

Analisis faktor yang mempengaruhi penurunan berat badan ibu postpartum di kota Depok tahun 2015 (analisis data sekunder)

Sari, Vina Giolisa Permata

Deskripsi Lengkap: <https://lib.fkm.ui.ac.id/detail.jsp?id=128097&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK Nama : Vina Giolisa Permata Sari Program Studi : Pascasarjana Gizi Kesehatan Masyarakat
Judul : Analisis Faktor yang Mempengaruhi Penurunan Berat Badan Ibu Postpartum di Kota Depok Tahun 2015 (Analisis Data Sekunder) Proses kehamilan akan menaikkan berat badan ibu sekitar 6,8 - 18,40 kg. Setelah melahirkan, berat badan ibu hanya akan berkurang sekitar 5 - 6 kg. Penumpukan berat badan setelah melahirkan dapat membuat wanita menjadi overweight atau obesitas. Berdasarkan kondisi tersebut, banyak ibu postpartum yang melakukan diet pada masa menyusui agar kembali ke berat badan semula, sehingga asupan kalornya kurang dari kebutuhan. Padahal kebutuhan ibu menyusui (2530 - 2600 kkal/hari) lebih banyak dibandingkan saat hamil (2380 - 2500 kkal/hari). Hal ini menyebabkan ibu gagal memberikan ASI eksklusif yang sebenarnya dapat membantu penurunan berat badan pasca melahirkan. Penelitian ini menggunakan data sekunder dari penelitian Fikawati (2015) yang menggunakan desain penelitian kohort prospective pada ibu menyusui di Kota Depok. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi penurunan berat badan ibu postpartum. Sampel penelitian berjumlah 201 ibu menyusui yang dipantau hingga 6 bulan postpartum. Variabel yang diteliti terdiri dari usia, pendidikan, paritas, status bekerja, pemberian ASI eksklusif dan asupan energi selama menyusui. Hasil penelitian menunjukkan sebanyak 89% ibu mengalami penurunan berat badan pasca 6 bulan postpartum sedangkan sisanya sebanyak 11% justru mengalami kenaikan berat badan. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pendidikan ($p=0,041$) dan pemberian ASI eksklusif ($p=0,004$) dengan penurunan berat badan postpartum. Faktor yang paling dominan mempengaruhi penurunan berat badan adalah ASI eksklusif. Setiap ibu yang memberikan ASI eksklusif pada bayinya, berat badannya akan berkurang sebanyak 1,792 kg setiap bulannya. Disarankan agar ibu tidak melakukan diet berlebihan dan tetap memberikan ASI eksklusif 6 bulan kepada bayinya
Kata Kunci : ASI eksklusif, Penurunan berat badan, Postpartum, Retensi Berat Badan

ABSTRACT
Name : Vina Giolisa Permata Sari Major : Graduate Program Public Health Nutrition Title : Analysis of Factors Affecting Postpartum Weight Loss in Depok City 2015 (Secondary Data Analysis) Pregnancy will increase mother's weight about 6.8 - 18.40 kg. After delivery, the weight decrease only about 5 - 6 kg. The retention of postpartum weight will made mother being overweight or obese. Based on these conditions, many postpartum mothers do diet during breastfeeding to return the weight as before pregnant, so that their calorie intake less than they needs. Though the needs of breastfeeding mothers (2530 - 2600 kcal / day) more than pregnant (2380 - 2500 kcal / day). This condition causes mother failed to give an exclusive breastfeeding that can actually help postpartum weight loss. This study used secondary data from Fikawati's study (2015) with prospective cohort study designs in breastfeeding mothers in Depok City. The purpose of this study was to determine the factors that influence postpartum weight loss. The sample of the study was 201 breastfeeding mothers which monitored for up to 6 months postpartum. The variables studied consisted of age, education, parity, working status, exclusive breastfeeding and energy intake during breastfeeding. The results showed about 89% of mothers lose weight after 6 months

postpartum while the remaining 11% actually gained weight. There was a significant correlation between education level ($p = 0,041$) and exclusive breastfeeding ($p = 0,004$) with postpartum weight loss. The most dominant factor influencing weight loss is exclusive breastfeeding. Every mother who exclusively breastfed her baby will lose weight as much as 1,792 kg monthly. It is recommended that mothers does not need to do extremely diet and give an exclusive breastfeeding for 6 months

Keywords : Exclusive Breastfeeding, Postpartum, Retention, Weight Loss