

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU MENYUSUI TENTANG MANFAAT SUSU KEDELAI DALAM MENINGKATKAN PRODUKSI ASI DI KLINIK ERNITA

Ade Yelda Hastriati¹, Evis Ritawani Hsb², Fadillah Sanur³

^{1 2 3} Institut Kesehatan Helvetia Pekanbaru, Riau

Korespondensi: adeyeldahastriati@helvetia.ac.id

Informasi Artikel

Riwayat artikel:

Diterima Sep 30th, 2025

Direvisi Sep 30th, 2025

Diterbitkan Sep 30th, 2025

Kata kunci:

Pengetahuan, Susu Kedelai,
Produksi ASI

ABSTRACT

Menyusui merupakan proses fisiologis untuk memberikan asupan gizi kepada bayi secara optimal. Salah satu faktor kelancaran produksi ASI dari makanan yaitu mengonsumsi susu kedelai yang memiliki banyak kandungan gizi dan manfaat, dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin. Berdasarkan data dari BPS tahun 2023 Provinsi Riau menduduki posisi keempat dengan jumlah 69,51%. Hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti didapatkan 3 orang ibu menyusui yang tidak mengetahui bahwa manfaat susu kedelai dapat meningkatkan produksi ASI. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu menyusui tentang manfaat susu kedelai dalam meningkatkan produksi ASI di Klinik Bidan Ernita tahun 2023. Jenis Penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui yang ada di Klinik Bidan Ernita. Teknik Pengambilan sampel adalah secara purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 33 orang. Instrumen penelitian berupa kuesioner dengan 20 pertanyaan. Dari hasil penelitian mayoritas pengetahuan responden tentang manfaat susu kedelai dalam meningkatkan produksi ASI kurang sebanyak 17 orang (51,5%). Ibu diharapkan untuk dapat meningkatkan lagi pengetahuan dengan cara mencari informasi dari berbagai media yang akurat mengenai manfaat susu kedelai dalam meningkatkan produksi ASI seperti melalui media sosial, penyuluhan-penyuluhan dan lainnya.



© 2025 Para Penulis. Diterbitkan oleh Institut Kesehatan Helvetia Pekanbaru Ini adalah artikel akses terbuka di bawah lisensi CC BY (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang paling cocok bagi bayi serta mempunyai nilai paling tinggi dibanding susu formula dan ASI sangat menguntungkan ditinjau dari berbagai segi, baik segi gizi, kesehatan, ekonomi, maupun sosio-psikologi. ASI (Air Susu Ibu) adalah istilah untuk cairan putih yang dihasilkan oleh kelenjar payudara wanita melalui proses laktasi. ASI terdiri dari berbagai komponen gizi dan non gizi. Komponen ASI tidak sama selama periode menyusui, pada akhir menyusui kadar lemak 4-5 kali dan kadar protein 1-5 kali lebih tinggi dari pada awal menyusui (Linda, 2019).

WHO (World Health Organization) dan United Nations of Children's Fund (UNICEF) dalam strategi global pemberian makanan pada bayi dan anak menyatakan bahwa pencegahan kematian bayi adalah dengan pemberian makanan yang tepat yaitu pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan kehidupan dan pengenalan Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang aman dan bergizi pada usia 6 bulan bersamaan dengan pemberian ASI lanjutan hingga usia 2 tahun atau lebih (WHO, 2020). Dari banyak nya bayi baru lahir hanya 44% dari bayi baru lahir di dunia yang mendapat ASI dalam waktu satu jam pertama sejak lahir, bahkan masih sedikit bayi di bawah usia enam bulan disusui secara eksklusif.

Cakupan pemberian ASI eksklusif di Afrika Tengah sebanyak 25%, Amerika Latin dan Karibia sebanyak 32%, Asia Timur sebanyak 30%, Asia Selatan sebanyak 47%, dan berkembang sebanyak 46%. Secara keseluruhan, kurang dari 40 persen anak di bawah usia enam bulan diberi ASI Eksklusif (Defrin et al., 2018).

Berdasarkan laporan rutin Ditjen Kesmas tahun 2022, capaian bayi usia kurang dari 6 bulan mendapat ASI Eksklusif sebesar 67,96%. Capaian ini sudah memenuhi target nasional tahun 2022 yaitu 50%.

Provinsi dengan capaian terendah adalah Aceh (18,29%). Sedangkan provinsi dengan capaian tertinggi adalah DIYogyakarta (147,91%) (Profil Kesehatan Indonesia, 2021).

Menurut Profil kesehatan Riau tahun 2021, cakupan pemantauan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 6 bulan adalah 39,5% menurun dibanding cakupan tahun 2020 (43,5%). Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik dapat dilihat Provinsi Riau menduduki posisi keempat dengan jumlah 69,51%. Cakupan pemberian ASI Eksklusif pada bayi 0-6 bulan, terjadi penurunan dari tahun 2020, menjadi 56,2%. Capaian pemberian ASI eksklusif pada bayi sampai usia 6 bulan (pemantauan dari usia 0-6 bulan) Provinsi Riau mencapai target, yaitu 56,2%, dimana target adalah 45%. Melihat capaian tahun 2021, terdapat 9 (sembilan) kabupaten/kota yang mencapai target yaitu Indragiri Hulu, Indragiri Hilir, Kampar, Rokan Hulu, Bengkalis, Meranti, Dumai, dan Pekanbaru. Cakupan paling rendah adalah Kuantan Singingi dan yang paling tinggi adalah Kota Pekanbaru (Profil Kesehatan Riau, 2021).

Salah satu faktor kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui yaitu ada beberapa faktor seperti faktor makanan, faktor dalam perawatan payudara, dan faktor dari isapan bayi. Salah satu faktor dari makanan yaitu mengonsumsi susu kedelai yang memiliki banyak kandungan gizi dan manfaat, potensinya dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, polifenol, steroid dan flavonoid efektif dalam memperlancar produksi ASI (Umah et al., 2022).

Susu kedelai merupakan salah satu makanan yang mengandung *lagtagogum* yang dikenal dengan sebutan *edamame* (*glycine max l.merill*) yang dapat menstimulasi hormone oksitosin dan prolactin seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan substansi lainnya yang efektif dalam meningkatkan dan melancarkan produksi ASI. Refleks prolactin secara hormonal untuk memproduksi ASI, waktu bayi menghisap puting payudara ibu, terjadi rangsangan neorohormonal pada puting susu dan areola ibu (Safitri, 2018).

Kandungan pada kedelai merupakan asam amino yang memiliki vitamin dan gizi dalam kacang kedelai yang membentuk flavonoid. Flavonoid merupakan pigmen, seperti zat hijau daun memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh. Secara garis besar, manfaat dari isoflavon yang terkandung pada susu kedelai adalah meningkatkan metabolisme dalam tubuh, merupakan nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh, mencegah sembelit, meningkatkan system kekebalan tubuh menguatkan tulang dan gigi, mengendalikan tekanan darah, kadar kolesterol, mencegah resiko obes, dan penyakit maag (Puspitasari, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan Puspitasari di RB Bina Sehat Bantul diketahui bahwa terjadi peningkatan produksi ASI setelah mengonsumsi kacang kedelai (Puspitasari, 2018). Diperkuat dengan hasil penelitian Lastris di Puskesmas Tigaraksa diketahui bahwa pemberian jus kacang kedelai dan melon selama dua kali sehari dalam tujuh hari dengan 200 ml, dapat meningkatkan produksi ASI sebesar 56, 75 ml (Atikah Syufiyah, 2022).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru tahun 2021, dari 21 Puskesmas di Pekanbaru dengan ibu nifas terbanyak terdapat di Puskesmas Garuda dengan sejumlah 1.523 orang ibu nifas, dan terbanyak kedua terdapat di Puskesmas Sidomulyo sejumlah 1.520 orang ibu nifas.

Klinik Bidan Ernita merupakan salah satu klinik yang berada di wilayah kerja Puskesmas sidomulyo yang terdapat banyak ibu nifas nya. Sedangkan data yang diperoleh dari Klinik Bidan Ernita tahun 2023, terdapat 101 orang ibu menyusui yang memiliki bayi usia 0-6 bulan periode Maret-Agustus tahun 2023. Hasil Survey awal yang dilakukan peneliti di Klinik Bidan Ernita melalui wawancara pada 5 orang ibu menyusui, didapatkan 3 orang ibu menyusui yang mengatakan bahwa bayi nya tidak puas dan tidak kenyang setelah bayinya disusui. Serta tidak mengetahui bahwa manfaat susu kedelai dapat meningkatkan produksi ASI.

Berdasarkan Latar Belakang di atas maka peneliti akan melakukan penelitian tentang “Gambaran Pengetahuan Ibu menyusui Tentang Manfaat Susu Kedelai dalam Meningkatkan Produksi ASI Klinik Bidan Ernita”

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif yaitu penelitian yang sifatnya hanya menggambarkan tujuan penelitian. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu menyusui tentang manfaat susu kedelai dalam meningkatkan produksi ASI Klinik Bidan Ernita. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui yang ada di Klinik Bidan Ernita. Teknik Pengambilan sampel adalah secara purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 33 orang. Instrumen penelitian berupa kuesioner dengan 20 pertanyaan. Analisis data dilakukan secara univariat.

HASIL

Hasil penelitian yang dilakukan di Klinik Bidan Ernita tentang Gambaran Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Manfaat Susu Kedelai Dalam Meningkatkan Produksi Asi dapat disajikan pada tabel berikut :

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden di Klinik Bidan Ernita Kota Pekanbaru

	Karakteristik	Frekuensi	Presentase
Umur			
1.	<20	1	3,0%
2.	20-35	25	75,8%
3.	>35	7	21,2%
	Total	33	100%
Pendidikan			
1.	SMP	5	15,2%
2.	SMA	18	54,5%
3.	SMK	4	12,1%
4.	PT	6	18,2%
	Total	33	100%
Pekerjaan			
1.	Bekerja	3	9,1%
2.	Tidak bekerja	30	90,9%
	Total	33	100%

Sumber: Data primer, 2023

Berdasarkan tabel 4.1 diatas diketahui bahwa karakteristik responden mayoritas responden memiliki umur 20-35 tahun sebanyak 25 orang (75,8%), sebagian dari responden berpendidikan SMA sebanyak 18 orang (54,5%) dan mayoritas ibu tidak bekerja sebanyak 30 orang (90,9%) .

Data Khusus

Data khusus dalam penelitian ini dapat dilihat pada tabel 4.2 berikut:

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Tentang Manfaat Susu Kedelai Dalam Meningkatkan Produksi Asi Di Klinik Bidan Ernita

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
----	-------------	-----------	------------

1.	Baik	6	18,2%
2.	Cukup	10	30,3%
3.	Kurang	17	51,5%
Total		33	100%

Sumber : Data primer, 2023

Berdasarkan table 4.2 diatas diketahui bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang manfaat susu kedelai dalam meningkatkan produksi ASI sebanyak 17 orang (51,5%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Klinik Bidan Ernita, didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki umur 20-35 tahun sebanyak 25 orang (75,8%) sebagian dari responden berpendidikan SMA sebanyak 18 orang (54,5%), mayoritas ibu tidak bekerja sebanyak 30 orang (90,9%) dan mayoritas responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang manfaat susu kedelai dalam meningkatkan produksi ASI sebanyak 17 orang (51,5%).

Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan maka, orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya, serta juga dikarenakan pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Pada dasarnya pengetahuan akan terus bertambah dan bervariasi sesuai dengan proses pengalaman manusia yang dialami. Salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI adalah pengetahuan ibu tentang manfaat susu kedelai maka akan mempengaruhi pola pikir dan pengetahuan yang cukup untuk mengonsumsi susu kedelai.

Susu kedelai yang merupakan minuman olahan dari sari pati kacang kedelai memiliki banyak kandungan gizi dan manfaat dalam susu kedelai terdapat banyak kandungan seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan substansi lainnya efektif dalam merangsang oksitosin dan prolaktin secara hormonal untuk memproduksi ASI, waktu bayi menghisap puting payudara ibu. Isoflavon yang terkandung pada susu kedelai merupakan asam amino yang memiliki vitamin dan gizi dalam kacang kedelai yang membentuk flavonoid. Flavonoid merupakan pigmen, seperti zat hijau daun yang biasanya berbau. Zat hijau daun memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh (Hazlina, 2020).

Didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Salsabila, N.L., tahun 2021 tentang “Gambaran Kelancaran ASI Setelah Pemberian Susu Kedelai Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Way Urang Kalianda Lampung Selatan” didapatkan hasil dari 17 responden masing – masing kelompok diperoleh hasil setelah diberikan susu kedelai, yaitu sejumlah 10 responden (58,8%) mengalami pengeluaran ASI yang lancar. Kesimpulan dari penelitian ini adalah konsumsi susu kedelai lebih efektif meningkatkan kelancaran ASI.

Menurut asumsi peneliti, pendidikan sangat mempengaruhi pengetahuan karena semakin tinggi pendidikan seseorang semakin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya dan sebaliknya. Dalam penelitian ini mayoritas responden berpendidikan SMA sehingga didapatkan hasil pengetahuan yang kurang karena terbatasnya jenjang pendidikan yang dimiliki responden sehingga terbatas ilmu yang didapatkan terutama tentang manfaat susu kedelai dalam meningkatkan produksi ASI. Salah satu kandungan susu kedelai yang dapat meningkatkan produksi ASI yaitu isoflavon.

Selain pendidikan, pekerjaan termasuk salah satu yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Pembelajaran memberikan relasi yang luas dengan bekerja maka akan luaslah relasi dan pengalaman yang didapatkan di dunia kerja.

Penelitian ini mayoritas responden tidak bekerja sehingga membuat interaksi mengurangi pengetahuan yang bisa didapat tentang manfaat susu kedelai dalam peningkatan produksi ASI.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian tentang gambaran pengetahuan ibu menyusui tentang manfaat susu kedelai dalam meningkatkan produksi ASI di wilayah klinik bidan Ernita tahun 2023 maka dapat diambil kesimpulan dalam penelitian sebagai berikut:

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Klinik Bidan Ernita, didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki umur 20-35 tahun sebanyak 25 orang (75,8%) sebagian dari responden berpendidikan SMA sebanyak 18 orang (54,5%) ,mayoritas ibu tidak bekerja sebanyak 30 orang (90,9%). Mayoritas responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang manfaat susu kedelai dalam meningkatkan produksi ASI sebanyak 17 orang (51,5%), dan minoritas responden memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 6 orang (18,2%).

REFERENSI

Defrin, et al. (2018). Pemberian ASI Eksklusif . Jawa Timur: PT NEM

Hazlina (2020) Pengaruh pemberian susu kedelai terhadap peningkatan produksi asi pada ibu menyusui di polindes lenggadai hulu tahun 2020. Other thesis, Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai. Jpurnal Of Ners Community, 13(01),524–532.
<http://journal.unigres.ac.id/index.php/JNC/article/view/1847/1560>

Profil Kesehatan Provinsi Riau (2021).
<https://dinkes.riau.go.id/sites/default/files/202302/Profil%20Kesehatan%20Provinsi%20Riau%20Tahun%202021.pdf>

Linda. (2019). ASI Eksklusif. Cilacap : Yayasan Jamiul Fawaid

Puspitasari, D. Y. (2020). Pengaruh Pemberian Susu kedelai terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum. Jurnal Kebidanan. <https://repository.poltekkes-kaltim.ac.id/1025/2/skripsi%20deby%20yolanda.pdf>

Safitri, (2018) Pengaruh Pemberian Edamame (Glycin max (L) merrill) Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas

Salsabila, (2021) Gambaran Kelancaran Asi Setelah Pemberian Susu Kedelai Dan Sayur Daun Kelor Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Way Urang Kalianda Lampung Selatan. Diploma thesis, Poltekkes Tanjungkarang.

Umah, K., Twistiandayani, R., & Aprilyanti, D. R. (2022). Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Journals of Ners Community <https://journal.unigres.ac.id/index.php/JNC/article/view/1847>