

# HUBUNGAN KEBERAGAMAN PANGAN, KECUKUPAN ZAT BESI (Fe) DAN ASAM FOLAT DENGAN KADAR HEMOGLOBIN (Hb) PADA IBU MENYUSUI

YUMNA WAHIDA ASSA-25010116130264  
2023-SKRIPSI

**Latar belakang:** Salah satu masalah gizi di Indonesia adalah anemia pada masa laktasi, ditandai dengan kadar hemoglobin yang rendah. Anemia gizi pada ibu menyusui merupakan akibat dari volume darah yang keluar berlebihan saat melahirkan. Pemulihan kondisi tersebut dapat dilakukan dengan mengkonsumsi makanan yang beragam dan memenuhi kebutuhan gizi. Tujuan Penelitian ini adalah menganalisis hubungan antara keberagaman pangan, kecukupan zat besi, dan kecukupan asam folat terhadap kadar hemoglobin pada ibu menyusui.

**Metode:** Penelitian berjenis observasional analitik dengan desain studi *cross-sectional* menggunakan pengambilan sampel secara *purposive sampling*, sehingga didapatkan sampel sebanyak 30 orang. Data diambil melalui wawancara dan pengambilan sampel darah dilakukan oleh petugas laboratorium. Instrumen yang digunakan kuesioner, lembar *recall* 24 jam, lembar *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire*, dan lembar *Individual Dietary Diversity Score*. Pemeriksaan kadar hemoglobin menggunakan metode *Cyanide Free Hemoglobin Spectrophotometry*. Analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*, uji korelasi *Rank Spearman*, dan uji *Fisher Exact Test*.

**Hasil:** Terdapat relevansi antara kecukupan zat besi ( $p= 0,012$ ) dan pendapatan keluarga ( $p=0,021$ ) dengan kadar hemoglobin pada ibu menyusui. Hasil Uji korelasi *Pearson Product Moment* menyatakan tidak terdapat korelasi antara kecukupan asupan protein ( $p= 0,437$ ) dan vitamin A ( $p= 0,251$ ) dengan kadar hemoglobin ibu menyusui. Hasil uji korelasi *Rank Spearman* menyatakan bahwa tidak terdapat relevansi antara keberagaman pangan ( $p=0,720$ ), tingkat asupan asam folat ( $p= 0,437$ ), usia ( $p=0,331$ ), kecukupan asupan vitamin C ( $p=0,535$ ), paritas sebesar ( $p=0,679$ ), paparan asap rokok ( $0,853$ ). Hasil dari uji *Fisher Exact Test* diketahui tidak ada hubungan antara usia bayi ( $p= 0,920$ ) dengan kadar hemoglobin pada ibu menyusui.

**Kesimpulan:** Terdapat korelasi antara kecukupan zat besi dan pendapatan keluarga dengan kadar hemoglobin pada ibu menyusui.

Kata Kunci: Ibu Menyusui, Kadar Hemoglobin, Keberagaman Pangan, Zat Besi, Asam Folat