

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT GIZI PADA IBU MENYUSUI
TERHADAP KADAR ZINK DAN BESI AIR SUSU IBU
DI KECAMATAN MANDIANGIN KOTO SELAYAN
KOTA BUKITTINGGI**

TESIS

Oleh:

YENDRIZAL JAFRI

06 212 014



**PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS ANDALAS
2008**

Hubungan Asupan Zat Gizi pada Ibu Menyusui Terhadap Kadar Zink dan Besi ASI di Kecamatan Mandiangin Koto Selayan Kota Bukittinggi

oleh: Yendrizal Jafri

(Di bawah bimbingan Masrul dan Nursal Asbiran)

RINGKASAN

Masalah defisiensi zat gizi mikro seperti defisiensi zink (Zn) dan besi (Fe) merupakan masalah kesehatan masyarakat di banyak negara berkembang termasuk di Indonesia yang banyak dialami oleh kelompok rawan gizi seperti ibu menyusui dan bayi. Sementara itu Bank Dunia menemukan bahwa 30% masyarakat di negara berkembang defisiensi zat gizi mikro. Kebutuhan gizi bayi 0-6 bulan diperoleh melalui ASI sehingga produksi ASI yang cukup baik jumlah dan kualitasnya sangat menentukan terhadap pertumbuhan bayi. Upaya perbaikan gizi pada bayi 0-6 bulan hanya dapat dilakukan melalui perbaikan gizi ibunya. Berdasarkan hal tersebut maka ibu menyusui harus mempunyai status gizi baik agar dapat menghasilkan ASI yang optimal guna memenuhi kebutuhan gizi bayi.

Tujuan penelitian: 1) Diketahui karakteristik responden ibu menyusui di Kecamatan Mandiangin Koto Selayan Kota Bukittinggi. 2) Mengkaji ada atau tidak hubungan asupan protein, zink dan besi pada ibu terhadap kadar zink ASI. 3) Mengkaji ada atau tidak hubungan asupan protein, zink dan besi terhadap kadar besi ASI. 4) Mengkaji ada atau tidak hubungan status gizi berdasarkan IMT Ibu terhadap kadar zink dan besi ASI. 5) Mengkaji ada atau tidak hubungan umur bayi terhadap kadar zink dan besi ASI.

Penelitian ini dilakukan di Kecamatan Mandiangin Koto Selayan pada bulan April sampai Juli 2008. Desain penelitian adalah "*Cross Sectional*" dengan jumlah sampel 47 orang. Pengambilan sample secara *Simple Random Sampling*. Data karakteristik subjek penelitian didapatkan dengan kuesioner antara lain: umur, jumlah keluarga, pekerjaan, pendidikan dan pendapatan keluarga. Pengukuran antropometri dilakukan penimbangan berat badan, mengukur tinggi badan. Untuk menentukan status gizi berdasarkan IMT

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang masalah

Studi-studi di banyak negara berkembang mengungkap bahwa penyebab utama terjadinya gizi kurang dan hambatan pertumbuhan pada anak-anak usia 3-15 bulan berkaitan dengan rendahnya pemberian Air Susu Ibu (ASI) dan buruknya praktek pemberian makanan pendamping ASI (Shrimpton, 2001). Di Indonesia hanya 14% bayi mendapat ASI eksklusif sampai usia 5 bulan dan hanya 8% bayi mendapat ASI eksklusif sampai usia 6 bulan (Depkes, 2004).

Masalah defisiensi zat gizi mikro seperti defisiensi zink (Zn) dan besi (Fe) merupakan masalah kesehatan masyarakat di banyak negara berkembang termasuk di Indonesia yang banyak dialami oleh kelompok rawan gizi seperti ibu menyusui dan bayi (ACC/SCN, 2001). Sementara itu Bank Dunia (World Bank, 2006) menemukan bahwa 30% masyarakat di negara berkembang defisiensi zat gizi mikro (40% masyarakat defisiensi besi dan lebih dari 40% anak-anak defisiensi vitamin A). Prevalensi defisiensi zink secara menyeluruh di Indonesia belum diketahui. Prevalensi defisiensi zink skala kecil diketahui berdasarkan penelitian-penelitian yang dilakukan di berbagai tempat. Studi di NTT, Lombok, Jabar, dan Jateng oleh Satoto (1999); Hardinsyah, Briawan, Khomsan, dan Retnaningsih (1999) menyatakan prevalensi defisiensi zink pada ibu hamil dan bayi tinggi yaitu 30-90%. Dijkhuizen, Wieringa, West, Muherdiyantiningsih, dan Muhilal (2001) menginformasikan defisiensi zink di Indonesia pada ibu menyusui 25% dan pada bayi 17%. Studi Wijaya (2001) mengungkap defisiensi zink pada bayi 11%.

sedangkan Lind, Lonnerdal, Hans, Djauhari, Rosadi, Ekstrom, dan Persson (2003) mengungkap defisiensi zink pada bayi 6-12 bulan di Indonesia 78%.

Selain defisiensi zink maka anemia gizi besi yang disebabkan defisiensi besi di Indonesia masih tinggi yaitu 61,3% pada anak <6 bulan dan 64,8% pada anak 6-11 bulan (SKRT, 2001). Anemia gizi besi pada bayi dan anak usia dibawah dua tahun (baduta) juga masih tinggi yang ditunjukkan pada beberapa studi. Studi Wijaya (2001) menemukan 61% bayi di Indonesia anemia. Studi Dijkhuizen *et al*, (2001) mengungkap prevalensi anemia pada bayi 57%, Riyadi (2002) mengungkap prevalensi anemia pada anak baduta di Jawa Barat 49%, dan Lind *et al*, (2003) mengungkap prevalensi anemia pada bayi 6-12 bulan 41%. Tingginya prevalensi anemia ataupun defisiensi zink pada bayi dan balita ini harus ditindak lanjuti berdasarkan kajian yang dilakukan WHO (2002) yang mengemukakan bahwa 54% penyebab kematian bayi dan balita dipengaruhi oleh faktor gizi. Sedangkan prevalensi anemia gizi besi pada ibu menyusui secara menyeluruh belum diketahui tetapi diduga hampir sama dengan prevalensi anemia gizi besi pada ibu hamil dengan asumsi ibu hamil akan menjadi ibu menyusui dan tidak adanya program pemberian tablet besi pada ibu menyusui seperti pada ibu hamil. Dijkhuizen *et al*, (2001) menemukan prevalensi anemia pada ibu menyusui 52%. Anemia yang terjadi pada ibu menyusui akan berdampak terhadap kemampuan untuk memproduksi ASI yang cukup dimana cadangan atau jaringan ibu akan dipakai untuk memproduksi ASI sehingga ibu sangat beresiko terhadap terjadinya gizi kurang dan anemia yang lebih berat.

Hubungan asupan zat gizi mikro dan kadar zat gizi mikro dalam ASI sampai saat ini belum konklusif. Beberapa studi menyimpulkan bahwa buruknya asupan zat gizi mikro dan status zat gizi mikro pada ibu mengakibatkan rendahnya kadar zat gizi mikro dalam ASI. Sebaliknya studi lain menyimpulkan tidak ada hubungan asupan zat gizi

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasannya, dapat dibuat kesimpulan:

- 6.1.1. Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan zink pada ibu menyusui 1–6 bulan terhadap kadar zink ASI. Asupan protein dan besi pada ibu menyusui 1–6 bulan terhadap kadar zink ASI pada tidak terdapat hubungan yang signifikan. Pada uji multivariat tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan zink terhadap kadar zink ASI.
- 6.1.2. Terdapat hubungan yang signifikan antara asupan protein dan besi pada ibu menyusui 1–6 bulan terhadap kadar besi ASI. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan zink pada ibu menyusui 1–6 bulan terhadap kadar besi ASI. Pada uji multivariat asupan protein dan besi secara signifikan berhubungan terhadap kadar besi ASI.
- 6.1.3. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara hubungan status gizi berdasarkan IMT (Indeks Massa Tubuh) Ibu pada ibu menyusui 1–6 bulan terhadap kadar zink dan besi ASI.
- 6.1.4. Terdapat hubungan yang signifikan antara umur bayi pada ibu menyusui 1–6 bulan terhadap kadar zink ASI. Makin lama umur bayi akan berhubungan dengan kadar zink dalam ASI. Antara umur bayi pada ibu menyusui 1–6 bulan terhadap kadar besi ASI tidak terdapat hubungan yang signifikan. Pada uji multivariat umur bayi secara signifikan berhubungan terhadap kadar zink ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- ACC/SCN. 1991. Subcommittee on Nutrition During Lactation. Committee on Nutritional Status During Pregnancy and Lactation. *Food and Nutrition Board. Institute of Medicine. 1991. Nutrition During Lactation. National Academy Press. Washington, D.C*
- ACC/SCN. 2001. *Nutrition Policy Paper No 19. ADB Nutrition and Development Series No 5. United Nations Administrative Committee on Coordination Sub Committee on Nutrition. Asian Development Bank*
- Black. R. 2001. Zinc Deficiency, Immune Function, Morbidity and Mortality from Infectious Disease among Children in Developing Countries. *Food and Nutrition Bulletin Vol 22 No 2 June 2001. Special Issue on Recent Intervention Trials with Zinc. United Nations University Press*
- Brown. K, Wuehlers. S, Peerson. J. 2001. The Importance of Zink in Human Nutrition and Estimation of Global Prevalence of Zinc Deficiency. *Food and Nutrition Bulletin Vol 22 No 2 June 2001. United Nations University Press*
- Casey. 1989. Studies in Human Lactation : Secretion of Zink, Cooper and Manganese in Human Milk. *Am.J.Clin.Nutr vol.49 : 773-785*
- Castilo.D, Vial.P, Uauy.R.. 2001. *Trace Mineral Balance during Acute Diarrhea in Infant. Dalam Brown.K, Wuehler.S, Peerson.J. The Importance of Zinc in Human Nutrition and Estimation of Global Prevalence of Zinc Deficiency. Food and Nutrition Bulletin Vol 22 No 2 June 2001. United Nations University Press*
- Cousins R.J and McMahon R.J. 2000. Integrative Aspects of Zink Transporters. Zinc and Health : Current Status and Future Directions. *American Society for Nutritional Sciences*
- Dallman. 1986. Iron Defficiency in The Weaning : A Nutritional Problem on The Way to Resolution, *Acta Pediatric Supplemen Vol. 323 : 59-67*
- Departemen Kesehatan R.I. 2003. Gizi dalam Angka
- Dijkhuizen. M.A dalam Gibson RS. 1994. Zinc Nutrition in Developing Countries. *Nutr Res Rev. Vol. 7:151-173*
- Dijkhuizen. M.A, Wieringa.F, West.C, Muherdiyantiningsih, Muhilal. 2001. Concurrent Micronutrient Deficiencies in Lactating Mothers and Their Infants in Indonesia. *AM.J.Clin.Nutr. Vol.73:786-791*