

Hubungan Asupan Gizi dengan Produksi Asi Ibu Menyusui Bayi 0-6 Bulan Puskesmas Langa Kabupaten Ngada

Erlinda Permatasari¹, Echa Kristina Ule²

¹Program Studi Ilmu kesehatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah, Yogyakarta

²Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Nusa Cendana, Kupang

Email: ¹erlindasari@yahoo.co.id, ²echakristinaule@gmail.com

Abstract

This study aimed to determine the relationship between nutritional intake and breast milk production in mothers who breastfeed babies aged 0-6 months at Langa Health Center, Ngada Regency. This study was an analytic survey with a cross sectional design. The sample of this study amounted to 75 respondents consisting of mothers who breastfed babies aged 0-6 months at Langa Health Center, Ngada Regency. The sampling technique used probability sampling technique with simple random sampling technique. The results of the multiple regression equation showed that the variables X3 (fat), X4 (carbohydrate), X5 (vitamin A), X11 (zinc), X12 (vitamin D), X13 (vitamin B12), and X14 (sulfur) had positive values, which means that there is a unidirectional influence between the independent variable (nutritional intake) and the dependent variable (breast milk production). The results of statistical calculations obtained the correlation coefficient is $r = 0.429$, meaning that it has a moderate relationship with the coefficient of determination / square is 0.184 or equal to 18.4%. And from the calculation results it is known that the variable X3 (fat) obtained a t-count of (2.226) > t-table (1.670) and obtained a significant value of $0.030 < 0.05$, it can be concluded that fat affects milk production, so the hypothesis is accepted. From the results of the study, it is expected that breastfeeding mothers and the Langa Health Center share information about sources of nutritional intake, so that the increase in breast milk production for breastfeeding mothers can be guaranteed.

Keywords: Nutrients Intake, Breast Milk Production, Breastfeeding Mothers

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan gizi dengan produksi ASI pada ibu yang menyusui bayi umur 0-6 bulan di Puskesmas Langa Kabupaten Ngada. Jenis penelitian ini adalah bersifat survei analitik dengan desain rancangan *cross sectional*. Besar sampel adalah 75 orang yang terdiri atas ibu yang menyusui bayi berusia 0-6 bulan di Puskesmas Langa Kabupaten Ngada. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling* dengan teknik *simple random sampling*. Hasil persamaan regresi berganda menunjukkan bahwa variabel X3 (lemak), X4 (Karbohidrat), X5 (Vit A), X11 (Zinc), X12 (Vit D), X13 (Vit B12), dan X14 (sulfur) memiliki nilai positif yang berarti menunjukkan pengaruh yang searah antara variabel independen (Asupan gizi) dan variabel dependen (produksi ASI). Hasil perhitungan statistik diperoleh koefisien korelasi adalah $r = 0,429$, artinya mempunyai hubungan yang sedang dengan nilai koefisien determinasi/R square adalah 0,184 atau sama dengan 18,4%. Dan dari hasil perhitungan diketahui bahwa variabel X3 (lemak) diperoleh t-hitung sebesar (2,226) > t-tabel (1,670) dan diperoleh nilai signifikan $0,030 < 0,05$, dapat disimpulkan bahwa lemak berpengaruh terhadap produksi ASI, maka hipotesis diterima. Dari hasil penelitian, diharapkan antara ibu menyusui dan pihak Puskesmas Langa saling berbagi informasi mengenai sumber asupan gizi, sehingga peningkatan produksi ASI bagi ibu menyusui dapat terjamin.

Kata Kunci: Asupan Gizi, Produksi ASI, Ibu Menyusui

1. PENDAHULUAN

ASI eksklusif dimana dibutuhkan oleh bayi usia 0-6 bulan, tetapi jika tidak terpenuhi akan menimbulkan masalah dalam proses pematangan sistem imun dan menyebabkan bayi mudah terserang penyakit infeksi. Penanganan penyakit infeksi yang terlambat dapat memicu kematian. UNICEF menyatakan bahwa 30.000 kematian bayi di Indonesia dan 10 juta kematian anak balita di dunia setiap tahun bisa dicegah melalui pemberian ASI eksklusif selama enam bulan sejak satu jam pertama setelah kelahirannya tanpa memberikan makanan dan minuman tambahan kepada bayi (Ramadani, 2017). Bayi yang mendapat Air Susu Ibu sejak pertama kelahiran akan memberikan perlindungan kesehatan bagi bayi terutama pada minggu pertama kehidupan, melindungi bayi dari kematian dengan penurunan risiko kematian bayi sebesar 12% dibandingkan dengan yang tidak disusui, menurunkan infeksi pernapasan dan gastrointestinal selama minggu-minggu pertama kehidupan bayi baru lahir, serta memberikan perlindungan kekebalan pada anak (Clair-Yves Boquien, 2018). ASI berperan penting dalam proses tumbuh kembang fisik dan mental anak dengan dampak jangka panjang. Semua kebutuhan gizi bayi 0-6 bulan dapat terpenuhi dari ASI sehingga tidak memerlukan tambahan makanan lain selain ASI. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi produksi ASI salah satunya yaitu makanan atau gizi ibu pada saat menyusui (Depkes RI, 2007).

Masalah yang dapat ditimbulkan dari ibu menyusui adalah produksi ASI yang tidak maksimal, sehingga banyak bayi yang kebutuhan gizinya kurang karena ibu tidak dapat memberikan ASI maksimal yang sesuai dengan kebutuhan gizi bayi. Salah satu penyebab produksi ASI tidak maksimal disebabkan karena asupan gizi ibu yang kurang baik, menu makanan yang tidak seimbang dan juga mengkonsumsi makanan yang kurang teratur sehingga produksi ASI tidak mencukupi untuk diberikan pada bayi. Dengan demikian bayi yang tidak mendapatkan ASI yang optimal akan mudah jatuh sakit karena antibodi didalam tubuh bayi yang belum terbentuk dengan sempurna dan optimal (Wiknjosastro, dkk. 2006). Oleh karena itu, makanan yang dikonsumsi pada masa menyusui harus bermutu, bergizi dan cukup kalori serta makanan yang mengandung sumber tenaga (energi), sumber pembangun (protein), sumber pengatur dan pelindung (mineral, vitamin, dan air). Pola makan merupakan perilaku paling penting yang dapat mempengaruhi keadaan gizi. Hal ini disebabkan karena kuantitas dan kualitas makanan dan minuman yang dikonsumsi akan mempengaruhi asupan gizi (Permenkes No 41 Tahun 2014).

Kebutuhan gizi ibu selama menyusui lebih besar dibandingkan dengan kebutuhan gizi ibu selama hamil. Asupan nutrisi dan gizi selama menyusui harus diperhatikan karena kandungan ASI yang diperlukan oleh bayi sangat bergantung pada sumber nutrisi yang terkandung dalam makanan yang dikonsumsi ibu karena kemungkinan komposisi ASI dan asupan nutrisi yang didapat oleh bayi. Asupan gizi ibu selama menyusui akan mempengaruhi energi, komponen makronutrien dan mikronutrien yang terkandung dalam ASI. Ibu dengan status gizi cukup akan mempunyai cadangan nutrisi dalam tubuh yang digunakan untuk mengimbangi kebutuhan selama laktasi (Herawati, 2016). Zat gizi dari makanan yang diserap oleh ibu menyusui berhubungan dengan kuantitas dan kualitas ASI yang dihasilkan. Pola konsumsi makanan ibu menyusui yang adekuat sangat dibutuhkan oleh kelenjar payudara untuk proses metabolisme yang menjamin komponen ASI memadai.

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan pada tahun 2018 capaian bayi mendapat ASI eksklusif sebesar 68,74% telah mencapai batas target renstra Indonesia sebesar 47% (Kemenkes, 2019), lalu menurun pada tahun 2019 sebesar 67,74% namun capaian pemberian ASI eksklusif telah mencapai batas renstra Indonesia sebesar 50% (Kemenkes, 2020), lalu pada tahun 2020 menurun sebesar 66,06% telah mencapai batas renstra Indonesia sebesar 40% (Kemenkes, 2021). Namun setiap tahunnya cakupan bayi yang

mendapat ASI eksklusif mengalami penurunan berdasarkan persentase yang dicapai setiap tahun. Tindak lanjut dari pemerintah untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif dengan menerbitkan Peraturan Pemerintah (PP) nomor 33 tahun 2012 mengenai pemberian ASI eksklusif, terdapat pada pasal 6 yang berbunyi bahwa “Setiap ibu melahirkan harus memberikan ASI eksklusif kepada bayi yang dilahirkan” (Peraturan Pemerintah RI, No 33 Tahun 2012).

Berdasarkan laporan Profil Dinas Kesehatan kabupaten Ngada, pada tahun 2021 capaian bayi usia 6 bulan mendapat ASI eksklusif sebesar 81.6%. Namun total jumlah bayi usia 6 bulan pada puskesmas Langa yaitu berjumlah 294 bayi sedangkan jumlah bayi yang lulus ASI eksklusif yaitu berjumlah 240 bayi dan yang tidak mendapatkan ASI eksklusif sebanyak 54 total bayi. Dilihat dari data yang diambil di Puskesmas Langa Kabupate Ngada sudah mencapai target yang ditetapkan. Dianggap urgensi karena pada puskesmas Langa kondisinya masih terdapat bayi yang tidak mendapatkan ASI eksklusif dan apabila berlanjut terus menerus akan berdampak pada kesakitan dan kematian akibat penyakit infeksi dan berhubungan erat dengan rendahnya IQ (WHO, 2013).

2. METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah bersifat survei analitik dengan desain rancangan cross sectional. Populasi dalam penelitian adalah semua ibu menyusui yang memiliki bayi 0-6 bulan di pukesmas Langa Kabuapten Ngada, populasi berjumlah 294 repsonden. Teknik yang digunakan untuk pengambilan sampel adalah dengan teknik probability sampling dengan teknik simple random sampling yaitu teknik pengambilaan sampel memberikan peluang atau kesempatan yang sama untuk diseleksi sebagai sampel dalam penelitian (Notoatmodjo, 2018). Sampel sebanyak 75 responden. Adapun Kriterianya adalah sebagai berikut. Kriteria inklusi: ibu yang menyusui bayi usia 0-6 bulan di Puskesmas Langa Kabupaten Ngada, dapat berkomunikasi dengan baik. Kriteria eksklusi: menolak menjadi responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode wawancara untuk produksi ASI dan lembar food recall 2 x 24 jam untuk asupan gizi ibu menyusui.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Karakteristik Reponden Berdasarkan Umur

No	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1.	18-24	9	12
2.	25-50	66	88
Jumlah		75	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa ibu menyusui berumur 25-50 tahun sebanyak 66 orang (88%)

Tabel 2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

No	Pekerjaan	Frekuensi	Presentase%
1.	IRT	35	46,67
2.	Petani	20	26,67
3.	Guru	4	5,33
4.	Swasta	3	4,00
5.	Honorir	4	5,33

6.	Perawat	2	2,67
7.	Wiraswasta	3	4,00
8.	Operator	1	1,33
9.	Mahasiswa	1	1,33
10.	Tenun Ikat	1	1,33
11.	Dosen	1	1,33
Jumlah		75	100

Tabel diatas menunjukkan sebagian besar Ibu menyusui bekerja sebagai IRT sebanyak 35 orang (46,67%)

Analisis Regresi Linear Berganda

Analisis linear berganda bertujuan mencari pengaruh dari dua atau lebih variabel independen/variabel bebas (X) terhadap variabel dependen/variabel terikat (Y).

Tabel 3. Hasil Uji Regresi Linear Berganda

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients		t	Sig.
	B	Std. Error	Beta			
1	Constant)	635.521	761.346		.835	.407
	Energi (X1)	-.009	.007	-.351	-1.252	.215
	Protein (X2)	-.074	.174	-.109	-.428	.670
	Lemak (X3)	.338	.152	.534	2.226	.030
	Karbo (X4)	.012	.060	.040	.203	.840
	Vit A (X5)	.011	.012	.118	.884	.380
	Vit E (X6)	-.393	1.468	-.065	-.268	.790
	Vit C (X7)	-.083	.179	-.079	-.463	.645
	Kalsium (X8)	-.005	.026	-.030	-.206	.837
	Fosfor (X9)	-.006	.012	-.095	-.454	.652
	Iron (X10)	-.821	.799	-.153	-1.028	.308
	Zinc (X11)	1.983	1.377	.291	1.441	.155
	Vit D (X12)	.037	.618	.018	.060	.953
	Vit B12 (X13)	.245	1.830	.026	.134	.894
	Sulfur (X14)	2.134	26.701	.015	.080	.937

a. Dependen Variabel: Y

Persamaan Regresi

Adapun rumus persamaan regresi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

$$Y = \alpha + \beta_1 X_1 + \beta_2 X_2 + \beta_3 X_3 + \dots + \beta_n X_n$$

$$Y = 635.521 - 0,009X_1 - 0,074X_2 + 0,338X_3 + 0,012X_4 + 0,011X_5 - 0,393X_6 - 0,083X_7 - 0,005X_8 - 0,006X_9 - 0,821X_{10} + 1,983X_{11} + 0,037X_{12} + 0,245X_{13} + 2,134X_{14}$$

Dari persamaan regresi diatas, maka kesimpulan yang dapat dijelaskan adalah sebagai berikut:

1. Nilai konstanta sebesar 635.521 dengan tanda positif menyatakan bahwa apabila variabel $X_1, X_2, X_3, X_4, X_5, X_6, X_7, X_8, X_9, X_{10}, X_{11}, X_{12}, X_{13}, X_{14}$ dianggap konstan maka nilai Y adalah 635.521
2. Nilai koefisien regresi variabel X_1 sebesar -0,009 dengan tanda negative menunjukkan apabila X_1 semakin menurun, maka produksi ASI akan semakin menurun sebesar 0,009.
3. Nilai koefisien regresi variabel X_2 sebesar -0,074 dengan tanda negative menunjukkan apabila X_2 semakin menurun, maka produksi ASI semakin menurun sebesar 0,074
4. Nilai koefisien regresi variabel X_3 sebesar 0,338 dengan tanda positif menunjukkan apabila X_3 semakin meningkat, maka produksi ASI semakin meningkat sebesar 0,338
5. Nilai koefisien regresi variabel X_4 sebesar 0,012 dengan tanda positif menunjukkan apabila X_4 semakin meningkat, maka produksi ASI semakin meningkat sebesar 0,012
6. Nilai koefisien regresi variabel X_5 sebesar 0,011 dengan tanda positif menunjukkan apabila X_5 semakin meningkat, maka produksi ASI semakin meningkat sebesar 0,011
7. Nilai koefisien regresi variabel X_6 sebesar -0,393 dengan tanda negative menunjukkan apabila X_6 semakin menurun, maka produksi ASI semakin menurun sebesar 0,393
8. Nilai koefisien regresi variabel X_7 sebesar -0,083 dengan tanda negative menunjukkan apabila X_7 semakin menurun, maka produksi ASI semakin menurun sebesar 0,083
9. Nilai koefisien regresi variabel X_8 sebesar -0,005 dengan tanda negative menunjukkan apabila X_8 semakin menurun, maka produksi ASI semakin menurun sebesar 0,005
10. Nilai koefisien regresi variabel X_9 sebesar -0,006 dengan tanda negative menunjukkan apabila X_9 semakin menurun, maka produksi ASI semakin menurun sebesar 0,006
11. Nilai koefisien regresi variabel X_{10} sebesar -0,821 dengan tanda negative menunjukkan apabila X_{10} semakin menurun, maka produksi ASI semakin menurun sebesar 0,821
12. Nilai koefisien regresi variabel X_{11} sebesar 1,983 dengan tanda positif menunjukkan apabila X_{11} semakin meningkat, maka produksi ASI semakin meningkat sebesar 1,983
13. Nilai koefisien regresi variabel X_{12} sebesar 0,037 dengan tanda positif menunjukkan apabila X_{12} semakin meningkat, maka produksi ASI semakin meningkat sebesar 0,037
14. Nilai koefisien regresi variabel X_{13} sebesar 0,245 dengan tanda positif menunjukkan apabila X_{13} semakin meningkat, maka produksi ASI semakin meningkat sebesar 0,245
15. Nilai koefisien regresi variabel X_{14} sebesar 2,134 dengan tanda positif menunjukkan apabila X_{14} semakin meningkat, maka produksi ASI semakin meningkat sebesar 2,134

Uji T

Pada tabel 3 diatas, dapat ditarik beberapah kesimpulan sebagai berikut:

1. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa uji T (Parsial) untuk variabel X1 (Energi) diperoleh t-hitung sebesar -1,252 dengan signifikan 0,215. Nilai signifikan lebih besar dari 0,05 ($0,215 > 0,05$) maka diperoleh t-tabel dengan $df = 60$ adalah sebesar 1,670. Jadi diperoleh t-hitung ($-1,252 < t\text{-tabel } (1,670)$), maka dapat disimpulkan bahwa energi tidak berpengaruh terhadap produksi ASI, maka hipotesis ditolak
2. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa uji T (Parsial) untuk variabel X2 (Protein) diperoleh t-hitung sebesar $(-0,428) < t\text{-tabel } (1,670)$ dan diperoleh nilai signifikan $0,670 > 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa protein tidak berpengaruh terhadap produksi ASI, maka hipotesis ditolak.
3. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa uji T (Parsial) untuk variabel X3 (lemak) diperoleh t-hitung sebesar $(2,226) > t\text{-tabel } (1,670)$ dan diperoleh nilai signifikan $0,030 < 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa lemak berpengaruh terhadap produksi ASI, maka hipotesis diterima.
4. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa uji T (Parsial) untuk variabel X4 (karbohidrat) diperoleh t-hitung sebesar $(0,203) < t\text{-tabel } (1,670)$ dan diperoleh nilai signifikan $0,840 > 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa karbohidrat tidak berpengaruh terhadap produksi ASI, maka hipotesis ditolak.
5. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa uji T (Parsial) untuk variabel X5 (Vitamin A) diperoleh t-hitung sebesar $(0,884) < t\text{-tabel } (1,670)$ dan diperoleh nilai signifikan $0,380 > 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa vitamin A tidak berpengaruh terhadap produksi ASI, maka hipotesis ditolak.
6. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa uji T (Parsial) untuk variabel X6 (Vitamin E) diperoleh t-hitung sebesar $(-0,268) < t\text{-tabel } (1,670)$ dan diperoleh nilai signifikan $0,790 > 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa vitamin E tidak berpengaruh terhadap produksi ASI, maka hipotesis ditolak
7. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa uji T (Parsial) untuk variabel X7 (Vitamin C) diperoleh t-hitung sebesar $(-0,463) < t\text{-tabel } (1,670)$ dan diperoleh nilai signifikan $0,645 > 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa vitamin C tidak berpengaruh terhadap produksi ASI, maka hipotesis ditolak
8. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa uji T (Parsial) untuk variabel X8 (kalsium) diperoleh t-hitung sebesar $(-0,206) < t\text{-tabel } (1,670)$ dan diperoleh nilai signifikan $0,837 > 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa kalsium tidak berpengaruh terhadap produksi ASI, maka hipotesis ditolak
9. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa uji T (Parsial) untuk variabel X9 (fosfor) diperoleh t-hitung sebesar $(-0,454) < t\text{-tabel } (1,670)$ dan diperoleh nilai signifikan $0,652 > 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa fosfor tidak berpengaruh terhadap produksi ASI, maka hipotesis ditolak
- Dari hasil perhitungan diketahui bahwa uji T (Parsial) untuk variabel X10 (iron) diperoleh t-hitung sebesar $(-1,028) < t\text{-tabel } (1,670)$ dan diperoleh nilai signifikan $0,308 > 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa iron tidak berpengaruh terhadap produksi ASI, maka hipotesis ditolak.
11. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa uji T (Parsial) untuk variabel X11 (zinc) diperoleh t-hitung sebesar $(1,441) < t\text{-tabel } (1,670)$ dan diperoleh nilai signifikan $0,155 > 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa zinc tidak berpengaruh terhadap produksi ASI, maka hipotesis ditolak

12. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa uji T (Parsial) untuk variabel X12 (Vitamin D) diperoleh t-hitung sebesar $(0,060) < t\text{-tabel } (1,670)$ dan diperoleh nilai signifikan $0,953 > 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa vitamin D tidak berpengaruh terhadap produksi ASI, maka hipotesis ditolak.

13. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa uji T (Parsial) untuk variabel X13 (Vitamin B12) diperoleh t-hitung sebesar $(0,134) < t\text{-tabel } (1,670)$ dan diperoleh nilai signifikan $0,894 > 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa vitamin B12 tidak berpengaruh terhadap produksi ASI, maka hipotesis ditolak.

14. Dari hasil perhitungan diketahui bahwa uji T (Parsial) untuk variabel X14 (sulfur) diperoleh t-hitung sebesar $(0,134) < t\text{-tabel } (1,670)$ dan diperoleh nilai signifikan $0,894 > 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa sulfur tidak berpengaruh terhadap produksi ASI, maka hipotesis ditolak.

Uji F

Uji F digunakan untuk mengetahui pengaruh dari variabel bebas terhadap variabel terikat pada sebuah penelitian secara simultan atau bersama-sama.

Tabel 4. Hasil Uji F

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	47248740.073	14	3374910.005	.968	.496 ^b
	Residual	209198436.113	60	3486640.602		
	Total	256447176.187	74			

a. Dependent Variable: Y

b. Predictors: (Constant), X14, X5, X12, X10, X4, X8, X11, X7, X9, X13, X3, X2, X6, X1

Berdasarkan tabel hasil uji F diatas diketahui nilai signifikan (sig) adalah sebesar $0,496 > 0,05$ maka H_0 ditolak jadi dapat disimpulkan tidak ada hubungan asupan gizi ibu menyusui dengan produksi ASI pada usia bayi 0-6 bulan.

Koefisien Determinasi (R Square)

Koefisien Determinasi bertujuan untuk mengukur seberapa besar presentase pengaruh variabel independen atau bebas terhadap variabel dependen atau terikat dalam satuan persen pada sebuah model regresi penelitian.

Tabel 5. Hasil Uji Koefisien Determinasi

Model	R	R Square	Adjusted Square	R Std. Error of the Estimate
1	.429 ^a	.184	-.006	1867.25483

a. Predictors: (Constant), X14, X5, X12, X10, X4, X8, X11, X7, X9, X13, X3, X2, X6, X1

Berdasarkan tabel “Model Summary” diatas, diketahui nilai koefisien determinasi/R square adalah 0,184 atau sama dengan 18,4%, nilai ini menunjukkan besar pengaruh dari variabel bebas yang terdiri dari X1 (energy), X2 (protein), X3 (lemak), X4 (karbohidrat), X5 (Vit A), X6 (Vit E), X7 (Vit C), X8 (kalsium), X9 (fosfor), X10 (iron), X11 (zinc), X12 (Vit D), X13 (Vit B12), X14 (sulfur) secara simultan (bersama-sama) berpengaruh terhadap variabel produksi ASI (Y) sebesar 18,4%. Sedangkan sisanya ($100\% - 18,4\% = 81,6\%$) dipengaruhi oleh variabel lain diluar persamaan regresi ini atau variabel yang tidak diteliti.

Pembahasan

1. Hubungan variabel X1 (energy), X2 (protein), X3 (lemak), X4 (karbohidrat), X5 (Vit A), X6 (Vit E), X7 (Vit C), X8 (kalsium), X9 (fosfor), X10 (iron), X11 (zinc), X12 (Vit D), X13 (Vit B12), X14 (sulfur) terhadap Produksi ASI

Hasil uji regresi menunjukkan variabel X1 (energy), X2 (protein), X4 (karbohidrat), X5 (Vit A), X6 (Vit E), X7 (Vit C), X8 (kalsium), X9 (fosfor), X10 (iron), X11 (zinc), X12 (Vit D), X13 (Vit B12), X14 (sulfur) bahwa tidak berpengaruh terhadap Produksi ASI.

Hasil penelitian ini didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan oleh Novi Indryati pada tahun 2019. Pada hasil penelitian diperoleh nilai $p = 1,000$ ($p > \alpha$), sehingga dapat disimpulkan bahwa asupan gizi ibu tidak mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI eksklusif di wilayah kerja Puskesmas Karya Mulia.

2. Hubungan variabel X3 (lemak) terhadap Produksi ASI

Hasil uji regresi menunjukkan bahwa variabel Lemak (X3) berpengaruh terhadap produksi ASI.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ratih Agustin pada tahun 2021. Pada penelitian diperoleh nilai p -value sebesar 0,033 ($p < \alpha$) yang berarti terdapat hubungan asupan lemak dengan produksi ASI.

4. KESIMPULAN

Hasil persamaan regresi berganda menunjukkan bahwa variabel X3 (lemak), X4 (Karbohidrat), X5 (Vit A), X11 (Zinc), X12 (Vit D), X13 (Vit B12), dan X14 (sulfur) memiliki nilai positif yang berarti menunjukkan pengaruh yang searah antara variabel independen (Asupan gizi) dan variabel dependen (produksi ASI).

Hasil perhitungan statistik diperoleh koefisien korelasi adalah $r = 0,429$ artinya variabel X1 (energy), X2 (protein), X3 (lemak), X4 (karbohidrat), X5 (Vit A), X6 (Vit E), X7 (Vit C), X8 (kalsium), X9 (fosfor), X10 (iron), X11 (zinc), X12 (Vit D), X13 (Vit B12), X14 (sulfur) mempunyai hubungan sedang terhadap variabel Y (produksi ASI). Dan dari hasil perhitungan diketahui bahwa variabel X3 (lemak) diperoleh t -hitung sebesar $(2,226) > t$ -tabel $(1,670)$ dan diperoleh nilai signifikan $0,030 < 0,05$. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa lemak berpengaruh terhadap produksi ASI. Nilai koefisien determinasi/R square adalah 0,184 atau sama dengan 18,4%, menunjukkan besar pengaruh dari variabel bebas yang terdiri dari X1 (energy), X2 (protein), X3 (lemak), X4 (karbohidrat), X5 (Vit A), X6 (Vit E), X7 (Vit C), X8 (kalsium), X9 (fosfor), X10 (iron), X11 (zinc), X12 (Vit D), X13 (Vit B12), X14 (sulfur) secara simultan (bersama-sama) berpengaruh terhadap variabel produksi ASI (Y) sebesar 18,4%. Sedangkan sisanya $(100\% - 18,4\% = 81,6\%)$ dipengaruhi oleh variabel lain diluar persamaan regresi ini atau variabel yang tidak diteliti.

5. REFERENCES

- Aprilina, SST., Bdn., M. Keb, dkk. (2022). Butir Mutiara Keajaiban Menyusui (M. K. Dr. Ira Kusumawaty, S.Kp., M. Kes., MPH, Ekadewi Retnosari, SST. (ed.)). CV Literasi Nusantara Abadi. Bardosono, S. (2006). Ibu Menyusui Perlu Tambahan Zat Gizi. Jakarta Penebar Swadaya
- Depkes RI. (2004). Peranan Dokter Dalam Peningkatan Penggunaan ASI. Gerakan Nasional Peningkatan Penggunaan ASI Jakarta.

- Hapsari, Q. C., Rahfiludin, M. Z., & Pangestuti, D. R. (2021). Hubungan Asupan Protein, Status Gizi Ibu Menyusui, dan Kandungan Protein pada Air Susu Ibu (ASI): Telaah Sistematis. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(5), 372–378. <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.5.37>
- Mardalena, I., & Sury, E. Ilmu Gizi. Modul Bahan Ajar Cetak Keperawatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mosca, F., & Gianni, M. L. (2017). Human milk: composition and health benefit
- Roesli, 2004. Mengenai ASI Eksklusif. PT Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara. Jakarta.
- Radharisnawati, N. K., & Kundre, R. (2017). Hubungan Nutrisi. *E-Journal Keperawatan*, 5(1). <https://media.neliti.com/media/publications/113501-ID-hubungan-pemenuhan-kebutuhan-gizi-ibu-de.pdf>
- World Health Organization. (2020). Infographic-Breastfeeding
- Wiknjastro, dkk. (2006). Pengantar Pangan Dan Gizi. Jakarta Penebar Swadaya
- Wardani, Y. S., Megawati, G., & Herawati, D. M. D. (2021). Asupan Gizi Dan Pola Makan Ibu Menyusui Asi Eksklusif Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Ibrahim Aji Kota Bandung. *Gizi Indonesia*, 44(1), 65–76. Wiknjastro, dkk. (2006). Pengantar Pangan Dan Gizi. Jakarta Penebar Swadaya.