

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pilihan nutrisi optimal bayi ialah Air Susu Ibu (ASI). ASI merupakan makanan alamiah yang terbaik bagi bayi. Komposisi ASI mencakup protein, lemak, karbohidrat, dan mineral yang terbentuk dua penghasil susu ibu yakni sumber inti nutrisi yang diperlukan bayi dengan proporsi yang seimbang. ASI berperan dalam pertumbuhan dan perkembangan bayi. Nutrisi makanan yang memiliki kandungan protein yang baik pada saat menyusui terdapat dalam kacang-kacangan seperti kacang hijau. Sari Kacang Hijau merupakan cairan yang terdapat dalam kacang hijau dan memiliki kandungan gizi yang cukup baik (Dewi Parwati, 2023)

Secara garis besar, volume ASI yang dihasilkan oleh ibu berkisar antara 800-1000 mililiter. Namun, kandungan gizi dalam ASI dapat berbeda-beda tergantung pada asupan nutrisi ibu. Jadi, jika ibu mengalami kekurangan gizi, maka kandungan gizi dalam ASI juga akan berbeda dengan ibu yang memiliki status gizi normal. Jumlah ASI yang diproduksi oleh ibu dipengaruhi oleh jumlah makanan yang ibu konsumsi. Jadi, jika seorang ibu memiliki status gizi baik, hal ini akan berdampak positif pada kelancaran produksi ASI-nya. Namun, jika seorang ibu menolak untuk menyusui, produksi ASI-nya tidak akan berjalan dengan lancar karena sinyal dari otaknya menolak untuk memberikan ASI (Tria Astika, 2023).

Menurut penelitian dari Ikatan Dokter Indonesia (IDAI), persentase ibu di Indonesia sebelumnya menyusui anaknya cukup besar, yakni 90%. Akan tetapi, persentase ibu memberikan ASI sepanjang 6 bulan belum tinggi, hanya sekitar 20%. Menurut rekomendasi, mengasii sebaiknya dilanjutkan hingga usia 2 tahun atau lebih. Meskipun bayi telah berusia 6 bulan, ASI tetap diberikan karena sekitar 65% keharusan energi bayi umur 6-8 bulan terpenuhi dari ASI. Pada usia 9-12 bulan, sekitar 50% kebutuhan energi bayi berasal dari ASI, dan pada usia 1-2

tahun, hanya 20% dari kebutuhan energi bayi yang dipenuhi oleh ASI. (Resty Iva A, 2023).

Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Riau, pada tahun 2020, sekitar 46,8% ibu di Provinsi Riau memberikan ASI eksklusif kepada anak mereka. Sedangkan di Kabupaten Kampar, sekitar 52,2% ibu masih berikan ASI umur 0-6 bulan. Meskipun demikian, persentase memberi ASI eksklusif di Kabupaten Kampar belum mencapai target yang diharapkan, karena dipengaruhi oleh berbagai faktor yang beragam. Kegagalan pemberian ASI eksklusif, terutama pada 6 bulan pertama, dapat disebabkan oleh faktor pengetahuan yang dimiliki oleh ibu (Ainil Hasanah & Agrina, Bayhakki, 2022)

Pertumbuhan bayi dan perkembangannya ditentukan sesuai dengan jumlah ASI yang diperoleh termasuk nutrisi dan zat gizi lainnya yang terdapat di dalam ASI tersebut. ASI eksklusif pada umumnya sudah mampu mencukupi kebutuhan pertumbuhan sampai usia enam bulan tanpa ada tambahan makanan lainnya. selanjutnya ASI berfungsi untuk sebagai sumber protein vitamin dan mineral terhadap bayi yang memperoleh makanan tambahan. Faktor utama yang memberikan peran penting dalam peningkatan kualitas hidup manusia adalah ASI (Christian Jayanti & Devi Yulianti, 2022)

Masalah yang sering muncul pada saat pemberian ASI eksklusif adalah produksi ASInya tidak lancar. Oleh sebab itu upaya yang dilakukan untuk memperlancar produksi ASI Ibu salah satunya adalah mengkomsumsi sari kacang hijau. Karena memiliki kandungan nutrisi dan gizi yang seimbang diantaranya mengandung protein, zat besi, asam folat dan vitamin B1. Protein ini dapat membantu dalam pembentukan sel otot, serta meningkatkan stamina dan daya tahan tubuh sehingga mempercepat pemulihan, membuat terasa lebih kenyang. Zat besi mampu mencegah terjadinya anemia, karena sangat berperan untuk meningkatkan hemoglobin (Nani Jahriani & Tiara Zunisha, 2021)

Upaya yang dilakukan tenaga kesehatan ialah memberikan pengetahuan kepada ibu tentang pentingnya mengonsumsi makanan yang kaya serat dan nutrisi saat menyusui agar dapat meningkatkan produksi ASI. Satu diantaranya nutrisi yang dapat membantu memperlancar penghasilan ASI ialah kacang hijau. Kacang

hijau mempunyai komposisi karbohidrat yang besar, menjangkau poin 62,90 gram/100 gram karbohidrat. Konsentrat Asli yang terdapat dalam kacang hijau mengalihkan kalori merubah daya berkualitas bagi badan sepanjang menyusui (Yufiendra Novitasari, 2018).

Temuan Emi pada tahun 2021 menerangkan rerata penghasilan ASI terhadap ibu menyusui sebelum meminum sari kacang hijau ialah 97,67 batas dispersion sejumlah 4,302. Sebaliknya setelah meminum sari kacang hijau, rerata penghasil ASI naik menjangkau 118,33 dengan standar deviasi sebesar 3,790. Melalui uji chi- square, tersedia nilai $p=0,000$. Dimana tampak keragaman yang kuat produksi ASI saat tidak diberikan sar kacang hijau dan sesudah meminum sari kacang hijau. Sebab itu, disarankan agar ibu menyusui mengonsumsi sari kacang hijau secara rutin. Konsumsi sari kacang hijau dapat merangsang peningkatan sekresi dan jumlah produksi ASI.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan di wilayah BPM W Kabupaten Kampar, tampak 6 bayi yang meminum ASI eksklusif (40%), sebaliknya 14 bayi (60%) tidak meminum ASI eksklusif diakibatkan penghasilan ASI yang tidak lancar hingga mereka dikasih susu formula. Menyadari hal tersebut, peneliti menjadi tergugah menyelenggarakan penelitian bertema "Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Kelancaran Produksi ASI di BPM Windi Kabupaten Kampar". Diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat dan solusi bagi ibu-ibu yang mengalami masalah produksi ASI.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Kelancaran Produksi ASI di BPM Windi Kabupaten Kampar pada tahun 2023 ?

Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap kelancaran produksi ASI di BPM Windi Kabupaten Kampar Tahun 2023.

Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi kelancaran produksi ASI sebelum diberikan sari kacang hijau.
2. Untuk mengidentifikasi kelancaran produksi ASI setelah diberikan sari kacang hijau.
3. Untuk menganalisa pengaruh pemberian Sari Kacang Hijau terhadap kelancaran produksi ASI.

Manfaat Penelitian

Instusi pendidikan

Sebagai masukan dan perbandingan bagi mahasiswa dan mahasiswi disetiap perguruan tinggi kesehatan atau umum.

Tempat Penelitian

Dapat dijadikan refrensi tambahan dalam memberikan asuhan kebidanan kepada ibu menyusui untuk meningkatkan penghasilan ASI dengan mengkomsumsi sari kacang hijau.

Bagi Peneliti

Meningkatkan pengetahuan peneliti menyangkut dampak sari kacang hijau pada keteraturan ASI dan sebagai acuan untuk penelitian selanjutnya.