

## PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PEMANFAATAN SUSU KACANG KEDELAI DALAM PENINGKATAN PRODUKSI ASI

<sup>1</sup>Wiwi Wardani Tanjung, <sup>2</sup>Maryam Latifah Harahap, <sup>3</sup>Juliana Lubis

<sup>1,2</sup>Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga STIKes Darmais Padangsidimpuan

<sup>3</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat Program Sarjana STIKes Darmais  
Padangsidimpuan

([wiwardani85@gmail.com](mailto:wiwardani85@gmail.com), [maryamlatifahharahap@gmail.com](mailto:maryamlatifahharahap@gmail.com),  
[julilubis17@gmail.com](mailto:julilubis17@gmail.com) 081231825409)

### ABSTRAK

Pemberian ASI sangat penting karena kandungan nutrisinya sangat dibutuhkan untuk tumbuh kembang yang optimal bayi, namun terdapat beberapa ibu yang mengalami masalah dalam pemberian ASI pada bayi, salah satunya masalah pengeluaran ASI yang sedikit dan tidak lancar. Mengonsumsi susu kacang kedelai dapat meningkatkan produksi ASI. Tujuan dari kegiatan ini adalah agar ibu menyusui dapat mengerti tentang manfaat susu kacang kedelai dalam meningkatkan produksi ASI dan ibu dapat memberikan ASI eksklusif pada bayinya. Metode yang digunakan berupa pendidikan kesehatan kepada ibu menyusui tentang pemanfaatan susu kacang kedelai dalam meningkatkan produksi ASI. Hasil dari kegiatan, ibu menyusui memahami tentang manfaat pemberian susu kacang kedelai dan merasa senang karena mereka dapat mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari. Kesimpulan terdapat peningkatan pengetahuan ibu menyusui tentang pemanfaatan susu kacang kedelai dalam meningkatkan produksi ASI. Disarankan kepada petugas kesehatan untuk dapat memberikan penyuluhan kesehatan tentang manfaat susu kedelai di desa lain dan kepada ibu menyusui disarankan untuk dapat memanfaatkan ilmu yang didapatkan dan menerapkan dalam kehidupannya.

**Kata Kunci :** Pendidikan Kesehatan, Susu Kacang Kedelai, Produksi ASI

### ABSTRACT

*Breastfeeding is very important because its nutritional content is needed for optimal growth and development of babies, but there are some mothers who experience problems in breastfeeding their babies, one of which is the problem of low and poor milk production. Consuming soy bean milk can increase breast milk production. The purpose of this activity is for breastfeeding mothers to understand the benefits of soybean milk in increasing breast milk production and mothers can provide exclusive breastfeeding to their babies. The method used was health education to breastfeeding mothers about the utilization of soybean milk in increasing breast milk production. The results of the activity, breastfeeding mothers understand the benefits of soybean milk and feel happy because they can apply it in their daily lives. The conclusion is that there is an increase in the knowledge of breastfeeding mothers about the utilization of soybean milk in increasing breast milk production. It is recommended to health workers to be able to provide health counseling on the benefits of soy milk in other villages and to breastfeeding mothers to be able to utilize the knowledge gained and apply it in their lives.*

**Keywords:** Health Education, Soy Bean Milk, Breast Milk Production

### 1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan cairan yang memiliki kandungan yang sangat kompleks dan dibutuhkan bagi seorang bayi untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangannya.

ASI terdiri dari beberapa unsur seperti air, enzim, zat gizi, hormon, zat antibodi yang mamang sulit untuk ditiru oleh manusia. Konsentrasi unsur dalam ASI pun berbeda pada setiap ibu, hal ini disesuaikan dengan keadaan dan

kebutuhan bayinya. Lyons et al., (Hadi, dkk., 2021).

Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2019 dari 186.460 bayi usia <6 bulan, dilaporkan hanya 75.820 bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif (40,66%), capaian ini masih jauh dari target yang ditentukan di Renstra Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2019 yaitu sebesar 53%.

Laporan Dinas Kesehatan Kota Padangsidempuan tahun 2016 pada profil Kesehatan Kota Padangsidempuan menunjukkan bahwa bayi yang diberikan ASI Eksklusif usia 0-6 bulan yaitu sebanyak 7,6 % dari 4,623 bayi (Profil Kesehatan Dinkes Kota Padangsidempuan, 2016).

Produksi ASI yang sedikit menjadi masalah utama para ibu yang baru melahirkan, selain masalah puting susu tenggelam atau datar, payudara bengkak, bayi enggan menyusu karena teknik yang kurang benar. Hal ini berakibat buruk pada bayi karena ibu biasanya mencari alternatif dengan memberikan susu formula pada bayinya yang menyebabkan intensitas isapan bayi menjadi berkurang karena bergantian menggunakan susu formula yang menjadikan ASI menjadi semakin sedikit (Dewi, 2019).

Hasil studi pendahuluan di Desa Sigulang Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Kota Padangsidempuan di dapatkan hasil wawancara dari 10 orang ibu menyusi terdapat 7 ibu yang tidak memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya. Wawancara yang dilakukan ibu mengatakan asinya tidak lancar dan takut anak nya kurnag kalau hanya minum ASI saja.

## 2. METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan yang dilakukan dalam pengabdian kepada masyarakat ini berupa pemberian pendidikan kesehatan tentang pemberian susu kacang kedelai

dalam peningkatan produksi ASI di Desa Sigulang Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Kota Padangsidempuan. Dalam kegiatan ini melibatkan kerjasama dari kepala desa Sigulang, masyarakat serta ibu menyusui di Desa Sigulang yang telah bersedia memberikan izin dan mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini sampai selesai. Pengabdian kepada masyarakat ini dimulai dari Studi Pendahuluan ke Desa Sigulang, dilanjutkan dengan survey pada ibu menyusui di Desa Sigulang, setelah itu dilakukan pemberian kuesioner tentang manfaat susu kacang kedelai kemudian dilakukan pendidikan kesehatan tentang manfaat susu kacang kedelai dalam peningkatan produksi ASI. Setelah itu melakukan evaluasi peningkatan pengetahuan ibu menyusui.

## 2. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian masyarakat dilakukan di rumah warga. Penyuluhan dilaksanakan selama 1 (satu) hari yaitu pada tanggal 15 Oktober 2021, pada pukul 14.00 WIB sampai dengan selesai di Desa Sigulang Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Kota Padangsidempuan. Materi disampaikan dengan memberikan penyuluhan tentang Pemanfaatan Susu Kacang Kedelai dalam peningkatan produksi ASI, dengan melibatkan mahasiswa STIKes Darmais Padangsidempuan sebanyak 3 orang.

Tahapan kegiatan ini terdiri dari tahapan persiapan dan tahapan pelaksanaan. Tahapan persiapan meliputi identifikasi masalah, yang dilakukan dengan teknik wawancara dan observasi ke ibu menyusui di Desa Sigulang. Tahapan pelaksanaan meliputi penyampaian materi tentang Pemanfaatan Susu Kacang Kedelai dalam peningkatan produksi ASI serta dilanjutkan dengan evaluasi pengetahuan ibu menyusui tentang pemanfaatan susu kacang kedelai di

Desa Sigulang. Metode yang digunakan dalam menyampaikan materi adalah dengan metode ceramah, diskusi dan tanya jawab.

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa Pendidikan Kesehatan tentang Pemanfaatan Susu Kacang Kedelai dalam peningkatan produksi ASI ini berjalan dengan baik. Sebelum dilakukan kegiatan terlebih dahulu pemateri memberikan kuesioner kepada peserta, setelah itu pemateri menyampaikan materi tentang pemanfaatan susu kacang kedelai. Peserta kegiatan sangat antusias menerima materi yang disampaikan, hal ini terlihat dari banyaknya pertanyaan-pertanyaan yang disampaikan oleh peserta. Selama pelaksanaan kegiatan terlihat antusias dari ibu menyusui tersebut dalam mengikuti dengan begitu banyak memberikan pertanyaan manfaat susu kacang kedelai dan masalah dalam pemberian ASI eksklusif yang disampaikan oleh pemateri, ibu menyusui yang mengikuti kegiatan terlihat tertib dan sesuaidengan yang darahkan oleh panitia kegiatan.

Setelah peserta mengikuti kegiatan, dilakukan evaluasi pelaksanaan kegiatan dengan memberikan kembali kuesioner pada peserta dengan hasil seperti berikut:

**Tabel 1**  
**Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Menyusui tentang Pemanfaatan Susu Kacang Kedelai dalam Peningkatan Produksi ASI**

Pengetahuan	Sebelum Pendidikan kesehatan		Setelah Pendidikan kesehatan	
	(N)	(%)	(N)	(%)
Baik	5	25,0	15	75,0
Cukup	10	50,0	5	25,0
Kurang	5	25,0	-	-
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100</b>	<b>20</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1 didapatkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan ibu menyusui tentang Pemanfaatan Susu Kacang Kedelai dalam peningkatan produksi ASI setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang pemanfaatan susu kacang kedelai. Sebelum penyuluhan mayoritas peserta memiliki pengetahuan cukup yaitu sebanyak 50% dan minoritas memiliki pengetahuan baik sebesar 25 %. Setelah dilakukan kegiatan pendidikan kesehatan tentang pemanfaatan susu kacang kedelai mayoritas peserta memiliki pengetahuan baik sebesar 75% dan minoritas memiliki pengetahuan cukup sebesar 25%.

### 3. KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pendidikan kesehatan yang dilaksanakan di Desa Sigulang berjalan dengan baik. Ibu Menyusui di Desa Sigulang Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Kota Padangsidimpuan yang mengikuti kegiatan tampak antusias dalam mengikuti kegiatan Hasil kegiatan pengabdian masyarakat berupa meningkatnya pengetahuan ibu menyusui tentang pemanfaatan susu kacang kedelai dalam peningkatan produksi ASI.

### 4. REFERENSI

- Hadi I. (2021). *Manajemen Laktasi Berbasis Evidence Based Terkini*. Samarinda : Sebatik.
- Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kota Padangsidimpuan 2016 melalui : [http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL\\_KAB\\_KOTA\\_2016/1277\\_Sumut\\_Kota\\_Padang\\_Sidempuan\\_2016.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KAB_KOTA_2016/1277_Sumut_Kota_Padang_Sidempuan_2016.pdf), (Diakses 22 Maret 2021, 11.13).
- Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2019 Melalui : <http://dinkes.sumutprov.go.id/common/upload/d9/93344c388819>

3ac75711f1fae30e9b Buku%20  
Profil%20Kesehatan%20%2020  
19.9 (Diakses : 8 November  
2021, 1.00).

Wiwi Wardani Tanjung. 2020.  
*Hubungan Status Pekerjaan Ibu dan Dukungan Keluarga dengan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Puskesmas Hutaimbaru.* Jurnal Education and Development, Vol 8 No 1.  
<http://journal.ipts.ac.id/index.php/ED/article/view/1584>.

## 6. DOKUMENTASI KEGIATAN

