

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN BUBUK KACANG HIJAU
TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA
IBU MENYUSUI DI PUSKESMAS RAMBUNG
MERAH PEMATANG SIANTAR
TAHUN 2024**



SONIA MARGARETA SIHITE

NIM: P07524420038

**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
KEMENKES POLTEKKES MEDAN
TAHUN 2024**

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN BUBUK KACANG HIJAU TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI PUSKESMAS RAMBUNG MERAH PEMATANG SIANTAR TAHUN 2024

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan
Kebidanan



SONIA MARGARETA SIHITE

NIM: P07524420038

Pembimbing:

Pembimbing I : Fitriyani Pulungan, SST, M.Kes

Pembimbing II : Suswati, SST, M.Kes

**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
KEMENKES POLTEKKES MEDAN
TAHUN 2024**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Sonia Margareta Sihite

NIM : P07524420038

Tanggal : 07 Mei 2024

Yang Menyatakan

(Sonia Margareta Sihite)

LEMBAR PERSETUJUAN

Nama : Sonia Margareta Sihite
NIM : P07524420038
Judul : Pengaruh Pemberian Bubuk Kacang Hijau Terhadap Peningkatan
Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Rambung Merah
Pematang Siantar Tahun 2024

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :
7 Mei 2024

Menyetujui

Pembimbing Utama

Fitriyani Pulungan, SST, M.Kes
NIP : 19800813200122003

Pembimbing Pendamping

Suswati, SST, M.Kes
NIP : 196505011988032001

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan Medan



Arihta Br Sembiring, SST, M.Kes
NIP : 197002131998032001

LEMBAR PENGESAHAN

NAMA : SONIA MARGARETA SIHITE

NIM : P07524420038

**JUDUL : Pengaruh Pemberian Bubuk Kacang Hijau Terhadap Peningkatan
Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Rambung Merah
Pematang Siantar Tahun 2024**

**Telah Berhasil Dipertahankan Di Hadapan Penguji Dan Diterima Sebagai
Bagian Persyaratan Yang Diperlukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Terapan Kebidanan Pada Program Studi Sarjana Terapan
Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI
Medan Pada Tanggal 7 Mei 2024**

DEWAN PENGUJI

1. Fitriyani Pulungan, SST.M.Kes
NIP. 198008132001220003

()

2. Dr.Efendi Sianturi,SKM,M.Kes
NIP. 196607161998031003

()

3. Suswati, SST.M.Kes
NIP. 196505011988032001

()

**Mengetahui,
Ketua Jurusan Kebidanan**



**Arihta Br Sembiring, SST.M.Kes
NIP.197002131998032001**

**PENGARUH PEMBERIAN BUBUK KACANG HIJAU TERHADAP
PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI
DI PUSKESMAS RAMBUNG MERAH
PEMATANG SIANTAR TAHUN 2024
Sonia Margareta Sihite**

¹⁾ Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

²⁾ Politeknik Kesehatan Medan

³⁾ Sarjana Terapan Kebidanan

Email: soniasihite2019@gmail.com

ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan utama yang dikonsumsi bayi usia 0-6 bulan. Berdasarkan laporan Badan Pusat Statistik (BPS), di Sumatera Utara bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2021 sekitar 57,83% sedangkan pada tahun 2022 mengalami penurunan yaitu sekitar 57,17%. Pada tahun 2019, bayi usia <6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di Pematang Siantar sekitar 40,64% dan tahun 2021 mengalami penurunan drastis sekitar 21,2%. Produksi ASI yang tidak lancar merupakan salah satu kendala dapat mempengaruhi pemberian ASI Eksklusif. Untuk mengatasi hal tersebut pemberian bubuk kacang hijau yang mengandung vitamin B1 (*thiamin*), karena B1 dalam kacang hijau mempengaruhi hormon oksitosin membantu ibu merasa nyaman dan puas, maka ASI akan mengalir lebih cepat dari biasanya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian bubuk kacang hijau terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Rambung Merah Pematang Siantar tahun 2024. Terdapat 60 populasi ibu menyusui dan produksi ASI-nya yang kurang ada sebanyak 15 orang akan digunakan sebagai sampel. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *Pre Eksperimental* dengan melakukan *pretest* sebelum memberikan perlakuan dan melakukan *posttest* setelah memberikan perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian bubuk kacang hijau terhadap peningkatan produksi ASI. Frekuensi menyusui menggunakan uji *wilcoxon* dengan nilai Asymp. Sig 0.001 < 0,05, dan volume ASI menggunakan uji *Paired Sample T-Test*, diperoleh hasil nilai $p = 0,000$ ($p\text{-value} < 0,05$). Maka dianjurkan kepada ibu menyusui agar mengkonsumsi bubuk kacang hijau sebagai alternatif untuk memperlancar produksi ASI.

Kata Kunci: Bubuk Kacang Hijau, Peningkatan Produksi ASI

**THE EFFECT OF GREEN BEAN POWDER PROVISION ON
INCREASING BREAST MILK PRODUCTION IN BREASTFEEDING
MOTHERS AT RAMBUNG MERAH COMMUNITY HEALTH CENTER
PEMATANG SIANTAR IN 2024**
Sonia Margareta Sihite

¹⁾ Ministry of Health of the Republic of Indonesia

²⁾ Medan Health Polytechnic

³⁾ Bachelor Program of Applied Health Science In Midwifery

Email: soniasihite2019@gmail.com

ABSTRACT

Breast milk is the main food consumed by babies aged 0-6 months. Based on a report from the Central Statistics Agency (BPS), in North Sumatra babies aged less than 6 months who received exclusive breast milk in 2021 were around 57.83%, while in 2022 there was a decline of around 57.17%. In 2019, around 40.64% of babies aged <6 months received exclusive breastfeeding in Pematangsiantar and in 2021 there was a drastic decrease of around 21.2%. Poor breast milk production is one of the obstacles that can affect exclusive breastfeeding. To overcome this, give green bean powder which contains vitamin B1 (thiamin), because the B1 in green beans affects the hormone oxytocin, helping mothers feel comfortable and satisfied, so breast milk will flow faster than usual. This study aims to determine the effect of giving green bean powder on increasing breast milk production in breastfeeding mothers at the Rambung Merah Community Health Center of Pematangsiantar in 2024. There was a population of 60 breastfeeding mothers and 15 people whose breast milk production is lacking will be used as samples. The type of research used was quantitative research. The design used in this research used Pre-Experimental by conducting a pretest before providing treatment and conducting a posttest after providing treatment. The results of the study showed that there was an effect of giving green bean powder on increasing breast milk production. Frequency of breastfeeding using the Wilcoxon test with Asymp value. Sig 0.001 < 0.05, and breast milk volume using the Paired Sample T-Test, obtained a p value = 0.000 (p-value < 0.05). So it is recommended for breastfeeding mothers to consume green bean powder as an alternative to increase breast milk production.

Keywords: Green Bean Powder, Increased Breast Milk Production



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa karena berkat dan rahmat-Nya yang selalu dilimpahkan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Adapun judul skripsi saya adalah “Pengaruh Pemberian Bubuk Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Produksi ASI Di Puskesmas Pematang Siantar Tahun 2024”. Disusun sebagai persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Sarjana Terapan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan Jurusan Kebidanan Medan untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Kebidanan.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah banyak memberikan bimbingan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Dengan segala kerendahan hati dan rasa hormat, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. RR. Sri Arini Winarti Rinawati, SKM, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes RI Medan.
2. Arihta Sembiring, SST, M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan.
3. Yusniar Siregar, SST, M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan.
4. Fitriyani Pulungan, SST, M.Kes selaku pembimbing utama yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan bimbingan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal ini.

5. Suswati, SST, M.Kes selaku pembimbing pendamping yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan bimbingan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan proposal ini.
6. Dr. Efendi Sianturi, SKM, M.Kes selaku Penguji yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing penulis dalam menyelesaikan proposal ini.
7. Selaku kepala lahan penelitian yang telah membantu saya dalam penelitian dalam menyelesaikan proposal ini.
8. Drs. Awaluddin Saragih, M.Si, Apt selaku Kepala Laboratorium Penelitian dan Pengembangan Tanaman Obat yang telah memberikan arahan mengenai pembuatan Bubuk Kacang Hijau.
9. Ungkapan terimakasih kepada Tuhan Yesus dan kepada dua orang yang paling berjasa dalam hidup penulis yaitu orang tua ku tercinta, sayangku, duniaku, Bapak Benget Sihite dan Mama Netty Saragih yang selalu menjadi penyemangat penulis dan sandaran terkuat dari kerasnya dunia yang tiada hentinya memberikan kasih sayang, doa serta motivasi dengan penuh keikhlasan yang tak terhingga kepada penulis. Alasan penulis tidak menyerah sampai sekarang dari berbagai tekanan hanya untuk membahagiakan dan membalas perjuangan kalian.
10. Terimakasih juga kepada saudara ku yang tersayang kakak dan adik-adiku yang sudah memberikan motivasi serta suka menghibur kalau penulis dalam keadaan pusing dan sedih.

11. *Someone special* YW, terimakasih sudah menemani, meluangkan waktu, pikiran ataupun materi serta memberikan semangat kepada penulis sampai hari ini bisa selesai dalam pembuatan skripsi dan selalu sabar serta pengertian menghadapi *mood* penulis.
12. Untuk Sonia Margareta Sihite, terima kasih sudah mau bertahan dan bekerjasama sampai hari ini dalam pengerjaan skripsi. Bukan suatu hal yang mudah untuk dilalui, tetapi memilih untuk kembali bangkit dan menyelesaikan apa yang sudah dimulai. Kamu selalu berharga, tidak peduli seberapa putus asanya kamu sekarang tetaplah mencoba bangkit untuk hal-hal kecil yang mau dituju.

Dalam penulisan tugas akhir skripsi ini, tentu masih terdapat banyak kekurangan dan kesalahan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun diharapkan dapat menjadi bahan perbaikan bagi penulis. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi seluruh pihak.

Medan, 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Uraian Teori.....	7
1. Laktasi (Menyusui).....	7
2. Air Susu Ibu (ASI).....	11
3. Kacang Hijau (Vigna Radiata L.)	36
B. Kerangka Teori.....	46
C. Kerangka Konsep	47
D. Hipotesis.....	47
BAB III METODE PENELITIAN	48
A. Jenis dan Desain Penelitian	48
B. Populasi dan Sampel	48
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	50
D. Variabel Penelitian	50
E. Definisi Operasional.....	51
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	52
G. Alat Ukur / Instrumen dan Bahan Penelitian	53

H. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	53
I. Prosedur Penelitian	54
J. Pengolahan dan Analisa Data.....	55
1. Pengolahan Data.....	55
K. Etika Penelitian	57
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	59
A. Hasil Penelitian	59
B. Pembahasan.....	68
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	74
A. Kesimpulan	74
B. Saran.....	75
DAFTAR PUSTAKA.....	76
DOKUMENTASI PEMBUATAN BUBUK KACANG HIJAU.....	103

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 2.1 Kandungan dan Manfaat Kolostrum.....	23
Tabel 2.2 Komposisi Kandungan ASI.....	24
Tabel 2.3 Perbedaan anantara ASI, Susu Sapi dan Susu Formula.....	24
Tabel 2.4 Takaran ASI Perah Pada Bayi Sehat Hingga Umur 0-6 Bulan.....	30
Tabel 2.5 Kandungan Gizi Kacang Hijau Per 100 Gram	38
Tabel 2.6 Kandungan Gizi Bubuk Kacang Hijau 25 Gram.....	45
Tabel 3.1 Pretest Posttest.....	48
Tabel 3.2 Definisi Operasional.....	51
Tabel 4.1 Karakteristik Ibu Menyusui Di Puskesmas Rambung Merah.....	59
Tabel 4.2 Rata-Rata Frekuensi Menyusui Sebelum dan Sesudah Intervensi...	60
Tabel 4.3 Rata-Rata Volume ASI Pada Ibu Menyusui.....	61
Tabel 4.4 Konsumsi Zat Gizi Ibu Menyusui Sebelum dan Sesudah.....	62
Tabel 4.5 Hasil Uji Normalitas Data Frekuensi Menyusui Sebelum dan.....	64
Sesudah Intervensi.....	64
Tabel 4.6 Hasil Uji Wilcoxon Frekuensi Menyusui.....	64
Tabel 4.7 Hasil Uji Normalitas Data Volume ASI Sebelum dan Sesudah.....	66
Tabel 4.8 Pengaruh Pemberian Bubuk Kacang Hijau Terhadap Volume ASI..	66

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Payudara	7
Gambar 2.2 Refleks Prolaktin	10
Gambar 2.3 Refleks Oksitosin	11
Gambar 2.4 Air Susu Ibu	11
Gambar 2.5 Cara Meletakkan Bayi yang Benar	34
Gambar 2.6 Cara Memegang Payudara	34
Gambar 2.7 Cara Merangsang Mulut Bayi yang Benar	34
Gambar 2.8 Teknik Menyusui dengan Benar	35
Gambar 2.9 Kacang Hijau (<i>Vigna Radiata L.</i>)	36
Gambar 2.10 Skema Pembuatan Bubuk Kacang Hijau	42
Gambar 2.11 Kerangka Teori	46
Gambar 2.12 Kerangka Konsep	47
Gambar 3.1 Prosedur Penelitian.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Formulir Persetujuan Menjadi Responden	80
Lampiran 2 Lembar Observasi Frekuensi ASI.....	81
Lampiran 3 Lembar Observasi Volume ASI	82
Lampiran 4 Formulir Food Recall 24 Jam	83
Lampiran 5 Master Tabel	85
Lampiran 6 SOP Pemberian Bubuk Kacang Hijau	87