

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa nifas merupakan masa pemulihan yang dimulai dari persalinan sampai alat-alat kandungan kembali seperti sebelum hamil, panjang masa nifas yaitu 6-8 minggu. Air susu Ibu (ASI) merupakan sumber gizi yang sangat sempurna yaitu DHA, AA, Omega 6, laktosa, taurin, protein, laktobasius, vitamin A, ko-lostrum, lemak, zat besi, laktoferin and lisozim yang bermanfaat bagi bayi berupa sumber gizi utama bayi yang diberikan selama 6 bulan tanpa tambahan makanan dan minuman apapun (Naila, 2020).

Pemberian ASI sangat penting bagi tumbuh kembang yang optimal baik fisik maupun mental dan kecerdasan bayi. Pemberian ASI eksklusif perlu mendapat perhatian para ibu, keluarga, masyarakat dan tenaga kesehatan agar proses menyusui dapat terlaksana dengan benar (Suparyanto & Rosad, 2020). Pemberian ASI eksklusif sangat berpengaruh pada kesehatan yang akan datang, dampak dari anak ketika tidak diberikan ASI eksklusif yaitu dapat mengalami stunting, obesitas dan penyakit kronis (Kementerian Kesehatan RI, 2017).

Berdasarkan data prevalensi bayi ASI Eksklusif di Daerah Istimewa Yogyakarta tahun 2022 sebesar 86,18%, Di Kabupaten Sleman, Kabupaten Bantul 80,76 %, Kabupaten DIY Yogyakarta 80,18%, Kabupaten Kulon Progo 79,44% ,kabupaten Gunung Kidul 76,21%, dan yang paling rendah di dapatkan di Kabupaten Kota Yogyakarta 74.69%, Sendiri angka prevalensi bayi ASI eksklusif tahun 2022 (Dinas Kesehatan DIY, 2022).

Ibu menyusui merupakan salah satu golongan yang termasuk kedalam kelompok rentan gizi. Hal ini sesuai dengan amanah UU Kesehatan No. 36 Tahun 2009 Bab III pasal 142. Ibu menyusui tergolong ke dalam salah satu kelompok rentan, sebab ASI yang merupakan sumber nutrisi utama bagi bayi yang diperoleh dari ibu. Oleh sebab itu, ibu yang sedang menyusui harus memperhatikan asupan zat gizi yang dikonsumsi. Sekresi dari ASI setiap hari rata-rata 800-850 ml dan setiap 100 ml mengandung 60-65 KKal, protein 1-1,2 g, dan

lemak 2,5-3,5 g setiap 100 ml, zat-zat dalam sekresi ASI diambil dari tubuh ibu menyusui yang didapatkan suplai makanan sehari-hari (Maryunani. A, 2018).

Terdapat 29.322 kematian bayi usia 0-59 bulan yang tidak diberi ASI eksklusif pada tahun 2020, dimana 69% (20.244 kematian) terjadi pada masa neonatus, 21% (6.151 kematian) terjadi antara usia 29 hari dan 11 bulan, dan 10% dari 2.927 kematian terjadi antara usia 12 dan 59 bulan. Di Indonesia terdapat 31,36% dari 73,94% anak sakit karena tidak menerima ASI eksklusif. Pemberian ASI eksklusif sangat berpengaruh pada kesehatan anak, dan tumbuh kembang anak dampaknya tidak mengalami stunting, obesitas dan penyakit kronis lainnya (Kemenkes RI, 2020).

Dampak bagi ibu jika tidak memberikan ASI eksklusif adalah ibu akan mengalami retensi berat badan postpartum. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa rata-rata sebagian besar ibu yang menyusui secara parsial akan mempunyai retensi berat badan sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara menyusui dan retensi berat badan postpartum, artinya dengan menyusui dengan penuh berat badan akan turun (Bimtas, 2019).

ASI adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktose dan garam-garam organik yang disekresi oleh kedua belah kelenjar payudara ibu, sebagai makanan utama bagi bayi. Factor-faktor yang mempengaruhi komposisi air susu ibu adalah stadium laktasi, ras, keadaan nutrisi. Air susu ibu menurut stadium laktasi adalah kolostrum, air susu transisi/peralihan dan air susu matur (Rosdiana, 2022).

Hal lain juga yang menjadi kendala dalam pemberian ASI salah satunya ASI yang belum keluar, dan rasa ketakutan akan pengeluaran ASI yang sedikit menyebabkan tidak percaya diri atau stres yang berlebihan membuat produksi ASI sedikit. Dengan mengkonsumsi sari kacang hijau bisa membantu produksi ASI karena di dalamnya kacang hijau sendiri terkandung berbagai komposisi gizi, diantaranya protein, zat besi dan vitamin B1 namun perlu di perhatikan bahwa ada batasan dalam mengkonsumsi sari kacang hijau maximal 3 kali dalam sehari (Yuniarti, 2020).

Protein yang berguna dalam mempercepat pemulihan, dan membantu kenyang lebih lama serta bertanggung jawab untuk produksi ASI, dimana vitamin B1 akan merangsang kerja *neurotransmitter* yang akan menyampaikan pesan ke *hipofisis posterior* untuk mengsekresi hormon oksitosin sehingga hormon ini dapat memacu kontraksi otot polos mammae yang ada di dinding *alveolus* dan dinding saluran sehingga ASI di pompa lalu keluar (Suparyanto & Rosad, 2020).

Kacang hijau adalah tumbuhan yang dapat tumbuh dimana mana. Sari kacang hijau mengandung vitamin B1 (thiamin) yang dapat mengubah karbohidrat menjadi energy, memperkuat system saraf dan juga untuk memproduksi ASI, dimana thiamin akan merangsang kerja *neurotrans* yang akan menyampaikan ke hipofisis posterior untuk mensekreksi hormon oksitosin sehingga hormon oksitosin dapat memacu kontraksi otot polos mammae yang berada di dinding *alveolus* dan dinding saluran, sehingga ASI dipompa keluar . Kacang hijau mengandung 323 kalori, 22,9 g protein, 7,5 mg/100g zat besi. Sementara, kandungan lemak yang ada di kacang hijau yaitu 1-1,2 % (Madumeta & Indriyastuti, 2022).

Hal ini di dukung penuh berdasarkan hasil studi pendahuluan yang saya lakukan pada tanggal 23 Februari 2023, di lakukan wawancara pada ibu nifas yang sedang berkunjung imunisasi. Dalam wawancara pada 10 orang ibu nifas 8 antaranya didapatkan keluhan yang terjadi yaitu berupa volume ASI yang keluar sedikit hal ini terjadi dalam rentan waktu 1-2 minggu setelah persalinan, dari 10 orang ibu nifas tidak didaptkanya masalah ASI seperti bendungan ASI, mastitis, payudara bengkak, dan konsumsi makanan yang terbatas dalam membantu produksi ASI pada ibu nifas.

Berdasarkan masalah yang di atas peneliti tertarik untuk melakukan sebuah penelitian untuk mengetahui pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap produksi ASI pada ibu nifas?”.

C. Tujuan Peneliti

1. Tujuan Umum

Diketahui pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap produksi ASI pada ibu nifas.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui produksi ASI sebelum pemberian sari kacang hijau.
- b. Diketahui produksi ASI setelah pemberian sari kacang hijau.
- c. Menganalisis pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap produksi ASI pada ibu nifas.

D. Manfaat peneliti

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber pengetahuan dan referensi pada penelitian selanjutnya dalam pengembangan serta memperkuat hasil peneliti sebelumnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Hasil yang diharapkan Peneliti ini bisa di gunakan sebagai pengetahuan baru serta mampu mengembangkan ilmu kebidanan dalam asuhan ibu nifas sebagai referensi tentang cara membantu produksi ASI dengan mengosumsi sari kacang hijau.

b. Bagi Penelitian Selanjutnya

Dapat digunakan sebagai tambahan referensi pengetahuan dalam penyusunan roksi sari kacang hijau dalam produksi ASI, informasi dan data empiris untuk penelitian selanjutnya.

c. Bagi Mahasiswa

Sebagai mahasiswa peneliti ini bisa digunakan sebagai acuan asuhan kebidanan masa nifas dalam membantu ibu nifas memproduksi ASI.

d. Bagi Bidan PMB Appi Ammelia

Hasil peneliti ini bisa diterapkan sebagai cara konseling tambahan dalam masalah produksi ASI pada ibu nifas dengan mengosumsi sari kacang hijau.

E. Keaslian Penulis

Sudah banyak penelitian yang menganalisis tentang pengaruh pemberian sari kacang hijau untuk peningkatan produksi ASI namun masing-masing peneliti memiliki karakteristik yang berbeda terkait judul baik dari karakteristik sampel, tahapan yang dilalui, tempat penelitian, tahun penelitian, dan hambatan yang dilalui. Keaslian dari penelitian ini dapat dilihat dari persamaan dan perbedaan dari penelitian terdahulu. Berikut beberapa peneliti terdahulu yang telah meneliti pengaruh sari kacang hijau untuk produksi ASI.

Tabel 1. 1 Keaslian Penulis

No	Nama Peneliti Tahun	Judul	Desain Penelitian	Hasil	Perbedaan	Persamaan
1	Risdayanti Asfira, Aris Prastyoningsih, Megayana Yessy Mareta, Tahun (2022)	Pengaruh Kosumsi Sari Kacang Hijau Pada Ibu Post Partum Terhadap Produksi ASI di Wilayah Kerja Puskesmas Pakem Sleman Yogyakarta	Desain penelitian: penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode True Eksperimen, dengan pendekatan pre-test posttest control group design. Teknik pengambilan data dengan simple random sampling menggunakan lembar observasi produksi ASI	Hasil yang didapatkan yaitu terdapat pengaruh konsumsi Sari kacang hijau pada ibu postpartum terhadap produksi ASI dengan hasil berpasangan Wilcoxon signed rank test dengan nilai p-value 0,000.	Dari penelitian sebelumnya menggunakan sari kacang hijau dalam bentuk kemasan ABC kotak.	Persamaan dengan peneliti sebelumnya adalah sama-sama meneliti peningkatan asi pada post partum
2	Revi Oktavia Riski, Adhesty Novita Xanda, Oktaria Safitri, Magdalena Tri Putri Tahun (2021)	Pemberian Sari Kacang Hijau dengan Penatalaksanaan Ketidaklancaran Produksi ASI di BPM Siti Hajar, S.ST	Jenis laporan kasus yang digunakan adalah laporan deskriptif dengan pendekatan studi kasus (studi penelaah kasus). Studi kasus dilakukan dengan cara meneliti suatu permasalahan melalui suatu kasus yang terdiri dari unit tunggal.	Hasil asuhan kebidanan dilakukan pendokumentasian dalam bentuk SOAP yang telah dilaksanakan asuhan kebidanan terhadap Ny. R umur 25 tahun P1A0 3 hari post partum dengan penatalaksanaan ketidaklancaran produksi asi di BPM Siti Hajar, S.ST. tahun 2021.	Penelitian ini menggunakan jenis laporan case study (penatalaksanaan kasus) yaitu hanya meneliti satu kasus terhadap Ny. R umur 25 tahun P1A0 3 hari postpartum dengan penatalaksanaan ketidaklancaran produksi asi, dan dianalisis secara mendalam dari	Sama-sama meneliti peningkatan produksi asi pada ibu nifas

					segi yang berhubungan dengan ketidاكلancaran produksi asi.	
3	Irmawati. S, Rosdiana Rosdiana Tahun (2022)	Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum	Design dengan Nonequivalent Control Group Design. yaitu penelitian yang dilakukan dengan memberikan percobaan atau perlakuan. Perlakuan yang di berikan kepada responden agar usaha modifikasi yang di lakukan secara dan terkontrol untuk menentukan peristiwa atau kejadian terhadap perubahan yang akan terjadi akibat dari peristiwa tersebut, yaitu dengan mengetahui pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum	Hasil analisis dengan nilai $p=0,009$ Kesimpulan bahwa ada pengaruh asupan sari kacang hijau terhadap aliran produksi ASI pada ibu nifas. Oleh karena itu, disarankan kepada ibu nifas untuk mengkonsumsi kacang hijau khususnya sari kacang hijau karena semakin sering ibu nifas mengkonsumsi sari kacang hijau semakin banyak produksinya.	Pada penelitian ini menggunakan rancangan Nonequivalent Control Group Design yang artinya terdapat dua kelompok yang di gunakan untuk penelitian, yaitu kelompok eksperimen (yang di beri perlakuan) dan kelompok kontrol (yang tidak di beri perlakuan), dan tidak di pilih secara random.	Peneliti melakukan pemberian sari kacang hijau kepada responden pada ibu nifas.