

Lampiran 1

No. Responden

--	--	--

---

Hubungan Pola Makan, Asupan Zat Gizi dan Produksi ASI pada Ibu Menyusui di  
Kelurahan Keagungan Kecamatan Tamansari Jakarta Barat  
Program Studi S1 Ilmu Gizi Reguler Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan  
Universitas Esa Unggul (UEU)  
Jl. Arjuna Utara No.9 Kebon Jeruk, Jakarta Barat 11510

#### LEMBAR PENJELASAN RESPONDEN

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah metode *cross sectional* dimana ada data karakteristik responden meliputi : usia, tingkat pendidikan, tingkat pendapatan orang tua, pekerjaan, status paritas, berat badan bayi lahir, penggunaan kontrasepsi, umur kehamilan saat melahirkan dan frekuensi menyusui. Data dependen yakni produksi ASI serta data independen yaitu pola makan dan asupan zat gizi.

Penelitian ini melakukan wawancara mengenai karakteristik responden dan produksi ASI menggunakan kuesioner sedangkan pola makan dan asupan zat gizi wawancara menggunakan *form Semi Quantitative Food Frequency*. Manfaat secara umum dari penelitian ini adalah dapat mengetahui hubungan pola makan, asupan zat gizi dan produksi ASI pada ibu menyusui di Kelurahan Keagungan Kecamatan Tamansari Jakarta Barat sehingga diharapkan para ibu-ibu menyusui dapat mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI dan dapat memberikan ASI eksklusif kepada bayinya sampai berusia 6 bulan dan dilanjutkan sampai usia 2 tahun. Selain itu dapat menjadi saran bagi pihak puskesmas agar dapat memberikan penyuluhan kepada ibu hamil dan ibu menyusui tentang pentingnya pemberian ASI eksklusif.

Partisipasi saudara/saudari bersifat sukarela tanpa paksaan dan bila tidak berkenan dapat menolak atau sewaktu waktu dapat mengundurkan diri tanpa sanksi apapun. Semua informasi yang berkaitan dengan privasi akan dijaga kerahasiaannya. Semua data tidak akan dihubungkan dengan identitas.

Lampiran 2

No. Responden

--	--	--

---

**LEMBAR PERSETUJUAN SEBAGAI RESPONDEN**

Saya Martha Uly Agnes adalah mahasiswa pararel Jurusan Ilmu Gizi Universitas Esa Unggul yang saat ini sedang melakukan penelitian skripsi tentang hubungan pola makan, asupan zat gizi dan produksi ASI pada ibu menyusui di Kelurahan Keagungan Kecamatan Tamansari Jakarta Barat. Oleh karena itu, saya memohon kehadiran waktu saudara untuk mengisi kuesioner mengenai data diri. Saya akan merahasiakan seluruh informasi yang saudara berikan. Perlu saya informasikan bahwa keikutsertaan saudara dalam pengisian kuesioner ini bersifat sukarela.

Informed consent :

Setelah saya mendapat penjelasan mengenai tujuan dan manfaat studi dalam “Hubungan pola makan, asupan zat gizi dan produksi ASI pada ibu menyusui di Kelurahan Keagungan Kecamatan Tamansari Jakarta Barat, maka saya :

Nama (usia) : ..... (.....Tahun)

Alamat Lengkap : .....

No.Handphone : .....

Secara sukarela dan tanpa ada paksaan setuju untuk menjadi responden dan diwawancarai dalam penelitian ini.

Jakarata, Februari 2019

Tanda tangan Responden

Tanda tangan pewawancara

(.....)

(.....)

Lampiran 3

No. Responden

--	--	--

---

**KUESIONER KARAKTERISTIK RESPONDEN**

**IDENTITAS RESPONDEN:**

1. Nama :
2. Alamat :
3. Umur responden :
  - a. < 20 tahun
  - b. 20-35 tahun
  - c. > 35 tahun
4. Tingkat Pendidikan :
  - a. Tamat SD/MI
  - b. Tamat SLTP/MTS
  - c. Tamat SLTA/MA
  - d. Tamat D3/D4/PT
5. Tingkat pendapatan orang tua :
  - a. < Rp 3.950.000
  - b.  $\geq$  Rp 3.950.000
6. Pekerjaan :
  - a. PNS/TNI/Polri/BUMN/BUMD
  - b. Pegawai swasta
  - c. Wiraswasta
  - d. Buruh
  - e. IRT
7. Status paritas :
  - a. Primipara (1 anak)
  - b. Multipara (2-4 anak)
  - c. Grande multipara ( $\geq$  5 anak)

8. Berat badan bayi lahir :
- BBLR (< 2500 gram)
  - Normal (2500-4000 gram)
  - Makrosomia (> 4000 gram)
9. Penggunaan alat kontrasepsi :
- Ya
    - pengguna kontrasepsi pil KB
    - pengguna kontrasepsi suntik
    - pengguna kontrasepsi implant
    - lainnya.....
  - Tidak
10. Umur kehamilan saat melahirkan :
- Prematur (28-36 minggu)
  - Postterm (37-42 minggu)
  - Serotinus/postmatur (> 42 minggu)
11. Frekuensi menyusui :
- Kurang < 10 kali
  - Cukup 8-12 kali
  - Lebih > 12 kali

## Lampiran 4

---

**KUESIONER PRODUKSI ASI**

No. Responden : \_\_\_\_\_ (diisi oleh peneliti)

Tanggal pengisian : \_\_\_\_\_

Petunjuk Pengisian :

1. Pilihlah salah satu jawaban yang dianggap paling tepat dan sesuai dengan pendapat ibu dengan memberi tanda check (√) pada jawaban “Ya” atau “Tidak”.
2. Sebelum selesai wawancara, periksa dan baca sekali lagi serta yakinkan bahwa pertanyaan telah terjawab semuanya.

No	Item Pertanyaan	Jawaban	
		Ya	Tidak
1	Kenaikan berat badan bayi yaitu sekurangnya 500 gr dalam sebulan		
2	Apakah bayi buang air besar (BAB) 2-5 kali dalam sehari ?		
3	Apakah warna BAB bayi kuning keemasan, tidak terlalu encer dan tidak terlalu pekat ?		
4	Apakah bayi buang air kecil (BAK) 6-8 kali dalam sehari ?		
5	Apakah warna urin bayi kuning jernih ?		
6	Setelah menyusui, apakah bayi ibu tertidur tenang selama 2 jam atau lebih ?		
7	Apakah ibu menyusui > 8 kali dalam sehari ?		
8	Apakah ibu menyusui bayi tanpa jadwal ?		
9	Sebelum menyusui, apakah kedua payudara ibu terasa penuh ?		
10	Apakah ibu merasa ada yang mengalir dari payudaranya?		









Daftar Bahan Makanan	Ukuran Porsi		Frekuensi				Keterangan porsi
	URT	Gram	H	M	B	TP	
a. Keju	1 ptg kcl	35					
b. Susu skim cair	1 gls	200					
c. Susu kental tak manis	½ gls	100					
d. Susu sapi	1 gls	200					
e. Tepung susu skim	4 sdm	20					
<b>Lain-lain</b>							
a. Gula	1 sdm	13					
b. Minyak Kelapa	1 sdt	5					
c. Mentega	1 sdt	5					
d. Santan	1/3 gls	40					

Keterangan :

1. H = Hari
2. M = Minggu
3. B = Bulan
4. TP = Tidak pernah

## Lampiran 6

## Hasil Output SPSS

## Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Produksi ASI	.441	35	.000	.585	35	.000
Pola makan	.476	35	.000	.521	35	.000
Energi	.278	35	.000	.740	35	.000
Protein	.107	35	.200	.967	35	.361
Lemak	.155	35	.033	.915	35	.011
KH	.088	35	.200	.965	35	.326
Vit B12	.373	35	.000	.459	35	.000
Vit C	.116	35	.200	.952	35	.131
Zat besi	.152	35	.040	.842	35	.000
Kalsium	.138	35	.089	.951	35	.123
Asam folat	.228	35	.000	.674	35	.000
Zink	.107	35	.200	.979	35	.722

a. Lilliefors Significance Correction

\*. This is a lower bound of the true significance.

## Usia

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 2	35	100.0	100.0	100.0

## Tingkat pendidikan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Tamat SD/MI	2	5.7	5.7	5.7
Tamat SLTP/MTS	10	28.6	28.6	34.3
Valid Tamat SLTA/MA	20	57.1	57.1	91.4
Tamat D3/D4/PT	3	8.6	8.6	100.0
Total	35	100.0	100.0	

## Tingkat pendapatan orang tua

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
< Rp 3.950.000	10	28.6	28.6	28.6
Valid > Rp 3.950.000	25	71.4	71.4	100.0
Total	35	100.0	100.0	

## Pekerjaan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Pegawai swasta	2	5.7	5.7	5.7
Valid Wiraswasta	2	5.7	5.7	11.4
IRT	31	88.6	88.6	100.0
Total	35	100.0	100.0	

## Status paritas

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Primipara (1 anak)	8	22.9	22.9	22.9
Valid Multipara (2-4 anak)	26	74.3	74.3	97.1
Grande multipara ( $\geq 5$ anak)	1	2.9	2.9	100.0
Total	35	100.0	100.0	

## Berat badan bayi lahir

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
BBLR (< 2500 gram)	2	5.7	5.7	5.7
Valid Normal (2500--4000 gram)	33	94.3	94.3	100.0
Total	35	100.0	100.0	

## Penggunaan alat kontrasepsi

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid YA : a.Pil KB, b.Suntik, c.Implant, d.lainnya	14	40.0	40.0	40.0
Tidak	21	60.0	60.0	100.0
Total	35	100.0	100.0	

## Umur kehamilan saat melahirkan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Prematur (28-36 minggu)	1	2.9	2.9	2.9
Postterm (37-42 minggu)	33	94.3	94.3	97.1
Valid Serotinus/postmatur (> 42 minggu)	1	2.9	2.9	100.0
Total	35	100.0	100.0	

## Frekuensi Menyusui

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Kurang < 10 kali	2	5.7	5.7	5.7
Cukup 8-12 kali	15	42.9	42.9	48.6
Valid Lebih > 12 kali	18	51.4	51.4	100.0
Total	35	100.0	100.0	

## Pola makan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Baik	27	77.1	77.1	77.1
Valid Kurang	8	22.9	22.9	100.0
Total	35	100.0	100.0	

## Asupan zat gizi makro

	Energi	Protein	Lemak	KH
N Valid	35	35	35	35
Missing	0	0	0	0
Mean	2.3729E3	83.0429	64.7714	3.6766E2
Std. Deviation	1.65338E2	8.18784	1.37243E1	3.70402E1
Minimum	1959.00	66.20	45.10	297.30
Maximum	2509.50	103.50	88.60	433.40

**Asupan zat gizi mikro**

	Vit B12	Vit C	Zat besi	Kalsium	Asam folat	Zink
N Valid	35	35	35	35	35	35
Missing	0	0	0	0	0	0
Mean	6.4514	1.2985E2	13.5657	6.5668E2	319.9629	9.4886
Std. Deviation	1.05701E1	6.14837E1	2.71715	2.06241E2	131.36476	1.23426
Minimum	1.20	37.60	9.50	324.70	104.80	7.30
Maximum	57.50	290.40	24.60	1061.60	953.90	12.30

**Produksi ASI**

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid Kurang	8	22.9	22.9	22.9
Cukup	2	5.7	5.7	28.6
Baik	25	71.4	71.4	100.0
Total	35	100.0	100.0	

**Pola makan**

			Pola makan	Produksi ASI
Spearman's rho	Pola makan	Correlation Coefficient	1.000	-.763**
		Sig. (2-tailed)	.	.000
		N	35	35
	Produksi ASI	Correlation Coefficient	-.763**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.000	.
		N	35	35

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Asupan zat gizi makro

			Produksi ASI	Energi	Protein	Lemak	KH
Spearman's rho	Produksi ASI	Correlation Coefficient	1.000	.652**	.397*	.349*	.504**
		Sig. (2-tailed)	.	.000	.018	.040	.002
		N	35	35	35	35	35
Energi	Energi	Correlation Coefficient	.652**	1.000	.364*	.573**	.356*
		Sig. (2-tailed)	.000	.	.032	.000	.036
		N	35	35	35	35	35
Protein	Protein	Correlation Coefficient	.397*	.364*	1.000	.043	.457**
		Sig. (2-tailed)	.018	.032	.	.807	.006
		N	35	35	35	35	35
Lemak	Lemak	Correlation Coefficient	.349*	.573**	.043	1.000	-.397*
		Sig. (2-tailed)	.040	.000	.807	.	.018
		N	35	35	35	35	35
KH	KH	Correlation Coefficient	.504**	.356*	.457**	-.397*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.002	.036	.006	.018	.
		N	35	35	35	35	35

\*\* . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

\* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Asupan zat gizi mikro

			Produksi ASI	Vit B12	Vit C	Zat besi	Kalsium	Asam folat	Zink
Spearman's rho	Produksi ASI	Correlation Coefficient	1.000	.072	.127	.394*	-.251	.344*	.500**
		Sig. (2-tailed)	.	.682	.469	.019	.145	.043	.002
		N	35	35	35	35	35	35	35
Vit B12	Vit B12	Correlation Coefficient	.072	1.000	-.357*	.265	.329	.271	.559**
		Sig. (2-tailed)	.682	.	.035	.124	.053	.115	.000
		N	35	35	35	35	35	35	35
Vit C	Vit C	Correlation Coefficient	.127	-.357*	1.000	.189	.070	.331	-.128
		Sig. (2-tailed)	.469	.035	.	.276	.691	.052	.465
		N	35	35	35	35	35	35	35
Zat besi	Zat besi	Correlation Coefficient	.394*	.265	.189	1.000	-.054	.453**	.316
		Sig. (2-tailed)	.019	.124	.276	.	.760	.006	.064
		N	35	35	35	35	35	35	35
Kalsium	Kalsium	Correlation Coefficient	-.251	.329	.070	-.054	1.000	-.066	.150
		Sig. (2-tailed)	.145	.053	.691	.760	.	.706	.390
		N	35	35	35	35	35	35	35
Asam folat	Asam folat	Correlation Coefficient	.344*	.271	.331	.453**	-.066	1.000	.382*
		Sig. (2-tailed)	.043	.115	.052	.006	.706	.	.023
		N	35	35	35	35	35	35	35
Zink	Zink	Correlation Coefficient	.500**	.559**	-.128	.316	.150	.382*	1.000
		Sig. (2-tailed)	.002	.000	.465	.064	.390	.023	.
		N	35	35	35	35	35	35	35

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

\*\*-. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).



Lampiran 7

Dokumentasi





## RIWAYAT HIDUP PENULIS

### Data Pribadi

Nama : Martha Uly Agnes Simbolon  
NIM : 20170302125  
Tempat, Tanggal Lahir : Batam, 24 Oktober 1995  
Alamat : Jalan Kuras IV No.17 RT 002 RW 001Kampung  
Baru, Senapelan, Kota Pekanbaru, Provinsi Riau  
Kewarganegaraan : Indonesia  
Agama : Kristen Protestan  
No.Telepon/HP : 082388988955  
Email : ulyagnesmartha@gmail.com

### Data Pendidikan

#### **Tahun**

2001-2007 : SD Negeri 016 Senapelan  
2007-2010 : SMP Negeri 18 Pekanbaru  
2010-2013 : SMK Negeri 3 Pekanbaru  
2013-2016 : Diploma III Gizi Poltekkes Kemenkes Riau  
2017-2019 : Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan  
Universitas Esa Unggul