

Original Article*)

Pengaruh Pucuk Daun Kacang Panjang (*Vigna Sinensis*) Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di TPMB Meilany Dan TPMB Yenny*(The Effect of Long Bean Leaf Shoots (*Vigna Sinensis*) on Increasing Breast Milk Production in Postpartum Mothers at TPMB Meilany and TPMB Yenny)***Juliana Siburian¹**¹*Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara, Indonesia*

Email correspondent: julianasiburian605@gmail.com

Abstract

Introduction: Mother's Milk (ASI) is the best food for babies. Breast milk is known to contain the most appropriate nutrients in quality and quantity for the growth and development of infants. From birth, babies should only be given breast milk until 6 months which is called exclusive breastfeeding. According to WHO data as many as 136,7 million babies are born worldwide and only 32,6% are exclusively breastfed in the first 6 months. While in developing countries only 39% of mothers give exclusive breastfeeding. Based on the results of a preliminary study at TPMB Midwives S and TPMB A data were obtained on breastfeeding mothers in the TPMB Midwife S and TPMB A West Jakarta areas there were 6 babies (60%) who were given exclusive breastfeeding while the other 4 babies (40%) did not get breast milk exclusive due to insufficient milk production, causing babies to be given formula milk.

Methods: The design of this study used a quasi-experimental without a comparison or mock experiment with the design used being a post-test only control group design. The sample consisted of 30 post-partum mothers consisting of 15 intervention groups and 15 control groups. The sampling technique used was consecutive sampling. The independent variable was the consumption of long bean leaves and the dependent variable was milk production in postpartum mothers. Data collection uses an observation sheet. Data processing techniques include editing, coding, scoring, tabulating, and statistical tests like the Mann-Whitney test.

Results: The results of this study were obtained in the group (given long bean shoots) when the pre-test was carried out the average post-partum mother's milk production was 2,87 with a standard deviation of 0,743 and a minimum value of 2 and a maximum value of 4. Meanwhile, during this post-test, the average milk production was 5,60 with a minimum of 5 and a maximum of 6, and a standard deviation of 0,507. The Mann-Whitney statistical test shows that the value of $p = 0,001 < \alpha (0,05)$ so that H_a is accepted.

Discussion: The conclusion is that consuming long bean leaves affects breast milk production in post-partum mothers. It is recommended for health workers to make this long bean leaf research an input to increase breast milk production in post-partum mothers.

Keywords: long bean shoots, breast milk production

Artikel

Disubmit (Received) : 20 Juni 2023

Diterima (Accepted) : 31 August 2024

Diterbitkan (Published) : 02 September 2024

Copyright: © 2024 by the authors. License DPOAJ, Jakarta, Indonesia. This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi. ASI diketahui mengandung zat gizi yang paling sesuai kualitas dan kuantitasnya untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Sejak lahir bayi seharusnya hanya diberi ASI saja sampai 6 bulan yang disebut ASI Eksklusif. Selanjutnya, pemberian ASI diteruskan hingga anak berusia 2 tahun dengan penambahan makanan lunak padat yang disebut Makanan Pendamping ASI (MPASI) yang sesuai dengan umur bayi.¹ Manfaat ASI bagi bayi antara lain mengandung zat gizi (protein, lemak, karbohidrat, garam dan mineral serta vitamin) yang cukup dan sesuai untuk bayi; mengandung zat pelindung terhadap infeksi oleh berbagai kuman penyakit; melindungi bayi dari diare; tidak menimbulkan alergi; mengurangi kejadian gigi keropos; mengurangi kejadian pertumbuhan gigi yang kurang baik serta memberikan keuntungan psikologi karena bayi berhubungan erat dengan ibu sehingga timbul rasa aman dan kepercayaan pada bayi. Selain bermanfaat bagi bayi ibu juga mendapatkan manfaat dari menyusui antara lain merangsang kandungan (uterus) kembali ke bentuk dan ukuran semula sehingga mengurangi pendarahan sesudah melahirkan; menjarangkan kelahiran karena pada ibu 2 yang menyusui secara Eksklusif, ASI menekan kesuburan; dan mengurangi resiko terkena kanker payudara. Sedangkan manfaat ASI bagi keluarga antara lain tidak merepotkan keluarga karena tidak perlu persiapan sebagaimana susu formula serta mengurangi pengeluaran rumah tangga yaitu biaya pembelian susu formula dan menekan biaya pengobatan karena bayi tidak mudah.¹

Inisiasi menyusui dini dan menyusui secara Eksklusif membantu anak-anak bertahan hidup dan membangun antibodi yang mereka butuhkan agar terlindung dari berbagai penyakit yang sering terjadi pada masa kanak-kanak seperti diare dan pneumonia. Bukti-bukti juga menunjukkan bahwa anak yang mendapatkan ASI memperlihatkan hasil yang lebih baik pada tes inteligensi kemungkinan mengalami obesitas dan kelebihan berat badan lebih kecil dan kerentanan mengalami diabetes semasa dewasa kelak lebih rendah. Peningkatan angka ibu menyusui secara global berpotensi menyelamatkan nyawa lebih dari 820,000 anak usia balita dan dapat mencegah penambahan 20,000 kasus kanker payudara pada perempuan setiap tahunnya.² Menurut data WHO sebanyak 136,7 juta bayi lahir diseluruh dunia dan hanya 32,6% dari mereka yang disusui secara Eksklusif dalam 6 bulan pertama. Sementara di negara berkembang hanya 39% ibu-ibu yang memberikan ASI Eksklusif.³

Namun di Indonesia hanya 1 dari 2 bayi berusia di bawah 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif dan hanya sedikit lebih dari 5% anak yang masih mendapatkan ASI pada usia 23 bulan. Artinya hampir setengah dari seluruh anak Indonesia tidak menerima gizi yang mereka butuhkan selama dua tahun pertama kehidupan. Lebih dari 40% bayi diperkenalkan terlalu dini kepada makanan pendamping ASI yaitu sebelum mereka mencapai usia 6 bulan dan makanan yang diberikan sering kali tidak memenuhi kebutuhan gizi bayi.² Berdasarkan laporan rutin Direktorat Gizi Masyarakat tahun 2021 per tanggal 4 Februari 2022 diketahui bahwa dari 1,845,367 bayi usia < 6 bulan yang di recall terdapat 1,287,130 bayi usia < 6 bulan yang mendapat ASI Eksklusif sehingga dapat disimpulkan bahwa capaian indikator bayi usia < 6 bulan mendapat ASI Eksklusif sebesar 69,7%. Capaian ini sudah memenuhi target tahun 2021 yaitu sebesar 45%.⁴

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi DKI Jakarta tahun 2020 ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan di Wilayah DKI Jakarta. Cakupan IMD mencapai 100,25% tertinggi di Kepulauan Seribu (110,3%). Cakupan ini lebih tinggi dibandingkan tahun 2019 yakni 98,8%. Akan tetapi tingginya cakupan IMD tidak terlihat dengan tercapainya ASI Eksklusif. ASI Eksklusif tertinggi dilaporkan oleh Jakarta Selatan 79 % dan Jakarta Utara 78 %, sementara Jakarta Barat yakni 68%. Secara keseluruhan ASI Eksklusif di DKI Jakarta mencapai 65,4%; lebih tinggi dibandingkan tahun 2019 yakni 53,3% tetapi turun dibandingkan tahun 2018 yakni 81,9%. Salah satu yang mempengaruhi pemberian ASI Eksklusif dikarenakan banyaknya ibu rumah tangga yang bekerja dan membantu menjadi pencari sumber pendapatan keluarga.⁵ Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Yanti et al menunjukkan bahwa pemberian pucuk daun kacang panjang dapat memengaruhi peningkatan sekresi dan produksi ASI ibu menyusui.⁶

Penelitian Widyawaty et al yang berjudul “Pengaruh Daun Lembayung (*Vigna sinensis* L.) Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Bayi 0-6 Bulan.” Daun Lembayung (*Vigna sinensis* L.) merupakan tanaman yang sudah dikenal masyarakat mudah didapat dan murah. Daun lembayung ini bermanfaat untuk menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, saponin, polifenol, steroid dan flavonoid. Sehingga dapat meningkatkan produksi ASI.⁷ Berdasarkan hasil studi pendahuluan di TPMB Bidan S dan TPMB A didapatkan data terhadap orang ibu menyusui di wilayah TPMB Bidan S dan TPMB A Jakarta Barat terdapat 6 bayi (60%) yang diberikan ASI Eksklusif sedangkan 4 bayi (40%) lainnya tidak mendapatkan ASI Eksklusif dikarenakan produksi ASI yang kurang sehingga menyebabkan bayi diberikan susu formula. Produksi ASI yang tidak mencukupi merupakan keluhan yang sering diutarakan oleh ibu nifas terutama minggu pertama. Penanganan dari PMB dengan diberikan suplemen untuk melancarkan ASI dan KIE untuk makan bergizi dan minum air 2 liter per hari. Berdasarkan uraian latar belakang diatas, begitu pentingnya pemberian ASI pada bayi tetapi masih banyak ibu yang berhenti menyusui karena produksi ASI berkurang. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pucuk Daun Kacang Panjang Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Post-Partum Di TPMB Meilany Dan TPMB Yenny.”

Metode

Penelitian ini adalah penelitian experimental adalah suatu prosedur penelitian yang dilakukan dengan memberikan perlakuan/intervensi pada subjek penelitian dengan tujuan menilai pengaruh suatu perlakuan pada variabel independen terhadap variabel dependen. Rancangan penelitian ini menggunakan *Quasi Experimental* (experiment semu) tanpa pembandingan atau experiment pura-pura dengan rancangan yang digunakan adalah *post-test only control group design*. Desain penelitian quasi experiment sering digunakan pada penelitian lapangan atau di masyarakat. Pada desain penelitian ini tidak ada pembatasan yang ketat terhadap randomisasi dan pada saat yang sama dapat mengontrol ancaman-ancaman validitas (Masturah Dan Anggita 2018).

Dimana bertujuan untuk mendapatkan apakah ada pengaruh pucuk daun kacang panjang terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post-partum. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian dapat ditarik kesimpulannya (sintesis). Populasi diartikan sebagai seluruh unsur atau elemen yang menjadi objek penelitian.⁸ Dalam penelitian ini populasi adalah seluruh ibu postpartum yang melahirkan normal di TPMB Jakarta Barat sebanyak 30 orang ibu melahirkan di TPMB Meilany dan TPMB Yenny.

Hasil

Gambaran distribusi frekuensi tingkat kecemasan pasien pre-operasi sebelum diberikan informasi tentang persiapan operasi cesar dengan pendekatan komunikasi terapeutik di ruang Kebidanan RSIA Tiara Cikupa Kabupaten Tangerang tahun 2022 dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Rata-Rata Produksi ASI Pre Dan Post Pada Kelompok Ibu Post-Partum Yang Diberi Pucuk Daun Kacang Panjang

Kelompok Intervensi	N	Min	Max	Mean	Std. Deviasi
Pre-Test	15	2	4	2,87	,743
Post-Test	15	5	6	5,60	,507

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa pada kelompok (diberi pucuk daun kacang panjang) saat dilakukan pre-test rata-rata produksi ASI ibu post-partum adalah 2,87 dengan standar deviasi 0,743 dan nilai minimum 2 serta nilai maximum 4. Sedangkan pada saat dilakukan post-test rata-rata produksi ASInya adalah 5,60 dengan minimum 5 dan maximum 6 serta standar deviasi 0,507. Dari rata-rata

diatas maka dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan rata-rata produksi ASI pada ibu post-partum setelah diberikan pucuk daun kacang panjang.

Tabel 2. Rata-Rata Produksi ASI Pre Dan Post Pada Kelompok Ibu Post-Partum Yang Tidak Diberi Pucuk Daun Kacang Panjang

Kelompok Kontrol	N	Min	Max	Mean	Std. Deviasi
Pre-Test	15	2	4	2,60	,632
Post-Test	15	3	6	4,47	,743

Berdasarkan tabel 2 terlihat bahwa pada kelompok kontrol (tidak diberi pucuk daun kacang panjang) saat dilakukan pre-test rata-rata produksi ASI ibu post-partum adalah 2,60 dengan standar deviasi 0,632 dan nilai minimum 2 serta nilai maximum 4. Sedangkan pada saat dilakukan post-test rata-rata produksi ASInya adalah 4,47 dengan minimum 3 dan maximum 6 serta standar deviasi 0,743.

Tabel 3. Hasil Uji *Mann-Whitney U*

Mann-Whitney U	28,500
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,000

Tabel 3 menunjukkan bahwa *p-value* untuk kategori produksi ASI adalah 0,000 atau nilainya $p < (0,05)$ sehingga H_0 diterima yang artinya ada pengaruh daun kacang panjang terhadap produksi ASI pada ibu post-partum.

Pembahasan

Produksi ASI Pada Kelompok Ibu Nifas Yang Diberi Pucuk Daun Kacang Panjang

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa pada kelompok (di beri pucuk daun kacang panjang) saat dilakukan pre-test rata-rata produksi asi ibu post-partum adalah 2,87 dengan standar deviasi 0,743 dan nilai minimum 2 serta nilai maximum 4. Sedangkan pada saat dilakukan post test rata-rata produksi ASInya adalah 5,60 dengan minimum 5 dan maximum 6 serta standar deviasi 0,507. Dari rata-rata diatas maka dapat di lihat bahwa terdapat peningkatan rata-rata produksi ASI setelah diberikan pucuk daun kacang panjang. Berdasarkan farmakologi daun kacang panjang (*Phaseolus Radiatus*) sebagai galactogogue. Didasarkan pada kandungan nutrisinya: karbohidrat yang merupakan komponen terbesar dari kacang hijau yaitu sebesar 62-63%. Kandungan lemak pada daun kacang panjang adalah 0,7-1 gr/kg daun kacang hijau segar yang terdiri atas 73% lemak tak jenuh dan 27% lemak jenuh sehingga dapat memperlancar ASI pada ibu menyusui karena kandungan pada daun adalah kandungan yang sama yang terdapat pada ASI sehingga aman dikonsumsi dan membuat ASI menjadi lebih banyak keluar bila mengonsumsi daun kacang panjang.⁹

Berdasarkan jumlahnya protein merupakan penyusun utama kedua setelah karbohidrat. Kacang hijau mengandung 20-25% protein. Protein pada daun kacang mentah memiliki daya cerna sekitar 77%. Daya cerna yang tidak terlalu tinggi tersebut disebabkan oleh adanya zat anti gizi seperti antitrypsin dan tanin (polifenol) pada daun kacang panjang pemenuhan nutrisi yang adekuat selama proses laktasi dapat mempengaruhi pengeluaran hormon prolaktin setelah makan.⁹ Daun kacang panjang adalah sejenis tanaman budidaya dan palawija yang dikenal luas di daerah tropika. Tumbuhan yang termasuk suku polong-polongan (*fabaceae*) ini memiliki banyak manfaat dalam kehidupan sehari-hari sebagai sumber bahan pangan berprotein nabati tinggi. Daun kacang panjang di Indonesia menempati urutan ketiga terpenting sebagai tanaman pangan legum setelah kedelai dan daun kacang panjang.⁹

Daun Kacang panjang memiliki kandungan protein yang cukup tinggi sebesar 22% dan merupakan sumber mineral penting antara lain kalsium dan fosfor. Sedangkan kandungan lemaknya merupakan asam lemak yang tak jenuh. Kandungan kalsium dan fosfor pada kacang hijau bermanfaat

untuk memperkuat tulang. Kacang hijau juga mengandung rendah lemak yang sangat baik bagi mereka yang ingin menghindari konsumsi lemak tinggi. Kadar lemak yang rendah dalam kacang hijau menyebabkan bahan makanan atau minuman yang terbuat dari kacang hijau tidak mudah bebau. Lemak kacang hijau tersusun atas 72% asam lemak tak jenuh dan 27% asam lemak jenuh. Umumnya kacang-kacangan memang mengandung lemak tak jenuh tinggi. Asupan lemak tak jenuh tinggi penting untuk menjaga kesehatan jantung. Dan bagi ibu menyusui sangat dianjurkan untuk mengonsumsi kacang hijau untuk kelancaran ASI.⁹

Daun Kacang panjang adalah sejenis tanaman budidaya dan palawija yang dikenal luas di daerah tropika. Tumbuhan yang termasuk suku polong-polongan (fabaceae) ini memiliki banyak manfaat dalam kehidupan sehari-hari sebagai sumber bahan pangan berprotein nabati tinggi. Daun Kacang panjang di Indonesia menempati urutan ketiga terpenting sebagai tanaman pangan legum, setelah kedelai dan daun kacang panjang.⁹ Daun Kacang panjang memiliki kandungan protein yang cukup tinggi sebesar 22% dan merupakan sumber mineral penting antara lain kalsium dan fosfor. Sedangkan kandungan lemaknya merupakan asam lemak yang tak jenuh.⁹

Kandungan kalsium dan fosfor pada kacang hijau bermanfaat untuk memperkuat tulang. Kacang hijau juga mengandung rendah lemak yang sangat baik bagi mereka yang ingin menghindari konsumsi lemak tinggi. Kadar lemak yang rendah dalam kacang hijau menyebabkan bahan makanan atau minuman yang terbuat dari kacang hijau tidak mudah bebau. Lemak kacang hijau tersusun atas 72% asam lemak tak jenuh dan 27% asam lemak jenuh. Umumnya kacang-kacangan memang mengandung lemak tak jenuh tinggi. Asupan lemak tak jenuh tinggi penting untuk menjaga kesehatan jantung. Dan bagi ibu menyusui sangat dianjurkan untuk mengonsumsi kacang hijau untuk kelancaran ASI.⁹

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siahaan pada gambaran produksi ASI setelah konsumsi daun kacang panjang jumlah produksi ASI terbanyak adalah 700 ml sebanyak 9 responden (28,1%) dan responden dengan jumlah produksi ASI yang paling sedikit adalah 660 ml; 740 ml; 760 ml; 780 ml; 840 ml dan 1200 ml masing-masing sebanyak 1 responden (3,1%). Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui bahwa setelah konsumsi daun kacang panjang terjadi peningkatan produksi ASI. Hal ini dapat terlihat dari produksi ASI sebelum konsumsi daun kacang panjang tertinggi adalah 1200 ml sedangkan setelah mengonsumsi daun kacang panjang produksi ASI tertinggi adalah 300 ml. Jumlah produksi ASI yang berbeda pada setiap responden disebabkan karena faktor frekuensi mengonsumsi daun kacang panjang. Sebagian responden mengonsumsi daun kacang panjang 2 kali atau bahkan ada beberapa diantaranya yang mengonsumsi 1 kali sehari dengan alasan kurang menyukai daun kacang panjang. Sedangkan beberapa responden lainnya mengonsumsi daun kacang panjang lebih dari 2 kali sehari karena termasuk dalam golongan yang menyukai sayuran.¹⁰

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Huara dimana menunjukkan ada pengaruh konsumsi daun kacang panjang terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui di Desa Minaesa Kecamatan Wori dengan menggunakan nilai (*p-value*) = 0,04 dimana lebih kecil dari $\alpha = 0.05$; artinya H_0 diterima atau ada pengaruh yang nyata setelah pemberian olahan daun kacang panjang terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui di Desa Minaesa Kecamatan Wori.¹¹ Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Insani bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsumsi daun kacang panjang terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui yang dilakukan pada hari ke sepuluh masa nifas yaitu dengan penimbangan berat badan bayi sebelum diberikan perlakuan dan setelah pemberian sayur daun kacang panjang sebanyak 200 grm/hari selama 7 hari dan pada hari ke 17 berat badan bayi ditimbang. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan antara berat badan bayi sebelum adanya perlakuan dengan berat badan bayi setelah perlakuan dengan nilai $p = 0.000 <$ dari nilai $\alpha (0.05)$.¹²

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Qorina Konsumsi “Daun Kacang Panjang Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Desa Jungke Karanganyar,” produksi ASI adalah proses pembentukan ASI oleh kelenjar payudara. Bahan makanan yang dapat membantu menstimulasi hormon produksi ASI yaitu daun kacang panjang. Hasil produksi ASI sebelum mengonsumsi daun kacang panjang masih kurang setelah mengonsumsi daun kacang panjang produksi ASI meningkat

yang ditandai oleh frekuensi menyusui sudah ≥ 10 kali yaitu 11 dan 12 kali/24 jam; BAK bayi ≥ 6 kali yaitu 9 dan 8 kali/24 jam bayi tampak tenang.¹³ Menurut asumsi peneliti daun kacang panjang sangat disarankan menjadi salah satu terapi yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI dan diterapkan pada ibu yang menyusui. Pihak petugas kesehatan dapat memberikan edukasi dan informasi tentang cara konsumsi daun kacang panjang serta pengolahannya sehingga dapat dilakukan secara mandiri oleh ibu di rumah. Konsumsi daun kacang panjang perlu dilakukan untuk ibu menyusui sehingga dapat melancarkan ASI karena untuk pelaksanaannya ibu tidak harus mengeluarkan biaya yang mahal untuk mengkonsumsi daun kacang panjang tersebut.

Produksi ASI Pada Kelompok Ibu Nifas Yang Tidak Diberi Daun Kacang Panjang

Berdasarkan tabel 2 terlihat bahwa pada kelompok kontrol (tidak di beri pucuk daun kacang panjang) saat dilakukan pre-test rata-rata produksi ASI ibu post-partum adalah 2,60 dengan standar deviasi 0,632 dan nilai minimum 2 serta nilai maximum 4. Sedangkan pada saat dilakukan post-test rata-rata produksi ASInya adalah 4,47 dengan minimum 3 dan maximum 6 serta standar deviasi 0,743. Berdasarkan hasil penelitian terhadap kelompok experiment dan kontrol bahwa pada hari pertama melahirkan belum terjadi pengeluaran ASI. Hal ini dikarenakan responden yang diambil juga merupakan ibu bersalin hari pertama yang belum keluar ASI. Belum keluarnya ASI menyebabkan bayi tidak ada yang bisa menyusui sebanyak > 8 kali sehari BAB minimal 3 kali sehari kemudian bayi tidak merasa puas setiap menyusui sehingga produksi ASI belum dikatakan maksimal.

Perbedaan produksi ASI ibu nifas yang tidak diberi daun kacang panjang dengan yang diberi daun kacang panjang adalah produksi ASI ibu nifas yang diberi daun kacang panjang lebih banyak dibandingkan ibu yang tidak diberi daun kacang panjang, karena daun kacang panjang banyak mengandung zat yang mampu merangsang produksi hormon oksitosin dan prolaktin dalam memproduksi dan mengeluarkan ASI sementara ibu yang tidak diberi ASI hanya mengandalkan rangsangan hisapan puting oleh mulut bayi. Ibu yang diberi daun kacang panjang memiliki 2 stimulan untuk merangsang oksitosin dan prolaktin yaitu kandungan zat dalam daun kacang panjang ditambah dengan rangsangan isapan mulut bayi sehingga produksi ASI lebih banyak yang dibuktikan dengan kenaikan berat badan yang jauh lebih banyak dan frekuensi BAB yang lebih sering.¹⁴ Dari penelitian ini, peneliti menyimpulkan bahwa daun kacang panjang dapat membantu meningkatkan produksi ASI ibu. Mengkonsumsi daun kacang panjang akan menambah kebutuhan gizi dan nutrisi setiap harinya. Artinya semakin banyak mengkonsumsi daun kacang panjang maka akan semakin banyak pula produksi ASI dan pengeluaran ASI akan semakin lancar. Sehingga untuk ibu menyusui dianjurkan untuk mengkonsumsi makanan tambahan seperti daun kacang panjang untuk dapat memenuhi kebutuhan gizi dan nutrisi setiap harinya. Pihak petugas kesehatan juga dapat memberikan edukasi dan informasi tentang cara konsumsi daun kacang panjang serta pengolahannya sehingga dapat dilakukan secara mandiri oleh ibu di rumah.¹⁵

Makna Singkatan (Abbreviations)

ASI	: Air Susu Ibu
DKI	: Daerah Khusus Ibukota
IMD	: Inisiasi Menyusu Dini
TPMB	: Tempat Praktik Mandiri Bidan.
WHO	: World Health Organization

Konflik Kepentingan

Penelitian ini adalah penelitian independen yang tidak terkait dan tidak memiliki kepentingan individu dan juga organisasi manapun.

Pendanaan

Sumber dana yang digunakan dalam penelitian ini sepenuhnya bersumber dari dana pribadi.

Kontribusi Penulis

Penelitian ini dilakukan oleh JS sebagai author.

Ucapan Terima Kasih

Penulis sangat menyadari bahwa penyusunan karya ilmiah ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya dukungan dan bantuan dari berbagai pihak.

References

1. Puskesmas Taman Sari. Manual Book Panduan Inovasi Bunda. Jakarta: 2020.
2. World Health Organization. Pekan Menyusui Dunia UNICEF Dan WHO Menyerukan Pemerintah Dan Pemangku Kepentingan Agar Mendukung Semuaibu Menyusui Di Indonesia Selama COVID-19. Geneva: 2020.
3. World Health Organization. Maternal Mortality Database in World (Internet). Bidanku.Com. 2018. (Cited 2021 Mar 19). Available From: <http://bidanku.com/doa-ketika-persalinan>.
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Profile Kesehatan Indonesia Tahun 2021. Jakarta: 2022.
5. Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta. Profile Kesehatan Provinsi DKI Jakarta Tahun 2020. Jakarta: 2021.
6. Mutiara DY., Vitriлина H. Dan Septa DI. Pengaruh Pucuk Daun Kacang Panjang (Vigna Sinensis) Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Klinik Alisah Treisya Di Kota Medan Tahun 2022. J Peneliti Kebidanan Kespro. 2022: 05(01): 23-8.
7. Widyawaty ED. Dan Fajrin DH. Pengaruh Daun Lembayung (Vigna Sinensis L.) Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Bayi 0-6 Bulan. NERSMID J Keperawatan Dan Kebidanan. 2020: 03(02): 93-100.
8. Masturah I. Dan Anggita TN. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan Badan Pengembangan Dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan: 2018.
9. Nasution AM. Asuhan Keperawatan Pada Klien Dengan Gangguan Reproduksi: Pada Ibu Post-Partum Dengan Pengaruh Konsumsi Daun Kacang Panjang Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui. DSpace. JSPUI. 2021.
10. Siahaan G. Pengaruh Konsumsi Daun Kacang Panjang Terhadap Produksi ASI Ibu. J Ilmu Univ Batanghari Jambi. 2022: 22(03): 2242-5.
11. Huara RW., Rimpok MR. Dan Desiyanti I. Pengaruh Konsumsi Daun Kacang Panjang Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Desa Minaesa Kecamatan Wori. J Kesehatan Amanah. 2020: 04(01): 42-7.
12. Insani SD., Sari H., Yanti MD. Dan Nasution. Pengaruh Daun Lembayung Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui. J Penelit Kebidanan Kespro. 2022: 05(01): 67-74.
13. Qorina A., Riyanti, Khansa, Kamidah Dan Rina. Konsumsi Daun Kacang Panjang Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Desa Jungke Karanganyar. STIKES Aisyiyah Surakarta: 2019.
14. Khusmawati I. Pengaruh Konsumsi Daun Kacang Panjang (Vigna Sinensis) Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di PMB Siti Nurcahyaningih Murdijono A. Md. Keb. Kota Malang. ITSK RS Dr. Soepraoen: 2021.
15. Siahaan, Gustien. Pengaruh Konsumsi Daun Kacang Panjang Terhadap Produksi ASI Ibu. Journal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi 22.3 (2022): 2242-2245.

*) Original Article

--- ISJNMS ---