



LAPORAN PENELITIAN

Penyusun:

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN DAN
PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURABAYA**

LAPORAN PENELITIAN HIBAH INTERNAL



GAMBARAN KANDUNGAN FE PADA ASI IBU MENYUSUI

TIM PENGUSUL

Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes

(0727128204)

Baterun Kunsah, ST., M.Si

(0711098002)

Revin Eka Wahyu Sari

UNIVERSITAS MUHAMAMDIYAH SURABAYA

TAHUN 2020/2021

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian : Kandungan Fe pada ASI ibu menyusui pada 6 bulan pertama
Skema :
Jumlah Dana : Rp. 7.700.000,-
Ketua Peneliti
Nama Lengkap : Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes
a. NIDN : 0727128204
b. Jabatan Fungsional : Asisten Ahli
c. Program Studi : S1 Kebidanan
d. Nomor Hp : 081332343531
e. Alamat email : umiurabaya@gmail.com
Anggota Peneliti (1)
a. Nama Lengkap : BATERUN KUNSAH, ST., M.Si
b. NIDN : -
c. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
Anggota Peneliti (2)
a. Nama Lengkap : Revin Eka Wahyusari
b. NIDN : -
c. Instansi : Puskesmas Tanak Kalikedinding Surabaya
Anggota Mahasiswa (1)
a. Nama Lengkap : Naura Mega Anggraini
b. NIM : 20201664008
c. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Surabaya
Anggota Mahasiswa (2)
a. Nama Lengkap : Nabila Aliyah Putri
b. NIM : 20201664022
c. Perguruan Tinggi : Universitas Muhammadiyah Surabaya

Surabaya, 18 Maret 2021

Mengetahui,
Dekan FIK UMSurabaya



Dr. Mundakir, S.Kep., Ns., M.Kep
NIK. 197403232005011002

Ketua Peneliti



Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes
NIDN. 0727128204

Menyetujui,
Ketua LPPM UMSurabaya



Dr. Sujinah, S.Pd., M.Pd.
NIDN. 0730016501

PRAKATA

Puji syukur kehadiran Allah SWT, karena atas rahmat, taufiq dan hidayahNya, sehingga penulis dapat menyelesaikan perkembangan laporan kemajuan penelitian ini dengan judul **“Gambaran Kandungan Fe Pada Asi Ibu Menyusui”**

Laporan akhir penelitian ini disusun dengan melibatkan banyak pihak, oleh karena itu penulis menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak atas kerjasamanya mulai dari awal sampai dengan selesainya laporan akhir penelitian nanti, yaitu :

1. Dr. dr. Sukadiono, M.M., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surabaya, yang telah memberikan persetujuan dan fasilitas kegiatan penelitian melalui LPPM yang terus semakin berkembang.
2. Dr. Sujinah, M.Pd, sebagai Ketua LPPM Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah mengkoordinasi dan sebagai penanggungjawab kegiatan penelitian ini.
3. Dr. Mundakir, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surabaya yang telah memberikan persetujuan penelitian ini.
4. Semua pihak yang terlibat dalam penyelesaian penulisan laporan hasil penelitian ini.

Semua bantuan baik secara materi maupun dukungan moril semoga diterima sebagai amal shalih.

Penulis menyadari bahwa penulisan laporan akhir penelitian ini masih jauh dari kesempurnaan, maka segala saran dan kritik yang bersifat membangun dari semua pihak sangat penulis harapkan.

Penulis berharap semoga penelitian ini dapat bermanfaat untuk semua pihak. Penulis mohon ma'af yang sebesar-besarnya jika ada kesalahan selama penyusunan laporan ini.

Surabaya, Maret 2021

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	iv
INTISARI.....	v
BAB I PENDAHULUAN	1
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	3
BAB III TUJUAN DAN MANFAAT	6
BAB IV METODE PENELITIAN	7
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN	8
KESIMPULAN	11
DAFTAR PUSTAKA	

ABSTRACT

Objective: *to describe the content of Fe in breast milk of nursing mothers*

Methods: *This research is descriptive with a cross-sectional research design. This study aims to determine the picture of Fe content in breast milk at puskesmas Tanah Kali Kedinding.*

Results: *The average content of Fe breast milk is 10.39 mg / ml. As many as 16 people (57%) of breastfeeding mothers have Fe breast milk content below 10.39 mg / ml. The content of Fe breast milk in breastfeeding mothers is still below 10.39 mg / ml and as much as 43% above average (>10.39%).*

Conclusion: *the content of Fe in breast milk in nursing mothers is low (<10.39%) and there is a high (>10.39%)*

Keywords: *Fe, breastfeeding*

ABSTRAK

Tujuan: Mendeskripsikan kandungan Fe dalam ASI ibu menyusui

Metode: Penelitian ini bersifat deskriptif dengan desain penelitian cross sectional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kandungan Fe dalam ASI di Puskesmas Tanah Kali Kedinding.

Hasil: Rata-rata kandungan Fe ASI adalah 10,39 mg/ml. Sebanyak 16 orang (57%) ibu menyusui memiliki kadar Fe ASI dibawah 10,39 mg/ml. Kandungan Fe ASI pada ibu menyusui masih di bawah 10,39 mg/ml dan sebanyak 43% di atas rata-rata (>10,39%).

Kesimpulan: kandungan Fe dalam ASI pada ibu menyusui ada yang rendah (<10,39%) dan ada yang tinggi (>10,39%)

Kata kunci: Fe, menyusui

BAB 1

PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi. ASI terdiri dari komponen makro dan mikro nutrien. Yang termasuk makronutrien adalah karbohidrat, protein dan lemak sedangkan mikro-nutrien adalah vitamin & mineral. Air susu ibu hampir 90%nya terdiri dari air. Kuantitas ASI yang diproduksi oleh setiap ibu dan komposisi nutrien ASI berbeda untuk setiap ibu bergantung dari kebutuhan bayi. Perbedaan kuantitas ASI dan komposisi di atas juga terlihat pada masa menyusui (kolostrum, ASI transisi, ASI matang dan ASI pada saat penyapihan).

Kandungan zat gizi ASI awal dan akhir pada setiap ibu yang menyusui juga berbeda. Kolostrum yang diproduksi antara hari 1-5 menyusui kaya akan zat gizi terutama protein (Hendarto & Pringgadini 2013). Penurunan beberapa komponen dalam ASI salah satunya adalah zink dan asam lemak, sehingga ada kebijakan yang ditetapkan oleh pemerintah terkait dengan pemberian makanan pendamping ASI. Hal ini sesuai dengan hasil studi kandungan asam lemak air susu ibu (ASI) pada extended breastfeeding yang telah dilakukan. Pada penelitian ini, jika dibandingkan kadar omega-3 pada saat pemberian ASI eksklusif dengan omega-3 pada extended breastfeeding yaitu 16,53% : 8,68%.

Sedangkan omega-9 pada saat pemberian ASI eksklusif dengan omega-9 pada extended breastfeeding yaitu 25,11% : 48,49%. Hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya bahwa kadar asam lemak pada ASI dibawah 6 bulan, paling tinggi adalah kadar omega 3 (Aryani & Utami 2017).

Kandungan zat besi baik di dalam ASI maupun susu formula keduanya rendah serta bervariasi. Hal ini didasarkan pada literatur yang di tulis oleh hendarto dan Pringgadini, bahwa penyerapan zink di dalam ASI, susu sapi dan susu formula berturut-turut 60%, 43-50% dan 27-32%. Namun bayi yang mendapat ASI mempunyai risiko yang lebih kecil untuk mengalami kekurangan zat besi dibanding dengan bayi yang mendapat susu formula. Hal ini disebabkan karena zat besi yang berasal dari ASI lebih mudah diserap, yaitu 20-50% dibandingkan hanya 4 -7%

pada susu formula (Hendarto & Pringgadini 2013). Fe merupakan salah satu zat yang berperan dalam pertumbuhan bayi. Masyarakat memiliki anggapan bahwa ibu yang anemia akan memiliki bayi yang anemia. Berdasarkan hal tersebut penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kandungan Fe dalam Air Susu Ibu pada ibu anemia ringan, sedang dan ibu yang tidak anemia. Tujuan dari tinjauan literatur ini adalah untuk mendeskripsikan kandungan Fe pada ASI ibu menyusui pada 6 bulan pertama

BAB 2

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Manajemen Laktasi

Manajemen laktasi merupakan segala daya upaya yang dilakukan untuk membantu ibu mencapai keberhasilan dalam menyusui bayinya. Usaha ini dilakukan ibu khususnya pada periode menyusui eksklusif yaitu 0-6 bulan pertama pasca persalinan. Menerapkan manajemen laktasi sejak masa kehamilan penting untuk dilakukan. Tujuannya agar Bunda dapat memenuhi kebutuhan air susu ibu (ASI) yang dibutuhkan Si Kecil dengan baik. Manajemen laktasi sebaiknya sudah dilakukan sejak awal kehamilan, hingga selama masa menyusui. Disarankan untuk memerhatikan frekuensi pemberian ASI, yaitu sekitar 8-12 kali dalam 24 jam. Tujuannya bukan hanya untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi, tetapi juga membantu menjaga produksi ASI agar terus bertambah banyak. Beberapa hari setelah dilahirkan, umumnya bayi akan menyusu setiap 1-2 jam di siang hari dan beberapa kali saja di malam hari. Rata-rata durasi menyusu adalah 15-20 menit untuk tiap payudara. (Herry, 2020)

Manajemen laktasi oleh tenaga kesehatan merupakan faktor pendukung keberhasilan pemberian ASI. Manajemen laktasi merupakan segala daya upaya yang dilakukan untuk membantu ibu mencapai keberhasilan dalam menyusui bayinya. Usaha ini dilakukan dalam tiga tahap, yaitu pada masa kehamilan (antenatal), sewaktu ibu dalam persalinan sampai keluar rumah sakit (perinatal), dan masa Menyusui dalam hal ini memberikan ASI eksklusif merupakan cara yang terbaik untuk bayi karena ASI mudah dicerna dan memberikan gizi dalam jumlah yang cukup untuk kebutuhan bayi. (Hermawan, 2018)

2.2. Asi

2.2.1. Defenisi ASI

Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam anorganik yang sekresi oleh kelenjar mammae ibu, yang berguna sebagai makanan bagi bayinya. (rahmadhan, 2019) Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan yang terbaik untuk bayi hingga berusia dua tahun. Berbagai penelitian membuktikan bahwa pem-berian ASI Eksklusif selama enam bulan merupakan hal

yang terbaik bagi bayi. Lembaga Internasional UNICEF mem-perkirakan pemberian ASI Eksklusif sampai usia enam bulan dapat men-cegah kematian 1,3 juta anak berusia di bawah lima tahun. Sayangnya, di Indonesia hanya 8 % ibu memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya sampai berumur enam bulan dan hanya 4% bayi disusui ibunya pada jam pertama kehidupannya. Padahal, sekitar 21.000 kematian bayi baru lahir di Indonesia dapat dicegah melalui pemberian ASI. Berbagai faktor ikut memberikan andil terhadap gagalnya ASI Eksklusif. Mulai dari mitos takut kehilangan daya tarik seorang wanita, air susu basi bagi kolostrum sampai alasan bekerja, merasa ketinggalan zaman jika menyusui bayinya alias gengsi, meniru teman atau tetangga yang memberikan susu botol. Di samping itu promosi susu kaleng lebih gencar sebagai pengganti ASI serta informasi yang minim tentang ASI (Armini, 2016)

2.2.2. Manfaat ASI

Manfaat kebaikan ASI Adalah sebagai pencegah datangnya penyakit. Karena ASI sangat penting dalam ‘membentengi’ bayi dari berbagai penyakit. Bayi yang baru lahir, tentu sangat rentan terhadap berbagai hal ‘asing’ yang selama kurang lebih 9 bulan tidak diterimanya sewaktu dalam kandungan. Dan Asi telah terbukti sangat bermanfaat dalam mencegah berbagai penyakit. Ini karena ASI dirancang sempurna untuk memenuhi untuk kebutuhan bayi. ASI mengandung prebiotik oligosakarida, zat yang memberi makanan bakteri baik yang ada di perut. Bakteri ini bekerja melawan virus, sehingga melindungi bayi dari kemungkinan infeksi yang masuk lewat saluran pencernaan. ASI juga mengandung asam lemak yang penting dalam membantu perkembangan kecerdasan bayi ibu (rahmadhan, 2019)

2.2.3. Kandungan ASI

ASI mudah dicerna, karena selain mengandung zat gizi yang sesuai, juga mengandung enzim-enzim untuk mencernakan zat-zat gizi yang terdapat dalam ASI tersebut. ASI mengandung zat-zat gizi berkualitas tinggi yang berguna untuk pertumbuhan dan perkembangan kecerdasan bayi/anak. Selain mengandung protein yang tinggi, ASI juga memiliki perbandingan antara Rasio Whei dan Chasein yang sesuai untuk bayi. Rasio Whei dengan Chasein merupakkn salah satu keunggulan ASI di dibandingkan dengan susu sapi. ASI mengandung Whei lebih banyak yaitu

65:35. Komposisi ini menyebabkan protein ASI lebih mudah di serap. Dokter sepakat bahwa ASI mengurangi resiko infeksi lambung-usus, sembelit, dan alergi (rahmadhan, 2019)

2.2.4. Fase Pembentukan ASI

Air Susu Ibu (ASI)) pada dasarnya merupakan emulsi lemak dalam fase cairan yang isotonik dengan plasma. Dalam cairan ASI mengandung beberapa zat diantaranya:

- a. 3-5% Lemak
- b. 1% Protein
- c. 7% Laktosa
- d. 0,2% Mineral
- e. 60-75 KKL

Air Susu Ibu (ASI) terdiri dari tiga fase pembentukan dan pengeluaran yaitu:

- a. Kolostrum Kolostrum merupakan cairan kuning alkalis dengan BJ 1,030-1,035 yang merupakan cairan yang pertama kali keluar, sebelum ASI Kolostrum tidak ada artinya sebagai makanan, namun memiliki sifat laksania. Berdasarkan penelitian kolostrum mengandung globulin yang berperan sebagai antibodi sehingga di asumsikan dapat meningkatkan imunitas anak terhadap penyakit.
- b. ASI Transisi Fase kedua pengeluaran ASI disebut Transisi ialah: ASI ini sebenarnya merupakan perpindahan dari kolostrum menjadi ASI mature. Disekresi dari hari ke 4- hari ke 10 dari masa laktasi, tapi ada pula yang berpendapat bahwa ASI mature baru akan terjadi pada minggu ke 3- minggu ke 5. Kadar protein semakin rendah sedangkan kadar lemak dan karbohidrat semakin tinggi.
- c. ASI Mature ASI mature ini mempunyai warna yang kekuning-kuningan, komposisi ASI ini kurang lebih 1-2% Protein, 3-5% lemak, 6,5-8% laktosa (gula), dan 0,1-0,2% garam mineral. Volume atau banyaknya ASI sangat tergantung pada banyaknya cairan yang diminum ibu. Ada beberapa keadaan dimana ibu tidak boleh menyusui bayinya, seperti saat dalam kondisi terjadinya peradangan payudara, si ibu menderita penyakit menular, keadaan ibu yang kurang baik

BAB 3

TUJUAN DAN MANFAAT PENELITIAN

3.1 Tujuan

3.1.1 Tujuan Umum

Untuk mengidentifikasi gambaran kandungan FE pada asi ibu menyusui

3.1.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi Kandungan FE pada ibu menyusui
2. Untuk mengidentifikasi tentang ASI pada ibu menyusui
3. Untuk mengidentifikasi gambaran kandungan FE pada asi ibu menyusui

3.2 Manfaat

3.2.1 Manfaat Teoritis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai sumber informasi dan sebagai referensi untuk mengetahui gambaran kandungan FE pada asi ibu menyusui
2. Sebagai sarana untuk mengaplikasikan ilmu yang telah didapat dan sekaligus menambah wawasan mengenai kandungan FE pada asi ibu menyusui.

BAB 4

METODE

4.1. Jenis penelitian

Penelitian ini bersifat deskriptif dengan desain penelitian potong lintang (*cross sectional*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kandungan Fe pada Air Susu Ibu. Penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang dilakukan untuk membuat gambaran atau mendeskripsikan suatu keadaan secara obyektif (Notoatmojo, 2014).

4.2. Populasi, Sampel dan Sampling

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui yang mempunyai bayi usia 0-6 bulan di Puskesmas Tanah Kali Kedinding Surabaya sebanyak 30 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *purposive sampling*. Besar sampel yang diperoleh adalah sebanyak 28 orang.

4.3. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah kandungan Fe pada Air Susu Ibu

4.4. Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian adalah di Puskesmas Tanah kali Kedinding Surabaya

4.5. Proses Pengumpulan Data

Jenis data yang dikumpulkan adalah data primer meliputi meliputi karakteristik responden dan kandungan Fe dalam ASI.

BAB 5

HASIL DAN PEMBAHASAN

5.1. Hasil

1. Karakteristik ibu menyusui dapat dilihat pada tabel 1

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Karakteristik ibu	Perlakuan	
		Frekuensi	(%)
1	Umur		
	< 20 tahun	2	7
	20-35 tahun	24	85
	>35 tahun	2	8
2	Pendidikan		
	SD	5	18
	SLTP	6	21
	SLTA	15	54
	S1	2	7
3	Pekerjaan		
	Bekerja	12	43
	Tidak bekerja	16	57
	Total		100

Berdasarkan tabel 1, diketahui mayoritas responden berusia 20-35 tahun sebanyak 85%. Tingkat Pendidikan mayoritas berpendidikan SLTA sebanyak 54% (15 orang), 21% berpendidikan SLTP, 18% berpendidikan 7%. Pekerjaan, responden mayoritas tidak bekerja sebanyak 16 orang (57%) dan 43% tidak bekerja sebanyak 12 orang.

2. Distribusi rata-rata Kandungan Fe pada ASI ibu Menyusui di Puskesmas Tanak Kali Kedinding Surabaya

Tabel 2. Distribusi rata-rata Kandungan Fe pada ASI

Kandungan Fe dalam ASI	n	%
Dibawah rata-rata (<10,39 mg/ml)	16	57
Diatas rata-rata (>10,39 mg/ml)	12	43
Total	28	100

Tabel diatas menunjukkan bahwa kandungan Fe didalam ASI ibu menyusui berbeda-beda. Terdapat 16 (57%) ibu menyusui yang kandungan Fe dalam ASI di bawah rata-rata (10,39 mg/ml) dan ibu yang memiliki kadar Fe dalam ASI di atas rata-rata sebanyak 12 orang (43%). Berdasarkan data tersebut diketahui kandungan Fe dalam ASI Ibu Menyusui berbeda-beda.

5.2 PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas usia ibu menyusui di Puskesmas Tanah Kalikedinding adalah 20-35 tahun sebanyak 85%. Bayi akan tercukupi kebutuhan Fe nya hanya dari air susu ibu dengan pemberian ASI minimal 3 bulan. ASI juga memiliki kontribusi yang besar dalam memenuhi kebutuhan Fe bayi. ASI memberikan lebih dari setengah dari perkiraan kebutuhan seng setelah pengenalan makanan pendamping, bahkan memasuki tahun kedua kehidupan (Brown & Englestone 2017).

Pada penelitian yang telah dilakukan kadar Fe pada ibu menyusui anemia (anemia ringan dan anemia sedang) dengan ibu menyusui yang tidak anemi tidak ada perbedaan yang signifikan hal ini di tunjukkan dari grafik rata-rata Fe pada ASI. Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan Kumar (2018), bahwa kandungan besi dalam ASI secara signifikan berkurang pada ibu yang menderita anemia berat tetapi tidak pada mereka yang menderita anemia ringan hamil. Tingkat zat besi dalam ASI tidak berkorelasi dengan kadar hemoglobin.

Hal tersebut menunjukkan bahwa pada ibu yang anemia ringan dan sedang tidak ada perbedaan dengan kandungan Fe dalam ASI pada ibu yang tidak anemia. Faridi et al. (2006), menyatakan bahwa Fe dalam ASI menurun secara progresif dari hari 1 sampai 14 minggu dan pada 6 bulan pada kedua kelompok, tetapi tidak ada perbedaan signifikan yang tercatat antara ibu yang tidak anemia dan anemia ($P > 0,05$). Dalam penelitian yang lain menyebutkan bahwa tidak ada korelasi antara asupan makanan yang di konsumsi oleh ibu dengan kadar Fe dalam ASI (Nakamori et al. 2009).

Berdasarkan data pada tabel 2 diketahui kandungan Fe dalam ASI Ibu Menyusui berbeda-beda. Sebanyak 57% kandungan Fe pada ASI Ibu menyusui di bawah rata-rata ($< 10,39$ mg/ml). dan 43% kandungan Fe didalam ASI di atas rata-rata ($>10,39$ mg/ml). Menurut Friel, Kandungan zat besi dalam ASI dianggap rendah dibandingkan Fe serum pada ibu. Konsentrasi Fe dalam kolostrum manusia kira-kira 0,8 mg/L, dalam ASI dewasa sekitar 0,2-0,4 mg/L. Menurut Institute of Medicine Dietary Reference Intakes (DRIs), bahwa berdasarkan rata-rata konsentrasi Fe pada ASI kebutuhan bayi akan zat besi usia 6 bulan adalah 0,27 mg/hari (Friel, Qasem and Cai, 2018). Sama halnya dengan hasil penelitian ini

terutama di daerah dataran rendah dimana didapatkan rata-rata konsentrasi Fe nya adalah 0,296 mg/L, artinya kadar fe dalam ASI di dataran rendah mencukupi kebutuhan zat besi pada bayi sampai usia 6 bulan. Tetapi pada ibu di dataran tinggi belum mencukupi karena rata-rata konsentrasi zat besi 0.0152

Asupan serapan zat besi yang tidak adekuat dapat menyebabkan kekurangan zat besi seperti mengkonsumsi makanan yang kandungan zat besinya kurang (makan tinggi serat, rendah vitamin C dan rendah daging) (Lestari, Lipoeto and Almurdi, 2018). Kadar zat besi ditentukan oleh asupan zat besi pada tubuh. Pada penelitian ini kadar zat besi lebih tinggi pada dataran rendah di dibandingkan pada dataran tinggi ini di sebabkan karena asupan makanan yang masuk kedalam tubuh ibu. Penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggraini dimana hasilnya kadar ferritin lebih tinggi pada kelompok yang mengonsumsi non vegetarian dibandingkan vegetarian (Anggraini, Lestariana and Susetyowati, 2015). Makanan nabati banyak mengandung zat besi, namun zat besi yang terdapat dalam makanan nabati adalah zat besi non heme yang sesungguhnya lebih sulit diserap di usus dibandingkan makanan hewani yang banyak mengandung zat besi. Zat besi yang terdapat dalam makanan hewani disebut zat besi heme yang mudah diserap di usus (Anggraini, Lestariana and Susetyowati, 2015).

salah satu penyebab kecukupan protein masih kurang terpenuhi. Dilihat dari tingkat pengetahuan ibu menyusui masih ada ibu yang hanya sampai tamat SMP bahkan ada juga yang hanya tamat SD, rendahnya tingkat pendidikan mengakibatkan kurangnya pengetahuan ibu tentang gizi dan pemenuhan asupan makan terlihat dari pemantangan terhadap sumber protein tertentu dan jenis makanan yang kurang beragam serta kurang selektif didalam menentukan makanan yang dikonsumsi ditambah lagi dengan keadaan ekonomi yang tidak mampu untuk membeli makanan yang tinggi protein. Rendahnya tingkat konsumsi ibu menyusui akan mempengaruhi kemampuan untuk menyediakan ASI. Hal ini seperti yang diungkapkan oleh Lonnerdal (2004) yang menyatakan buruknya status gizi ibu dapat mengganggu fungsi kelenjar payudara khususnya fungsi metabolik dan sekresi zat gizi ke air susu

BAB 6

PENUTUP

6.1 KESIMPULAN

Kandungan rata-rata Fe ASI adalah 10,39 mg/ml. Sebanyak 16 orang (57%) ibu menyusui memiliki kandungan Fe ASI dibawah 10,39 mg/ml. Kandungan Fe ASI pada ibu menyusui masih banyak yang di bawah 10,39 mg/ml dan sebanyak 43% di atas rata-rata (>10,39%).

6.2 SARAN

Adanya perbedaan kandungan Fe pada ASI ibu menyusui perlu diketahui lebih lanjut tentang penyebab, sehingga perlu diketahui fakto-faktor yang mempengaruhi kandungan Fe dalam ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Ekorinawati, Wiwik. 2010. Hubungan antara Asupan Zat Besi dengan Kadar Hemoglobin dan Kadar Ferritin pada Anak Usia 6 Sampai 24 Bulan di Puskesmas Kratonan Surakarta. Skripsi. Fakultas Ilmu Kesehatan. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Kristiyanasari, Weni. 2009. ASI, Menyusui & SADARI. Yogyakarta : Nuha Medica.
- Nasution, Amini. 2003. Pengaruh Suplementasi Formula Biskuit Multigizi pada Ibu Hamil terhadap Kualitas Air Susu Ibu (ASI) dengan Pokok Bahasan Utama Mineral Seng (Zn). Disertasi. Program Pascasarjana. Institut Pertanian Bogor.
- Saptyaningtiyas, Nugraheni. 2013. Hubungan Kejadian Anemia pada Ibu Menyusui dengan Status Gizi Bayi Usia 7 – 12 bulan. Artikel Penelitian, Vol. 2. No. 4 <http://ejournal-s1.undip.ac.id>. Diakses 20 Mei 2016.
- Setiyani, Lusi. 2013. Hubungan Kejadian Anemia pada Ibu Menyusui dengan Status Gizi Bayi Usia 0-6 Bulan. Skripsi. Jurusan Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran. Universitas Diponegoro.
- Tampubolon, Lastiar. 2012. Pola Konsumsi Ibu Menyusui di Desa Lumban Bul Bul Kecamatan Balige Kabupaten Toba Samosir tahun 2011. Skripsi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Sumatera Utara.
- Wecharak, P., Suwnnee, K., Nalinee, C., Umaporn, S and Oraporn, D., 2016. Iron and Zink Status in Thai Lactating Women and the concentrations in Their Breast Milk During the First 6 Month of Lactation. The Official Journal of the Federation of American Societies for Experimental Biology. Vol 30 no. 1 Supplement lb295.
- Hendarto, A. & Pringgadini, K., (2013). Nilai Nutrisi Air Susu Ibu. Available at: <http://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/nilai-nutrisi-air-susu-ibu>.
- Nakamori, M.N. et al., (2009). Nutritional Status of Lactating Mothers and Their Breast Milk Concentration of Iron , Zinc and Copper in Rural Vietnam. J Nutr Sci Vitaminol, 55, pp.338–345.

LAMPIRAN

1. Rincian Gaji dan Upah

No	Uraian	Jam Kerja/Minggu	Honor/Jam (Rp)	Jumlah (Rp)
I.	Ketua	10 jam x 1	45,000	450,000
2.	Anggota	10 jam x 1	35,000	350,000
3.	Pembantu Teknis Lapangan	6 jam x 1	30,000	180,000
Jumlah biaya				930,000

2. Bahan Habis Pakai dan Peralatan

No.	Bahan	Volume	Biaya Satuan	Biaya (Rp)
1	Kertas HVS 80 gram A4	3 rim	50,000	150,000
2	Tinta Refill Printer HP 360	3 buah	100,000	300,000
3	Alat Tulis Bolpoint	1 lusin	51,000	51,000
4	Materai	7 bh	7,000	49,000
5	Buku pedoman	30 bh	29,000	870,000
6	Biaya Paket Pulsa	30	50,000	1,500,000
7	Konsumsi	30	25,000	750,000
Jumlah biaya				3.670.000

3. Rincian Pengumpulan dan Pengolahan data, laporan, publikasi seminar dan lain-lain

No	Komponen	Volume	Biaya Satuan (Rp)	Jumlah (Rp.)
1	Pengumpulan dan pengolahan data	1	500,000	500,000
2	Penyusunan laporan	3	100,000	300,000
3	Desiminasi/seminar	1	300,000	300,000
4	Publikasi/jurnal	1	500,000	500,000
Jumlah biaya				1.600,000

4. Perjalanan

Material	Tujuan	Kuantitas	Jumlah (Rp)
Ketua	a.Pengorganisasian persiapan kegiatan	5 kali	1.000,000
	b.Pendampingan Pendidikan dari UM Surabaya		
	c.Evaluasikegiatan, dll		
Anggota	a.Pengorganisasian persiapan kegiatan	5 kali	500,000
	b.Pendampingan Pendidikan dari UM Surabaya		
	c.Evaluasikegiatan		
	SUB TOTAL		1.500,000

Total

7.700.000

Lampiran Biodata

BIODATA KETUA

1	Nama Lengkap (dengan gelar)	Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes
2	Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
3	Jabatan Struktural	Sekretaris Prodi D.3 Kebidanan FIK UM Surabaya
4	NIK	
5	NIDN	0727128204
6	Tempat dan Tanggal Lahir	Bojonegoro, 27 Desember 1982
7	Alamat Rumah	Jl.Bulak Setro Gg.III No.73 Surabaya
8	Nomor Telepon/Faks/HP	081332343531
9	Alamat Kantor	Jl.Sutorejo No.59 Surabaya
10	Nomor Telepon/Faks	031-3811966/031-3811967
11	Alamat e-mail	umiumsurabaya@gmail.com
12	Mata Kuliah yang Diampu	1. Komunikasi Dalam Praktik Kebidanan 2. Keterampilan Dasar Kebidanan 1 3. Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir 4. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui

A. Riwayat Pendidikan

	S-1	S-2	S-3
Nama Perguruan Tinggi	Stikes Insan Unggul Surabaya	Universitas Sebelas Maret	
Bidang Ilmu	Kebidanan Pendidik	Pendidikan Profesi Kesehatan	
Tahun Masuk-Lulus	2004-2006	2008-2010	
Judul Skripsi/Thesis/disertasi	Studi Deskriptif Pengetahuan Ibu	Penerapan Model Pembelajaran	

B. Pengalaman Penelitian Dalam 5 Tahun Terakhir

No.	Tahun	Judul Penelitian	Pendanaan	
			Sumber	Jumlah Juta (Rp.)
1	2013	Efektifitas Penerapan Inisiasi Menyusu Bayi (IMD) Terhadap Peningkatan Kemampuan Menyusu Bayi Baru Lahir dan	Dp2M Dikti	14.500.000

		Keberhasilan Menyusui Ibu Primipara di RS. Muhammadiyah Surabaya (Ketua)		
2	2013	Pendekatan Peer Edukator sebagai upaya mengatasi masalah kesehatan reproduksi remaja di SMP Muhammadiyah 7 Surabaya (Anggota)	Dp2M Dikti	13.500.000
3	2014	Efektifitas Pijat Bayi Teknik Kunci dan Senam Bayi Terhadap Peningkatan nafsu makan Bayi Usia 6-12 Bulan Di Puskesmas Kenjeran Surabaya (Ketua)	Dp2M Dikti	14.000.000
4	2015	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Media Flip Chart Terhadap Perilaku Pemberian ASI Pekerja Wanita Di Puskesmas Sidotopo Wetan Surabaya (Ketua)	Dp2M Dikti	10.000.000
5	2016	Efektifitas pijat perineum dalam mencegah terjadinya laserasi perineum dan episiotomi pada persalinan normal di BPM. Sri Wahyuni Surabaya (Ketua)	Dp2M Dikti	12.600.000
6	2016	IbM Terapi Anak Autis (Anggota I)	Dp2M Dikti	49.950.000

Semua data yang saya isikan dan tercantum dalam biodata ini adalah benar dan dapat dipertanggungjawabkan secara hukum. Apabila di kemudian hari ternyata dijumpai ketidaksesuaian dengan kenyataan, saya sanggup menerima resikonya. Demikian biodata ini saya buat dengan sebenarnya untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam pengajuan usulan dosen pemula.

Surabaya, Maret 2021

Pengusul,



Umi Ma'rifah, S.ST., M.Kes

Lampiran Jadwal Penelitian

No	Kegiatan	BULAN Ke-					
		1	2	3	4	5	6
1	Mengadakan pertemuan awal antara ketua dan tim pembantu peneliti						
2	Menetapkan rencana jadwal kerja dan Menetapkan pembagian kerja						
3	Menetapkan desain penelitian dan Menentukan instrument penelitian						
4	Menyusun proposal dan Mengurus perijinan penelitian						
5	Mempersiapkan, menyediakan bahan dan peralatan penelitian						
6	Melakukan Penelitian						
7	Melakukan pemantauan atas pengumpulan data, Menyusun dan mengisi format tabulasi, Melakukan analisis data, Menyimpulkan hasil analisis, Membuat tafsiran dan kesimpulan hasil serta membahasnya						
8	Menyusun Laporan Penelitian						