

# Faktor-Faktor yang Berkaitan dengan Asupan Energi pada Ibu Menyusui di Kecamatan Sawangan Kota Depok Tahun 2023 = Factors Associated with Energy Intake among Lactating Mothers at Sawangan District Depok City in 2023

Cornelia Lugita Santoso, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920524692&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Pada masa menyusui, kebutuhan gizi ibu mengalami peningkatan. Periode ini merupakan periode penting bagi ibu untuk mengembalikan cadangan gizi ibu setelah melahirkan serta memastikan terpenuhinya kebutuhan energi tambahan untuk menyusui. Namun, berbagai penelitian menemukan bahwa asupan energi ibu menyusui belum memenuhi angka kecukupan yang direkomendasikan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berkaitan dengan asupan energi ibu menyusui di Kecamatan Sawangan, Kota Depok. Penelitian kuantitatif dengan desain studi cross-sectional ini menggunakan data sekunder. Terdapat 217 ibu menyusui pada penelitian ini. Analisis data dilakukan dengan uji chi square dan regresi logistik ganda. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu menyusui di Kecamatan Sawangan memiliki asupan energi yang tidak adekuat (78,3%). Keragaman konsumsi pangan (p-value 0,006) dan frekuensi makan (p-value 0,015) merupakan faktor yang berkaitan dengan asupan energi ibu menyusui. Faktor dominan yang berhubungan dengan asupan energi pada ibu menyusui adalah keragaman konsumsi pangan. Ibu menyusui yang konsumsinya tidak beragam berisiko 2,507 kali lebih tinggi untuk mengonsumsi energi tidak adekuat dibandingkan ibu dengan konsumsi beragam, setelah dilakukan kontrol terhadap variabel lainnya. Oleh karena itu, perlu dilakukan intervensi pada ibu menyusui salah satunya dengan pemberian makanan tambahan agar dapat memenuhi kebutuhan gizinya sehingga dapat memberikan Air Susu Ibu (ASI) eksklusif selama 6 bulan.

.....Nutritional needs of mothers are increased during lactation. This period is crucial to replenish their nutrient reserves after childbirth and ensure the fulfillment of additional energy requirements for lactation. However, various studies have reported that energy intake of lactating mothers still falls short of the recommended adequacy levels. This study aimed to identify factors associated with energy intake among lactating mothers at Sawangan District, Depok City. This quantitative study with a cross-sectional design utilizing secondary data. There were 217 lactating mothers included in this study. Data analysis was performed using the chi-square test and binary logistic regression. This study revealed that the majority of lactating mothers at Sawangan District had inadequate energy intake (78,3%). Dietary diversity (p-value 0,006) and eating frequency (p-value 0,015) were found to be factors associated with the energy intake of lactating mothers. The dominant factor was dietary diversity. Breastfeeding mothers who had less diverse food consumption were at a 2,507 times higher risk of having inadequate energy intake compared to mothers with diverse consumption, after controlling for other variables. Therefore, interventions are needed, including the provision of supplementary food, to help lactating mothers meet their nutritional needs and continue providing exclusive breastfeeding for 6 months.