

**EFEKTIFITAS KONSUMSI KOLAK KACANG HIJAU TERHADAP  
PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS  
DI PUSKESMAS TOMBATU KECAMATAN  
TOMBATU UTARA KABUPATEN  
MINAHASA TENGGARA**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Menyelesaikan  
Pendidikan Diploma IV Kesehatan  
Jurusan Kebidanan  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado



Oleh :  
Ireyne CH. Walintukan  
NIM. 711530115008

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN MANADO  
2019**

## HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Ireyne CH. Walintukan  
NIM : 711530115008  
Jurusan : Kebidanan  
Program Studi : Diploma IV

Menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Apabila dikemudian hari ternyata Skripsi ini merupakan hasil karya orang lain baik sebagian maupun keseluruhan maka saya bersedia menerima sanksi berupa **pencabutan gelar akademik.**

Manado, .....2019

Yang membuat pernyataan ;



(Ireyne CH. Walintukan)

## CURRICULUM VITAE



### Data Pribadi

Nama : Ireylene CH. Walintukan  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Umur : 21 Tahun  
Tempat / Tanggal Lahir : Lobu, 19 Desember 1997  
Alamat : Jaga IV Desa Lobu Atas Kecamatan Touluaan  
Kabupaten Minahasa Tenggara  
Agama : Kristen Protestan  
Status Perkawinan : Belum Kawin  
Warga Negara : Indonesia  
Nomor Handphone : 082188591963  
Email : chwalintukan@gmail.com

### Riwayat Pendidikan

2002-2003 : TK GMIM SION Lobu  
2003-2009 : SDN INPRES Lobu  
2009-2012 : SMP N 1 Touluaan  
2012-2015 : SMA N 1 Touluaan  
2015-Sekarang : Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado Jurusan  
Kebidanan.

**LEMBAR PERSETUJUAN**

Skripsi

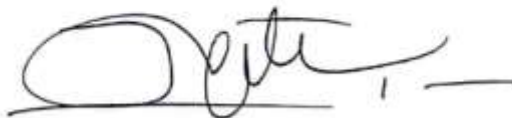
**EFEKTIFITAS KONSUMSI KOLAK KACANG HIJAU TERHADAP  
PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI PUSKESMAS  
TOMBATU KECAMATAN TOMBATU UTARA KABUPATEN  
MINAHASA TENGGARA**

yang diajukan oleh

Ireyn CH. Walintukan  
NIM. 711530115008

Telah disetujui oleh :

Pembimbing I



**Dr. Getruida B. H. Alow, S.Pd, M.Kes**  
NIP : 196408081990032002

tanggal 21 Juni .....2019

Pembimbing II



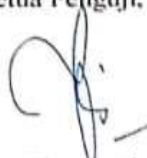
**Amelia Donsu, SST, M.Kes**  
NIP : 197504092002122002

tanggal 21 Juni .....2019

## LEMBARAN PENGESAHAN

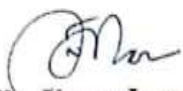
Skripsi ini telah diterima dan disetujui oleh Tim Penguji Ujian Akhir Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado Jurusan Kebidanan sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan pendidikan Diploma IV pada tanggal 25 Juni 2019.

Ketua Penguji,

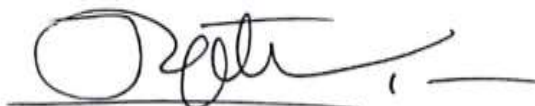


**Gusti Ayu Tirtawati, S.SiT, M.Kes**  
NIP. 197406152006042001

Anggota Penguji



1. **Fredrika Nancy Losu, S.SiT, M.Kes**  
NIP. 197311121993032001



2. **Dr. Getruida B. H. Alow, S.Pd, M.Kes**  
NIP. 196408081990032002

Manado, Juli 2019

Ketua Jurusan,



**Atik Purwandari, SKM, M.Kes**  
NIP. 19751106 2002122003

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadiran Tuhan Yesus Kristus atas berkat serta cinta kasih-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Efektifitas konsumsi kolak kacang hijau terhadap peningkatan produksi ASI pada Ibu Nifas di Puskesmas Tombatu Kecamatan Tombatu Utara Kabupaten Minahasa Tenggara.

Tujuan penulisan skripsi ini untuk memenuhi salah satu syarat untuk menyelesaikan studi serta untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb) pada program studi Diploma IV Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Manado Jurusan Kebidanan. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, oleh sebab itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini.

Terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan banyak pihak. Untuk itu pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati dan penuh rasa hormat penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya bagi semua pihak yang telah memberikan bantuan moril maupun materil baik langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan skripsi ini hingga selesai. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada yang terhormat :

1. Dra. Elisabeth Barung, M.Kes, Apt selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado.
2. Atik Purwandari, SKM.M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado.

3. Fredrika Nancy Losu, S.SiT, M.Kes selaku Sekretaris Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado dan Dosen Penguji..
4. Sesca Solang, S.SiT, M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma IV Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado
5. Gusti Ayu Tirtawati, S.SiT, M.Kes selaku Sekretaris Program Studi Diploma IV Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Manado dan Ketua Penguji.
6. Dr. Getruida B. H. Alow, S.Pd, M.Kes dan Ibu Amelia Donsu, SST, M.Kes selaku Dosen Pembimbing I dan II penulis yang telah memberikan kritik dan saran serta bimbingan maupun arahan yang sangat bermanfaat untuk skripsi ini.
7. Seluruh Bapak/Ibu Dosen dan Staf Pegawai yang telah banyak membantu penulis selama studi.
8. Teman-teman seperjuangan Diploma IV Kebidanan (Ang.3) Poltekkes Manado (khususnya Fena, Meysica, Winy, Ferta, Rai dan Juwi)
9. Teman-teman Pengurus dan Anggota Dewan Racana Poltekkes Kemenkes Manado, Teman-teman Pengurus serta anggota HIMAJU Kebidanan Poltekkes Kemenkes Manado tahun 2017, Keluarga besar Fame dan Teman-Teman Pemuda Remaja GKII Getsemani Lobu.
10. dr. John. J. Munaiseche selaku kepala Puskesmas Tombatu Kecamatan Tombatu Utara Kabupaten Minahasa Tenggara.
11. Staf Pegawai Puskesmas Tombatu Kecamatan Tombatu Utara Kabupaten Minahasa Tenggara serta Responden yang terlibat dalam proses penelitian.

12. Teristimewa kepada Orang tua dan adik-adik penulis yang penulis kasihi dan cintai yaitu mama Fenny Martha Dona, Papa Elly Lie Walintukan, Adik Rizald Andriela Walintukan dan Adik Rinly Jonathan Walintukan yang sudah berusaha memberikan yang terbaik bagi penulis baik dalam proses selama Pendidikan maupun dalam penyelesaian study.

13. Yang Terkasih Vriski Jever Lobot dan keluarga yang selalu setia membantu baik segi moril dan materi baik secara langsung maupun tidak langsung.

Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu dan penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua dan menjadi bahan masukan dalam pengembangan ilmu pengetahuan khususnya dibidang kesehatan.

Manado, .....2019

Penulis

Ireyne CH. Walintukan  
NIM.711530115008



## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	ii
CURRICULUM VITAE.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
ABSTRAK .....	xiv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Perumusan Masalah .....	3
C. Tujuan Penelitian .....	3
D. Manfaat Penelitian .....	4
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Konsep Kolak Kacang Hijau .....	6
B. Konsep ASI .....	10
C. Konsep Masa Nifas .....	22
D. Kerangka Teori Penelitian .....	26
E. Kerangka Konsep .....	27
F. Hipotesis Penelitian .....	27
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	28

B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	28
C. Variabel Penelitian .....	26
D. Definisi Operasional .....	29
E. Populasi dan Sampel .....	30
F. Instrumen Penelitian .....	30
G. Teknik Pengumpulan Data.....	30
H. Jalannya Penelitian.....	31
I. Pengolahan dan Analisis Data .....	31
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil .....	33
B. Pembahasan.....	37
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	40
B. Saran .....	40
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>42</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>44</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kandungan Gizi Kacang Hijau .....	7
Tabel 2. Komposisi kimia gula merah .....	7
Tabel 3. Kebutuhan Nutrisi pada ibu menyusui.....	25
Tabel 4. Distribusi Responden berdasarkan umur .....	34
Tabel 5. Distribusi Responden berdasarkan paritas .....	34
Tabel 6. Distribusi produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi .....	35
Tabel 7. Distribusi frekuensi berdasarkan mean, median, modus .....	35
Tabel 8. Perbandingan rata-rata tingkat produksi ASI .....	36

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Anatomi Payudara .....	10
Gambar 2 Kerangka Teori Penelitian.....	26
Gambar 3 Kerangka Konsep Penelitian .....	27

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Survei/Pengambilan Data Awal .....	45
Lampiran 2.	Surat Pengajuan Ke Komisi Etik .....	46
Lampiran 3.	Surat Persetujuan Etik .....	47
Lampiran 4.	Surat Pengajuan Ke Kesbangpol .....	48
Lampiran 5.	Surat Keterangan dari Kesbangpol .....	49
Lampiran 6.	Surat Ijin Penelitian .....	50
Lampiran 7.	Surat Keterangan Pengambilan data dan Telah Melakukan Penelitian .....	51
Lampiran 8.	Lembar Penjelasan Sebelum Penelitian.....	52
Lampiran 9.	Lembar Permohonan Menjadi Responden .....	54
Lampiran 10.	Lembar <i>Informed Consent</i> .....	55
Lampiran 11.	Lembar Wawancara.....	56
Lampiran 12.	Lembar Observasi Peningkatan Produksi ASI .....	57
Lampiran 13.	Master Tabel .....	58
Lampiran 14.	Hasil Uji Output SPSS.....	59
Lampiran 15.	Dokumentasi Penelitian.....	62

Walintukan Ireyne CH. 2019. **Efektivitas Konsumsi Kolak Kacang Hijau terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Nifas di Puskesmas Tombatu Kecamatan Tombatu Utara Kabupaten Minahasa Tenggara** (Di bimbing oleh Dr. Getruida B. H. Alow, S.Pd, M.Kes sebagai Pembimbing I dan Amelia Donsu SST, M.Kes sebagai Pembimbing II).

### **ABSTRAK**

Pemberian ASI merupakan metode pemberian makan bayi yang terbaik, terutama pada bayi umur kurang dari 6 bulan. Berdasarkan Hasil wawancara kepada 13 ibu responden yang ada di Puskesmas Tombatu, 69 % ibu menyatakan bahwa tidak lancar Air Susu Ibu (ASI) hal ini dikarenakan tidak suka mengkonsumsi makanan yang dapat memperlancar ASI. Tujuan penelitian ini untuk Mengetahui Pengaruh Konsumsi Kolak Kacang Hijau terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Nifas di Puskesmas Tombatu.

Jenis penelitian yang digunakan adalah *Quasi Eksperimental* dengan pola *one group Pre-Posttest Design*. Desain penelitian ini melibatkan satu kelompok subjek. Penelitian ini di lakukan pada ibu nifas umur 4 hari, penelitian ini menggunakan total populasi sebanyak 15 ibu nifas. Analisa data menggunakan uji *non-parametric Wilcoxon* dengan  $p < 0,05$ .

Hasil analisis dengan uji *Wilcoxon signed rank test* didapatkan selisih perbandingan rata-rata tingkat produksi ASI pada pada ibu nifas sebelum dan sesudah diberikan kolak kacang hijau adalah 3,6. Dengan hasil  $p \text{ value} < \alpha = < 0,01 < 0,05$  maka  $H_0$  diterima. Artinya ada perbedaan secara signifikan tingkat produksi ASI sebelum dan setelah diberikan kolak kacang hijau. Hasil ini menunjukkan pemberian kolak kacang hijau efektif terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. Disarankan kepada tenaga kesehatan untuk dapat dijadikan bahan masukan dan dijadikan alternatif untuk meningkatkan produksi ASI. Bagi institusi diharapkan dapat menambah referensi di perpustakaan dan sebagai masukan dalam penelitian khususnya pelayanan masa nifas.

**Kata Kunci : kolak kacang hijau, produksi ASI, ibu nifas.**