

**PENGETAHUAN TENTANG CARA MENINGKATKAN PRODUKSI ASI
DENGAN ASUPAN MAKANAN, FREKUENSI MENYUSUI, LAMANYA
MENYUSUI DAN TEKNIK MENYUSUI PADA IBU YANG MENYUSUI BAYI
USIA 0-6 BULAN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PUCANG SEWU KOTA
SURABAYA**

ABSTRAK

Salah satu kelompok penduduk yang keadaan gizinya memiliki kesempatan singkat untuk diperbaiki ialah bayi 0-6 bulan. ASI adalah makanan dan atau minuman yang paling sempurna bagi bayi usia 0-6 bulan. Besarnya manfaat ASI tidak diimbangi oleh perilaku ibu dalam pemberian ASI dengan alasan ibu takut ASI tidak cukup, teknik pemberian ASI yang salah dan kepercayaan yang keliru. Perilaku ibu tersebut dipengaruhi oleh pengetahuan dan sikap ibu dalam memenuhi gizi bayinya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran tentang pengetahuan ibu, asupan makanan ibu, frekuensi menyusui ibu, lamanya menyusui, teknik menyusui dan hubungan antara pengetahuan dengan asupan makanan, frekuensi menyusui, lamanya menyusui dan teknik menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Pucang sewu.

Jenis penelitian ini adalah penelitian survey yang bersifat deskriptif dan analitik. Penelitian ini menggunakan 38 sampel yang ditentukan secara *simple random sampling*. Pengumpulan data dilakukan secara primer dan sekunder lalu data diolah menggunakan *SPSS*. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji *Chi Square* namun karena tidak memenuhi syarat, maka uji dilanjutkan dengan uji *exact fisher*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 63,2% ibu menyusui memiliki pengetahuan tentang cara meningkatkan produksi ASI yang baik, 89,5% asupan makanan ibu menyusui masih kurang baik, 84,2% frekuensi menyusui defisit, 84,2% lamanya menyusui sudah normal, 87% teknik menyusui ibu sudah benar dan dari hasil *SPSS* menunjukkan bahwa $P > \alpha$.

Dari hasil diatas dapat disimpulkan bahwa, sebagian ibu telah memiliki pengetahuan tentang cara meningkatkan produksi ASI, frekuensi menyusui, lamanya menyusui dan teknik menyusui yang baik, sedangkan sebagian besar ibu masih memiliki asupan makanan yang kurang baik. sedangkan dari hasil uji *exact fisher* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan tentang cara meningkatkan produksi ASI dengan asupan makanan, frekuensi menyusui, lamanya menyusui dan teknik menyusui.

Kata Kunci : *pengetahuan, asupan makanan, frekuensi menyusui, lamanya menyusui, teknik menyusui.*

*KNOWLEDGE OF HOW TO INCREASE PRODUCTION OF BREAST MILK WITH
FOOD INTAKE, BREASTFEEDING FREQUENCY, BREASTFEEDING DURATION
AND BREASTFEEDING TECHNIQUES TO WOMAN WHO GIVING BREASTFEEDING
0-6 MONTHS BABY AT PUSKESMAS PUCANG SEWU KOTA SURABAYA*

ABSTRACT

One of the population that have a brief opportunity to nutritional status repair is a baby (0-6 months). Breast milk is the most perfect food or beverage for babies (0-6 months). The magnitude of the breastfeeding's benefits is not matched with the mother's behavior in breastfeeding because of their fear in insufficient breast milk, wrong breastfeeding technique and wrong trust. Mother's behavior is influenced the knowledge and attitude of mothers in nutritional baby supply. The purpose of this research is to determine the description of mother's knowledge, mother's food intake, mother's breastfeeding frequency, breastfeeding duration, breastfeeding techniques and knowledge of the relationship between food intake, breastfeeding frequency, breastfeeding duration and breastfeeding techniques in Puskesmas Pucang sewu.

It is a survey research with descriptiv and analytical characteristic. This research uses 38 samples were determined by simple random sampling. Data collection was conducted in the primary and then secondary data were processed using SPSS. Analysis of the data in this study using Chi Square test but because not met the requirements, the test followed by Fisher exact test.

The results of this research shown that 63.2% of breastfeeding mothers have a good knowledge in how to increase breastmilk production, 89.47% food intake of lactating mothers are still not good, 92.1% have a good breastfeeding frequency, 84.2% have normal breastfeeding duration , 86.8% have a correct breastfeeding technique and SPSS results shown that $P > \alpha$.

From the results above it can be concluded that, some mothers were have knowledge in how to increase milk production, the frequency of breastfeeding, duration of breastfeeding and breastfeeding techniques are good, while most of mothers still have poor food intake. while the Fisher exact test results shown that there was no relationship between knowledge about how to increase breastmilk production by food intake, breastfeeding frequency, breastfeeding duration and breastfeeding techniques.

Keywords: knowledge, dietary intake, breastfeeding frequency, breastfeeding duration, breastfeeding techniques.