

PENGARUH PEMBERIAN SARI KACANG HIJAU
TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI DI BPM WINDI KABUPATEN
KAMPAR

Windi Dina Astuti¹, Windi Anjela², windiana Purba³, Yanti Eltermin Dachi⁴,
Yarmidiani Simamora⁵

¹²³⁴⁵ Program Studi Kebidanan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan
Universitas Prima Indonesia
Windidinaastuti2015@gmail.com

Abstrak

Permasalahan ASI yang sering muncul pada saat ibu menyusui adalah Ibu mengalami produksi ASI tidak lancar sehingga mengakibatkan rendahnya tingkat pengetahuan ibu terhadap makanan yang dikonsumsi, dan menyebabkan proses menyusui menjadi tidak efektif. Sari kacang hijau merupakan pilihan terbaik buat ibu menyusui karena mengandung protein, asam amino esensial, asam folat serta kaya serat dan prebiotik yang dapat memberikan banyak manfaat terhadap ibu menyusui. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian Sari Kacang Hijau terhadap kelancaran produksi ASI di BPM Windi Kabupaten Kampar. Penelitian ini adalah penelitian Quasi Experimental Design dengan Nonequivalent control Group Design. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling sebanyak 60 responden. Peneliti ini mengumpulkan data langsung dari hasil wawancara kepada responden yang telah diberikan sari kacang hijau selama 14 hari untuk mengetahui aliran produksi ASI Ibu pada saat menyusui. Analisa data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji chi square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar yang diberikan Sari Kacang Hijau sebanyak 30 responden 87% mengalami kelancaran produksi ASI pada saat menyusui, dan sebagian besar yang tidak diberikan sari kacang hijau sebanyak 30 responden 33% mengalami kelancaran produksi ASI. Ada hubungan kelancaran produksi ASI setelah diberikan sari kacang hijau terhadap ibu menyusui dengan $p\text{-value}=0,000$ ($p<0.05$). Kesimpulan penelitian Ibu menyusui disarankan agar mengkonsumsi Sari kacang Hijau supaya produksi ASI nya lancar.

Kata Kunci : Sari Kacang Hijau ; Produksi ASI

Abstract

The problem with breast milk that often arises when mothers are breastfeeding is that mothers experience breast milk production that is not smooth, resulting in a low level of knowledge of the mother regarding the food consumed, and the breastfeeding process to be ineffective. Green bean juice is the best choice for breastfeeding mothers because it contains the essential amino acid protein folid acid and is rich in fiber and prebiotics which can provide many benefits to breast feeding mothers. This research aims to determine the effect of giving green bean juice on the smooth production of breast milk at BPM Windi, Kampar Regency. This research is a Quasi Experimental Design research with Nonequivalent control GroupDesign. The sampling technique in this study used a purposive sampling technique of 60 respondents. This researcher collected data directly from interviews with respondents who had been given green bean juice for 14 days to determine the flow of mother's breast milk production during breastfeeding. Data analysis was carried out univariate and bivariate using the chi-square test. The result of the study showed that the majority who were given green bean juice, 30 respondents, 87% experienced smooth breast milk production during breastfeeding, and the majority who were not given green bean juice, 30 respondents, 33% experienced smooth breast milk after being given green bean juice to breastfeeding mothers with a p-value of 0.000($p < 0.05$). Research conclusion breastfeeding mothers are advised to consume green bean juice so that breast milk production runs smoothly.

Keywords : Mung Bean Sari ; Breast Milk Production