

Pengaruh Pemberian Rebusan Kacang *Edamame* Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Klinik Citra Marendal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2023

G.F. Gustina Siregar

Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

gfgustinas@gmail.com

ABSTRAK

Kacang edamame ternyata dapat merangsang hormon oksitosin dan prolaktin, yang meliputi alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid, dan zat lain yang efektif meningkatkan produktin susu. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian rebusan edamame terhadap produksi ASI ibu pasca pengaplikasian. Dengan jenis penelitian kuantitatif menggunakan metode Quasi eksperimen dengan desain one group pretest and posttest. Pengambilan sampel dengan metode target sampling, jumlah sampel sebanyak 15 orang. Berdasarkan analisis univariat sebelum diberikan rebusan kacang edamame diperoleh rata-rata produksi susu <90 ml yang berjumlah 13 responden (86,7%). Setelah diberikan rebusan kacang edamame diketahui terjadi peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di Klinik Citra Marendal pada tahun 2023, rata-rata terjadi peningkatan produksi ASI yaitu >90 ml, 12 responden (80 %). Dari hasil analisis uji bivariat dengan menggunakan uji Wilcoxon diperoleh p-value sebesar 0,000 sehingga $p < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti terdapat pengaruh pemberian rebusan kacang edamame terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Klinik Citra Marendal pada tahun 2023, Oleh karena itu diharapkan bagi tenaga kesehatan dapat menggunakan terapi ini sebagai terapi nonfarmakologis untuk meningkatkan produksi ASI.

Kata kunci : Kacang edamame, Produksi ASI

ABSTRACT

Edamame beans it can stimulate the hormones oxytocin and prolactin, which include alkaloids, polyphenols, steroids, flavonoids, and other substances that effectively increase milk produktin. The purpose of this study wa to examine the effect of edamame stew administration on maternal breast milk production after aplication. With this type of quantitative research using the Quasi-experimental method with one group pretest and posttest design.sampling by targeted sampling method, sample size is 15 people. Based on univariate analysis before being given the edamame bean stew, it was found that the average milk production was <90 ml, totaling 13 respondents (86.7%). After being given edamame bean stew, it was found that there was an increase in milk production in post partum mothers at the Citra Marendal Clinic in 2023, on average, there was an increase in milk production, namely > 90 ml, 12 respondents (80%). From the results of bivariate test analysis using the Wilcoxon test, it was found that the p-value was 0.000 so that $p < 0.05$, then H_0 was rejected and H_a was accepted, which means that there is an effect of giving edamame bean stew on milk production in post partum mothers at Citra Marendal Clinic in 2023, Therefore, it is hoped that healthcare professionals can use this therapy as a non-pharmacologil therapy to increase milk production.

Keywords : Edamame beans, Breast milk production

I. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Salah satu indikator kemakmuran suatu negara adalah angka kematian bayi. Tujuannya pada tahun 2030, mengakhiri kejadian kematian yang masih dapat dicegah pada bayi baru lahir dan <5 tahun di semua negara. Tujuannya adalah mengurangi angka kematian neonatal hingga setidaknya 12/1000 KH (kelahiran hidup) dan angka kematian bayi kurang dari lima tahun hingga 25/1000 KH (SDGs, tujuan -3). WHO dan dalam strategi gizi bayi dan anak globalnya, UNICEF menyatakan bahwa pencegahan kematian anak terjadi melalui pemberian nutrisi yang cukup, khususnya pemberian ASI eksklusif selama enam bulan dan proses pengenalan makanan sebagai pendamping ASI yang diketahui aman dan bergizi sejak 6 bulan. Menyusui berlanjut hingga setidaknya 2 tahun (WHO, 2020). World Health Organization (WHO) pada tahun 2020, data tersebut Kembali disajikan sebagai jumlah bayi yang disusui secara eksklusif diseluruh dunia yang meningkat, namun, nilai tersebut tidak meningkat secara signifikan, yakni sekitar 44% anak dibawah 6 bulan diseluruh dunia yang disusui secara eksklusif, target pemberian ASI eksklusif selama 2015 – 2020 adalah 50%. Menurut data survei Kesehatan dasar Indonesia tahun 2021, separuh dari 2,3 juta bayi dibawah 6 bulan mendapatkan ASI eksklusif sebesar 52,5%, turun 12% dari tahun 2019. Proporsi pemberian ASI eksklusif di Sebagian besar provinsi masih ada dibawah rata rata nasional, secara rata rata nasional Sumatra Utara memiliki persentase terendah sebesar 57,83% (RISKESDAS, 2021). Data Kabupaten Deli Serdang tahun 2019 sebesar 43,93% dari cakupan ASI. Cakupan tersebut belum memenuhi target bayi tidak mendapat ASI yaitu 10.336 dari 21.968 orang. Untuk memastikan nutrisi yang baik untuk bayi baru lahir, ibu sebaiknya menyusui bayinya sesegera mungkin karena ASI berperan penting dalam kemampuan menjaga Kesehatan dan dengan jelas `mempertahankan kelangsungan hidup yang baik. Oleh karena itu, bayi usia 0 sampai 6 bulan hanya mendapat ASI saja tanpa suplemen apapun (Andayani, 2020). Berbagai cara untuk meningkatkan produksi ASI. Kacang edamame yang sudah direbus untuk dikonsumsi, yang mengandung zat yang dapat meningkatkan produksi ASI (laktagogum), yang dapat merangsang hormon oksitosin dan hormon prolaktin. Edamame memiliki nilai gizi yang diketai cukup tinggi yaitu 7,4g karbohidrat, 1,5g protein, 6,5g lemak, 582 Kkal ,100mg vitamin A, 0,26mg B1, 0,15mg B2, 1mg B3, dan 27% vitamin C serta mineral-mineral seperti fosfor 150mg, kalium 145mg, dalam 100g edamame (johnson, dkk 1999, Nguyen). Serta rendah lemak jenuh dan tinggi serat, vit C dan vit B, asam folat, zat besi atau magnesium, dan juga kalsium. Ada 9 asam amino esensial yang dibuthkan tubuh, tanpa kandungan kolesterol (Ariyantini, 2017). Berdasarkan Survey yang dilakukan di klinik Citra Marendal Kabupaten deli Serdang dari data ibu bersalin di klinik tersebut di dapatkan 15 ibu postpartum yang dijadikan sebagai responden dengan berapa ketentuan dan yang menyusui tanpa dibantu pelancar ASI.

2. Perumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian adalah bagaimana hasil penelitian dari Pengaruh Pemberian Rebusan Kacang *Edamame* Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Klinik Citra Marendal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2023.

3. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mendapatkan hasil dari Pengaruh Pemberian Rebusan Kacang *Edamame* Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Klinik Citra Marendal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2023

4. Manfaat Penelitian

Manfaat dari penelitian ini adalah untuk dapat memanfaatkan menerapkan dan aplikasi dari penelitian P Pengaruh Pemberian Rebusan Kacang *Edamame* Terhadap Produksi ASI Pada

Ibu Post Partum Di Klinik Citra Marendal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2023 kepada masyarakat dan dunia akademis pendidikan.

II. METODE

Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif. Dengan metode quasi eksperimen dengan desain penelitian one grup pretest and posttest, dimana pretest sebelum pemberian perlakuan dan setelah pemberian perlakuan. penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya terdapat perbedaan produksi ASI sebelum mengkonsumsi rebusan kacang edamame dan setelah mengkonsumsi rebusan kacang edamame di klinik citra marendal Kabupaten Deli Serdang. Wilayah penelitian ini berada di klinik Citra Marendal Kecamatan Deli tua, Kabupaten Deli Serdang, Penelitian ini dilaksanakan pada bulan februari – mei 2023. Populasi berjumlah 54 orang dan yang dijadikan responden 15 orang.

III. HASIL PENELITIAN

a. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan karakteristik Pada Ibu Post Partum di Klinik Citra Marendal deli Serdang tahun 2023

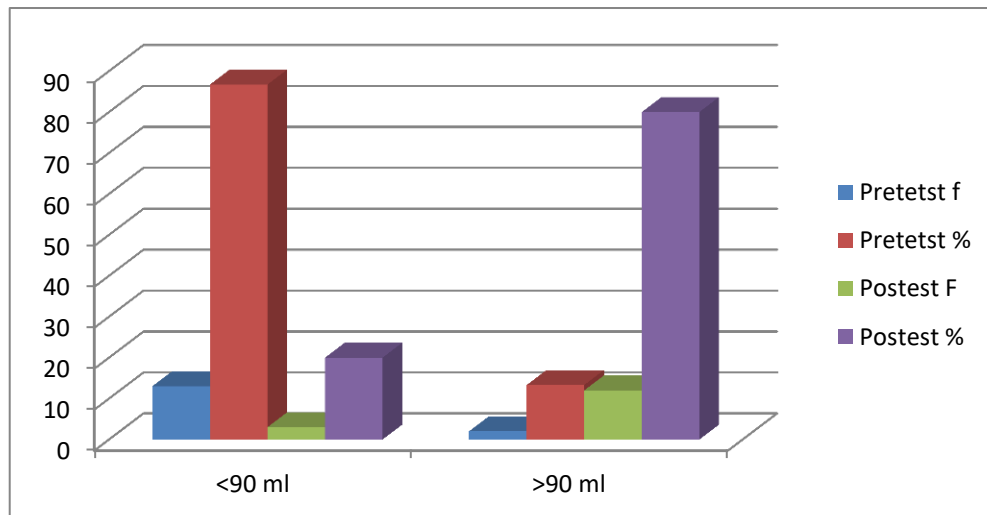
No	Karakteristik	F	%
1	Umur	6	40.0
	20 – 27 tahun	9	60.0
	28 – 35 tahun		
	Jumlah	15	100.0
2	Paritas	7	46,7
	Primipara	8	53,3
	multipara		
	Jumlah	15	100.0

Dari table 1. menunjukkan bahwa jumlah responden berdasarkan umur 20 - 27 tahun sebanyak 6 (40,0%), dan 28-35 tahun sebanyak 9 (60,0%). Berdasarkan paritas primipara sebanyak 7 (46,7%), multipara sebanyak 8 (53,3%).

a) Analisi Univariat

Table 2. Distribusi Frekuensi Sebelum diberikan dan Sesudah Diberikan Rebusan Kacang Edamame Pada Ibu nifas di Klinik Citra Marendal Deli Serdang 2023.

Produksi ASI	Pretetst		Posttest	
	f	%	F	%
<90 ml	13	86,7	3	20
>90 ml	2	13,3	12	80
Total	13	1001	13	100

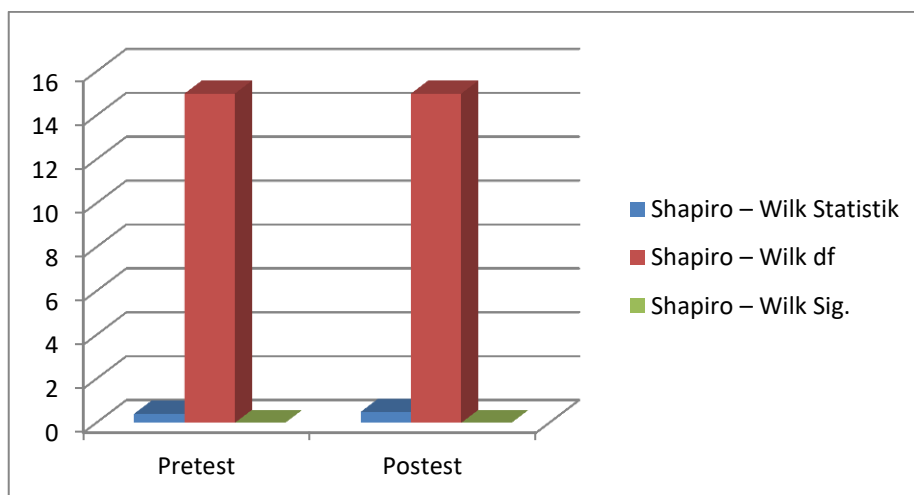


Gambar 1. Grafik batang sebelum dan sesudah diberikan rebusan kacang pada ibu nifas

b) Analisa Bivariat

Tabel 3. Hasil uji normalitas pengaruh rebusan kacang edamame terhadap produksi ASI pada ibu nifas di klinik citra marendal deli Serdang 2023

Produksi ASI	Shapiro – Wilk		
	Statistik	df	Sig.
Pretest	0.413	15	.000
Posttest	0.499	15	.000



Gambar 2. Grafik batang hasil uji normalitas pengaruh rebusan kacang edaname

Berdasarkan tabel 3. Uji normalitas Shapiro – Wlik yang dapat diketahui pada data produksi ASI pada ibu sebelum pemberian dan sesudah pemberian kacang edamame, menunjukkan semua hasil tidak berdistribusi normal dengan $p < 0,05$.

Tabel 4. Hasil uji Wilcoxon sign rank test pengaruh rebusan edamame terhadap perubahan pada produksi ASI pada ibu nifas di klinik citra marendal deli Serdang 2023

Perlakuan	F	Z	p-value
Pre - posttest	15	-3.162	0.000

Berdasarkan tabel 4. Dengan menggunakan tes pada uji Wilcoxon dapat diketahui dinyatakan pada ibu post partum pretest dan posttest rebusan edamame yang diberikan untuk sampel 15 orang dengan Z-score -3.162. hasil pada tabel tersebut menunjukkan nilai $p = 0.000 < 0,05$ maka H_0 dinyatakan ditolak sedangkan H_a dapat diterima yang artinya pemberian kacang edamame berpengaruh terhadap produksi ASI ibu nifas di klinik citra marendal deli Serdang 2023.

Karakteristik responden

Dalam hasil Analisa karakteristik umur pada ibu post partum, didapatkan mayoritas responden penelitian di klinik Citra Marendal deli tua 2023 berumur 20-27 tahun berjumlah 6 (40,0%), dan 28-35 tahun berjumlah 9 (60,0%). Pada jurnal penelitian Peny Ariani (2021) mengenai hubungan umur dengan Produksi ASI dalam fase masa reproduksi yang sehat, ibu memiliki ASI yang dikategorikan cukup karena organ reproduksi terus saja berfungsi dengan optimal. Usia 25-35 tahun adalah usia yang baik untuk menyusui. Karena ibu masih dalam usia subur, mereka memiliki organ reproduksi yang baik yang dapat mendukung produksi ASI yang baik. Jika produksi ASI tidak konstan antara usia 25 dan 35 tahun, mungkin ada alasan lain. Dari hasil Analisa karakteristik paritas pada ibu post partum, didapatkan mayoritas responden primipara berjumlah 7 (46,7%), responden multipara berjumlah 8 (53,3%). Pada jurnal penelitian Peny Ariani (2021) terkait hubungan paritas dengan produksi ASI dikatakan bahwa ibu multipara telah memiliki pengalaman kelahiran sebelumnya karena paritas 2-3 adalah paritas yang digolongkan aman dari kematian maternal.ibu dengan kelahiran ganda dapat secara aktif menyusui bayinya, dengan sistem control autokrin aktif saat produksi ASI menurun. Ketika banyak ASI yang dikeluarkan, produksi ASI meningkat. Produksi ASI sangat dipengaruhi oleh frekuensi menyusui dan hisapan bayi serta frekuensi pengosongan payudara. Ibu primiparitas seringkali merasa cemas dikarenakan proses ini merupakan proses pertama kali dialami. Kecemasan dapat memengaruhi hormon yang memengaruhi produksi ASI.

Distribusi frekuensi produksi ASI pada ibu post partum sebelum dan sesudah diberikan kacang edamame

Berdasarkan hasil analisis univariat sebelum diberikan rebusan kacang edamame didapatkan hasil rata rata produksi ASI ibu < 90 ml berjumlah 13 responden (86,7%). dan >90 ml berjumlah 2 responden (13,3%). Penyebab produksi ASI sedikit pada ibu menurut kristiyanasari (2010) dalam jurnal andiniar dkk (2021) produksi ASI seorang ibu sangat dipengaruhi oleh makanannya. Karena tanpa makanan yang cukup, kelenjar penghasil ASI tidak dapat berfungsi dengan baik. Ibu yang mengonsumsi makanan bergizi saat menyusui memiliki produksi ASI yang baik. Menurut ambarwati dkk (2018) dalam jurnal kardina dkk (2021) ibu normal dapat menghasilkan sekitar 550-1000 ml ASI per hari. Makanan bergizi memiliki dampak yang signifikan pada produksi ASI. Apabila jika masukan makanan ibu tidak dapat terpenuhi saat menyusui, dapat merusak fungsi kelenjar penghasil ASI. Kelenjar yang menghasilkan ASI dapat berfungsi dengan baik bila kebutuhan nutrisi ibu terpenuhi. Berdasarkan analisis univariat setelah diberikan rebusan kacang edamame didapatkan hasil adanya produksi ASI yang mengalami peningkatan pada ibu post partum di klinik citra marendal Deli Serdang 2023 rata rata mengalami peningkatan produksi ASI

>90 ml berjumlah 12 responden (80%). Menurut sebuah studi oleh silvia dkk (2022), edamame berpotensi merangsang pada hormon oksitosin dan hormone prolaktin. Kandungan alkaloid dan steroid, flavonoid, polifenol dan zat lain yang efektif dalam proses meningkatkan dan proses memperlancar produksi ASI. Oksitosin adalah hormone pendorong sekresi ASI. Oksitosin dalam kelenjar susu berperan dalam merangsang kontraksi sel- sel yang mengandung myosin dan banyak aktin mikrofilamen yang berada disekitar alveoli kelenjar susu, menyebabkan alveoli terkosongkan dan merangsang untuk pengeluaran air susu selanjutnya. Ibu yang mengkonsumsi edamame saat menyusui bayinya tidak hanya dapat meningkatkan asupan protein ibu, tetapi juga mampu meningkatkan penyerapan proteinyang ada pada tubuh bayi seiring perkembangannya. Menurut penelitian ade (2020), manfaat kacang edamame dapat meningkatkan produksi ASI dan oleh karena itu harus ikut mensukseskan pemerintah dalam proses upaya meningkatkan cakupan melalui pemberian ASI eksklusif. Menurut safitri (2018) dalam jurnal kardina dkk (2021) kacang edamame berpotensi sebagai makanan ibu menyusui dikarenakan mengandung adanya senyawa seperti fitosterol.

Pengaruh terhadap produksi ASI pada ibu post partum sebelum dan sesudah konsumsi kacang edamame

Berdasarkan hasil tes normalitas menggunakan Shapiro – Wilk yang dapat diketahui produksi ASI sebelum pemberian dan sesudah pemberian rebusan kacang edamame yang menunjukkan hasil semua data tidak berdistribusi normal dan semua nilai $p < 0.05$, maka dilakukan uji Wilcoxon Sign Rank Test untuk membantu mengetahui apakah terdapat perubahan atau peningkatan produksi ASI terhadap ibu sebelum mereka diberi rebusan kacang edamame dan setelah diberikan rebusan kacang edamame. Dengan menggunakan uji Wilcoxon ditemukan nilai $p\text{-value} = 0.000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang bearti terdapat ada pengaruh pemberian rebusan kacang edamame terhadap produksi ASI pada ibu post partum di klinik citra marendal kabupaten deli Serdang tahun 2023. Penelitian ini dilakukan dengan intervensi dan observasi pada ibu menyusui, intervensi dilakukan dengan pemberian rebusan kacang edamame selama 7 hari sebanyak 100g/hari. Pemberian rebusan kacang edamame ini diberikan kepada ibu menyusui yang memang tidak minum obat penambah ASI, dan juga bayi tidak diberi susu selama penelitian, dan ibu serta bayi sakit. Selvia dkk (2022). Pemberian rebusan kacang edamame akan meningkatkan produksi ASI sehingga ibu dapat memberikan ASI yang cukup pada bayi dan bayi mendapatkan asupan ASI yang terpenuhi setiap harinya. Dengan mengamati responden secara langsung, peneliti dapat melihat secara langsung pengaruh pemberian rebusan kacang edamame terhadap produksi ASI ibu.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai $\text{sig-p} = 0,000$ dan dapat disimpulkan jika $< 0,05$ maka dari itu H_0 ditolak dapat H_a diterima yang bearti adanya pengaruh rebusan kacang edamame yang diberikan terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum diklinik citra marendal kabupaten deli serdang 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariani, P. (2021). Hubungan Umur, Paritas, dan Frekuensi Menyusui dengan Produksi ASI di Klinik Andri Kotabangun. *Best journal biologi education science & technology*, 5, 243 – 248
- Dalimunthe, S. Y., Sihaloho, E., & Simamora, M. K. (2022). Pengaruh Pemberian Rebusan Edamame (Kacang Kedelai) Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Rantau Laban Kota Tebing Tinggi Tahun 2021. *Jurnal Pionir*, 8(2)

F. Gustina Siregar G : Pengaruh Pemberian Rebusan Kacang *Edamame* Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Klinik Citra Marendal Kabupaten Deli Serdang Tahun 2023

- Direktorat Gizi Masyarakat, (2021), Data Kabupaten Deli Serdang,(2019), Cakupan Pemberian Asi Eksklusif
- Fitria, A., Sikumbang, S. R., Nurrahmatun, 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
- Juliani, S., Nurrahmatun, (2021). Kacang Kedelai Muda Untuk Kelancaran Asi. Mj (Midwife Journal), 1, 79- 85.
- Kardina Hayati¹, T. M. (2021). Pengaruh Pemberian Kacang Edamame Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Klinik Bidan Putri Tanjung Kecamatan Kota Kisaran Timur. Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk), E-Issn 2655-0822, 4, 15 - 20.
- Kemenkes, (2021). Manfaat Asi Bagi Bayi., Kemenkes, (2022) Manfaat Asi Bagi Ibu
- Safitri, R., (2019). Pengaruh Pemberian Edamame (Glyncin Max (L) Merrill) Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Primipara Di Praktik Bidan Mandiri (Pmb) Dillah Sobirin Kecamatan Pakis Kabupaten Malang. Artikel Hasil Penelitian Journal Of Issues In Midwifery, 8, 41 – 47
- Unicef, (2019). Tujuan Program Sdg's (Sustainable Development Goals)
- World Healt Organization (Who), (2020). Angka Pemberian Asi Eksklusif Secara Global.

Accepted Date	Revised Date	Decided Date	Accepted to Publish
15 Maret 2023	27 April 2023	02 Mei 2023	Ya