



**JM**

**Volume 12 No. 2 (Oktober 2024)**

**© The Author(s) 2024**

**PENGARUH PEMBERIAN SUSU KEDELAI TERHADAP PENINGKATAN  
PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI PMB RINI  
KABUPATEN PANDEGLANG**

**THE EFFECT OF SOY MILK FEEDING ON THE INCREASE BREAST MILK  
PRODUCTION IN POSTPARTUM MOTHERS AT PMB RINI PANDEGLANG  
REGENCY**

**RINI ANGGRAENI, GAIDHA KHUSNUL PANGESTU, MADINAH MUNAWAROH  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI BIDAN PROGRAM PROFESI,  
FAKULTAS VOKASI, UNIVERSITAS INDONESIA MAJU  
Email: nieanggraeni97@gmail.com**

**ABSTRAK**

Menyusui adalah interaksi yang khas dan bermanfaat bagi perkembangan dan kemajuan anak. "Namun, menyusui sejak saat pertama kali tidak selalu mudah, banyak wanita kesulitan dalam melakukannya." "Keadaan yang sering terjadi pada hari-hari pertama menyusui adalah masalah ASI yang keluar. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh pemberian susu kedelai terhadap produksi ASI. Metode yang digunakan adalah penelitian kualitatif dengan studi kasus, dimana penelitian ini memusatkan diri secara intensif pada suatu objek tertentu yang mempelajarinya sebagai suatu kasus. Penelitian ini dilakukan di PMB Rini Kampung Kapinango Kabupaten Pandeglang selama 11 hari pada ibu nifas yang mengeluh produksi ASI sedikit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pasien yang diberikan susu kedelai didapatkan hasil produksi ASI mengalami peningkatan sebanyak 250 ml. Kesimpulan: Dari asuhan yang diberikan dan dapat diketahui bahwa pemberian intervensi suos kedelai pada responden mengalami peningkatan produksi ASI yang signifikan.

**Kata Kunci: Susu Kedelai, Produksi ASI**

**ABSTRACT**

Breastfeeding is a typical interaction and is beneficial to the development and progress of the child. "However, breastfeeding from the first time is not always easy, many women struggle in doing so." "The situation that often occurs in the first days of breastfeeding is the problem of milk coming out. The purpose of this study was to determine the effect of soy milk on breast milk production. The method used is qualitative research with case studies, where this research focuses intensively on a particular object that studies it as a case. This study was conducted at PMB Rini, Kapinango Village, Pandeglang Regency for 11 days on postpartum mothers who complained of little milk production. The results showed that patients given soy milk obtained

the results of breast milk production increased by 250 ml. Conclusion: From the care provided and it can be seen that the provision of soybean suus intervention in respondents experienced a significant increase in breast milk production.

**Keywords: Soy Milk, Breast Milk Production**

## **PENDAHULUAN**

Pemberian ASI direkomendasikan oleh semua pemerhati Kesehatan internasional maupun nasional seperti World Health Organization (WHO), American Academy of Pediatrics (AAP), American Academy of Family Physicians (AAFP) dan Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) dimana bayi baru lahir sampai dengan usia 6 bulan dianjurkan untuk hanya diberi ASI saja tanpa makanan tambahan lainnya (ASI Eksklusif). Hal itu bertujuan untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian anak. (Dian Nintyasari Mustika et al., 2018)

Berdasarkan data WHO tahun 2022, negara-negara yang memberikan ASI Eksklusif hanya 42% dan ditargetkan meningkat mencapai 75% pada tahun 2020. (United Nations Children's Fund, 2022) Berdasarkan Badan Pusat Statistik, presentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif di Indonesia selama 3 tahun terakhir mengalami peningkatan dari tahun sebelumnya, yaitu tahun 2020 capaian 69,9%, tahun 2021 capaian 69,2%, tahun 2022 capaian 71,58% (Badan Pusat Statistik, 2022). Cakupan di Provinsi Banten selama 3 tahun ini presentasi cakupan ASI Eksklusif terdapat peningkatan dari tahun sebelumnya, yaitu tahun 2020 (71,1%), tahun 2021 (76,11%) dan tahun 2022 (76,46%)(Dinas Kesehatan Provinsi Banten, 2022). Namun angka tersebut belum mencapai target nasional yaitu sebesar 80% (Kemenkes RI, 2022). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Pandeglang tahun 2022 dalam Profil Kesehatan Kabupaten Pandeglang, diperoleh hasil bahwa cakupan pemberian ASI Eksklusif sebanyak 733 bayi (42%) (Dinas Kesehatan Pandeglang, 2022).

Produksi ASI yang sedikit menjadi

masalah utama para ibu yang melahirkan, selain masalah putting susu tenggelam atau datar, payudara bengkak, bayi enggan menyusu karena teknik menyusui yang kurang benar atau lidah bayi pendek, Hal ini berakibat buruk pada pada bayi karena ibu biasanya mencari alternatif dengan memberikan susu formula pada bayinya yang menyebabkan intensitas isapan bayi menjadi berkurang karena bergantian menggunakan susu formula yang menjadikan ASI menjadi semakin sedikit yang keluar.(Safitri, 2018)

Air Susu ibu (ASI) merupakan proses nutrisi alamiah terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama 6 bulan pertama kehidupan bayi. Namun, adakalanya seorang ibu mengalami masalah dalam pemberian ASI. Kendala yang utama adalah karena produksi ASI tidak lancar. (Mufida L dkk, 2018)

Manfaat ASI yaitu bayi mendapatkan kekebalan tubuh serta perlindungan dan kehangatan melalui kontak kulit dengan ibunya, mengurangi perdarahan, serta konservasi zat besi, protein dan zat lainnya. Dan ASI Eksklusif dapat menurunkan angka kejadian alergi, terganggunya pernafasan, diare dan obesitas pada anak. Bila bayi tidak diberikan ASI Eksklusif memiliki dampak yang tidak baik bagi bayi. Adapun dampak memiliki resiko kematian karena diare 3,94 kali lebih besar dibandingkan bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif. Bayi yang diberikan ASI akan lebih sehat dibandingkan dengan bayi yang tidak diberikan ASI Eksklusif. (Kemenkes RI, 2022)

Bayi yang diberikan makanan pendamping ASI kurang dari 6 bulan dapat mengakibatkan resiko jangka panjang dan jangka pendek. Resiko jangka panjang dapat terjadi obesitas, hipertensi arteriosklerosis, alergi. Pada resiko jangka pendek dapat

terjadi penurunan produksi ASI, anemia, gastroenteritis dan berbagai penyakit infeksi, seperti diare, batuk, pilek, radang tenggorokan dan gangguan pernafasan. (Proverawati & Rahmawati, 2019)

## **METODE PENELITIAN**

Jenis dari penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan studi kasus, dimana penelitian ini memusatkan diri secara intensif pada suatu objek tertentu yang mempelajarinya sebagai suatu kasus. Populasi/Sampel pada penelitian ini adalah 2 orang ibu nifas yang mengalami produksi ASI Sedikit. Kedua ibu nifas tersebut masing-masing diberikan intervensi, dimana pasien I diberikan intervensi susu kedelai, dan pasien II diberikan intervensi konseling cara meningkatkan produksi ASI. Teknik sampling pada penelitian adalah purposive sampling yaitu teknik pengambilan data dengan pertimbangan tertentu.

## **HASIL PENELITIAN**

Penelitian dilakukan dengan cara melakukan observasi pada 2 ibu nifas yang diberikan intervensi susu kedelai dan intervensi konseling cara meningkatkan produksi ASI dengan melakukan kunjungan selama 3 kali kunjungan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mengkonsumsi susu kedelai dapat meningkatkan produksi ASI dimulai dari kunjungan ke 3. Pengaruh konsumsi susu kedelai terhadap peningkatan produksi ASI sangat bermanfaat terhadap peningkatan produksi ASI Karena semua ibu nifas yang mengkonsumsi susu kedelai dapat meningkatkan produksi ASI mereka

Kandungan dari susu kedelai memiliki kadar protein dan komposisi asam amino yang hampir sama dengan susu sapi. Selain itu susu kedelai mengandung mineral dan vitamin dalam jumlah yang cukup. Kadar lemak kedelai sekitar 18% dan mengandung asam lemak tidak jenuh esensial yang sangat dibutuhkan tubuh untuk hidup sehat.

Sebahagai bahan untuk membuat minuman tambahan yang dianjurkan, setiap 100gram kedelai mengandung berbagai zat makanan penting dalam bentuk susu segar (susu kedelai), kandungan zat besi, kalsium, karbohidrat, fosfor, vitamin A, Vitamin B Kompleks dosis tinggi, air, dan lesitin bisa terserap lebih cepat serta baik dalam tubuh (Lili Purnama Sari & Uliarta Marbun, 2021b). Hal ini menguatkan hasil penelitian ini bahwa kebutuhan ibu untuk merangsang produksi ASI dapat didapatkan dari konsumsi kedelai.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Elika Puspitasari, yang juga melihat pengaruh pemberian susu kedelai terhadap peningkatan produksi ASI pada Ibu Nifas di RB Bina Sehat Bantul dengan menilai 40 sampel ibu nifas didapatkan semua ibu nifas meningkatkan produksi ASI setelah mengkonsumsi susu kedelai. Hal ini dapat terjadi karena potensinya dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolactin seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan substansi lainnya efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI (Elika Puspitasari, 2018a).

## **PEMBAHASAN**

Peneliti berasumsi susu kedelai sangat bermanfaat karena dapat meningkatkan produksi ASI Hal ini sesuai dengan wawancara pada responden yang diberikann intervensi susu kedelai didapatkan hasil bahwa ASI menjadi banyak, saat menyusui bayi seolah-olah sedang menelan, bayi tidak rewel, tidur lama. ASI nya suka merembes keluar dari puting. Saat menyusui ASI keluar sangat lancer, dan ASI menjadi kental. Adanya peningkatan produksi ASI pada ibu yang mengkonsumsi susu kedelai. Selain susu kedelai bisa didapatkan dengan mudah dengan cara membuat sendiri dan banyak didapatkan di toko terdekat, susu kedelai memiliki banyak kandungan zat gizi seperti protein dan vitamin. Kandungan biji yang tinggi maka akan merangsang hormon oksitosin dan prolactin yang dapat

meningkatkan dan memperlancar produksi ASI.

Sedangkan hasil penelitian pada responden yang diberikan konseling dapat meningkatkan produksi ASI pada kunjungan ke 6. Konseling tentang pola makan, dukungan suami, pola istirahat dan Teknik menyusui sangat mempengaruhi peningkatan produksi ASI pada ibu nifas

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rayhana menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara asupan makan ibu dengan kecukupan ASI pada bayi usia 1-6 bulan. (Dwi SN dkk, 2018) sejalan dengan penelitian Kristiyanasari, produksi ASI sangat dipengaruhi oleh makanan yang dimakan ibu, karena kelenjar pembuat ASI tidak dapat bekerja dengan sempurna tanpa makanan yang cukup. (Nisa et al., 2020). Peneliti berasumsi bahwa makanan merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi ibu menyusui untuk mendapatkan kecukupan nutrisi bagi bayi, ibu ibu yang mengkonsumsi makanan yang bergizi selama menyusui maka produksi ASI akan bertambah.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara dukungan suami dan keluarga dengan produksi ASI. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian oleh Aini menunjukkan hubungan yang signifikan antara dukungan suami dengan pemberian ASI eksklusif, selaras dengan hasil penelitian tersebut Wattimena, menyatakan dukungan suami dengan keberhasilan isteri untuk menyusui mempunyai korelasi yang positif dan signifikan. (Rahmi & Annisah, 2017) Menurut asumsi peneliti dimungkinkan karena kesadaran suami terhadap perannya dalam keberhasilan menyusui semakin meningkat dengan banyaknya informasi terkait peran ayah dalam proses menyusui.

Hal ini sejalan dengan penelitian Umaroh, Istirahat yang cukup pada masa nifas akan mempengaruhi kelancaran dari produksi ASI karena aktifitas yang tinggi akan menyebabkan ibu mengalami kelelahan dan apabila kondisi ibu lelah atau stress maka produksi ASI akan terganggu. Kurangnya

istirahat dan tidur menyebabkan kurangnya jumlah produksi ASI, memperlambat proses involusi uteri dan meningkatkan risiko perdarahan, menyebabkan depresi dan ketidakmampuan ibu untuk merawat diri dan bayinya. (Nisa et al., 2020) Menurut asumsi peneliti istirahat merupakan salah satu kebutuhan yang harus terpenuhi khususnya pada ibu menyusui. Kurangnya waktu istirahat pada ibu menyusui akan memicu kelelahan dan peningkatan emosi ibu sehingga dapat menimbulkan stress yang akan mengganggu produksi ASI.

Hal ini sejalan dengan penelitian Evareny, bahwa Teknik menyusui sangat berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI. Kenyamanan dalam menyusui bukan hanya terletak pada kenyamanan ibu, melainkan juga pada kenyamanan bayi yang berdampak pada pengeluaran ASI yang maksimal. Kenyamanan dan pengeluaran ASI yang maksimal ini dapat tercipta apabila ibu memiliki teknik menyusui yang baik dan merupakan kunci keberhasilan dalam menyusui. (Nisa et al., 2020) Menurut asumsi peneliti teknik menyusui yang baik merupakan kunci awal keberhasilan menyusui, dengan posisi dan pelekatan yang benar, isapan bayi akan efektif dan memicu refleks menyusui sehingga merangsang produksi ASI

## **KESIMPULAN**

Pemberian intervensi mengkonsumsi susu kedelai sangat berpengaruh positif terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas.

## **SARAN**

- a. Bagi Institusi Pendidikan, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan atau materi pembelajaran baik kalangan mahasiswa pendidikan sarjana maupun profesi
- b. Bagi Masyarakat, diharapkan masyarakat khususnya ibu nifas memiliki wawasan tentang kurangnya produksi ASI dengan

- pemberian susu kedelai
- c. Bagi pasien, pemberian susu kedelai ini dapat dijadikan alternatif sebagai non farmakologis untuk meningkatkan produksi ASI, Selain itu ibu nifas diharapkan mencoba therapy non farmakologis dalam mengatasi produksi ASI sebelum menggunakan obat-obatan medis
- d. Bagi Peneliti selanjutnya, Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar pengembangan penelitian

## DAFTAR PUSTAKA

- Aida Fitria, Sri Rintani S, Nurrahmatun, & Nining Vatunah. (2022). Pengaruh Pemberian Kacang Kedelai (Glycine Max) Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum di Klinik Pratama Hanum Tanjung Mulia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 13(1), 75–82.
- Aisyah Aisyah, & Tri Lestari. (2021). EFEKTIVITAS SUSU KEDELAI TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM DI DESA WIDODAREN KABUPATEN NGAWI PROVINSI JAWA TIMUR. Universitas Kusuma Husada Surakarta
- Badan Pusat Statistik (2022). STATISTIK INDONESIA 2022. <https://www.BPS.go.id/publication/2022/02/25/0a2afea4fab72a5d052cb315/statistik-Indonesia-2022.html>
- desri meriatha Girsang, jelita Manurung, Wira Maria Ginting, & Nadia Husna. (2021). PENGARUH PEMBERIAN SUSU KEDELAI TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI DESA MANGGA DUA DUSUN III KECAMATAN TANJUNG BERINGIN KABUPATEN SERDANG BEDAGAI. *Jurnal Kesmas Dan Gizi (JKG)*, 3(2).
- Dian Nintyasari Mustika, S. M. K., Siti Nurjanah, S. S. M. K., & Yuliana Noor Setiawati Ulvie, S. Gz, M. S. (2018). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas: Proses Laktasi dan Menyusui.
- Dinas Kesehatan Pandeglang. (2022). Profil Kesehatan Kabupaten Pandeglang. Kabupaten Pandeglang
- Dinas Kesehatan Provinsi Banten. (2022). Profil Kesehatan Provinsi Banten. Provinsi Banten.
- Djanah, N., & Muslihatun, W. N. (2021). Akupresur Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum. *Photon. Jurnal Sain Dan Kesehatan*, 8(01), 73–77.
- Dwi SN dkk. (2018). Pemberian MP-ASI Dini Sebagai Salah Satu Faktor Kegagalan ASI Eksklusif Pada Ibu Primipara. *Kesehatan Masyarakat. UNDIP*
- Elika Puspitasari. (2018a). PENGARUH PEMBERIAN SUSU KEDELAI TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI RB BINA SEHAT BANTUL. *Jurnal Kebidanan*, 7(1), 54–60
- Fazilla, T. E, Azlin, E. Sianturi, P., & Tjipta, G. D. (2018). Pengaruh Domperidon Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Yang Melahirkan Bayi Premature. 5
- Hardani Hardani, Jumari Ustiawaty, Helmina Andriani, & Ria Rahmatul Istiqomah. (2020). Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif. CV. Pustaka Ilmu Group.
- Ikhsan, M. N. (2019). Dasar Ilmu Akupresur Dan Moksibusi. Bhimaristan Press.
- Kemenkes RI. (2022). Profil kesehatan Indonesia 2022. Kemenkes RI.
- Lili Purnama Sari, & Uliarta Marbun. (2021b). Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Pada Ibu Nifas Terhadap Produksi ASI di Puskesmas Bowong Cindea Kabupaten Pangkep. *UMI Medical Journal*, 6(2).
- Milah, A. S. (2019). Nutrisi Ibu Dan Anak: Gizi Untuk Keluarga. Edu Publisher
- Mufida L dkk. (2018). Prinsip Dasar Makanan Pendamping Air Susu Ibu (MP-ASI) Untuk Bayi 6-24 Bulan. Pangan dan Agroindustri Universitas Brawijaya
- Nisa, R., Puspasari, H., Nisa, I. C., Aeni, H.

- F., & Xaverius, F. (2020). Pendidikan Kesehatan ASI Eksklusif Dan Akupresur Untuk Meningkatkan Produksi ASI Di Rw 10 Kelurahan Karyamulya Kecamatan Kesambi Kota Cirebon. Call For Paper Seminar Nasional Kebidanan, 1(1), 99–104.
- Pitriani, R., & Andriyani, R. (2019). Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal (Askeb III). Deepublish. Proverawati, A., & Rahmawati, E. (2019). Kapita Selekta ASI Dan Menyusui.
- Rahayu, D., Santoso, B., & Esti Yunitasari, N. (2020). Produksi ASI Ibu Dengan Intervensi Acupresure Point for Lactation Dan Pijat Oksitosin. *Jurnal Ners*, 10(01).
- Roito, J., Nurmailis, N. & Mardiah. (2020). Asuhan Kebidanan Ibu Nifas & Deteksi Dini komplikasi. EGC.
- Safitri, R. (2018). Produksi ASI Pada Ibu Nifas Primipara Di Praktek Bidan Mandiri (PMB) Dillah Sobirin Kecamatan Pakis Kabupaten. *Journal Of Issues in Midwifery*, 2, 41–47.
- Setyowati, H. (2018). Akupresur Untuk Kesehatan Wanita Berbasis Hasil Penelitian. Unimma Press.
- Sri Juliani, Utary Dwi L, Mayang Wulan, & Evi Keresnawati. (2023). Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Johan Pahlawan Kecamatan Johan Pahlawan Kabupaten Aceh Barat. *MAHESA: Malahayati Health Student Journal*, 3(4), 1001–1009.
- Sulistiyowati S, Abadi A, & Wijati. (2020). Los class Ib (HlaG/Qa-2) MHC protein expression against HSP-70 and VCAM-1 profile on preeclampsia: an observation on experimental animal musculus with endothelial dysfunction model. *Health Sci J*, 103–104.
- Susanto A v. (2020). Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui Teori Dalam Praktik Kebidanan Profesional. Pustaka Baru Press.;
- Susanto, A. V. (2018). Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui Teori Dalam Praktik Kebidanan Profesional. Pustaka Baru Press.
- United Nations Children’s Fund. (2022). Laporan Tahunan Indonesia 2022. <https://www.unicef.org/indonesia/media/17226/file/laporan%20tahunan%20unicef%20indonesia%202022%20%20single%20page.pdf>.