

Pengaruh Pemberian Susu Sari Kacang Kedelai Pada Ibu Nifas Terhadap Produksi ASI Di Wilayah Kerja Puskesmas Juli Kabupaten Bireuen Tahun 2025

Nurjannah^{1*}, Sarika²

^{1,2} Akademi Kebidanan Munawarrah Bireuen

E-mail Penulis Korespondensi: nurjannahbireun@gmail.com

Article History:

Received Jan 27th, 2026

Accepted Feb 7th, 2026

Publish Feb 11th, 2026

Abstrak

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang disiapkan untuk bayi mulai masa kehamilan payudara sudah mengalami perubahan untuk memproduksi ASI, yang mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian susu sari kacang kedelai kepada ibu nifas terhadap produksi ASI di wilayah Kerja Puskesmas Juli Kabupaten Bireuen Tahun 2025. Desain penelitian yang digunakan adalah *Quase Eksperimen*. Populasi dalam penelitian ini seluruh ibu nifas sebanyak 15 orang dan sampel yang diambil dengan menggunakan rumus total sampling yaitu sebanyak 15 orang. Metode pengumpulan data yaitu data primer, sekunder dan tersier. Analisa data yang digunakan yaitu analisis univariat dan bivariat dengan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden berumur antara 20-35 tahun sebanyak 60%, mayoritas paritas yaitu multigravida sebanyak 53,3%, mayoritas responden mengalami peningkatan produksi ASI setelah diberikan susu sari kacang kedelai sebanyak 14 orang. Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan hasil ada pengaruh usia, paritas, pemberian susu sari kacang kedelai terhadap produksi ASI. Diharapkan mampu untuk meningkatkan kesehatan ibu dan Bayi, terutama ibu selama menyusui ASI Eksklusif.

Kata Kunci : Usia, Paritas, Pemberian Kacang Kedelai, Produksi ASI

Abstract

Breast milk (ASI) is a food prepared for babies starting from pregnancy, the breasts have undergone changes to produce breast milk, which contains the energy and substance needs needed for the first six months of a baby's life. The purpose of this study was to determine the effect of giving soybean milk to postpartum mothers on breast milk production in the Juli Health Center Working Area of Bireuen Regency in 2025. The research design used was a Quase Experiment. The population in this study were all postpartum mothers as many as 15 people and the sample taken using the total sampling formula was 15 people. Data collection methods were primary, secondary and tertiary data. Data analysis used was univariate and bivariate analysis with the chi-square test. The results showed that the majority of respondents were aged between 20-35 years as many as 60%, the majority of parity was multigravida as many as 53.3%, the majority of respondents experienced an increase in breast milk production after being given soybean milk as many as 14 people. The conclusion in this study shows that there is an effect of age, parity, giving soybean milk on breast milk production. It is hoped that it will be able to improve the health of mothers and babies, especially mothers during exclusive breastfeeding.

Keywords: Age, Parity, Giving Soybean Milk, Breast Milk Production

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang disiapkan untuk bayi mulai masa kehamilan payudara sudah mengalami perubahan untuk memproduksi ASI, yang mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi. ASI merupakan sumber gizi utama bagi bayi yang belum bisa mengonsumsi makanan pada (Haryono, 2023).

Ibu nifas sering mengalami kendala dalam pemberian ASI. Salah satunya adalah produksi ASI yang tidak lancar. Hal ini yang menyebabkan rendahnya cakupan pemberian enam bulan pertama kehidupan bayi. Menurut penelitian Puspita yang menyatakan bahwa ibu postpartum mengalami masalah dalam pemberian ASI diantaranya puting lecet sebesar 37,5%, pengeluaran ASI belum lancar sebesar 42,5%, dan tidak ada masalah sebesar 20% (Putri, dkk. 2020).

Proses laktasi merupakan proses menghasilkan makanan yang bergizi sesuai dengan peningkatan imun bayi. Pemberian ASI pada bayi akan memiliki daya tahan tubuh yang lebih baik dibandingkan bayi yang tidak minum ASI, mudah terkena penyakit seperti diare, ISPA dan kurangnya pembentukan IQ anak yang pada akhirnya akan mempengaruhi tumbuh kembangnya.

Kacang kedelai mengandung protein lengkap bermutu tinggi terbanyak dibandingkan dengan tumbuhan lainnya. Kacang kedelai mengandung asam amino yang lengkap dan isoflavone yang meningkatkan metabolisme dalam tubuh. Nilai gizi Kacang kedelai setara dengan susu sapi dan lebih tinggi dibandingkan dengan daging sapi. Selain kandungan diatas, didalam Kacang kedelai terdapat vitamin B1, B2, B3, B5, B6 dan K. kadar zat besi pada Kacang kedelai hamper setara dengan kandungan zat besi dalam 4 ons dada ayam panggang (Girsang, 2021)

Kekurangan asupan ASI pada bayi dapat menyebabkan malnutrisi. Angka kematian balita (AKB) didunia sebesar 58% disebabkan oleh malnutrisi. Pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan dapat menurunkan AKB sebesar 13%. Menurut WHO salah satu target dalam meningkatkan kesehatan bayi pada tahun 2025. Salah satunya dengan meningkatkan pemberian ASI eksklusif dengan target minimal sebesar 50%. Pemberian ASI eksklusif di Afrika Tengah sebesar 25%, Amerika Latin dan Karibia sebesar 32%, Asia Timur sebesar 30%, Asia Selatan sebesar 47%, dan negara berkembang sebesar 46%. Secara keseluruhan, kurang dari 40 persen anak di bawah usia enam bulan diberi ASI Eksklusif (WHO, 2019).

Menurut Data Nasional tahun 2020 menyebutkan bahwa ibu yang mengalami gangguan produksi ASI atau ASI tidak lancar sebesar 67% dari seluruh ibu menyusui. Data Riskesdas tahun 2018 yang menyatakan bahwa proporsi pola pemberian ASI pada bayi umur 0-5 bulan di Indonesia sebanyak 37,3%, ASI eksklusif, 9,3% ASI parsial dan 3,3% ASI predominan. Data nasional menyatakan bahwa Jawa Barat ibu menyusui yang tidak lancar produksi ASInya sebesar 58% dari seluruh ibu menyusui, hal ini di tunjang dengan pencapaian pemberian ASI Eksklusif di Jawa Barat hanya sebesar 23% dengan 56 alasan ASInya tidak lancar. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian ASI di Indonesia masih jauh dari target yang ditentukan secara global (Kemenkes, 2023).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Profil Kesehatan Provinsi Aceh tahun 2023 kematian ibu sebesar 167 per 100.000 lahir hidup, angka ini meningkat dibandingkan dengan tahun 2020 sebesar 134 per 100.000 lahir hidup. Program pemerintah dalam mencegah kematian ibu adalah Program Integrasi Pelayanan Kesehatan Primer (ILP) yaitu program meningkatkan sistem rujukan, melibatkan masyarakat dan meningkatkan akuntabilitas. Jumlah kematian ibu hamil sebesar 23%, ibu bersalin sebesar 25% dan ibu nifas sebesar 52%. Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah kematian ibu hamil yang mengalami komplikasi kehamilan adalah dengan persalinan *sectio caesarea* (Dinas Kesehatan Provinsi Aceh, 2023).

Berdasarkan survei awal yang didapat dari hasil wawancara 10 orang ibu nifas pada bulan mei 2022 yang dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Juli Kabupaten Bireuen terhadap 10 ibu nifas yang Produksi ASI nya kurang lancar diperoleh sebanyak 6 orang ibu mengatakan tidak suka makan makanan sejenis kacang- kacangan, sayuran hijau, dan 4 ibu nifas yang mengatakan ASI nya

lancar karena rajin makan makanan yang bisa meningkatkan produksi ASI contohnya seperti kacang- kacangan, sayuran hijau dan makanan sehat lainnya.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dalam bentuk *eksperiment Desain* yaitu memiliki jenis penelitian ini adalah *one group desain*, Dalam rancangan penelitian ini menggunakan intervensi, sebelum (*Pretest*) dan sesudah (*Post Test*). Penelitian ini menggunakan satu kelompok yaitu ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Juli Kabupaten Bireuen tahun 2025.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Juli Kabupaten Bireuen sebanyak 15 ibu nifas. Sampel penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang ada pada populasi yang memenuhi memenuhi kriteria inklusi dan tidak termasuk kedalam kriteria eksklusi. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi sampel diantaranya adalah: ibu nifas 4 hari, tidak sedang mengkonsumsi obat atau susu pelancar ASI. Kriteria Eksklusi diantaranya ibu nifas yang memiliki masalah terhadap payudara seperti bendungan asi, mastitis dan abses payudara, ibu nifas yang tidak menyelesaikan intervensi dan meningkatkan produksi ASI dengan farmakologis.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia dan Paritas Di Wilayah Kerja Puskesmas Juli Kabupaten Bireuen Tahun 2025

No	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Usia			
1	< 20 Tahun	4	26,6
2	20 – 35 tahun	9	60
3	> 35 Tahun	2	13,4
Gravida			
1	Primigravida	6	40
2	Multigravida	8	53,3
3	Grandemulti	1	6,7
Total		15	100

Sumber : Data Sekunder (2024-2025)

Berdasarkan tabel 1, menunjukkan sebagian besar responden di di wilayah kerja Puskesmas Juli Kabupaten Bireuen berumur antara 20-35 tahun sebanyak 60% dan memiliki jumlah kehamilan (Gravida) yaitu multigravida sebanyak 53,3%.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Produksi ASI Di Wilayah Kerja Puskesmas Juli Kabupaten Bireuen Tahun 2025

No	Peningkatan Produksi ASI	Sebelum konsumsi susu kedelai		Sesudah konsumsi susu kedelai	
		N	%	N	%
1	ASI Lancar	0	0	0	0
2	ASI Cukup Lancar	1	7	14	93
3	ASI Tidak Lancar	14	93	1	7

Sumber : Data Sekunder (2024-2025)

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebelum diberikan intervensi susu kedelai sebagian besar responden di wilayah kerja Puskesmas Juli Kabupaten Bireuen memiliki produksi ASI kurang lancar sebanyak 14 orang (93%), Sesudah diberikan susu kedelai terjadi peningkatan produksi ASI terhadap responden dengan sebagian besar produksi asi cukup lancar sebanyak 14 orang (93%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Peningkatan Produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Juli Kabupaten Bireuen Tahun 2025

Peningkatan produksi ASI	N	Mean (min – max)	Nilai Z	Nilai P
Sebelum konsumsi susu kedelai	15	3.60 (3 – 6)	3.384	0.001
Sesudah konsumsi susu kedelai	15	5.93 (5 – 6)		

Sumber : Data Sekunder (2024-2025)

Berdasarkan tabel 3 hasil uji beda dengan nilai p value $0,001 < 0,05$ menunjukkan ada perbedaan produksi ASI sebelum dan setelah pemberian sari susu kedelai.

Hasil analisis pada penelitian ini menunjukkan bahwa ibu nifas dengan mengkonsumsi sari susu kacang kedelai berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI. Hasil analisis pada tabel 1 menunjukkan bahwa usia ibu nifas sebagian besar berusia 20 -35 orang sebanyak 60%.

Hasil analisis pada tabel 2 menunjukkan bahwa sebelum diberikan susu sari kacang kedelai sebagian besar ibu nifas mengalami pengeluaran ASI tidak lancar. Hal disebabkan ibu nifas mengalami kendala dalam pemberian ASI yaitu produksi ASI keluarnya sedikit saat menyusui dan hisapan bayi berkurang. Setelah ibu nifas mengkonsumsi sari susu kacang kedelai selama 7 hari produksi ASI meningkat. Pada tabel 2 menunjukkan bahwa ibu nifas ASI tidak lancar mengalami peningkatan pengeluaran ASI cukup lancar. Pengeluaran ASI ibu banyak merembes keluar melalui puting susu dan bayi lebih sering menyusui. Hasil analisis pada tabel 3 menunjukkan bahwa pengaruh ibu nifas dengan mengkonsumsi sari susu kacang kedelai berpengaruh signifikan terhadap peningkatan produksi Asi. Susu kedelai merupakan minuman olahan yang dibuat dari sari pati kacang kedelai memiliki banyak kandungan gizi dan manfaat. Isoflavon atau hormone ephytoestrogen yang diproduksi secara alami oleh tubuh dan bias membantu kelenjar susu ibu menyusui agar memproduksi ASI lebih banyak.

Menurut penelitian sri juliani dan nurrohmatun yang menyatakan bahwa Nilai gizi edamame setara dengan susu sapi dan lebih tinggi dibandingkan dengan daging sapi. Menurut asumsi peneliti terdapat pengaruh pemberian susu kedelai terhadap produksi ASI pada ibu nifas dikarenakan susu kedelai yang mengandung banyak gizi baik bagi ibu dan disajikan dalam keadaan hangat dan rasanya enak. Hal ini memudahkan ibu dalam mengkonsumsi susu kedelai tersebut dan membantu dalam mengkomsumsi produksi Asi ibu.

Selain itu, pada penelitian ini juga menemukan bahwa dengan mengkonsumsi sari susu kacang kedelai sangatlah efektif untuk menjadi alternative ibu postpartum yang memiliki jumlah produksi ASI yang sedikit, sehingga dengan dikonsumsi sari susu kacang kedelai jumlah produksi ASI semakin meningkat. Dan sangat bagus juga diterapkan oleh setiap ibu postpartum yang ingin memberikan ASI Eksklusif.

4. KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini menunjukkan hasil ada pengaruh usia, paritas, pemberian susu sari kacang kedelai terhadap produksi ASI. Diharapkan mampu untuk meningkatkan kesehatan ibu dan Bayi, terutama ibu selama menyusui ASI Eksklusif.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Haryono. 2020. *Manfaat Asi Eksklusif Untuk Buah Hati Anda*. Jambi. Gosyen Publishing.
- WHO. 2019. *New measles surveillance data from WHO*. WHO.
- Riskesdas. 2018. *Hasil Utama Riskesdas 2018 Kementerian*. Kementrian Kesehat Republik Indonesia.
- Kemenkes RI (2023). *Profil Kesehatan Indonesia*, www.kemkes.go.id.
- Dinkes Aceh (2019). *Profil Kesehatan Aceh*, www.dinkes.acehprov.go.id. Dinas Kesehatan Aceh: Banda Aceh.
- Putri dkk. 2020. *ASI dan Menyusui*. Buku. 2020.
- Mufdlilah, Zulfa SZ. 2019. *Johan RB. Buku Panduan Ayah ASI*. Buku Panduan Ayah ASI.
- Girsang DM, Manurung J, Ginting WM, Husna N. 2021. *Pelatihan Pengolahan Susu Kedelai Dalam Meningkatkan Produksi ASI Di Desa Tanjung Beringin*. J Pengmas Kestra.
- Winarni LM, Wibisono AYG, Veronica S. *Pemberian Jus Kacang Kedelai Dan Melon Terhadap Peningkatan Produksi Asi Dan Berat Badan Bayi*. Di Puskesmas Tigaraksa. J Menara Med.
- Sagala SH,dkk. 2020. *Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum*. Systematic Literature Review. J Menara Med.
- Winarni LM, Wibisono AYG, Veronica S. 2020. *Pemberian Jus Kacang Kedelai Dan Melon Terhadap Peningkatan Produksi Asi Dan Berat Badan Bayi*. Di Puskesmas Tigaraksa. J Menara Med.
- Tjahjo N, Winkinson R. 2020. *Inisiasi menyusui dini plus asi eksklusif*. Vol. 1, Paket Modul Kegiatan.
- RI K. 2017. *Pedoman Penyelenggaraan Pekan ASI Sedunia (PAS)*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mufdlilah. 2017. *Buku Pedoman Pemberdayaan Ibu Pada Program ASI eksklusif*. In: Buku Pedoman Pemberdayaan Ibu Pada Program ASI eksklusif. Yogyakarta. Nuha Medika
- Utami NW, Majid TH, Marhaeni D, Herawati D. 2017. *Pemberian Minuman Formula Kacang Merah, Kacang Tanah, Dan Kacang Kedelai Terhadap Status Gizi Ibu Hamil Kurang Energi Kronis*. (November 2016):1–9
- Iman. M (2016). *Panduan Penyusunan Karya Tulis Ilmiah Bidan Kesehatan*. Medan. Cita Pusaka