

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Kelancaran ASI ibu nifas primipara hari ke 2 yang di berikan Sari Kacang Hijau (*Vigna Radiata L*)

Berdasarkan hasil penelitian Kelancaran ASI ibu post partum yang diberikan Sari Kacang Hijau (*Vigna Radiata L*) di Rumah Sakit Bantuan Lawang Kabupaten Malang, terdapat 10 responden yang diberikan Sari Kacang Hijau sebagai kelompok intervensi. hampir seluruhnya (80%) ibu post partum primipara yang diberikan Sari Kacang Hijau lancar mengalami Kelancaran ASI dan sebagian kecil (20%) ASI tidak lancar.

Kacang hijau dapat digunakan sebagai kelancaran produksi ASI, selain tiamin dalam kandungan kacang hijau terdapat kandungan polifenol dalam kacang hijau dapat mempengaruhi Kelancaran ASI (Shohib, 2006).

Hasil penelitian ini juga didukung oleh hasil Penelitian yang dilakukan Irfani, F (2017), yang mengatakan manfaat sari kacang hijau yaitu dapat memperlancar pengeluaran ASI pada ibu Post Partum dikarenakan banyaknya kandungan gizi pada sari kacang hijau sehingga mengubah karbohidrat menjadi energi dan bertanggung jawab untuk memperlancar produksi ASI, dimana kandungan gizi dari kacang hijau akan merangsang kerja neurotransmitter yang akan menyampaikan pesan ke hipofisis posterisor untuk mengekskresi hormon oksitosin.

Salah satu cara untuk memperlancar ASI yaitu dengan pemberian sari kacang hijau karena dapat memperlancar pengeluaran ASI pada ibu Post Partum dikarenakan banyaknya kandungan gizi pada sari kacang hijau sehingga mengubah karbohidrat menjadi energi dan bertanggung jawab untuk memperlancar produksi ASI, dimana kandungan gizi dari kacang hijau

akan merangsang kerja neurotransmitter yang akan menyampaikan pesan ke hipofisis posterior untuk mengekskresi hormon oksitosin.

5.2 Kelancaran ASI Pada Ibu nifas Primipara Hari ke 2 yang tidak di berikan Sari Kacang Hijau (*Vigna Radiata L*)

Berdasarkan hasil penelitian Kelancaran ASI ibu post partum yang tidak diberikan Sari Kacang Hijau (*Vigna Radiata L*) di Rumah Sakit Bantuan Lawang Kabupaten Malang, dijelaskan pada tabel 4.5 terdapat 10 responden yang tidak diberikan Sari Kacang Hijau (*Vigna Radiata L*) sebagai kelompok kontrol. sebagian besar (70%) Kelancaran ASI ibu post partum primipara yang tidak di berikan Sari Kacang Hijau tidak Lancar dan hampir setengahnya (30%) ASI Lancar.

Menurut Perinasia (2009), selama masa kehamilan hormon prolaktin dari plasenta meningkat tetapi biasanya ASI belum keluar karena dihambat oleh kadar esterogen yang tinggi. Pada hari kedua atau ketiga pasca persalinan, kadar esterogen dan progesterone turun drastis, sehingga pengaruh prolaktin lebih dominan, pada saat inilah mulai terjadi sekresi ASI. Dengan menyusui lebih dini, terjadi perangsangan putting susu, maka terbentuklah prolaktin oleh hipofisis, sehingga sekresi ASI makin lancar.

Hal ini sesuai dengan teori dari Syherni (2009) yang mengatakan bahwa salah satu penyebab kenapa ASI tidak bisa keluar dengan maksimal selain dari faktor nutrisi yang dikonsumsi oleh ibu adalah faktor berapakali ibu tersebut sudah pernah menyusui. Biasanya ibu yang primi lebih sering mendapati kesulitan tentang pengeluaran ASI yang tidak bisa maksimal.

Oleh karena itu bagi ibu postpartum yang kesulitan karena ASI yang keluar tidak banyak atau ASI tidak lancar harus memperbaiki asupan nutrisinya dengan

mengonsumsi makanan yang dapat memperlancar ASI. Mengonsumsi makanan mengandung kacang-kacangan mampu membantu proses pertumbuhan janin pada ibu hamil serta mampu mengoptimalkan pengeluaran ASI serta kepekatan warna ASI salah satunya dengan mengonsumsi Sari kacang hijau yang dapat membantu proses pengeluaran ASI menjadi lancar.

5.3 Pengaruh Sari Kacang Hijau (*Vigna Radiata L*) Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu nifas primipara hari ke 2 di Rumah Sakit Bantuan Lawang Kabupaten Malang

Berdasarkan uji statistik *Mann Whitney Test*, tentang pengaruh Sari Kacang Hijau (*Vigna Radiata L*) terhadap Kelancaran ASI di dapatkan hasil bahwa terdapat kelompok yang tidak diberikan Sari Kacang Hijau (*Vigna Radiata L*) sebanyak 10 responden hampir seluruhnya (80%) ibu post partum primipara yang diberikan Sari Kacang Hijau lancar mengalami Kelancaran ASI dan sebagian kecil (20%) ASI tidak lancar. Dan terdapat kelompok yang diberikan Sari Kacang Hijau (*Vigna Radiata L*) sebanyak 10 responden, sebagian besar (70%) Kelancaran ASI ibu post partum primipara yang tidak di berikan Sari Kacang Hijau tidak Lancar dan hampir setengahnya (30%) ASI Lancar.

Ibu nifas yang mengalami ketidaklancaran produksi ASI dianjurkan untuk mengonsumsi makan-makanan bergizi salah satunya sari kacang hijau karena sari kacang hijau bermanfaat untuk memperlancar keluarnya ASI Kandungan vitamin B1 yang terdapat pada sari kacang hijau mengubah karbohidrat menjadi energi karena ibu menyusui membutuhkan energi lebih besar dibandingkan saat hamil, jika kekurangan thiamin ibu akan mudah tersinggung, sulit konsentrasi dan kurang semangat. Ibu yang mudah berkonsentrasi, bersemangat serta mood yang baik akan memicu kerja otak

untuk memberikan informasi kepada impuls saraf agar menstimulasi hipotalamus dalam pembentukan hormon prolaktin dan oksitosin sehingga proses pembentukan ASI serta pengeluaran ASI lancar (Reni, 2014).

Menurut analisa peneliti yang sesuai dengan yang dilakukan Irfani, F (2017), yang mengatakan manfaat sari kacang hijau yaitu dapat memperlancar pengeluaran ASI pada ibu Post Partum dikarenakan banyaknya kandungan gizi pada sari kacang hijau sehingga mengubah karbohidrat menjadi energi dan bertanggung jawab untuk memperlancar produksi ASI, dimana kandungan gizi dari kacang hijau akan merangsang kerja neurotransmitter yang akan menyampaikan pesan ke hipofisis posterior untuk mengekskresi hormon oksitosin.

Hasil penelitian yang peneliti dapatkan sama dengan dua penelitian terdahulu, yaitu penelitian yang dilakukan oleh Data dari penelitian Dwi Triloka dan Siti Roudhotul (2015), Dari 4 responden Ibu Postpartum yang awalnya mengalami pengeluaran ASI yang sedikit atau tidak lancar setelah diberikan sari kacang hijau selama 7 hari pengeluaran ASI menjadi banyak dan lancar. Seperti dalam penelitian ini yang mendapatkan hasil bahwa seluruhnya responden yang diberi Sari Kacang Hijau (*Vigna Radiata L*), mengalami Kelancaran ASI yaitu sebanyak 10 responden (100%).

5.4 Keterbatasan Penelitian

Dari penelitian yang telah dilakukan, keterbatasan yang ditemui selama penelitian yaitu peneliti tidak melakukan pengkajian sebelum diberikan Sari Kacang Hijau (*Vigna Radiata L*) yaitu faktor gizi responden, paritas, psikologis, perawatan payudara dan faktor istirahat.

