



PENGARUH PEMBERIAN SUSU KEDELAI PADA IBU NIFAS TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN BAYI

Rinda Lammdayani*, Apriyanti Aini, Popy Apriyanti

STIKES Abdurahman Palembang, Jl. Kolonel H. Barlian Sukajaya, Suka Bangun, Sukarami, Palembang, Sumatera Selatan
30114, Indonesia

[*Rindalamdayani@gmail.com](mailto:Rindalamdayani@gmail.com)

ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa, dan garam-garam anorganik yang disekresikan oleh kelenjar mammae ibu, yang berguna sebagai makanan bagi bayinya. Salah satu upaya memperbanyak ASI adalah dengan meningkatkan asupan makanan yaitu mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan yang mengandung laktagogum, vitamin C, vitamin A, protein, kalium, fosfor, asam folat akan dapat membantu meningkatkan produksi ASI seperti susu kedelai. Isoflavon dalam olahan kedelai dipercaya dapat meningkatkan produksi ASI dan mengurangi resiko kanker payudara. Susu kedelai merupakan minuman olahan dari sari pati kacang kedelai yang memiliki banyak kandungan gizi dan manfaat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian susu kedelai pada ibu nifas terhadap peningkatan berat badan bayi. Penelitian ini menggunakan desain one group pre test and post test design, yaitu suatu penelitian yang dilakukan dengan melibatkan kelompok perlakuan pre dan posttest. Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Desember-Januari 2025. Berdasarkan hasil analisis diketahui bahwa kelompok perlakuan sebelum pemberian susu kedelai sebesar 3176,47 dan setelah pemberian susu kedelai sebesar 3705,88 dengan p value $0,007 < 0,05$, yang artinya H_0 diterima yaitu ada pengaruh pemberian susu kedelai pada ibu nifas terhadap peningkatan berat badan bayi di wilayah kerja Puskesmas Bunga Mayang Martapura.

Kata kunci: berat badan bayi; ibu nifas; susu kedelai

THE EFFECT OF GIVING SOY MILK TO POST-TERM MOTHERS ON INCREASE IN INFANT WEIGHT

ABSTRACT

Breast milk (ASI) is an emulsion of fat in a solution of protein, lactose and inorganic salts secreted by the mother's mammary glands, which is useful as food for her baby. One effort to increase breast milk is by increasing food intake, namely consuming vegetables and fruit that contain lactagogum, vitamin C, vitamin A, protein, potassium, phosphorus, folic acid which will help increase breast milk production, such as soy milk. Isoflavones in processed soybeans are believed to increase breast milk production and reduce the risk of breast cancer. Soy milk is a drink made from soybean starch which has many nutritional and beneficial contents. The aim of this study was to determine the effect of giving soy milk to postpartum mothers on increasing baby weight. This research uses a one group pretest and posttest design, namely a research conducted involving pre and posttest treatment groups. This research was carried out in December-January 2025. Based on the results of the analysis, it is known that the treatment group before giving soy milk was 3176.47 and after giving soy milk it was 3705.88 with a p value of $0.007 < 0.05$, which means that H_0 is accepted, namely there is The effect of giving soy milk to postpartum mothers on increasing baby weight in the working area of the Bunga Mayang Martapura Community Health Center.

Keywords: baby's weight; postpartum mothers; soy milk

PENDAHULUAN

Pemberian ASI sangat penting karena kandungan nutrisinya sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang yang optimal, untuk kesehatan dan kelangsungan hidup bayi. Selain itu ASI telah terbukti dapat

meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan ibu dan bayi dan mengurangi resiko infeksi neonatal dan penyebab patogen lain yang dapat mengakibatkan penyakit serius (Hadi, dkk., 2021). World Health Organization (WHO), 2020 menyatakan baru 41% dari seluruh bayi di dunia ini yang mendapatkan ASI eksklusif dan WHO menargetkan tahun 2025 angka ASI eksklusif meningkat setidaknya 50% (Hadi, dkk., 2021). Kemudian United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) menyebutkan bukti ilmiah yang dikeluarkan oleh jurnal *pediatrics*, Data di dunia ibu menyusui mengalami masalah menyusui sekitar 17.230.142 juta jiwa yang terdiri dari puting susu lecet 56,4%, bendungan payudara 36,12 % dan mastitis sebanyak 7,5% (Nuryanti, 2019).

Pemberian ASI pada bayi dan ibu post partum yang sedang menyusui akan banyak masalah yang dialami saat memberikan ASI yang baik antara lain produksi ASI yang kurang disebabkan ibu post partum yang masih belum mengetahui pemberian laktasi yang baik dan benar, bayi yang hari pertama kelahirannya sudah diberikan prelakteafeeding (susu formula), dan masalah yang sering dialami oleh ibu post partum yaitu puting ibu lecet, membengkak serta ibu yang kurang istirahat karena sibuk untuk melakukan aktivitas seperti sibuk bekerja dengan ini ibu tidak bisa membagi waktu untuk memberikan ASI pada bayinya, kondisi bayi yang tidak mendapatkan ASI Karena bayi yang kondisi kesehatannya kurang sehat atau abnormalitas, ASI eksklusif memiliki manfaat yang baik untuk ibu ataupun bayi karena ASI dapat menjadi obat alami untuk membuat tubuh tidak terserang oleh penyakit infeksi dan ASI dapat memudahkan bayi muda untuk berkembang baik pada otak serta terpenuhinya nutrisi pada tubuh bayi, sedangkan bagi ibu dapat memperbandingkan serta mencegah penyakit seperti trauma dan kanker pada payudara (Sri, et al., 2018).

Survey awal yang di lakukan peneliti pada hari pertama bulan September 2024 di Puskesmas Bunga Mayang Martapura, peneliti bertemu dengan 8 orang ibu nifas dimana ibu menyusui bayinya > 5 kali dalam sehari, 4 orang ibu memberikan susu formula dan 4 orang ibu nifas memberi ASI saja (ASI Eksklusif), serta 8 orang ibu mengalami produksi ASI yang kurang lancar. Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh pemberian susu kedelai pada ibu nifas terhadap peningkatan berat badan bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Bunga Mayang Martapura.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain one group pre test and post test design, yaitu suatu penelitian yang dilakukan dengan melibatkan kelompok perlakuan pre dan posttest. Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Desember-Januari 2025

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Karakteristik Ibu Nifas

Variabel	Perlakuan	
	f	%
Usia		
<20 tahun dan >35 tahun	3	33,3
20-35 tahun	14	56,0
Paritas		
Primigravida	8	53,3
Multigravida	9	47,4
Jenis Kelamin Anak		
Perempuan	12	52,2
Laki-laki	5	45,5

Berdasarkan tabel 1 terlihat bahwa responden yang diberikan susu kedelai sebagian besar responden dengan usia 20-35 tahun (56,0%), lebih dari setengahnya paritas pada ibu nifas yaitu primigravida (53,3%), dan sebagian besar responden ibu nifas dengan jenis kelamin bayi perempuan (52,2%) sedangkan dari 17 responden.

Tabel 2.
Rata-rata berat badan bayi *pre* dan *post* pemberian susu kedelai

Perlakuan	N	Mean	Min	Max	SD
Pre test	17	3176.47	2900	3600	163.093
Post test	17	3705.88	3350	4000	191.933

Berdasarkan tabel 2, menunjukkan bahwa responden sebelum diberikan susu kedelai rata-rata berat badan bayi adalah 3176,47 dengan minimum 2900 dan maximum 3600 serta standar deviasi 163,093. Sedangkan pada saat dilakukan post test berat badan bayi adalah 3705,88 dengan minimum 3350 dan maximum 4000 serta standar deviasi 191,933.

Tabel 3.
Pengaruh pemberian susu kedelai ibu nifas terhadap peningkatan berat badan bayi

	N	Mean	<i>p-value</i>
<i>Prepost-posttest</i>	17	529.41	0,007

Berdasarkan Tabel 3 diatas bahwa *p-value* 0,007 < 0,05 artinya terdapat pengaruh pemberian susu kedelai pada ibu nifas terhadap peningkatan berat badan bayi.

PEMBAHASAN

Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Pada Ibu Nifas Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi

Analisis berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi karakteristik pada ibu nifas pada kelompok intervensi 17 responden yang diberikan susu kedelai sebagian besar responden dengan usia 20-35 tahun (56,0%), lebih dari setengahnya paritas pada ibu nifas yaitu primigravida (53,3%), dan sebagian besar responden ibu nifas dengan jenis kelamin bayi perempuan (52,2%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Elika (2020) bahwa susu kedelai memiliki kandungan dari kacang-kacangan mampu membantu proses pengeluaran ASI serta kepekatan warna ASI pada ibu menyusui dan isoflavon dengan kadaryang lebih tinggi pada bayi ditemukan pada ibu yang rutin mengkonsumsi kedelai. Isoflavon dalam kedelai dipercayai dapat meningkatkan produksi ASI dan mengurangi risiko kanker payudara. Penelitian lain yang sejalan adalah penelitian yang dilakukan oleh Blezinsky et al. (2021) mengenai *the effect of soy milk giving to increase breast milk production in public mothers*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai p value 0,000 lebih kecil dari 0,05, sehingga dapat disimpulkan H_a diterima dan H_0 ditolak yang berarti terdapat pengaruh pemberian susu kedelai terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas.

Salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI untuk ibu post partum adalah menunjang kebutuhan gizi ibu selama masa nifas salah satunya dengan mengkonsumsi susu kedelai yang terbuat dari kacang kedelai. Susu kedelai dipilih untuk meningkatkan produksi ASI karena kedelai mengandung 35% protein yang dapat membantu meningkatkan produksi ASI karena susu kedelai mengandung isoflavon, alkaloid, polifenol, steroid, dan zat lain yang merangsang hormon oksitosin dan prolaktin yang efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI (Joharmi et al. 2022). Susu kedelai dapat dikonsumsi secara rutin bagi ibu post partum karena isoflavon yang terkandung dalam susu kedelai dapat meningkatkan produksi ASI sehingga dapat memenuhi kebutuhan bayi sehari-hari dan dapat meningkatkan cakupan ASI eksklusif yang saat ini masih tergolong rendah. 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 terutama untuk meningkatkan berat badan bayi (Yolanda, 2020). Peneliti menyimpulkan bahwa susu kedelai merupakan minuman olahan yang dibuat dari sari pati kacang kedelai memiliki banyak kandungan gizi dan manfaat. Didalam susu kedelai terdapat isoflavon, alkaloid, polifenol, steroid, dan substansi lainnya yang merangsang hormon oksitosin dan prolaktin yang efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI. Selain itu, kandungan dari kacang-kacangan mampu membantu proses pertumbuhan dan perkembangan bayi serta mampu mengoptimalkan pengeluaran ASI serta kepekatan warna ASI pada ibu post partum

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa rata-rata berat badan bayi sebelum diberikan susu kedelai pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Bunga Mayang Martapura sebesar (nilai Mean 3176,47 dengan SD sebesar 163.093) dan rata-rata berat badan bayi sesudah diberikan susu kedelai (nilai Mean 3705,88 dengan SD sebesar 191.933). sehingga ada pengaruh pemberian susu kedelai pada ibu nifas terhadap peningkatan berat badan bayi (p -value 0,007 < 0,05).

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, R. E. (2017). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Amelia D (2021). Asupan Sari Kacang Hijau (*Vigna Radiata*) Pada Ibu Nifas Mempengaruhi Berat Badan Bayi. *JKM (Jurnal Kebidanan Mahalayati)*, Vol 7, No 2. April 2021.
- Arifin. (2019). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Jakarta Timur : Erlangga.
- Astutik, R. Y. (2019). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui*. Jakarta Timur: Trans Info Media.
- Blezinsky, S. et al. (2021) 'the Effect of Soy Milk Giving To Increase Breast Milk', *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, 4(1), pp. 22–27.
- Budiasih, K. (2018). *Handbook Ibu Menyusui*. Bandung : PT Karya Kita.
- Cholpia S, (2023). Pengaruh pemberian susu kacang kedelai terhadap peningkatan produksi asi pada ibu nifas. *Jurnal Kebidanan Darmais (JKD) Vol.1 No.2 Desember 2023 (P 6-13)*. ISSN. 3025-8944.
- Desri M (2021). Pelatihan Pengelolaan Susu Kedelai Dalam Meningkatkan Produksi ASI Di Desa Tanjung Beringin. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*.
- Dimas, A. W. (2015). Pengelolaan Kedelai Menjadi Susu Kedelai. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, Volume 4 No 2.
- Dinas Kesehatan Kota Bengkulu (2020). *Profil Kesehatan 2020 Bengkulu*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu (2020). *Profil Kesehatan 2020 Provinsi Bengkulu*.
- Elika P (2020). Pengaruh pemberian susu kedelai terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di RB Bina Sehat Bantul. *Jurnal kebidanan*, 7 (1) 54-60.
- Heryani, R. (2012). *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas dan Menyusui*. Jakarta : CV. TRANS INFO MEDIA.
- Joharmi, P (2022) 'The Effect of Soybean Milk Feeding on Increasing Breast Milk Production in Public Mothers At Nasywa Clinic In 2022'. *Science Midwifery*, 10(3), pp. 2372–2376.
- Lastri M (2020). Pemberian Jus Kedelai Dan Melon Terhadap Peningkatan Produksi ASI dan Berat Badan Bayi Di Puskesmas Tigaraksa. *Jurnal Menara Medika*.
- Mansyur, N. (2017). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Malang: Selaksa.
- Maritalia, D. (2017). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: Gosyen Publishing.
- Monica, F. (2018). *Buku Pintar ASI dan Menyusui*. Jakarta: Noura Books.
- Mutiarana. (2018). *Pemanfaatan Susu Kedelai*. *Jurnsl UR*, Edisi 5.
- Nani Jahrianti, T. Z. (2021). Pengaruh Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Produksi ASI Di Klinik H. Syahrudin Tjnung Balai. *Jurnal Stikes Siti Hajar*.
- Nengsih, W.S. et al. (2020) 'Effect of Soy Milk Consumption on Postpartum Mothers on Breast Milk (ASI) Production in Rejang Lebong Regency, Bengkulu Province'. *EAS Journal of Nutrition and Food Sciences*, 2(2),pp. 12–18.
- Nikmah D. (2019). Sari Kacang Hijau Sebagai Alternatif Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Keperawatan dan Fisioterapi*.
- Prawirohardjo, S. (2014). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : PT Bina Pustaka.
- Puspitasari, E. (2018). Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di RB Bina Sehat Bantul. *Jurnal Kebidanan*.
- Verawaty Fitrinelda Silaban, Safdamai Yana Loi, Inggriani F (2023). Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Post Partum Di Klinik Pratama Mariana Medan. *Mahesa: Malahayati Health Student Journal*, P-ISSN: 2746-198X E- ISSN 2746-3486 VOLUME 3 NOMOR 4 TAHUN 2023] HAL 1073-1082.