

**PENGARUH KONSUMSI EDAMAME (*Glycine max (L) Merrill*)
TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI
PUSKESMAS PATRANG KABUPATEN JEMBER**

SKRIPSI



**Oleh:
Siti Solekhah
NIM 20050057**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
2024**

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul “Pengaruh Konsumsi Edamame (*Glycin Max (L) Merrill*) Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Patrang Kabupaten Jember” telah di uji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas dr. Soebandi pada:

Nama : Siti Solekhah

NIM : 20050057

Hari/Tanggal : Senin, 1 April 2024

Tempat : Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember

Tim Penguji
Ketua Penguji,



Kiswati, S.ST., M.Kes
NIDN. 4017076801

Penguji II,



I G Ayu Karnasih, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Mat
NIDN. 4005116802

Penguji III,



Zaida Mauludiyah, S.Keb, Bd., M.Keb
NIDN. 0727108707

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas dr. Soebandi



Al Nur Zannah, S.ST., M.Keb
NIDN.0719128902

**PENGARUH KONSUMSI EDAMAME (*Glycine max (L) Merrill*)
TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI
PUSKESMAS PATRANG KABUPATEN JEMBER**

***EFFECT OF CONSUMPTION OF EDAMAME (*Glycine max (L) merrill*)
ON BREAST MILK PRODUCTION IN BREASTFEEDING MOTHERS
PATRANG HEALTH CENTER, JEMBER DISTRICT***

Siti Solekhah¹, I G Ayu Karnasih², Zaida Mauludiyah³

¹Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi,
Email: sitisoekhah235@gmail.com

²Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Poltekkes Kemenkes Malang,
Email: I_gusti@poltekkes_malang.ac.id

³Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi,
Email: zaidam41@uds.ac.id

Received:

Accepted:

Published:

Abstrak

Latar Belakang: Air susu ibu (ASI) merupakan susu terbaik, padat nutrisi, berenergi tinggi yang diproduksi sedari ibu memasuki periode kehamilan yang disekresikan oleh kelenjar payudara sebagai makanan alami bagi bayi. Namun, tidak sedikit ibu yang mengalami masalah dengan produksi ASI yang terbilang kurang. Di Kabupaten Jember diambil dari penelitian Firdaus (2023) yang dilaksanakan di Puskesmas Patrang dari 16 responden ibu menyusui postpartum minggu ke-1 diketahui bahwa 75% ibu mengalami produksi ASI kurang.

Tujuan: Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh konsumsi edamame (*Glycine max (L) Merrill*) terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Patrang Kabupaten Jember

Metode: Jenis penelitian ini adalah penelitian *Quasi Experiment* dengan desain penelitian *Post-test Only Control Group Design*. Pengambilan sampel menggunakan *Purposive Sampling* dengan jumlah sampel yang digunakan sebanyak 30 responden dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 15 responden kelompok intervensi dan 15 responden kelompok kontrol. Analisa data menggunakan *Uji t independent sample*.

Hasil: Temuan penelitian menunjukkan bahwa rata-rata produksi ASI adalah 64,33 cc pada kelompok kontrol yang tidak mengonsumsi edamame, dan 110,13 cc pada kelompok intervensi yang mengonsumsi edamame. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata kelompok yang mengonsumsi edamame lebih besar dibandingkan kelompok yang tidak mengonsumsi edamame. Temuan *uji t independent sample* menunjukkan nilai p sebesar 0,007, lebih kecil dari tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Penelitian telah menunjukkan bahwa mengonsumsi edamame sangat membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Patrang. Edamame mengandung laktagogum, zat yang berpotensi meningkatkan produksi hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan dalam proses laktasi.

Kesimpulan: Pada Penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh konsumsi edamame terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Patrang, Jember. Diharapkan bagi tenaga kesehatan untuk mengadakan penyuluhan gizi ibu menyusui dan Pemberian Makanan Tambahan (PMT) berupa edamame untuk membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Patrang, Jember.

Kata Kunci: Konsumsi Edamame; Produksi ASI; Ibu Menyusui