

Jurnal Penelitian Keperawatan Medik	Vol. 6 No. 1	Edition: Mei – Oktober 2023
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPKM	
Received: 14 Juli 2023	Revised: 22 Oktober 2023	Accepted: 26 Oktober 2023

PENGARUH PEMBERIAN KACANG EDAMAME (*Glycin max (L)merrill*) TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI KLINIK FITRI ASIH KECAMATAN PATUMBAK KABUPATEN DELI SERDANG TAHUN 2022

Nurul Aini Siagian¹,

Institut Kesehatan Deli Husada Delitua

E-mail: nurulsiagian92@gmail.com¹,

Abstract

Background Back : bosom milk is food normal first _ for child . Absence of milk creation brings about work on breastfeeding for children no satisfied ..

Method Research : Review this utilization Quasy Investigation Plan (Configuration Examination pseudo) with use plan one Gathering Pre test - Post test Plan . Populace in concentrate on this that is entire post pregnancy 10 individuals and an example of 10 individuals. Concentrate on this utilizing the all out examining method with examination univariate and bivariate . The exploration results acquired from information investigation with Wilcoxon 's test demonstrated the way that post pregnancy moms can finished up gift nut soya bean youthful (edamame beans) pre-test and post-test. Brings about table is known that score P - esteem (0.007) < 0.05 then H0 is dismissed Ha is acknowledged which implies there is the impact of pre-test and post-test on giving nut soya bean youthful (edamame beans) against bosom milk creation in post pregnancy moms at the Center Fitri love Subdistrict Patumbak Store Serdang Regime .

Conclusion : in concentrate on this showing results that there is impact nut soya bean youthful (edamame beans) against bosom milk creation in post pregnancy

moms . Idea: it is trusted that the facility will give data on mother bosom feed in increment milk creation can drink nut soybeans

Keywords : _ Nut Youthful Soybeans (edamame beans), Breastmilk Creation , Post pregnancy Mother.

Keywords: hemoglobin, anemia, water spinach.

1. PENDAHULUAN

ASI merupakan sumber gizi utama bagi bayi yang belum bisa mengonsumsi makanan pengganti ASI atau MPASI. Pemberian ASI disarankan hingga bayi berusia 2 tahun saja atau bisa lebih.

ASI adalah makanan alami yang paling berkesan untuk bayi. ASI memberikan semua energi dan suplemen yang dibutuhkan bayi selama berbulan-bulan kehidupan pertama. Menyusui adalah caranya

benar-benar mahir memberikan makanan yang ideal untuk perkembangan dan kemajuan bayi. Tidak adanya ASI pada ibu menyusui sangat mungkin merupakan masalah yang paling penting diperhatikan oleh ibu menyusui, dari tidak adanya

pembuatan susu, ibu menyusui memberikan susu formula untuk bayi sehingga bayi tidak cengeng dengan alasan bayi haus.

Menurut WHO dan UNICEF pemberian ASI selama 6 bulan pertama, ASI penting bagi bayi karena pemberian ASI merupakan makanan pedamping ASI yang sangat baik (Hayati et al., 2021).

Untuk menurunkan nomor yang selanjutnya, pada kematian anak baru lahir, UNICEF dan WHO menyarankan bahwa anak harus disusui ASI saja selama sekitar setengah tahun, dan Pemberian ASI dilanjutkan sampai anak dua tahun (WHO, 2018). Supaya ibu harus menyusui untuk 6 bulan, WHO menyarankan bahwa dimulainya menyusui di jam utama hidup, anak hanya mendapat ASI tanpa makanan atau minuman tambahan, termasuk air, menyusui sesuai permintaan atau sesering kemauan bayi (Istianingsih 2018).

ASI mengandung air sebanyak 87,5%. Maka dari itu bayi yang mengkonsumsi ASI yang cukup tidak membutuhkan tambahan air walaupun berada ditempat yang bersuhu panas. Kekentalan ASI sesuai dengan saluran pencernaan bayi, sehingga tidak membuat bayi diare. Komposisi yang dimiliki ASI yaitu karbohidrat, protein, lemak, mineral dan vitamin. ASI mengandung lemak rantai panjang dan lipase kimia. Mineral sangat sedikit dalam ASI namun, dapat mengatasi masalah anak selama setengah tahun. Lemak susu payudara adalah pembuat utama kalori (energi) dan adalah bagian dari suplemen sangat bervariasi. Lebih mudah diproses karena bersifat emulsi. Anak-anak yang tidak mendapatkan lebih banyak susu mengalami efek buruk penyakit coroner koroner di awal kehidupan (Fitria et al., 2022).

WHO merekomendasikan supaya ibu memberikan ASI eksklusif selama 6 bulan serta WHO juga menyarankan untuk melakukan inisiasi menyusui dalam satu jam segera setelah bayi lahir ,

bayi disarankan hanya mengkonsumsi ASI saja tanpa menerima makanan tambahan berupa bentuk apapun dan menyusui disarankan sesering mungkin bukan hanya bayi menangis saja karena ASI sangat penting bagi bayi, ibupun disarankan menyusui bayi secara langsung tanpa perantara dot atau botol susu (Rahmi et al., 2021)

Hal ini belum mencapai target tujuan yaitu cara meningkatkan ASI bagi bayi sebanyak 50 %. Dimana hal tersebut merupakan tujuan utama dari WHO pada tahun 2025. Di Indonesia, bayi yang mengkonsumsi ASI eksklusif selama 6 bulan sebanyak 29,5%. Tentu hal tersebut belum mencapai target para rencana strategis kementerian Kesehatan tahun 2015 - 2019 yaitu jumlah persentase bayi enam bulan pertama kehidupan yang mendapatkan ASI eksklusif sebanyak 50% (Hayati et al., 2021).

Selama menyusui ibu disarankan peningkatan pemasukan energi, protein, kalsium, zat zat besi, asam folat, dan berbagai nutrisi dan mineral untuk memenuhi kebutuhan menyusui. Agar ibu bisa memproduksi 1 liter ASI maka, pada saat itu makanan tambahan diperlukan. Pada saat ibu individu yang masih menyusui anaknya tidak mendapatkan makanan tambahan, dapat membuat produksi ASI tidak banyak. (Fitria et al., 2022).

Hasil survey dari Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa rata rata pemberian ASI eksklusif pada bayi yang berusia 0-5 bulan di Indonesia sebanyak 9,3%, yang mengkonsumsi ASI sebanyak 37,3% dan 3,3% ASI Sebagian besar. Cara memberikan ASI yang baik adalah dengan cara menyusui bayi secara langsung dapat diberikan air dengan porsi sedikit mungkin menunggu ASI keluar dengan lancar dan Makanan tambahan setelah bayi berusia lebih dari 6 bulan pertama untuk memenuhi gizi bayi (Fitria et al., 2022).

Tanaman edamame adalah ramuan makanan terdekat yang memiliki potensi untuk nutrisi ibu menyusui, karena mengandung senyawa fitosterol yang mampu meningkatkan dan peningkatan produksi susu (dampak laktagogum). Tanaman edamame memiliki fungsi dapat memenuhi nutrisi ibu menyusui, sebab kacang edamame mengandung fitosterol yang dapat meningkatkan dan memperlancar pengeluaran ASI atau mengandung efek laktagogum. Secara ilmiah, senyawa yang memiliki efek laktagogum adalah sterol. Kandungan vitamin A dari kacang edamame sangat tinggi sebanyak 95 SI sehingga dapat memperlancar pengeluaran dari ASI (Febriani et al., 2020).

Kedelai muda merupakan salah satu sumber protein yang berbeda benar-benar bagus untuk tubuh kita. Salah satu itemnya adalah fitoestrogen yang, bila dikonsumsi secara oral secara teratur oleh ibu-ibu yang sedang menyusui akan membantu ibu dalam bergerak Bersama penciptaan susu yang melimpah dan berlimpah dan dapatkan ASI berkualitas.

Kedelai nabati (*Glycine max* L.Merill), dikenal sebagai Edamame di Jepang dan Mau Doudi Cina, adalah salah satu dari Kacang termasuk dalam klasifikasi sayuran (sayur kedelai hijau). Tanaman ini adalah salah satu sayuran penting di Jepang, Taiwan, Cina, dan Korea. Edamame adalah tanaman tropis dan dimanfaatkan sebagai sayuran. Selanjutnya, makanan kesejahteraan. Sayuran ini kaya akan protein, kalsium,

zat besi, nutrisi A, B1, dan C. zat bergizi, itu diungkapkan. Selain itu kedelai sayur kaya akan rasa kenyang kalium, korosif askorbat, dan vitamin E dengan tingkat kandungan suplemen 40% protein, 20% lemak (tanpa kolesterol), 33% pati, 6% serat, selanjutnya, 5% puing-puing (pada berat kering). Tanaman edamame adalah ramuan makanan terdekat

dengan potensi untuk rezeki ibu menyusui, karena mengandung fitosterol mengintensifkan yang kemampuan untuk meningkatkan dan bekerja dengan perkembangan ASI (dampak laktagogum). Secara hipotetis, mengintensifkan yang memiliki laktagogum termasuk: sterol. Sterol adalah senyawa steroid. Selain itu, kandungan vitamin A tinggi dalam edamame 95 SI dapat meningkatkan kreasi air susu. Vitamin A harus diberikan dan penting bagi ibu selama pasca kehamilan. Vitamin A untuk ibu pasca kehamilan bisa meningkatkan volume ASI. Kedelai diketahui mengandung isoflavon, khususnya genistein dan daidzein diketahui mengambil bagian dalam mengaktifkan prolaktin kimia maka dapat menghasilkan produksi ASI.

Penelitian yang dipimpin oleh Rani Safitri (2018), Sayuran Kedelai (*Glycine max* L.Merill), dikenal sebagai Edamame memiliki potensi untuk rezeki ibu menyusui, karena mengandung fitosterol mengintensifkan kemampuan itu untuk meningkat lagi cara kerja proses ASI (dampak laktagogum). Alasan untuk penelitian ini adalah untuk mengetahui dampak dari edamame (*Glycine max* L.

Merill) tentang pembuatan susu pada ibu pasca kehamilan primipara di Spesialis Persalinan Praktek Bidan (PMB) Dillah Sobirin Daerah Pakis, Kabupaten Malang. Strategi penelitian memanfaatkan mencoba hal yang berbeda dengan one grup pretest posttest pendekatan. Uji Reviewnya ibu hamil post primipara pada hari ke 3-7 lebih dari 20 responden. Memberi edamame sebanyak 65 gram/hari untuk 5 hari. (Rani Safitri 2018)

Berdasarkan hasil wawancara awal terhadap sepuluh orang ibu nifas, diketahui Sembilan ibu nifas mengalami

pengeluaran ASI yang terhambat serta seluruh ibu nifas tidak mengetahui kandungan dari kacang edamame.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut maka penelitian mengenai bagaimana " pengaruh pemberian kacang edamame (*glycine Max (L)Merril*) Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Klinik Fitri Asih Kecamatan Patumbak Kabupaten Deli Serdang Tahun 2022".

2. METODE PENELITIAN

Jenis dan rancangan dalam penelitian ini adalah *Quasy Experiment Design* (rancangan eksperiment Semu) dengan menggunakan rancangan *one group pre test - post test design*. Pengeluaran ASI ibu di ukur sebelum dan sesudah di berikan kacang edamame.

Waktu yang dibutuhkan untuk melakukan penelitian dari bulan Mei - juli 2022. Adapun populasi pada penelitian ini adalah ibu nifas di wilayah kerja Klinik Fitri Asih Kecamatan Patumbak Kabupaten Deli Serdang Tahun 2022 Sebanyak 10 Orang. sedangkan sampel sebanyak 10 orang ibu nifas. Teknik pengambilan yaitu teknik *total sampling* dimana semua populasi dapat dijadikan sampel pada penelitian.

Data Hasil analisis univariat berupa karakteristik ibu yang terdiri dari usia, paritas, dan Pendidikan. Sedangkan hasil analisis bivariat untuk melihat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan kacang edamame, menggunakan uji Wilcoxon karena dimana data tidak berdistribusi tidak normal.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Karakteristik

Tabel 1. Distribusi usia, paritas dan Pendidikan pada ibu nifas

No	Variabel	Jmlh presentasi	
		N	%
Usia			
1	< 20 tahun	3	30%
2	20-30 tahun	5	50%
3	>30 tanun	2	20%
Total		10	100%
Paritas			
1	Primigravida	4	40%
2	multigravida	10	60%
Total		10	100%
Pendidikan			
1	SD	2	20%
2	SMP	5	50%
3	SMA	3	30%
total		10	100%

Berdasarkan tabel Diatas diketahui bahwa dari 10 responden, yang tertinggi reponden adalah berusia 20-30 tahun sebanyak 5 responden (50%), dan yang tertinggi paritas yaitu ibu multigravida dan yang tertinggi Pendidikan yaitu berpendidikan SMP sebanyak 5 orang (50%).

b. Hasil Bivariat

Tabel 1. Distribusi frekuensi pre test dan post test pemberian kacang edamame terhadap produksi ASI

frekuensi	Pre-test		Post test	
	F	%	F	%
Tidak meningkat	9	90%	1	20%
meningkat	1	10%	8	80%
Total	10	100%	10	100%

Berdasarkan tabel diatas bahwa 10 responden sebelum diberikan kacang edamame rata rata ibu yang mengalami produksi ASI yang kurang sebanyak 9 responden (90%), sedangkan setelah diberikan pemberian kacang edamame mayoritas meningkat yaitu sebanyak 8 responden (80%). Dengan kata lain

jumlah produksi ASI mengalami peningkatan.

Tabel 2. Analisis perubahan produksi ASI pada ibu Nifas

Hasil uji wilcoxon

Produksi ASI	Median (max-min)	p-value
Pre-test	1.00(1.00-3.00)	0,007
posttest	3.00(1.00-3.00)	

Berdasarkan analisis diatas dengan melakukan uji Wilcoxon dapat diketahui bahwa didapatkan hasil analisis sebelum dan sesudah pemberian Kacang Edamame pada ibu nifas bahwa ada perbedaan produksi ASI. Dengan menggunakan uji wilcoxon ditemukan nilai p value $0,007 < 0,05$ angka ketetapan maka H_0 di tolak dan H_a diterima yang berarti ada Pengaruh Pemberian Kacang Edamame Terhadap Peningkatan Produksi ASI Di Klinik Fitri Asih Kecamatan Patumbak Kabupaten Deli Serdang Tahun 2022.

4. KESIMPULAN

D Berdasarkan hasil penelitian sebelum diberikan perlakuan diketahui dari 10 responden 9 orang responden (90%) mengalami produksi ASI yang kurang.

Berdasarkan dari 10 responden tertinggi pada produksi ASI ibu meningkat sebanyak 8 orang (80%) dan terendah pada produksi ASI ibu tidak meningkat sebanyak 2 orang (20%).

Berdasarkan hasil dilakukannya uji wilcoxon mendapatkan hasil yaitu terdapat Pengaruh Kacang Edamame (*Glycine Max (L)Merril*) Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas

Di Klinik Fitri Asih Kecamatan Patumbak Kabupaten Deli Serdang Tahun 2022 dengan p-value $0,007 < \alpha 0,05$.

1. Karakteristik Responden

Berdasarkan kesimpulan penelitian yang dilakukan bulan Mei 2022 sebelum diberikan kacang edamame (*glycine max (L) merril*) 100% responden mengalami gangguan produksi ASI. Responden yang mengalami gangguan produksi ASI sebanyak 10 orang (100%). Dengan rincian untuk usia yaitu 3 responden <20 tahun, 5 orang berusia 20-30 tahun dan 2 orang berusia >30 tahun. Untuk paritas 4 orang responden merupakan primigravida dan 6 orang responden merupakan multigravida. Untuk pendidikan 2 responden berpendidikan SD, 5 responden berpendidikan SMP dan 3 responden berpendidikan SMA.

2. Produksi ASI Ibu Nifas Sebelum Dan Sesudah Mengonsumsi Kacang Edamame (*Glycine Max (L) Merril*)

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebelum diberikan kacang edamame terdapat produksi ASI ibu yang tidak meningkat sebanyak 9 orang responden (90%) dan produksi ASI normal sebanyak 1 orang (10%) dan setelah pemberian kacang edamame diketahui bahwa produksi ASI ibu nifas yang mengalami peningkatan berjumlah 8 responden (80%) dan yang tidak mengalami peningkatan produksi ASI sebanyak 2 orang (20%) dan setelah pemberian kacang edamame adanya perubahan jumlah produksi ASI pada ibu nifas. Dan didapatkan hasil bahwa rata rata produksi ASI sebelum diberikan kacang edamame sebesar 1.10 dan rata rata produksi ASI sesudah pemberian kacang edamame adalah sebesar 2.60 .

Dalam penelitian ini responden mengonsumsi kacang edamame sebanyak 200 gr/ hari atau dapat mengonsumsi kacang edamame 100 gr di pagi hari dan 100 gr di sore hari

selama seminggu. Responden menyukai cita dan rasa dari Kacang Edamame karena ketika melakukan perebusan kacang edamame diberikan tambahan garam secukupnya atau sesuai selera sehingga responden menyukai kacang edamame. Selain harga yang masih terjangkau kacang edamame juga mudah di jumpai di pasaran.

3. Pengaruh Kacang Edamame (*Glycine Max (L) Merri*) Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas

Berdasarkan penelitian ini dilakukan Uji Normalitas dengan tujuan untuk mengetahui apakah data tersebut berdistribusi dengan normal atau berdistribusi tidak dengan normal. Uji normalitas di lakukan dengan menggunakan *shapiro - wilk* produksi ASI pre- dengan nilai 0,366, 10, 0,000 dan produksi ASI post- dengan nilai 0.509, 10, 0.000 jika signifikan $< 0,05$ sesuai dengan ketentuan maka data berdistribusi tidak normal dan uji statistik dengan menggunakan *uji wilcoxon*.

Adapun cara yang dapat membantu meningkatkan produksi ASI adalah memberikan Kacang Edamame, kacang edamame merupakan tanaman lokal yang mempunyai kandungan nutrisi yang baik bagi ibu nifas karena memiliki kandungan yang dapat meningkatkan produksi ASI ibu nifas dengan memberikan efek lactogogum. (Juliani & Nurrahmaton, 2021).

5. DAFTAR PUSTAKA

Andriana, & sepduwiana heny. (2021). Askeb ibu nifas dengan puting susu lecet di klinik rohul sehat desa rambah. *Maternity and neonatal*, 9, 74–80.

Febriani, a., yulita, n., & juwita, s. (2020). Efektivitas dari pemberian soybean (*glycine max*) untuk peningkatan asi ibu menyusui diwilayah

kerja puskesmas kota pekanbaru. *Jomis (journal of midwifery science)*, 4(2). <https://doi.org/10.36341/jomis.v4i2.13>.

Fitria, a., nurrahmatuna, & vatunah, n. (2022). Pengaruh pemberian kacang edamame (*glycine max*) terhadap peningkatan produksi asi pada ibu nifas diklinik pratama hanum tanjung mulia medan. *Jurnal ilmu keperawatan dan kebidanan*, 13, 75–82.

Hayati kardina, karo karo murni tati, gurusinga rahmad, widya, & robbaniyah latifatur. (2021). Engaruh pemberian kacang edamame terhadap produksi asi pada ibu nifas di klinik bidan putri tanjung kecamatan kota kisaran timur. *Jurnal kebidanan kestra (jkk)*, 4, 15–20.

Juliani, s., & nurrahmaton. (2021). Kacang kedelai muda untuk kelancaran asi . *Mj (midwifery journal)*, 1, 79–85.

Lutfiana fitria, & masrikhiyah rifatu. (2019). Hubungan dukungan suami dan sikap ibu nifas dengan praktik pemberian asi eksklusif. *Jurnal ilmiah gizi dan kesehatan (jigk)*, 1, 1–10.

Rahmi, f., qariati, n. I., & dhewi, s. (2021). 1 hubungan pengetahuan ibu, dukungan suami dan dukungan petugas kesehatan dengan pemberian asi eksklusif di wilayah kerja puskesmas kasarangan.

Sari, r. S., devitria, g., & ginting, g. V. (2021). Peningkatan Pengetahuan Pemberian Asi Eksklusif Dan Asi Perah Pada Ibu Hamil Dan Menyusui Melalui Pendidikan Kesehatan. 2862 *Jmm (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 5 No 5, 2862–2870.

Fitria, A., Nurrahmatuna, & Vatunah, N. (2022). Pengaruh Pemberian Kacang Kedelai (*Glycine Max*) Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Diklinik Pratama Hanum Tanjung Mulia Medan. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13, 75–82.