

PENGARUH PEMBERIAN SARI KACANG HIJAU TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI PMB APPI AMMELIA

Penti Rosiati ¹, Budi Rahayu ²

Email: rosioppo2019@gmail.com

INTISARI

Latar Belakang: Pemberian ASI eksklusif sangat berpengaruh pada kesehatan dan tumbuh kembang anak agar terhindar dari stunting, obesitas dan penyakit kronis lainnya Terdapat 29.322 kematian bayi usia 0-59 bulan yang tidak diberi ASI eksklusif pada tahun 2020. Dalam sari kacang hijau terdapat protein yang mengandung asam amino, senyawa aktif seperti polifenol dan flavonoid yang dapat meningkatkan hormon prolactin dan vitamin B1 sebagai perangsang hormon oksitosin yang di butuhkan dalam produksi ASI pada ibu nifas.

Tujuan: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap produksi ASI pada ibu nifa di PMB Appi Ammelia.

Metode Penelitian: Penelitian kuantitatif dengan desain *pre-experimental design*. Rancangan yang digunakan adalah *One Group Pre Post Test Design*. Dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah 38 responden didapatkan sampel berjumlah 17 responden ibu nifas. Alat ukur berupa lembar kuesioner dan observasi. Analisis data yang digunakan yaitu univariat dan bivariat menggunakan uji Wilcoxon.

Hasil Penelitian: Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p value =0,000 lebih kecil dari nilai α (0,05) yang berarti ada pengaruh yang bermakna.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh Sari kacang hijau efektif terhadap peningkatan volume ASI pada ibu nifas.

Kata Kunci : Sari kacang hijau, produksi ASI, ibu nifas

¹Mahasiswa Program Studi Kebidanan S1 Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
²Dosen Program Studi Kebidanan S1 Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

THE EFFECT OF GIVING MUNG BEAN JUICE ON BREAST MILK PRODUCTION IN POSTPARTUM MOTHERS AT PMB APPI AMMELIA

Penti Rosiati ¹, Budi Rahayu ²

Email: rosioppo2019@gmail.com

ABSTRACT

Background: Exclusive breastfeeding greatly affects children's health and development to avoid stunting, obesity and other chronic diseases There were 29,322 deaths of infants aged 0-59 months who were not exclusively breastfed in 2020. In green bean juice there are proteins that contain amino acids, active compounds such as polyphenols and flavonoids that can increase the hormone prolactin and vitamin B1 as a stimulant of the hormone oxytocin needed in the production of breast milk in puerperal mothers.

Objective: The purpose of this study was to determine the effect of giving mung bean juice on breast milk production postpartum mothers in PMB Appi Ammelia.

Research Method: Quantitative research with *pre-experimental design*. The design used is *One Group Pre Post Test Design*. With a *cross sectional* approach. The study population was 38 sample of 17 postpartum mother respondents. The measuring instruments used are questionnaire sheets and observations. The data analysis used were univariate and bivariate using the Wilcoxon test.

Research Results: Wilcoxon test results show p value = 0.000 is smaller than α value (0.05) which means there is a significant influence.

Conclusion: Get the effect of green bean juice effective on increasing breast milk volume in puerperal mothers.

Keywords: mung bean juice, breast milk production, postpartum mother

¹Student of Midwifery Study Program S1 Faculty of Health, Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta

²Lecturers of Midwifery Study Program S1 Faculty of Health, Jenderal Achmad Yani University, Yogyakarta