

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU  
PRODI D-IV KEBIDANAN**

**SKRIPSI, 27 MEI 2021**

**RAHMI IRENI DWI PUTRI**

**PENGARUH SARI KACANG HIJAU TERHADAP PRODUKSI ASI PADA  
IBU NIFAS DI DESA KUALU NENAS KABUPATEN KAMPAR TAHUN  
2021**

xiv + 42 Halaman + 3 Tabel + 3 Bagan + 14 Lampiran

---

**ABSTRAK**

ASI merupakan suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam organik yang disekresi oleh kedua belah kelenjar payudara ibu sebagai makanan utama bagi bayi. Nutrisi yang dikonsumsi ibu akan berpengaruh terhadap produksi ASI yang dihasilkan. Sari kacang hijau merupakan metode *non farmakologi* yang bisa digunakan untuk meningkatkan volume produksi ASI. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh sari kacang hijau terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Desa Kualu Nenas Kabupaten Kampar Tahun 2021. Jenis penelitian ini adalah penelitian *Quasy Experiment* dengan desain *Posttest Only Control Design*. Populasi adalah seluruh ibu nifas di Desa Kualu Nenas Kabupaten Kampar pada bulan Maret hingga April 2021 yang berjumlah 28 orang, 10 ibu nifas sebagai kelompok intervensi dan 10 ibu nifas sebagai kelompok kontrol. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 20 ibu nifas. Metode pengumpulan data dengan metode observasi. Hasil penelitian didapatkan rata-rata produksi ASI pada kelompok intervensi 120.50 mL (SD=16.236) sedangkan rata-rata produksi ASI pada kelompok kontrol 89.80 mL (SD=12.533). Hasil uji *t-independent* dengan derajat kepercayaan 95% menunjukkan ada perbedaan rata-rata produksi ASI pada ibu nifas yang diberi sari kacang hijau dengan yang tidak diberi sari kacang hijau ( $p = 0.000$ ). Kesimpulan: ada pengaruh yang signifikan konsumsi sari kacang hijau terhadap produksi ASI pada ibu nifas. Disarankan kepada tenaga kesehatan khususnya bidan untuk mengedukasi ibu hamil dan ibu nifas dengan pengetahuan akan produksi ASI, sehingga tidak ada lagi masalah dengan volume produksi ASI.

**Kata kunci** : Sari Kacang Hijau, Produksi ASI  
**Daftar bacaan** : 25 (2009 - 2019)