang diketahui oleh ibu menyusui tentang gambaran konsumsi makanan secara normal untuk memenuhi kecukupan zat gizi dalam menyusui, jika seorang ibu menyusui tidak memenuhi kebutuhan gizinya dengan baik selama menyusui akan berpengaruh terhadap status gizi ibu tersebut.

Penelitian ini sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh Manggaran et.al (2018), yang menunjukkan bahwa dari 97 ibu menyusui yang memiliki pengetahuan cukup sebanyak 66,0%. Penelitian terkait yang dilakukan oleh Pramesti et.al (2012), sebagian besar responden berpengetahuan cukup yaitu 44 responden (49,44%). Pengetahuan ibu berperan sebagai sumber pengetahuan utama dalam pemenuhan kebutuhan gizi baik bagi dirinya sendiri maupun kebutuhan gizi keluarga. Ibu yang memiliki pengetahuan gizi kurang berdampak pada tidak dapat memenuhi kebutuhan gizi dalam mendukung produksi ASI lancar.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Gambaran pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan dengan responden 144 ibu menyusui didapatkan sebagian besar pemenuhan nutrisi (gizi) ibu menyusui dalam kategori cukup yaitu sebanyak 106 responden (73,6%).

Asupan makanan ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 sebagian besar ibu menyusui memiliki asupan makanan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 104 responden (72,2%). Pola makan ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 sebagian besar ibu menyusui memiliki pola makan dalam kategori baik yaitu sebanyak 55 responden (38,2%). Tingkat ekonomi keluarga ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 sebagian besar adalah <UMR 2.930.000 sebanyak 114 responden (79,2%).

Tingkat pengetahuan ibu menyusui dimasa pandemi COVID-19 di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kuta Selatan sebagian besar ibu menyusui memiliki pengetahuan dalam kategori cukup yaitu sebanyak 73 responden (50,7%),

### Saran

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sebagai salah satu referensi yang berkaitan dengan pemenuhan nutrisi ibu menyusui. Peneliti selanjutnya dapat meneliti lebih jauh dan lebih memperluas area penelitian atau menambah faktor-faktor yang berhubungan dengan nutrisi ibu selama menyusui, kemudian peneliti selanjutnya juga dapat meneliti bagaimana pemenuhan nutrisi pada bayinya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, E. R. (2010). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta
- Dinas Kesehatan Provinsi Bali. (2019). *Profil Kesehatan Provinsi Bali tahun 2019*. Pemerintah Provinsi Bali Dinas Kesehatan
- Endah, E. & Oktavianti, W. (2014). *Hubungan Asupan Gizi Ibu Menusui Dengan Produksi ASI Pada Bayi Usia 0-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Mojopanggung Kelurahan Penataban Banyuwangi 2014*. Healthy Vol. No. 1 Tahun 2014. Diakses tanggal 19 November 2020. [jurnal55- Article Text-87-2-10-20190626.pdf](http://jurnal55- Article Text-87-2-10-20190626.pdf)

- Ernawati, D., Ismarwati. & Hutapea, H, P. (2019). Analisa Kandungan Fe dalam Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ners Dan Kebidanan*. Diakses tanggal 10 Mei 2021. <http://jnk.phb.ac.id/index.php/jnk>
- Hastuti, P. & Wijayanti, I. (2017). Pengaruh Pemenuhan Nutrisi Dan Tingkat Kecemasan Terhadap Pengeluaran ASI Desa Sumber Rembang. Martenal VOL. II NO. 2 Oktober 2017. Diakses tanggal 20 April 202. [560-2056-1-PB.pdf](http://jnk.phb.ac.id/index.php/jnk)
- Hidayatunnikmah, N. (2019). Pendapatan Ekonomi Ibu Menyusui Berpengaruh Terhadap Kwalitas Komponen Makronutrien Asi. *Journal Of Health Science (Jurnal Ilmu Kesehatan)* Vol. 4 No. 2 Tahun 2019. Diakses tanggal 10 Desember 2020. [jurnal796-Article-Text-1994-2-10-20191130.pdf](http://jurnal796-Article-Text-1994-2-10-20191130.pdf)
- Hariani, R., Amareta, D., & Suryana, A. (2016). Pola Pemberian ASI dan Makanan Pendamping ASI Terhadap Grafik Pertumbuhan Pada Kartu Menuju Sehat (KMS). *Jurnal Ilmiah INOVASI*, Vol.1 No.1 Hal. 41-46, Edisi Januari-April 2016, ISSN 1411-5549. Diakses tanggal 20 November 2020. [jurnal5-22-1-PB.pdf](http://jurnal5-22-1-PB.pdf)
- Kultsum, U. (2012). *Konsultasi Kelahiran dan Menyusui Secara Medis dan Islam*. Bandung: Toobagus Publishing.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2014). *Buku Ajar Kesehatan Ibu Dan Anak*. Jakarta.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2018*. Jakarta: Kementrian Kesehatan Indonesia, 2019.
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2020). *Situasi Terkini Perkembangan Coronaviru Disease (COVID-19)*. Diakses Tanggal 25 Oktober 2020. [infeksi Emerging Kementerian Kesehatan RI \(kemkes.go.id\)](http://infeksi Emerging Kementerian Kesehatan RI (kemkes.go.id))
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Buku Ajar Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta.
- Kristiyanasari, W. (2010). *Gizi Ibu Hamil*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Kusparlina, E. (2020). *Hubungan Antara Asupan Nutrisi Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Yang Menyusui Bayi Usia 0-6 Bulan*. Akademi Kebidanan Muhammadiyah Madiun. Volume 7 Nomor 2 September 2020. Diakses tanggal 20 April 2021.
- Maharani, H., Pangestuti, D. R. & Pradigdo, S. F., (2016) *Faktor-Faktor Yang*

- Berhubungan Dengan Status Gizi Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Kota Semarang. JURNAL KESEHATAN MASYARAKAT (e-Journal) Volume 4, Nomor 3, April 2016 (ISSN: 2356-3346). Diakses tanggal 19 Januari 2021. [12875-26084-1-SM.pdf](#)*
- Manggarani, S., Hadi, A., Said, I. & Bunga, S., (2018) *Hubungan Pengetahuan, Status Gizi, Pola Makan, Pantangan Makanan Dengan Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Menyusui*. Depatemen Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat Institut Kesehatan Helvetia. Jl. Kapten Sumarsono No.107, 20124 Medan Indonesia. Diakses tanggal 20 April 2021 [Relationship\\_Knowledge\\_Nutrition\\_Status.pdf](#)
- Pramesti, D., Ambar, D. E., & Dewi, S. R. (2012). *Sikap Ibu Menusui Tentang Gizi Ibu Menyusui di Puskesmas Bandar I Kecamatan Bandar Kabupaten Batang*. Jurnal Ilmu dan Tek.Kesehatan, Vol 3 No 1 Juli 2012. Diakses tanggal 18 November 2020. [jurnal\64-115-1-SM.pdf](#)
- Pemerintahan Kabupaten Badung, Dinas Kesehatan. (2019). *Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kabupaten Badung 2018. Mangupura*. Radharisnawat, Ni Kadek., Kundre, Rina., & Pondaag, Linnie. (2017). *Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Gizi Ibu Dengan Kelancaran Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui di Puskesmas Bahu Kota Manado*. e-journal Keperawatan (e-Kp) Volume 5 Nomor 1, Februari 2017. Diakses tanggal 18 November 2020. [jurnal\14691-29422-1-SM\(1\).pdf](#)
- Rahmawati, Anita & Suciara, Charisma. (2020). *Faktor Internal dan Eksternal yang Berhubungan Dengan Pola Makan Ibu Menyusui*. Jurnal Perawat Indonesia, Volume 4 No 2 , Hal 13-18, Agustus 2020. Diakses tanggal 10 Desember 2020. [jurnal\356-2335-3-PB.pdf](#)
- Saputri, N. S., Anbarani, M. D., Toyamah, N., & Yumna, A. (2020). *Dampak Pandemi COVID-19 Pada Layanan Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak (KIA): Studi Kasus Di Lima Wilayah Di Indonesia*. Catatan Penelitian Semeru No.5. tahun 2020. [jurnal\cp05\\_covidkia\\_in.pdf](#)
- Sanima, U.N., & Lasri. (2017). *Hubungan Pola Makan Dengan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui di Posyandu Mawar Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Kota Malang*. Nursing News

Volume 2, Nomor 3, 2017.  
Diakses tanggal 18 November  
2020. [jurnal576-679-1-SM  
\(1\).pdf](#)  
Dewi, Vivian. & Sunarsih, Tri. (2011).  
*Asuhan Kebidanan Pada Ibu*

*Nifas.* Salemba Medika:  
Yogyakarta.  
Wulandary, H. T. & Sulfianti. (2020).  
*Gizi Dan Kesehatan.*  
Yayasan Kita Menulis

