

**HUBUNGAN PANTANGAN MAKANAN DENGAN STATUS GIZI IBU MENYUSUI
SECARA EKSKLUSIF (0-6 BULAN) DI KECAMATAN SUMOWONO KABUPATEN
SEMARANG**

**SHERLY ANGGRAINI-2500011812009
2025-SKRIPSI**

Status gizi ibu menyusui dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk pola makan, aktivitas fisik, tingkat pendidikan, serta budaya pantangan makanan. Pantangan makanan tertentu yang masih banyak diterapkan di masyarakat pedesaan, dapat menghambat pemenuhan kebutuhan makro dan mikronutrien, sehingga berisiko menurunkan status gizi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara pantangan makanan dengan status gizi ibu menyusui usia 0-6 bulan di Kecamatan Sumowono, Kabupaten Semarang. Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan pendekatan *cross-sectional* yang dilakukan pada bulan Agustus 2024. Populasi seluruh ibu menyusui di Kecamatan Sumowono dengan sampel penelitian 62 responden yang dipilih melalui teknik purposive sampling. Pengambilan data melalui wawancara menggunakan kuesioner terstruktur, *food recall* 2x24 jam serta pengukuran antropometri. Analisis data menggunakan uji *Rank-Spearman* dan *Chi-Square*. Sebagian besar ibu memiliki IMT normal (79%), tidak berisiko KEK (90,3%). Namun, banyak ibu mengalami kekurangan energi (90,3%) dan protein (71%). Hasil penelitian menunjukkan Tidak ada hubungan antara praktik pantangan makanan dengan status gizi yang diukur dengan IMT ($p=0,453$), LILA ($p=0,152$), tingkat kecukupan energi ($p=0,472$), dan kecukupan protein ($p=0,433$). Ada hubungan tingkat kecukupan energi dengan IMT ($p=0,045$) dan LILA ($p=0,047$). Tidak ada hubungan tingkat kecukupan protein dengan IMT ($p=0,312$) dan LILA ($p=0,554$). Pengetahuan berhubungan dengan tingkat kecukupan energi ($p=0,012$), tetapi tidak dengan tingkat kecukupan protein ($p=0,270$). Ada hubungan ketahanan pangan dengan tingkat kecukupan energi ($p=0,001$), IMT ($p=0,028$), LILA ($p=0,019$), tidak ada hubungan dengan tingkat kecukupan protein ($p=0,226$). Riwayat penyakit dan aktifitas fisik tidak berhubungan dengan IMT maupun LILA. Di simpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan praktik pantangan makanan dengan status gizi ibu menyusui.

Kata kunci : Pantangan makanan, status gizi, IMT, LILA, ibu menyusui