

ABSTRAK

Produksi ASI merupakan proses pembentukan ASI dari sel-sel alveoli yang berfungsi memproduksi air susu. Produksi ASI sangat dipengaruhi oleh makanan yang dimakan oleh ibu. Apabila makanan ibu secara teratur dan memenuhi menu seimbang akan mempengaruhi produksi ASI. Karena kelenjar pembuat ASI tidak dapat bekerja dengan sempurna tanpa makanan yang cukup. Untuk dapat menghasilkan ASI yang bermutu tinggi maka selama menyusui ibu harus mengkonsumsi makanan yang mengandung energi dan zat gizi yang lengkap. Berdasarkan data awal yang didapat bahwa dari 130 ibu nifas 32 orang (40%) mempunyai pantangan terhadap makanan tertentu produksi ASInya tidak lancar sedangkan 78 orang (60%) tidak mempunyai pantangan terhadap makanan tertentu produksi ASInya lancar.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara pemenuhan nutrisi ibu post partum dengan produksi ASI.

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian anlitik *cross sectional*. Populasi diambil dari ibu post partum hari ke 7 yang ada dirumah bersalin wilayah kabupaten Sumenep. Sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Data dikumpulkan dengan menggunakan kuesioner kemudian diuji dengan uji statistik Chi-square.

Berdasarkan analisa data yang dilakukan dengan menggunakan Uji Chi-square didapatkan χ^2 hitung 4,98 > χ^2 tabel 3,84 sehingga H_1 diterima maka ada hubungan antara pemenuhan nutrisi ibu post partum dengan produksi ASI.

Kesimpulan dari penelitian bahwa ibu post partum dengan nutrisi menu seimbang akan mempengaruhi produksi ASI dengan demikian diharapkan ibu post partum tidak berpantang makanan sehingga dapat memperlancar produksi ASI.

Kata kunci : pemenuhan nutrisi ibu post post partum, produksi ASI

YAYASAN RS ISLAM SURABAYA