

## ABSTRAK

Jenis makanan yang dikonsumsi oleh ibu menyusui di Kelurahan Karang Dalam RW 01 Kecamatan Sampang Madura sebagian besar senang mengonsumsi tahu dan tempe saja, sedangkan untuk ikan laut dan telur justru menjadi pantangan untuk ibu menyusui karena diyakini dapat merubah rasa ASI.

Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik, dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasinya adalah ibu menyusui sebesar 20 orang. Teknik yang digunakan adalah *sample random sampling*, dan besar sample sebesar 19 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan kuisioner bentuk *check list* dan lembar observasi. Variabel independen jenis makanan yang dikonsumsi ibu dan variabel dependen adalah kelancaran produksi ASI. Data dianalisis menggunakan uji *mann-whitney*. Dengan tingkat kemaknaan  $= < 0,05$

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar 57,9% ibu menyusui mempunyai kebiasaan mengonsumsi jenis makanan yang tidak baik dan sebagian besar 57,9% ibu menyusui produksi ASInya tidak lancar. Berdasarkan uji statistik didapatkan  $p = 0,000$  artinya  $p < = 0,05$  maka  $H_0$  ditolak yaitu ada hubungan antara jenis makanan yang dikonsumsi ibu menyusui dengan kelancaran produksi ASI.

Ada hubungan antara jenis makanan yang dikonsumsi dengan kelancaran produksi ASI di Kelurahan Karang Dalam RW 01 Kecamatan Sampang, Madura. Ibu menyusui sebaiknya tidak membatasi jenis makanan yang dikonsumsi dalam memenuhi kebutuhan nutrisinya, yang terpenting adalah seimbang, tidak ada pantangan makanan, dan menjamin pembentukan air susu yang berkualitas dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya. Saran pada penelitian ini adalah perlu adanya kerjasama antara keluarga dan petugas kesehatan untuk memberikan dukungan kepada ibu untuk memberikan ASI eksklusif dan memperbaiki pola mengonsumsi jenis makanan untuk ibu.

**Kata kunci : Jenis makanan, kelancaran ASI**