

**PENGARUH SARI KACANG HIJAU TERHADAP PENINGKATAN
PRODUKSI ASI IBU MENYUSUI DI WILAYAH PUSKESMAS
SUMBERSARI**

SKRIPSI



**Oleh:
Erna Amelia Puspita Dewi
NIM. 21104021**

**PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
2025**

**PENGARUH SARI KACANG HIJAU TERHADAP PENINGKATAN
PRODUKSI ASI IBU MENYUSUI DI WILAYAH PUSKESMAS
SUMBERSARI**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb)



Oleh:
Erna Amelia Puspita Dewi
NIM. 2110421

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Pengaruh Sari Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Menyusui di Wilayah Puskesmas Sumpersari telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

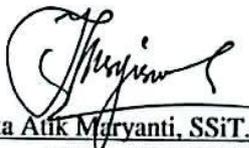
Nama : Erna Amelia Puspita Dewi
NIM : 21104021
Hari, Tanggal : 22 juli 2025
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana Universitas dr.Soebandi

Ketua Penguji,



Susilawati S.ST., M.Kes
NIP. 197412032002122001

Penguji II,



Syiska Atik Maryanti, SSiT., M.Keb
NIDN. 4017047801

Penguji III,



Rizki Fitrianingtyas, SST., S.Keb M.Keb
NIDN 0702068702

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas dr. Soebandi



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

PENGARUH SARI KACANG HIJAU TERHADAP PENINGKATAN
PRODUKSI ASI IBU MENYUSUI DI WILAYAH PUSKESMAS SUMBERSARI

*THE EFFECT OF GREEN BEAN SARI ON INCREASING BREAST MILK
PRODUCTION IN BREASTFEEDING MOTHERS AT THE PUSKESMAS
SUMBERSARI*

Erna Amelia Puspita Dewi¹, Rizki Fitrianingtyas²

¹ Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr.Soebandi,

Email : ernaa3378@gmail.com

² Dosen Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr.Soebandi,

Email : Rizkifitrianingtyas@gmail.com

Received:

Accepted:

Published

Latar Belakang: Air Susu Ibu (ASI) merupakan hasil proses fisiologis yang memiliki peranan penting dalam menunjang pertumbuhan serta perkembangan bayi, terutama pada periode awal kehidupannya. Produksi ASI yang tidak mencukupi dapat menyebabkan bayi kekurangan asupan gizi, sehingga berpotensi menghambat pertumbuhan, perkembangan, bahkan memengaruhi kemampuan kognitifnya. Walaupun secara alami tubuh ibu memproduksi ASI pasca melahirkan, pada kenyataannya tidak semua ibu mampu menghasilkan ASI dalam jumlah yang optimal. Sari kacang hijau diketahui mengandung beragam zat gizi yang berperan dalam mendukung peningkatan produksi ASI. Berdasarkan pertimbangan tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengkaji pengaruh konsumsi sari kacang hijau terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Sumbersari. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain kuasi eksperimen dan metode kelompok kontrol non-ekuivalen *pre-test-post-test*. Populasi penelitian terdiri dari 23 ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Sumbersari. Sampel penelitian terdiri dari 16 ibu nifas hari ke-10 hingga minggu kedua, yang dipilih secara *purposive sampling*. Data produksi ASI diperoleh dengan mengukur perubahan berat badan bayi menggunakan timbangan digital. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat, dengan uji T-sampel Independen digunakan untuk perbandingan statistik. **Hasil:** Uji *T-sampel Independen* menunjukkan nilai *signifikansi* (p-value) sebesar 0,004, yang lebih kecil dari $\alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak, sedangkan hipotesis alternatif (H_1) diterima. **Kesimpulan:** Terdapat perbedaan produksi ASI yang signifikan antara ibu nifas yang mengonsumsi ekstrak kacang hijau dan yang tidak, dengan konsumsi ekstrak kacang hijau terbukti meningkatkan produksi ASI. **Saran:** Tenaga kesehatan didorong untuk memberikan edukasi dan motivasi kepada ibu nifas untuk mengonsumsi ekstrak kacang hijau sebagai strategi untuk meningkatkan produksi ASI..

Kata Kunci: Sari Kacang Hijau, Postpartum, Produksi ASI.