

Available online at <https://ojs.stikesassyifa.ac.id/>

PENGARUH PEMBERIAN SUSU KEDELAI (*SOYBEAN MILK*) TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS

Mutiah Saleha¹, Joharmi², Ririn Anggraeni³, Sri Lestari⁴

¹Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sakinah, ^{2,3,4}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan As Syifa Kisaran
email: joharmi.lutfhi@gmail.com

Abstrack: *Mother's milk (ASI) is the perfect food for babies because it is guaranteed to be clean and contains antibodies that can protect against some common diseases in children. Breast milk provides all the energy and nutrients your baby needs from 1 month to 2 years. Objectives : To determine the effect of giving soy milk to increase breast milk production in postpartum mothers at the Nasywa Clinic. Methods : All mothers in this study had problems with milk production. Samples were taken as many as 30 postpartum mothers with insufficient milk production using a porposive sampling technique. The analyzed data represents body weight before and before the intervention using the Wilcoxon Sign Rank test. Results : Based on the results of this study, 21 of 30 respondents (70%) complained that breast milk was not smooth before receiving soy milk intervention. There was an increase of 19 (63.3%) in the current category and 11 (36.7%) in the non-current category. Bivariate analysis showed that soy milk supplementation had a significant effect on increasing breast milk production at Nasywa Clinic with a value of $p=0.002$ ($p<0.05$). These results indicate that the provision of soy milk (soy milk) will have a positive impact on increasing breast milk production in postpartum mothers at the Nasywa Clinic.*

Keywords : *soybean milk, breast milk production*

Abstrak : Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan yang sempurna untuk bayi karena dijamin bersih dan mengandung antibodi yang dapat melindungi dari beberapa penyakit umum pada anak. ASI menyediakan semua energi dan nutrisi yang dibutuhkan bayi Andai dari usia 1 bulan hingga 2 tahun. Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui pengaruh pemberian susu kedelai (soybean milk) terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di Klinik Nasywa. Metode: Semua ibu dalam penelitian ini terdapat masalah pada produksi ASI. Sampel yang diambil sebanyak 30 ibu nifas dengan produksi ASI yang tidak memadai menggunakan teknik porposive sampling. Data yang dianalisis mewakili berat badan sebelum dan sesudah prosedur menggunakan uji Wilcoxon Sign Rank test. Hasil : berdasarkan hasil penelitian ini, 21 dari 30 responden (70%) mengeluh ASI tidak lancar sebelum mendapat intervensi susu kedelai. Terjadi Peningkatan 19 (63,3%) pada kategori lancar dan 11 (36,7%) pada kategori tidak lancar. Analisis bivariat menunjukkan bahwa suplementasi susu kedelai (soybean milk) berpengaruh nyata terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di Klinik Nasywa tahun 2022 dengan nilai $p=0,002$ ($p<0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa pemberian susu kedelai (soybean milk) akan berdampak positif terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di Klinik Nasywa.

Kata Kunci: Susu Kedelai, Produksi ASI

PENDAHULUAN

Pada tahun 2016, cakupan ASI eksklusif hanya 36% secara global. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), menyusui adalah salah satu cara paling efektif untuk menentukan kesehatan dan kelangsungan hidup anak, namun hampir 2

dari 3 bayi tidak disusui selama 6 bulan yang direkomendasikan. Seperti yang telah direkomendasikan dan angkaini terus terjadi tidak membaik dalam waktu 2 detik .WHO dan UNICEF merekomendasikan agar bayi mulai menyusui dalam satu jam pertama kehidupan dan menyusui secara eksklusif selama enam bulan pertama. Ini berarti

bahwa tidak ada makanan atau minuman lain, termasuk air yang akan disediakan. Bayi harus disusui sesuai kebutuhan, siang dan malam sesering mungkin, dan penggunaan botol dan dot harus dihindari (Puspita M, 2021).

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan yang sempurna untuk bayi karena makanan ini dijamin bersih dan mengandung antibodi yang dapat melindungi dari beberapa penyakit umum anak. ASI Menyediakan semua energi dan nutrisi yang dibutuhkan bayi Anda hingga usia dua tahun. ASI akan selalu ada dan terjangkau untuk membantu menolong bayi memperoleh nutrisi yang cukup baik (Puspita M, 2021).

Menurut data Riskesdas dari tahun 2014 hingga 2018, angka pemberian ASI eksklusif di Indonesia meningkat dari 37,3% pada tahun 2014, menjadi 55,7% pada tahun 2015, 54% pada tahun 2016, 61,33% pada tahun 2017 dan 37,3% pada tahun 2018 yang menurun secara signifikan. Dibandingkan dengan target 80% yang ditetapkan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, tingkat pencapaian ASI eksklusif di tingkat Indonesia masih di bawah target (Valentine NR, dkk. 2019).

Sumatera Utara adalah salah satu provinsi di Indonesia yang belum mencapai tujuan nasional cakupan ASI eksklusif. Persentase anak yang mendapat ASI eksklusif cenderung menurun secara signifikan antara tahun 2010 hingga 2015, dan persentase yang mendapat ASI eksklusif meningkat dari 55,1% pada tahun 2010 menjadi 56,6% pada tahun 2011, menurun lagi menjadi 32,2% pada tahun 2012, meningkat menjadi 41,3 % pada tahun 2013, kemudian menurun menjadi 37,6% pada tahun 2014, namun menurun menjadi 33% pada tahun 2015 (Lubis I, 2017).

Profil Dinas Kesehatan Asahan merupakan salah satu provinsi di Sumatera Utara. Proporsi anak yang mendapatkan ASI eksklusif sangat fluktuatif antara tahun

2010 dan 2015, dengan proporsi anak yang mendapatkan ASI eksklusif meningkat dari 25,57% menjadi 28,79% pada tahun 2010 dan meningkat lagi menjadi 28,45% pada tahun 2011 dan 2012. turun menjadi 12% pada tahun 2013. , kemudian meningkat sedikit menjadi 15,45% pada tahun 2014, tetapi meningkat sedikit menjadi 15,62% (2.305 orang) pada tahun 2015, 14.761 anak dari total jumlah anak. (Lubis I. 2017).

Menyusui memiliki banyak manfaat bagi ibu dan anak. Manfaat menyusui bayi antara lain pencegahan gizi buruk bayi, peningkatan daya tahan tubuh, peningkatan kecerdasan kognitif pada bayi, pencegahan infeksi saluran cerna (muntah dan diare), pencegahan infeksi saluran pernapasan, dan pencegahan risiko kematian dll. Manfaat ASI untuk ibu Ketika bayi menyusui di payudara, itu merangsang produksi oksitosin oleh kelenjar pituitari. Oksitosin bekerja dengan mempromosikan involusi uterus, mencegah perdarahan postpartum ibu, dan menunda menstruasi, sehingga mengurangi prevalensi anemia defisiensi besi pada ibu muda dan kejadian kanker payudara pada ibu menyusui (Valentine NR, dkk. 2019).

Salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan mengkonsumsi susu kedelai yang terbuat dari kedelai. Karena kedelai mengandung isoflavan, alkaloid, polifenol, steroid dan zat lain yang merangsang hormon oksitosin dan prolaktin, maka kedelai mengandung protein 35%, sehingga dianjurkan untuk meningkatkan produksi ASI (lestari A. 2021).

Kedelai (*Glycine max* L. Merrill), yang dikenal sebagai edamame di Jepang dan mau dhudi di Cina, adalah kacang-kacangan yang termasuk dalam kategori sayuran hijau kedelai. Kedelai nabati kaya akan kalium, asam askorbat, dan vitamin E, dengan perbandingan 40% protein, 20% lemak (tanpa kolesterol), 33% karbohidrat, 6% serat, dan 5% (berat kering). Bahan yang dapat bermanfaat bagi nutrisi ibu menyusui

karena mengandung senyawa fitosterol yang meningkat dan meningkatkan produksi ASI (efek laktogenik). Senyawa dengan efek lactagogue secara teoritis termasuk sterol. Sterol adalah senyawa steroid. Selain itu, kandungan vitamin A yang tinggi pada edamame 95 SI dapat meningkatkan produksi ASI. Vitamin A harus diberikan dan penting bagi ibu saat melahirkan untuk memulai produksi ASI. Vitamin A ibu setelah melahirkan dapat meningkatkan produksi ASI (Fitria A. Dkk 2022)

Penelitian ini dilakukan di Klinik Nasywa untuk mengetahui pengaruh suplementasi susu kedelai terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas.

METODE

Dalam penelitian ini, semua ibu nifas dengan masalah memproduksi ASI sediki. Sampel diambil dari hingga 30 ibu nifas dengan produksi ASI yang tidak memadai menggunakan teknik purposive sampling. Data yang dianalisis adalah bobot badan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan uji Wilcoxon Sign Rank test.

PEMBAHASAN

Tabel 4.1
Karakteristik Responden Di Klinik nasywa

No	Data Demografi	Frekuensi	Presentase (%)
1	Umur		
	<25 tahun	11	36,7
	26-35 tahun	16	53,3
	>35 tahun	3	10,0
	jumlah	30	100
2	Pendidikan		
	SD/SMP	10	33,3
	(Rendah)	18	60,0
	SMA (Menengah)	2	6,7

D-III / S-1 (Tinggi)			
Jumlah		30	100
3	Pekerjaan		
	Bekerja	11	36,7
	Tidak bekerja	19	63,3
	jumlah	30	100
4	Paritas		
	Primipara	16	53,3
	multipara	14	46,7
	jumlah	30	100

Berdasarkan tabel 4.1 di atas diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan umur mayoritas responden berumur antara 25-35 tahun sebanyak 16 responden (53,3%), dengan tingkat pendidikan responden mayoritas tamatan sekolah menengah atas (SMA) yaitu sebanyak 18 responden (60,0%), dan dilihat pekerjaan mayoritas responden Ibu rumah tangga (tidak bekerja) sebanyak 19 responden (63,3%). Dilihat dari paritas sebagian besar adalah ibu primipara yaitu sebanyak 16 responden (53,3%).

Tabel 4.2
Produksi ASI Pada Ibu Nifas Sebelum Mengonsumsi Susu Kedelai (Soybean Milk) di Klinik Nasywa

Produksi ASI (Pre test)	Frekuensi	Persentase (%)
Lancar	9	30
Tidak lancar	21	70
Jumlah	30	100

Berdasarkan Tabel 4.2 di atas diketahui bahwa produksi ASI pada ibu nifas sebelum mengonsumsi susu kedelai (Soybean Milk) mayoritas memiliki produksi ASI yang tidak lancar sejumlah 21 orang (70,0%), sedangkan ibu nifas yang memiliki ASI lancar sejumlah 9 orang (30,0%).

Tabel 4.3

Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Sesudah Mengonsumsi Susu Kedelai (Soybean Milk) Di Klinik Nasywa

Peningkatan Produksi ASI (Post test)	Frekuensi	Persentase (%)
Lancar	19	63,3
Tidak lancar	1	36,7
Jumlah	30	100

Berdasarkan Tabel 4.3 di produksi ASI ibu nifas setelah mengonsumsi susu kedelai (*Soybean Milk*) menunjukkan peningkatan produksi ASI yang lancar sebagian besar hingga 19 orang (63,3%), namun 11 orang (36,7%) masih belum memiliki kelancaran ASI setelah melahirkan.

Tabel 4.4
Pengaruh Pemberian Susu Kedelai (*soybean milk*) Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Klinik Nasywa

Peningkatan Produksi ASI	Perlakuan		Perubahan Ranking	p value
	Sebelum	Sesudah		
	F	F	F	
Lancar			Rangking	
Tidak Lancar			ng Negatif Rangking	0,002 *
	9	19	ng	10
	21	11	Positif	0
			Ties	20

Berdasarkan hasil analisa melalui uji *wilcoxon* pada tabel rank didapatkan negatif rank : 10., artinya terdapat pergeseran dari produksi ASI pada ibu nifas setelah mengonsumsi susu kedelai (*soybean milk*) dari tidak lancar menjadi lancar sebanyak 10 responden, menjadikan jumlah ibu nifas yang berhasil menyusui menjadi 19 responden.

Hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan p-value 0,002. Nilai $p < 0,05$ berarti menolak H_0 dan menerima H_a . Artinya di Klinik Nasywa pemberian susu kedelai (*soybean milk*) akan berdampak signifikan terhadap produksi ASI ibu nifas. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian susu kedelai (*soybean milk*) efektif dalam meningkatkan produksi ASI ibu nifas di Klinik Nasywa.

1. Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Sebelum Mengonsumsi Susu Kedelai (*Soybean Milk*) Di Klinik Nasywa.

Penelitian menemukan bahwa sebelum pemberian susu kedelai pada ibu nifas (pre-test), sebagian besar dari subjek memiliki produksi ASI yang tidak lancar (70%). Kondisi ini menunjukkan bahwa pada awal menyusui, banyak ibu yang mengalami gangguan dalam produksi ASI sehingga pengeluaran ASI tidak lancar. Banyak faktor yang mempengaruhi keberhasilan produksi ASI sesaat setelah melahirkan, salah satunya adalah keikutsertaan ibu untuk melakukan Inisiasi Menyusui Dini (IMD). Ibu yang menjalani IMD dapat merangsang produksi oksitosin dan prolaktin. Oksitosin dapat merangsang kontraksi rahim, mengurangi risiko perdarahan nifas, merangsang produksi kolostrum, dan meningkatkan produksi ASI. Ini memiliki efek menghilangkan stres dan menunda ovulasi. (Tianida, 2021).

Produksi ASI dapat dilakukan khususnya bagi ibu menyusui, dengan cara mengonsumsi beberapa obat-obatan yang memperlancar ASI yang terbuat dari ekstrak daun katuk dan susu bubuk atau cair. terlalu mahal bagi penduduk desa, belum lagi obat menyusui, dan tidak semua ibu menyukai susu. Cara lain untuk menunjang kebutuhan gizi ibu nifas adalah dengan mengonsumsi susu kedelai.

2. Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Sesudah Mengonsumsi Susu

Kedelai (Soybean Milk) Di Klinik Nasywa Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa produksi ASI pada ibu nifas sudah mengonsumsi susu kedelai (*Soybean Milk*) sebagian besar ibu menyusui mengalami peningkatan produksi ASI yang lancar setelah mengonsumsi susu kedelai (*Soybean Milk*), hingga 19 (63,3%), sedangkan ibu nifas yang memiliki ASI tidak lancar 11 (36,7%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang berjudul “Pengaruh Suplementasi Susu Kedelai Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas RB Bina Sehat Bantul” oleh Puspitasari (2018). Penelitian ini menemukan bahwa 14 dari 40 responden (35%) mengeluh bahwa ASI mereka sedikit lancar sebelum menerima intervensi susu kedelai, 35 (77,5%) dalam kategori menyusui sangat ringan dan 5 (12,5%) dalam kategori ringan. kategori menyusui. Hasil analisis bivariat dengan membandingkan nilai pre-test dan post-test menunjukkan $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Ringkasnya, suplementasi susu kedelai berpengaruh positif terhadap peningkatan produksi ASI ibu setelah melahirkan.

Kandungan susu kedelai memiliki kandungan protein dan komposisi asam amino yang hampir setara dengan susu sapi. Selain itu, susu kedelai mengandung mineral dan vitamin dalam jumlah yang cukup. Sekitar 18% lemak kedelai mengandung asam lemak tak jenuh esensial yang dibutuhkan tubuh Anda untuk hidup sehat. Sebagai bahan minuman lain yang direkomendasikan, setiap 100 gram kedelai mengandung berbagai nutrisi penting berupa susu segar (susu kedelai), zat besi, kalsium, karbohidrat, fosfor, vitamin A, vitamin B kompleks dosis tinggi, air, dan lesitin. Mengandung nutrisi, lebih cepat dan lebih baik diserap oleh tubuh (Alkema et al., 2016; Vivi, 2013). Hal ini mendukung temuan

penelitian ini bahwa kebutuhan ibu untuk merangsang produksi ASI dapat berasal dari asupan kedelai.

Yolanda (2020) melakukan tinjauan literatur dari 13 jurnal dan Kami telah menemukan bahwa isoflavon dalam susu kedelai memungkinkan ibu postpartum untuk mengonsumsi susu kedelai pada setiap hari, meningkatkan produksi ASI untuk memenuhi kebutuhan harian bayi, dan mengurangi suplai ASI saat ini. . Cakupan ASI eksklusif relatif rendah. Isoflavon yang terdapat pada susu kedelai merupakan asam amino yang terdapat pada kedelai yang mengandung vitamin dan nutrisi yang membentuk flavonoid. Flavonoid adalah zat berwarna yang biasanya berbau, seperti dedaunan hijau. Zat berdaun hijau memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh.

Pada dasarnya, jika ibu makan makanan yang cukup untuk nutrisi, nutrisi yang teratur dapat melumasi ASI. produksi ASI, yang merangsang hormon di kelenjar payudara.

3. Pengaruh Pemberian Susu Kedelai (*Soybean Milk*) Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas di Klinik Nasywa

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan peningkatan produksi ASI pada ibu nifas sesudah mengonsumsi susu kedelai (*Soybean Milk*) di Klinik Nasywa Tahun 2022 dimana terdapat 19 responden (63,3%) mengalami peningkatan produksi ASI, sedangkan responden yang belum mengalami peningkatan produksi ASI sebanyak 11 responden (36,7%).

Hasil uji Wilcoxon menunjukkan p -value 0,002. Nilai $A < 0,05$ berarti menolak H_0 dan menerima H_a . Artinya pemberian susu kedelai (*soybean milk*) berpengaruh besar dalam meningkatkan produksi ASI ibu nifas di Klinik Nasywa. Hasil tersebut menunjukkan bahwa Klinik Nasywa menunjukkan pemberian susu kedelai (*soybean milk*) efektif untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas.

KESIMPULAN

1. Produksi ASI pada ibu nifas sebelum mengkonsumsi susu kedelai (SoyBean Milk) di Klinik Nasywa Tahun 2022 mayoritas memiliki pengeluaran ASI yang tidak lancar (70%).
2. Produksi ASI ibu nifas meningkat setelah mengkonsumsi susu kedelai (*soybean milk*) di Klinik Nasywa tahun 2022, sebagian besar dengan produksi susu yang lancar (63,3%).
3. pemberian susu kedelai (*soybean milk*) untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas di klinik nasywa Tahun 2022, dengan nilai p-value = 0,000 dan p-value < 0,05 menunjukkan bahwa berarti Ha diterima. Hasil tersebut membuktikan bahwa pemberian susu kedelai (*soybean milk*) terbukti efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas di Klinik Nasywa.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati R. N. (2021). Buku Asuhan Kebidanan Nifas (cet.5). Yogyakarta Nuha Medika, 2010.
- Dewi, (2021). bab ii tinjauan pustaka Konsep Dasar Nifas (Post Partum) <http://repository.poltekkes-denpasar.ac.id>.
- Febriani, A. dan Dkk (2020). Efektivitas Suplemen Kedelai (Glycine Max) dalam Meningkatkan Jumlah Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Pekanbaru <http://jurnal.univrab.ac.id>
- Fitri A.dkk 2022). Klinik Pratama Hanum, Tanjung Mulia Medan Pengaruh Suplementasi Kedelai (Glycine Max) Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas: Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Vol.13 No.1 (2022) 75-82 <https://ejr.stikesmuhkudus.ac.id>
- Halim, F (2021). Faktor yang berhubungan dengan pencapaian ASI eksklusif di Puskesmas Andalas Kota Padang. Makalah: Universitas Andalas
- Hayati K., dkk. (2021) Pengaruh Suplementasi Edamame Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas, Tanjung, Bangsal Higashi, Kota Jurnal Kestra (JKK) Vol.4 No.1 Edisi Mei-Oktober 2021 <https://ejournal.medistra.ac.id/index.php/JKK>
- Lestari, A. (2021). Efektivitas susu kedelai terhadap produksi ASI postpartum di desa Widareng, kabupaten Gawi, Jawa Timur. Skripsi Wisuda: Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Lubis, I. (2017). Hubungan karakteristik, pengetahuan, dan sikap ibu menyusui eksklusif di tempat kerja di Puskesmas Thaban Binjai Kecamatan Air Joman Kabupaten Asahan 2017. Skripsi: Universitas Sumatera Utara.
- Mulyani, S.N. (2015). Buku Menyusui dan Pedoman Ibu Menyusui (cet.1) Nuha Medika, Yogyakarta.
- Pupitasari, Y. D (2020). Tinjauan sistematis literatur tentang efek susu kedelai pada produksi ASI ibu postpartum. Artikel: Politeknik Kesehatan Kalimantan Timur
- Puspita, M. (2021) Faktor individu ibu yang berhubungan dengan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 6-12 bulan di komunitas Puskesmas Tana Tinggi Tengerang Artikel: Universitas Esa Ungur
- Sari, L. dan Marbun, U. (2021). Pengaruh pemberian susu kedelai pada ibu nifas terhadap kelancaran produksi ASI di Puskesmas Bowon Sindea Provinsi Pangkep. Tesis Wisuda: Fakultas

Available online at <https://ojs.stikesassyifa.ac.id/>

Kedokteran Universitas Muslim
Indonesia.

Soetriono, and Dkk (2021). Buku Komoditas kedelai (cet.1) : sentra Agroindustri dan Model Pengembangan Teknologi di Jawa Timur.

Valentin, N.R. and Dkk (2019) “Inisiasi Menyusui Dini (Imd), Dukungan Suami, Pengetahuan Ibu, dan Koordinasi Pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Serme Kabupaten Gresik,” Jurnal Giza Media, Oktober 2019.

Winarni, ML dan dkk. (2022). Puskesmas Tiga Laksa menawarkan jus kedelai dan melon untuk meningkatkan produksi ASI dan penambahan berat badan pada bayi. Jurnal Menara Medica, Volume 3, Edisi 1, September 2020.

<https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/enaramedika/index>