

PENGARUH PEMBERIAN SIMPLISIA EDAMAME (*Glycin max(L) merril*) TERHADAP KECUKUPAN ASI PADA IBU MENYUSUI BAYI ≤ 6 BULAN TAHUN 2020
(*Literatur Review*)

Melva Simatupang¹, Rini Valensi Sihotang²

1. Dosen Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan

2. Alumni Prodi D-IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan

Jalan Jamin Ginting KM 13,5 Kelurahan Lau Chi, Medan Tuntungan,
Sumatera Utara

Email: melva.simatupang@yahoo.com/rinivalensi2207@gmail.com

THE EFFECT OF EDAMAME SIMPLICIA (*glycin max (L) merril*) PROVISION ON BREASTFEEDING ADEQUACY IN BREASTFEEDING MOTHERS OF ≤ 6 MONTHS BABY IN 2020
(*Literature Review*)

ABSTRACT

WHO data in 2016 showed that worldwide coverage of exclusive breastfeeding was only around 36% during the 2007-2014 period. According to the Basic Health Research (*RisKesDas*), the coverage of babies who received exclusive breastfeeding in 2018 was only 37.3% (Fika, 2019). The aim of the study was to determine the effect of Edamame Smplicia (*Glycin Max (L) Merril*) provision on the adequacy of breastfeeding in breastfeeding mothers for infants ≤ 6 months in 2020. This type of research used a literature review, which is conducting a literature search using a journal database search engine on the Internet. The data base used in this research was Google scholar, Mendeley, Garuda Portal and the National Library. From the results of the review that have been presented, all articles explain the results of research on the effect of EdamameSmplicia (*Glycin Max (L) Merril*) on the adequacy of breastfeeding for breastfeeding mothers and from the results of the review all articles showed the effect EdamameSmplicia (*Glycin Max (L) Merril*) provision against the adequacy of breastfeeding in Breastfeeding Mothers. Research conducted has proven that consuming Edamame in the form of boiled water, processed milk or in the form of simplicia can increase the levels of isoflavones which can increase milk production in nursing mothers.

Key words: *Edamame Smplicia* and Adequacy of Breast Milk

ABTRAKS

Data WHO pada tahun 2016, cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia hanya sekitar 36% selama periode 2007-2014. Menurut Riset Kesehatan Dasar (*RisKesDas*), cakupan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2018 hanya 37,3% (Fika, 2019). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Smplicia Edamame (*Glycin Max(L) Merril*) Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Menyusui Bayi ≤ 6 Bulan Tahun 2020. Jenis penelitian ini menggunakan Literature review (Kajian Pustaka) yaitu melakukan penelusuran pustaka menggunakan mesin pencarian data base jurnal di Internet. Data base yang digunakan dalam penelitian ini adalah Google scholar, Mendeley, Portal Garuda dan Perpustakaan Nasional. Dari

hasil riviw yang telah dipaparkan semua artikel menjelaskan hasil penelitian tentang Pengaruh Pemberian Simplisia Edamame (*Glycin Max(L) Merril*) Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Menyusui dan dari hasil riviw yang didapatkan semua artikel mengatakan adanya Pengaruh Pemberian Simplisia Edamame (*Glycin Max(L) Merril*) Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Menyusui. Penelitian yang dilakukan telah membuktikan bahwa mengkonsumsi edamame dalam bentuk air rebusan, susu olahan maupun dalam bentuk simplisia dapat meningkatkan kadar *isoflavon* yang mana dapat menambah produksi ASI pada ibu menyusui.

Kata kunci : Simplisia Edamame dan Kecukupan ASI

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu atau disingkat ASI merupakan sumber gizi terbaik untuk bayi yang mengandung emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa, dan garam anorganik yang disekresikan oleh kelenjer mammae ibu. ASI berfungsi sebagai makanan utama bagi bayi yang belum bisa mencerna makanan padat. Keseimbangan zat-zat gizi yang terkandung dalam air susu ibu yang kaya akan sari-sari makanan akan mempercepat pertumbuhan sel-sel otak dan perkembangan sistem saraf. (Fika, 2019)

Badan kesehatan World Health Organization (WHO) dan United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) merekomendasikan: inisiasi menyusui dini dalam waktu 1 jam dari lahir; ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan; dan pengenalan nutrisi yang memadai dan aman komplementer (padat) makanan pada 6 bulan bersama dengan terus menyusui sampai 2 tahun atau lebih. Namun, banyak bayi dan anak-anak tidak menerima makan optimal, dimana hanya sekitar 36% dari bayi usia 0 sampai 6 bulan di seluruh dunia yang diberikan ASI eksklusif selama periode tahun 2007 sampai dengan tahun 2017. (Asi, T. *et al.* 2018)

Menurut data WHO pada tahun 2016, cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia hanya sekitar 36% selama periode 2007-2014. Menurut WHO, cakupan ASI eksklusif di beberapa negara Asia juga masih cukup rendah antara lain India (46%), Filipina (34%), Vietnam (27%), Myanmar (24%), dan Indonesia (54.3%). (Yulianti, 2019)

The Lancet Breastfeeding Series, 2016 mengatakan bahwa dengan memberikan ASI pada bayi dapat menurunkan angka kematian bayi akibat infeksi sebesar 88% serta menurunkan angka untuk terjadinya risiko stunting, obesitas dan penyakit kronis bagi anak di masa yang akan datang. Sebanyak 31,36% dari 37,94% anak-anak sakit karena tidak mendapatkan ASI eksklusif. Saat ini pemerintah sudah berupaya untuk membuat kebijakan-kebijakan untuk dapat mendukung kegiatan menyusui serta melakukan peningkatan kapasitas petugas kesehatan. (*et al.*, 2019)

Undang-Undang No 36 tahun 2009 Bagian kesatu tentang Kesehatan Ibu, Bayi,

dan Anak pasal 128 dijelaskan bahwa “setiap bayi berhak mendapatkan air susu ibu eksklusif sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, kecuali indikasi medis dan selama pemberian air susu ibu, pihak keluarga, Pemerintah, Pemerintah daerah, dan masyarakat harus mendukung ibu dan bayi secara penuh dengan penyediaan waktu dan fasilitas khusus”. Pasal 129 “pemerintah bertanggung jawab menetapkan kebijakan dalam rangka menjamin hak bayi untuk mendapatkan air susu ibu secara eksklusif”. (UU no. 36 tahun 2009)

Peraturan Pemerintah RI no. 33 tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif, air susu ibu disingkat ASI adalah cairan hasil sekresi kelenjar payudara. ASI Eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, tanpa menambah dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain dan pada bagian pasal ke-6 disebutkan bahwa setiap ibu yang melahirkan harus memberikan ASI Eksklusif kepada Bayi yang dilahirkan dengan ketentuan sebagaimana dimaksud dalam pasal 6 tidak berlaku apabila terdapat hal indikasi medis, ibu tidak ada/meninggal, ibu terpisah dari bayi. (Peraturan Pemerintah RI no.33 tahun 2012)

SDGs juga menargetkan cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 50% pada tahun 2019, tetapi hal ini masih jauh dari target yang ditetapkan. Berdasarkan data dari Profil Kesehatan Indonesia tahun 2016, persentase bayi yang telah mendapatkan ASI eksklusif sampai usia 6 bulan sebesar 29,5%. Pada tahun 2017, angka cakupan ASI eksklusif yaitu sebesar 35%. Menurut Riset Kesehatan Dasar (RisKesDas), cakupan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif sedikit meningkat pada tahun 2018, akan tetapi ini tetap masih dibawah yang ditargetkan. Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 hanya 37,3% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif. (Fika, 2019)

Data dari Dinas Kesehatan Sumatera Utara tahun 2017, cakupan pemberian ASI di Sumatera Utara tahun 2016 sebesar 28,5%. Angka tersebut lebih rendah dibandingkan pada tahun 2015 yaitu sebesar 44,59%. Penurunan pemberian ASI eksklusif sangat drastis sebesar 16,09%. Terdapat 16 dari 33 kab/kota dengan pencapaian $\geq 40\%$, yaitu Asahan (96,61%), Labuhanbatu Selatan (89,41%), Pakpak Barat (75,11%), Padang sidempuan (72,05%), Batu Bara (67,77%),

Tebing Tinggi (62,44%), Simalungun (61,86%), Langkat (58,93%), Humbang Hasundutan (53,52%), Dairi (47,29%), Karo (47,05%), Tapanuli Selatan (45,97%), Nias Selatan (45,90%), Deli Serdang (43,93%), Padang Lawas (42,73%), dan Mandailing Natal (40,28%). Terdapat 2 kabupaten dengan capaian <10% yaitu Padang Lawas Utara (9,30%), dan Nias Utara (7,86%). (Dinkes Sumut 2017)

Penelitian yang terjadi di beberapa Negara berkembang mengungkapkan bahwa penyebab utama terjadinya gizi kurang dan hambatan pertumbuhan pada anak-anak usia balita berkaitan dengan rendahnya pemberian Air Susu Ibu (ASI). ASI tanpa bahan makanan lain dapat mencukupi kebutuhan pertumbuhan usia sampai sekitar 6 bulan. (Bolango, 2019)

Rendahnya tingkat pemahaman tentang pentingnya ASI selama 6 bulan pertama kelahiran bayi dikarenakan kurangnya informasi dan pengetahuan yang dimiliki oleh para ibu mengenai segala nilai plus nutrisi dan manfaat yang terkandung dalam ASI. Adapun mitos tentang pemberian ASI bagi bayi, misalnya ibu yang menyusui anaknya dapat menurunkan kondisi fisik dirinya merupakan suatu mitos yang susah diterima oleh akal sehat. Demikian halnya dengan kekhawatiran ibu yang menganggap bahwa produksi ASI tidak mencukupi kebutuhan makanan bayi. Anggapan ini sering menjadi kendala bagi ibu, yang akhirnya mencari alternatif lain dengan memberi susu botol dan makanan pendamping manakala bayi lapar. (Wahyuningsih, 2019)

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Rani Safitri (2018), Pengaruh Pemberian Kacang Kedelai (Edamame) Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas Primipara di Praktik Bidan Mandiri (PMB) Dillah Sobirin Kecamatan Pakis Kabupaten Malang yaitu bahwa pengeluaran ASI sebelum pemberian kacang kedelai (Edamame) diketahui bahwa sebanyak 20 responden hampir seluruhnya (85%) mengalami produksi ASI yang kurang dan sebagian kecil (15%) mengalami produksi ASI sedang dan pengeluaran ASI sesudah pemberian kacang kedelai (Edamame) bahwa sebanyak 20 responden sebagian besar (65%) mengalami produksi ASI baik dan hampir setengahnya (35%) mengalami produksi ASI sedang. Analisis secara bivariat menggunakan uji statistik wilcoxon. Hasil penelitian didapatkan p value = 0,009 dengan demikian H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada

pengaruh pemberian Edamame terhadap produksi ASI pada ibu nifas primipara hari ke 3-7 di PMB Dillah Sobirin Pakis Kabupaten Malang. (Pemberian, P. and Glycin, E. 2019)

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Erika Puspitasari (2018), Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas di RB Bina Sehat Bantul yaitu bahwa pengeluaran ASI sebelum pemberian susu kedelai diketahui bahwa responden produksi ASI nya lancar yaitu sebanyak 18 orang (45%), ASI sedikit lancar sebanyak 14 orang (35%), dan ASI sangat lancar sebanyak 8 orang (20%) dan peningkatan produksi ASI sesudah diberikan susu kacang kedelai sebanyak 35 orang (77,5%) dengan kategori ASI sangat lancar dan 5 orang ASI lancar (12,5%). Hasil analisis bivariat dengan membandingkan nilai pre dan posttest menunjukkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$). Simpulannya pemberian susu kedelai berpengaruh positif terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. (Kebidanan, Jurnal)

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Pemberian Simplisia Edamame Terhadap Kecukupan ASI pada Ibu Menyusui Bayi ≤ 6 bulan tahun 2020”.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan Literature review (Kajian Pustaka) yaitu melakukan penelusuran pustaka menggunakan mesin pencarian data base jurnal di Internet. Data base yang digunakan dalam penelitian ini adalah Google scholar, Mendeley, Portal Garuda, Perpustakaan Nasional. Pencarian menggunakan kata kunci (Key Words) “Simplisia Edamame Terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Menyusui Bayi ≤ 6 Bulan”. Jika jurnal yang diperoleh tidak sesuai maka kata kunci ditulis lebih lengkap menjadi “Pengaruh Pemberian Simplisia Edamame Terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Menyusui Bayi ≤ 6 Bulan”.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan Literature review (Kajian Pustaka) yaitu melakukan penelusuran pustaka menggunakan mesin pencarian data base jurnal di Internet. Data

base yang digunakan dalam penelitian ini adalah Google scholar, Mendeley, Portal Garuda, Perpustakaan Nasional. Pencarian menggunakan kata kunci (Key Words) “Simplisia Edamame Terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Menyusui Bayi ≤ 6 Bulan”. Jika jurnal yang diperoleh tidak sesuai maka kata kunci ditulis lebih lengkap menjadi “Pengaruh Pemberian Simplisia Edamame Terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Menyusui Bayi ≤ 6 Bulan”.

Adapun kriteria inklusi sumber jurnal penelitian adalah : 1) Berdasarkan sumber utama (primary sources) yaitu artikel ilmiah yang terbit di jurnal terindeks di Scopus, Sinta, Google Scholar, DOAJ, Crosref, EBSCOhost, dll. Sumber kedua (secondary sources) seperti Majalah Populer, Blog, BahanSeminar Ilmiah, dll. 2) Berdasarkan tahun terbit yaitu jurnal dipublikasi dari tahun 2010- 2020. 3) Penulis berasal dari lembaga pendidikan yang diakui pemerintah.

Untuk menyajikan data hasil penelusuran pustaka dilakukan beberapa tahapan. Pertama melakukan ringkasan (summary) dimana ringkasan sepuluh artikel disajikan dalam Tabel meliputi Judul dan Peneliti, Nama Jurnal, Tahun Terbit dan Indeks, Metode Penelitian dan Lokasi dan Hasil. Pada tabel ini penulis merujuk pada tujuan yang ditetapkan oleh peneliti kemudian membandingkan dengan hasil. Tahap ketiga melakukan penilaian memberikan kritik atau pendapat terhadap masing-masing artikel, sehingga pada bab hasil penelitian disajikan empat tabel :

Tabel 4.1. Ringkasan Isi Jurnal

N o	Judul Artikel/ Penulis	Jurnal/Ter bit/Indeks	Metode Penelitian/ Lokasi	Tujuan dan Hasil
1	Pengaruh Pemberian Edamame (Glycin Max (L) Merrill) Terhadap	Jurnal : Journal of Issues in Midwifery ,Desember 2018 – Maret 2019, Vol. 2 No. 3, 41-47 Indeks : Google	Metode : One group pretest posttest 20 ibu nifas hari ke-3 sampai hari ke-7 yang	Tujuan : Menilai pengaruh pemberian simplisia edamame

ap Produk si Asi Pada Ibu Nifas Primip ara Di Praktik Bidan Mandiri (Pmb) Dillah Sobirin Kecamatan Pakis Kabupaten Malang (Rani Safitri, 2019)	Scholar	menyusui aktif Analisis bivariat menggunakan uji statistik wilcoxon dengan batas kemaknaan α 0,05.	terhadap produksi ASI pada ibu nifas primipara Hasil : Ada pengaruh pemberian Edamame terhadap produksi ASI bahwa sebanyak 20 responden sebagian besar (65%) mengalami produksi ASI baik dan hampir setengahnya (35%) mengalami produksi ASI sedang
---	---------	--	--

2	Pengaruh Edamame (Glycine Max L.Merill) terhadap volume ASI pada ibu postpartum (Wiwit Fetrisia, Murni Sari, 2020)	Jurnal : Wiwit Fetrisia/B LOSSOM, JURNAL of Midwifery -Vol.1. No.1 (2019) Indeks : Google Scholar	Metode : One group pretest posttest 10 ibu nifas hari ke-3 sampai ke-40 yang menyusui aktif Analisis bivariat menggunakan uji-T berpasangan dengan batas a 0,05	Tujuan : Mengetahui efek dari edamame pada volume ASI pada ibu postpartum Hasil : Adanya efek dari edamame pada volume ASI ibu postpartum rata-rata produksi ASI sebelum intervensi 12.70 dengan standar deviasi 5.519 sedangkan setelah intervensi 27.20 dengan
---	--	--	--	---

				n standar deviasi 9.235
3	Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Rb Bina Sehat Bantul (Elika Puspitasari, 2019)	Jurnal : Jurnal Kebidanan, 7 (1), 2018, 54-60 Indeks : Google Scholar	Metode : One Group Pretest-Posttest 40 ibu hari ke-4 sampai ke-10 yang masih memberikan ASI Eksklusif Uji normalitas data dilakukan sebelum dilakukannya analisis bivariat. Hasil uji shapiro-wilk (n<50) diperoleh hasil p=0,001	Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh pemberian susu kedelai Hasil : Terjadi peningkatan ASI setelah pemberian susu kedelai sebanyak 35 orang (77,5 %) dengan kategori ASI sangat lancar dan 5 orang ASI lancar (12,5 %)

Tabel 4.1 diatas menjelaskan bahwa terdapat tiga artikel tentang Kedelai (Edamame), ASI eksklusif dan ibu postpartum yang terbit pada jurnal nasional mulai dari tahun 2018 hingga tahun 2020 yang merupakan artikel dari Skripsi Sarjana dan artikel hasil penelitian. Analisa data menggunakan Analisis Bivariat. Ke tiga artikel tersebut diterbitkan pada jurnal terindeks Google Scholar. Nama-nama jurnal yaitu : Journal of Issues in Midwifery, BLOSSOM, JURNAL of Midwifery, Jurnal Kebidanan. Jumlah sampel bervariasi mulai dari 10 orang ibu sampai 40 orang ibu postpartum hari ketiga sampai hari ke-40 yang menyusui bayi secara aktif

Tujuan penelitian secara umum adalah menilai pengaruh pemberian edamame atau kedelai terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui bayi secara eksklusif. Pada hasil ditemukan prevalensi produksi ASI baik sebesar (65%) dan hampir setengahnya (35%) mengalami produksi ASI sedang.

Tabel 4.2 Penilaian Kesesuaian Antara Tujuan dan Hasil

No	Judul	Tujuan	Hasil	Penilaian Kesesuaian
1	Pengaruh Pemberian Edamame (Glycine Max (L) Merrill) Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Primipara Di Praktik Bidan Mandiri (Pmb) Dillah Sobirin Kecamatan Pakis Kabupaten Malang (Rani Safitri, 2019)	Menilai pengaruh pemberian simplisia edamame terhadap produksi ASI pada ibu nifas primipara	Ada pengaruh pemberian Edamame terhadap produksi ASI bahwa sebanyak 20 responden sebagai besar (65%) mengalami produksi ASI baik dan	Penulis telah melakukan penelitian sesuai dengan tujuan dimana sebanyak 65% dari 20 orang ibu menyusui mengalami penambahan produksi ASI

			hampir setengahnya (35%) mengalami produksi ASI sedang	
2	Pengaruh Edamame (Glycine Max L.Merill) terhadap volume ASI pada ibu postpartum (Wiwit Fetrisia, Murni Sari, 2020)	Mengetahui efek dari edamame pada volume ASI pada ibu postpartum	Adanya efek dari edamame pada volume ASI ibu postpartum rata-rata produksi ASI sebelum intervensi 12.70 dengan standar deviasi 5.519 sedangkan setelah intervensi 27.20 dengan standar deviasi 9.235	Penulis telah melakukan penelitian sesuai dengan tujuan dan hasil yang didapat setelah melakukan intervensi rata-rata produksi ASI 27,20 dengan standar deviasi 9.235
3	Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Peningkatan Produksi	Untuk mengetahui pengaruh pemberian susu kedelai	Terjadi peningkatan ASI setelah pemberian	Penulis telah melakukan penelitian sesuai dengan tujuan dan hasil yang

Asi Pada Ibu Nifas Di Rb Bina Sehat Bantul (Elika Puspitasari, 2019)		susu kedelai sebanyak 35 orang (77,5%) dengan kategori ASI sangat lancar dan 5 orang ASI lancar (12,5%)	didapat adalah sebelum diberikan intervensi produksi ASI sebanyak 45% namun setelah melakukan intervensi produksi ASI naik menjadi 77,5%
--	--	---	--

Tabel 4.2 menggambarkan tentang penilaian Kesesuaian (*consistency*) antara Tujuan (*Objective*) dan Hasil (*Result*). Pada umumnya tujuan penelitian adalah menilai pengaruh pemberian Edamame atau Kedelai yang mampu meningkatkan ataupun melancarkan produksi ASI. Dari ke-tiga artikel menyajikan hasilnya sesuai dengan tujuan. Hasil penelitian umumnya melaporkan adanya penambahan produksi ASI setelah dilakukan intervensi.

Tabel 4.3 Persamaan dan Perbedaan Penelitian

Persamaan (<i>Comparing</i>)	Perbedaan (<i>Contrasting</i>)
<ul style="list-style-type: none"> Ke-tiga artikel mempunyai kesamaan dimana bahan penelitian yang digunakan adalah Edamame atau Kedelai Responden ke-tiga artikel mempunyai kesamaan yaitu ibu postpartum yang menyusui bayi secara eksklusif 	<ul style="list-style-type: none"> Waktu dan tempat penelitian yang dilakukan berbeda di setiap artikel Responden ibu menyusui berbeda di setiap artikel, perbedaan terletak di masa postpartum, artikel pertama memakai ibu postpartum hari ke-3 sampai hari

<ul style="list-style-type: none"> Ke-tiga artikel mempunyai persamaan yaitu cara menganalisis data menggunakan Analisis Bivariat 	<p>ke-7. Sementara di artikel kedua memakai ibu postpartum hari ke-3 sampai hari ke-40 dan diartikel ketiga memakai ibu postpartum hari ke-4 sampai hari ke-10</p> <ul style="list-style-type: none"> Lamanya pemberian intervensi di setiap artikel juga berbeda di artikel pertama dan ke-dua : 5 hari, namun di artikel ke-tiga pemberian intervensi selama tujuh hari
--	--

Tabel 4.4 Kritik dan Pendapat

No	Judul	Kritik/Pendapat
1	Pengaruh Pemberian Edamame (Glycin Max (L) Merrill) Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Primipara Di Praktik Bidan Mandiri (Pmb) Dillah Sobirin Kecamatan Pakis Kabupaten Malang (Rani Safitri,2019)	Penelitian sangat baik karena mengkaji pengaruh pemberian edamame terhadap produksi ASI pada ibu nifas dan hasilnya sangat berpengaruh dimana terjadi peningkatan berat badan bayi, kualitas tidur bayi menjadi baik dan frekuensi Buang Air Besar (BAB) / Buang Air Kecil (BAK) juga bertambah ataupun membaik

		Data yang disajikan oleh peneliti masih tergolong kurang, dimana peneliti hanya menyajikan cakupan pemberian ASI di Indonesia saja tanpa adanya data pendukung yang lain, disatu sisi penulis juga tidak ada menyajikan peraturan pemerintah mengenai ASI eksklusif
2	Pengaruh Edamame (Glycine Max L.Merill) terhadap volume ASI pada ibu postpartum (Wiwit Fetrisia, Murni Sari, 2020)	Sangat menarik hasilnya dimana jika ibu rutin mengkonsumsi air rebusan edamame akan meningkatkan volume ASI Namun data mengenai ASI yang disajikan dalam artikel ini sangat sedikit dan juga tidak melampirkan peraturan pemerintah mengenai ASI eksklusif
3	Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Rb Bina Sehat Bantul (Elika Puspitasari, 2019)	Karena merupakan Skripsi jadi informasi tentang ASI sangat lengkap di Tinjauan Pustaka, tidak hanya tentang teori ASI tetapi juga kebijakan pemerintah tentang ASI seperti ; Kepmenkes

		450/2004, namun di artikel ini tidak menjelaskan lebih rinci mengenai cara menilai penambahan produksi ASI
--	--	--

KESIMPULAN DAN SARAN

Wanita yang mengonsumsi protein kedelai ketika menyusui tidak hanya meningkatkan asupan protein untuk tubuhnya, tapi juga mendapat manfaat kesehatan yang ada pada kedelai. Ibu menyusui membutuhkan sekitar 71 gram protein setiap hari. Ini tidak hanya jumlah protein yang dibutuhkan agar tubuh sendiri berfungsi normal, tapi juga yang dibutuhkan untuk laktasi. Selain itu, bayi yang menyusui ASI membutuhkan protein dari ASI untuk perkembangannya.

Pemberian intervensi untuk mengonsumsi edamame atau kedelai berpengaruh positif terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum. Ke tiga artikel menjelaskan adanya penambahan volume ASI dan dampak yang positif bagi bayi dapat dilihat dari jumlah Buang Air Besar (BAB) / Buang Air Kecil (BAK), kualitas tidur dan peningkatan berat badan bayi.

Potensi edamame di bidang kesehatan terutama dalam peningkatan volume ASI sudah banyak dikenal. Berbagai artikel dan penelitian mengungkapkan potensi edamame (kedelai) sebagai sumber *isoflavan*. Penelitian yang dilakukan telah membuktikan bahwa mengonsumsi edamame dalam bentuk air rebusan, susu olahan maupun dalam bentuk simplisia dapat meningkatkan kadar *isoflavan* di dalam jaringan payudara dan dapat menambah produksi ASI pada ibu menyusui.

Saran :

1. Bagi Pembaca
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan bacaan di perpustakaan kebidanan tentang pengaruh pemberian simplisia edamame terhadap kecukupan asi pada ibu menyusui bayi ≤ 6 bulan.
2. Bagi Peneliti Literatur Selanjutnya
Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data tambahan bagi penelitian

berikutnya yang terkait dengan pengaruh pemberian simplisia edamame terhadap kecukupan asi pada ibu menyusui bayi ≤ 6 bulan.

DAFTAR PUSTAKA

- Fika, S. (2019) 'Pengaruh penyuluhan ASI Eksklusif melalui Media Flipchart Terhadap Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Padang Tahun 2019',
- Asi, T. *et al.* (2018) 'dengan 73 responden diambil dengan teknik', 6(1), pp. 10–16.
- Et all.* (2019) 'Case To Action Kaitannya dengan Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Kassikassi', *Jurnal Kesehatan*, Vol.2 no 1,
- Et all.* (2019) 'FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PEMBERIAN ASI EKSKLUSIF PADA IBU BAYI 6-24 BULAN DI RW 05 PABUARAN MEKAR BOGOR TAHUN 2019', *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, Vol. 7, No. 1,
- Wahyuningsih, (2019) 'PENYULUHAN KESEHATAN DAN PRAKTIK PEMBUATAN MAKANAN PENDAMPING ASI (MP-ASI) DIPOSYANDU KARANGMALANG KECAMATAN GEBOG KABUPATEN KUDUS', *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, Vol. 2, No. 1,
- Pemberian, P. and Glycin, E. (2019) 'PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS PRIMIPARA DI PRAKTIK BIDAN MANDIRI (PMB) DILLAH SOBIRIN KECAMATAN PAKIS KABUPATEN', (November 2018), pp. 41–47.
- Putriningtyas, N. D. and Hidana, R. (2016) 'Pemberian Sari Kurma pada Ibu Menyusui Efektif Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-5 Bulan (Studi di Kota Semarang)', *Jurnal Medika Respati*, XI(56), pp. 65–74.
- Fauzi, A. (2018) 'Serap P dan Pertumbuhan Tanaman Kedelai (*Glycine max (L .) Merril*) Akibat Pemberian Pupuk Hayati Agrimeth dan Kapur Dolomit'.
- Biskuit, U. *et al.* (no date) 'PENGEMBANGAN MAKANAN PENDAMPING AIR SUSU IBU (MPASI) BERBASIS TEPUNG IKAN PATIN (*Pangasius Sp .*) DAN TEPUNG KECAMBAH KEDELAI PENDAHULUAN Masalah kurang energi protein merupakan salah satu masalah gizi utama di Indonesia . Berdasarkan Risesdas tahun 20', 27(1), pp. 30–38.
- Irwan, A. W. (2006) 'Budidaya tanaman kedelai (*Glycine max (L.) Merrill*)', *Jurusan Budidaya Pertanian Fakultas Pertanian Universitas Padjadjaran*, pp. 1–43.
- Astutik, Reni Yuli.2017.*Payudara Dan Laktasi*.Jakarta:Salemba Medika
- Maritalia Dewi.2014. *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*.Yogyakarta:Pustaka Belajar
- Nurliana, Kasrida.2014.*Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas*.Malang:Selaksa Medika
- Vivian,Tri.2014.*Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*.Jakarta:Salemba Medika
- Damai,Dian.2014.*Asuhan Kebidanan Masa Nifas*.Bandung:Refika Aditama
- Sasmito Ediaty.2017.*Imunomodulator Bahan Alami*.Yogyakarta:Rapha Publising
- Notoatmodjo Soekidjo.2017.metodologi penelitian kesehatan.Jakarta:Rineka Cipta
- Sugiyono.2017.Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methos).Bandung:Penerbit Alfabeta
- Undang-Undang No.36 Tahun 2009 Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 33 Tahun 20012
- Bolango, T. (2019) 'JURNAL NASIONAL ILMU KESEHATAN (JNIK)', 2, pp. 52–58.
- Profil Kesehatan Sumatra Utara 2017

