

PEMANFAATAN "SAKESI" SARI KEDELAI MELANCARKAN PRODUKSI ASI

Nyna Puspita Ningrum^{1*}, Indria Nuraini², Annah Hubaedah³, Setiana Andarwulan⁴

^{1,2,3,4}Universitas PGRI Adi Buana, Indonesia

*Korespondensi: nyna@unipasby.ac.id

ABSTRACT

Background: WHO and UNICEF recommend that newborns receive exclusive breastfeeding for 6 months in early life until the age of two years. The low level of exclusive breastfeeding in the community is caused by various challenges such as the assumption that the supply of breast milk is insufficient and the lack of knowledge about natural methods to increase breast milk production. Community service is carried out in RW II, Siwalankerto, Surabaya. **Method:** Using a natural approach, educational workshops and direct training in preparing soy milk, aimed at mothers, pregnant women, and posyandu cadres. This program focuses on the use of soy-based products, especially "SAKESI" (Soy Milk), as a natural method to increase lactation. Pre- and post-intervention surveys were conducted to assess changes in knowledge and behavior regarding exclusive breastfeeding and the use of soy products. The study findings showed significant improvements in both knowledge and practical application of these methods, indicating the effectiveness of the program in promoting breastfeeding practices. **Conclusion:** The project highlights the potential of an affordable local resource such as soybeans to address public health challenges related to maternal and child nutrition and also the importance of ongoing community education and support to sustain these improvements.

Keywords: Exclusive Breastfeeding, Soybean Extract (SAKESI), Lactation Enhancement, Breast Milk Production, Public Health

ABSTRAK

Latar Belakang : World Health Organization (WHO) dan UNICEF merekomendasikan bayi baru lahir mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan pada awal kehidupan, dan melanjutkan menyusui sampai Usia dua tahun, dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan. Rendahnya pemberian ASI Eksklusif di masyarakat, yang disebabkan oleh berbagai tantangan seperti anggapan bahwa pasokan ASI tidak mencukupi dan kurangnya pengetahuan tentang metode alami untuk meningkatkan produksi ASI. Pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan dengan tujuan meningkatkan produksi air susu ibu (ASI) pada ibu-ibu di RW II, Kelurahan Siwalankerto Surabaya. **Metode:** Menggunakan pendekatan kebidanan alamiah, lokakarya edukasi dan pelatihan langsung dalam penyiapan susu kedelai, yang ditujukan kepada ibu-ibu, ibu hamil, dan kader posyandu. Program ini difokuskan pada pemanfaatan produk berbahan dasar kedelai, khususnya "SAKESI" (Susu Kedelai), sebagai metode alami untuk meningkatkan laktasi. Survei pra dan pasca intervensi dilakukan untuk menilai perubahan pengetahuan dan perilaku mengenai pemberian ASI Eksklusif dan penggunaan produk kedelai. **Hasil:** Temuan penelitian menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan baik dalam pengetahuan maupun penerapan praktis metode-metode ini, yang menunjukkan efektivitas program dalam mempromosikan praktik pemberian ASI. **Simpulan:** Proyek ini menggaris bawahi potensi sumber daya

lokal yang terjangkau seperti kacang kedelai untuk mengatasi tantangan kesehatan masyarakat terkait gizi ibu dan anak. Menyoroti pentingnya pendidikan dan dukungan masyarakat yang berkelanjutan untuk mempertahankan perbaikan ini.

Kata kunci: ASI Eksklusif, Sari Kedelai (SAKESI), Peningkatan Laktasi, Produksi ASI, Kesehatan Masyarakat.

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) dan *UNICEF* merekomendasikan bayi baru lahir mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan pada awal kehidupan, dan melanjutkan menyusui sampai Usia dua tahun. WHO memperkirakan 48% bayi di dunia mendapatkan ASI selama 6 bulan (ASI Eksklusif) pada tahun 2023[1]. PP nomor 33 tahun 2012 pasal 2 ayat (1), menerangkan tentang tujuan pemberian ASI Eksklusif yaitu menjamin pemenuhan hak bayi untuk mendapatkan ASI Eksklusif sejak dilahirkan sampai dengan usia 6 bulan dengan memperhatikan pertumbuhan dan perkembangan, dan ayat (2) memberikan perlindungan kepada ibu dalam memberikan ASI Eksklusif pada bayi [PP RI, 2012].

Persentase bayi 0-5 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif pada tahun 2023 sebesar 73,97%. Sedangkan di Jawa Timur bayi 0-5 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif sebesar 72,68% dengan persentase tertinggi di Perdesaan dan persentase bayi 0-5 bulan yang menerima ASI Eksklusif cenderung semakin rendah pada status ekonomi yang tinggi [BPS, 2023]. Hal ini sejalan dengan penelitian dari Paramashanti dkk (2022) yang menyatakan bahwa ibu di perkotaan mempunyai pengetahuan dan persepsi yang lebih baik tentang menyusui serta lebih banyak akses terhadap sumber informasi menyusui. Namun praktik pemberian ASI eksklusif lebih sering dilakukan oleh ibu-ibu di pedesaan. Keluarga dan petugas layanan kesehatan berperan sebagai fasilitator sekaligus penghambat praktik pemberian ASI eksklusif di kedua situasi tersebut. Persepsi mengenai persediaan ASI yang tidak mencukupi, penyakit bayi, dan masalah payudara menghalangi ibu-ibu di pedesaan dan perkotaan untuk memberikan ASI secara eksklusif. Pemisahan ibu-bayi setelah lahir, menolak menyusu, kesulitan pelekatan, dan pekerjaan ibu merupakan beberapa faktor yang menyebabkan ibu di perkotaan tidak lagi memberikan ASI eksklusif [Paramashanti, 2021]. Pada penelitian yang lain menjelaskan bahwa masalah menyusui pada minggu pertama

pasca melahirkan adalah putting pecah-pecah, produksi ASI tidak mencukupi, dan pembengkakan payudara. Persepsi ibu mengenai ASI yang tidak mencukupi, mastitis dan ibu kembali bekerja memiliki resiko lebih tinggi terhadap pemberian ASI non-Eksklusif pada usia tiga bulan [Gianni, 2019].

Kedelai (*Glycine Max L. Merrill*) mengandung protein tinggi (40%) dan lemak (20%), terutama lemak tak jenuh khususnya membantu kerja isoflavon atau hormone phytoestrogen [Grieshop, 2001]. Fitoestrogen memiliki struktur yang sangat mirip dengan estradiol endogen yang berasal dari tumbuhan. Tanaman yang mengandung isoflavon memiliki manfaat kesehatan termasuk kesehatan reproduksi, kesehatan jantung, peran dalam penurunan berat badan, tumor yang bergantung pada hormon, kesehatan tulang dan kulit, dan sistem kekebalan tubuh [Desmawati, 2019]. Isoflavon dalam susu kedelai akan berikatan dengan reseptor α -estrogen. Estradiol merupakan pengatur sekresi prolaktin terbesar yang berperan dalam ASI [Arinda, 2023]. Ibu yang mengkonsumsi minuman kedelai mampu meningkatkan isoflavone atau hormone phytoestrogen mencapai 9-12 nmol/L setiap hari selama 4 bulan menyusui [Jochum, 2017].

Pemilihan kedelai sebagai alternative solusi meningkatkan produksi ASI karena mudah didapat, harga terjangkau dan mudah untuk mengolah sebagai bahan makanan diversifikasi. Kegiatan pemanfaatan kedelai untuk meningkatkan produksi ASI dan diharapkan kegiatan ini dapat mendukung program pencapaian cakupan ASI Eksklusif dan pencegahan.

Gizi kurang dan stunting pada Balita. Keberlanjutan program ini dapat dilakukan pada setiap kegiatan posyandu melalui program kelas Ibu Hamil maupun melalui Posyandu Keluarga agar edukasi mengenai ASI Eksklusif dan cara meningkatkan produksi ASI terus diberikan. Dalam menjalankan program kegiatan ini bekerja sama dengan Puskesmas Siwalankerto pemerintah kelurahan siwalankerto, tokoh masyarakat, ibu menyusui, ibu hamil, ibu balita maupun kader yang tergabung dalam kegiatan Posyandu. Ibu menyusui, ibu hamil dan ibu balita diberi informasi tentang ASI Eksklusif, permasalahan-permasalahan menyusui, cara meningkatkan produksi ASI dan cara pemanfaatan kedelai. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatkan pengetahuan dan ketrampilan ibu menyusui, ibu hamil dan ibu balita dalam pemanfaatan kedelai untuk meningkatkan produksi ASI.

RW II Kelurahan Siwalankerto kecamatan wonocolo Surabaya memiliki luas 1800 Ha dengan jumlah penduduk 3587 jiwa. Pada survey kesehatan yang dilakukan pada bulan Mei 2024 pada 100 KK didapatkan 43 balita (43,4%) balita usia 0-5 tahun tidak mendapatkan ASI Eksklusif. Dengan jumlah balita yang tidak diberikan ASI Eksklusif karena merasa ASI tidak cukup (46,5%), ASI tidak keluar 34,9% dan Ibu Bekerja 18,6%. Permasalahan ini berkaitan dengan pengetahuan mengenai pentingnya ASI Eksklusif serta cara meningkatkan Produksi ASI. Mitra secara keseluruhan belum mengetahui cara meningkatkan produksi ASI melalui pemanfaatan kedelai atau lebih tepatnya dengan pendekatan kebidanan alamiah.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dalam menyelesaikan masalah RW II Kelurahan Siwalankerto Kecamatan Wonocolo Surabaya dengan melakukan sosialisasi dan edukasi tentang ASI Eksklusif, permasalahan menyusui, dan cara mengatasinya melalui metode brainstorming. Mengenalkan cara meningkatkan produksi ASI dengan memanfaatkan dan memberdayakan tanaman local (kedelai). Mengajarkan cara diversifikasi kedelai melalui metode pelatihan dan pendampingan. Kegiatan diawali dengan menilai pemahaman ibu tentang pentingnya pemberian ASI melalui Pre tes menggunakan kuesioner, dan setelah pelatihan berakhir dilakukan evaluasi (post tes). Sasaran dalam kegiatan ini adalah kader, ibu hamil trimester tiga, dan ibu menyusui. Jumlah peserta yang hadir adalah 26 orang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tahap awal sebelum pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat, tim melakukan survey baik tempat juga mengukur pengetahuan masyarakat mengenai ASI Eksklusif maupun pemahan tentang sari kedelai untuk meningkatkan produksi ASI.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Ibu Balita tentang ASI Eksklusif dan Sari Kedelai sebelum diberikan Edukasi dan Pelatihan

| No | Kriteria Penilaian | Jumlah | Persentase (%) |
|----|---|--------|----------------|
| 1 | Pengetahuan ASI Eksklusif | 17 | 100 |
| 2 | Pengetahuan manfaat sari kedelai | 12 | 70,6 |
| 3 | Perilaku pemanfaatan SAKESI untuk meningkatkan Produksi ASI | 5 | 29,4 |

Berdasarkan tabel diatas ibu balita secara keseluruhan mengetahui manfaat ASI Eksklusif (100%), mengenai manfaat sari kedelai yang mengetahui sebesar (70,6%) dan perilaku pemanfaatan SAKESI untuk meningkatkan Produksi ASI sebesar (29,4%). Rapat koordinasi anggota dilakukan dengan pembahasan (1) menganalisis hasil survey pengetahuan dan perilaku ibu balita, (2) merancang kegiatan pelaksanaan sosialisasi dan edukasi mengenai ASI Eksklusif dan pemanfaatan sari kedelai dan (3) merancang pelatihan pembuatan SAKESI.



Gambar 1. Rapat Koordinasi Pelaksanaan PkM

Kegiatan sosialisasi meliputi pemberian Edukasi mengenai ASI Eksklusif, cara meningkatkan Produksi ASI serta praktik-praktik kebidanan alamiah yang dapat meningkatkan Produksi ASI. Sosialisasi melalui edukasi kesehatan ini dilaksanakan pada tanggal 13 Juni 2024.



Gambar 2. Sosialisasi Pelaksanaan PkM

Pelatihan pembuatan SAKESI (Sari Kedelai untuk perlanca ASI) pada tanggal 20-22 Juni 2024. Pelatihan ini membuat antusias ibu balita, ibu hamil dan kader posyandu.



Gambar 3. Pelatihan pembuatan SAKESI

Monitoring dan Evaluasi dilakukan pada tanggal 11-12 Juli 2024 dengan menilai pengetahuan dan perubahan perilaku setelah diberikan edukasi dan pelatihan.



Gambar 4. Monitoring dan Evaluasi

PEMBAHASAN

Edukasi, Simulasi, dan Pelatihan tentang kesehatan secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang menyatakan bahwa pelatihan dengan metode simulasi dan pemberian modul dapat meningkatkan perilaku (pengetahuan dan keterampilan. Penelitian lain juga menyatakan bahwa pelatihan dengan media edukasi dapat meningkatkan pengetahuan.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan dan Perilaku Ibu Balita tentang ASI Eksklusif dan Sari Kedelai setelah diberikan Edukasi dan Pelatihan

| No | Kriteria Penilaian | Jumlah | Persentase (%) |
|----|---|--------|----------------|
| 1 | Pengetahuan ASI Eksklusif | 17 | 100 |
| 2 | Pengetahuan manfaat sari kedelai | 17 | 100 |
| 3 | Perilaku pemanfaatan SAKESI untuk meningkatkan Produksi ASI | 14 | 82,4 |

Berdasarkan pada tabel diatas terdapat peningkatan pengetahuan tentang manfaat sari kedelai sebesar 29,4%, sedang pada perilaku selah diberikan edukasi dan pelatihan meningkat menjadi 53%.

SIMPULAN

Program pengabdian kepada masyarakat yang dilaksanakan di RW II Kelurahan Siwalankerto, Surabaya, berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu menyusui, ibu hamil, serta kader posyandu mengenai pentingnya ASI Eksklusif dan cara alami untuk meningkatkan produksi ASI melalui pemanfaatan sari kedelai ("SAKESI"). Intervensi ini menunjukkan bahwa edukasi yang disertai dengan pelatihan praktis mampu secara signifikan meningkatkan perilaku positif terhadap pemberian ASI Eksklusif. Setelah pelatihan, terjadi peningkatan pengetahuan dan penerapan penggunaan sari kedelai sebagai cara untuk meningkatkan produksi ASI, yang berpotensi mendukung keberlanjutan program ini di masa depan.

Program ini juga menegaskan pentingnya keterlibatan berbagai pihak, termasuk akademisi, tenaga kesehatan, dan tokoh masyarakat, dalam mendukung pencapaian cakupan ASI Eksklusif yang lebih luas serta mencegah terjadinya masalah gizi seperti stunting pada balita. Keberhasilan program ini menunjukkan potensi besar bahan pangan lokal seperti kedelai sebagai solusi praktis dan berkelanjutan untuk masalah kesehatan masyarakat yang terkait dengan gizi ibu dan anak.

ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terimakasih juga saya sampaikan kepada:

- 1) Dr. Hartono, M. Si, selaku Rektor Universitas PGRI Adi Buana Surabaya atas kesempatan yang telah diberikan.
- 2) Dr. Reza Rachmadtullah, M.Pd, selaku Kepala LPPM Universitas PGRI Adi Buana Surabaya atas semua bimbingannya.
- 3) Dr. Setiawandari, SST., M. Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan atas kesempatan dan bimbingan yang telah diberikan.
- 4) Semua pihak yang telah membantu selama proses Pengabdian Pada Masyarakat sehingga dapat berjalan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Arinda Bella Pratiwi Kinasih, Endah Wahyutri, & Nursari Abdul Syukur. (2023). The Effect of Date Soy Milk (Delma) on Breast Milk Production in Post Partum at Loa Kulu Health Center's Work Area in 2023. *International Journal of Scientific Multidisciplinary Research*, 1(9), 1179–1190. <https://doi.org/10.55927/ijsmr.v1i9.6399>
- Babakazo, P., Bosonkie, M., Mafuta, E., Mvuama, N., & Mapatano, M. A. (2022). Common breastfeeding problems experienced by lactating mothers during the first six months in Kinshasa. *PLoS ONE*, 17(10 October). <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0275477>
- Desmawati, D., & Sulastri, D. (2019). Phytoestrogens and their health effect. *Open Access Macedonian Journal of Medical Sciences*, 7(3), 495–499. <https://doi.org/10.3889/oamjms.2019.086>
- Gianni, M. L., Bettinelli, M. E., Manfra, P., Sorrentino, G., Bezze, E., Plevani, L., Cavallaro, G., Raffaeli, G., Crippa, B. L., Colombo, L., Morniroli, D., Liotto, N., Roggero, P., Villamor, E., Marchisio, P., & Mosca, F. (2019). Breastfeeding difficulties and risk for early breastfeeding cessation. *Nutrients*, 11(10). <https://doi.org/10.3390/nu11102266>
- G. B. Scorecard, "Global Breastfeeding Scorecard 2023 Rates Of Breastfeeding Increase Around The World Through Highlights for the 2023 Scorecard," Who, pp. 1–9, 2023.
- Grieshop, C. M., & Fahey, G. C. (2001). Comparison of quality characteristics of soybeans from Brazil, China, and the United States. *Journal of Agricultural and Food Chemistry*, 49(5), 2669–2673. <https://doi.org/10.1021/jf0014009>
- Jochum, F., Altehheld, B., Meinardus, P., Dahlinger, N., Nomayo, A., & Stehle, P. (2017). Mothers' Consumption of Soy Drink but Not Black Tea Increases the Flavonoid Content of Term Breast Milk: A Pilot Randomized, Controlled Intervention Study. *Annals of Nutrition and Metabolism*, 70(2), 147–153. <https://doi.org/10.1159/000471857>
- Jumiyati, J. (2018). Pengaruh Pelatihan Metode Simulasi Terhadap Perilaku Kader Dalam Upaya Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Media Kesehatan*, 7(1), 06–12. <https://doi.org/10.33088/jmk.v7i1.216>
- Paramashanti, B. A., Dibley, M. J., Huda, T. M., & Alam, A. (2022). Breastfeeding perceptions and exclusive breastfeeding practices: A qualitative comparative study in rural and urban Central Java, Indonesia. *Appetite*, 170. <https://doi.org/10.1016/j.appet.2021.105907>
- PP RI, "Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012," vol. 66, pp. 37–39, 2012.

Badan Pusat Statistik, "Profil Statistik Kesehatan 2023 Volume 7, 2023," Buku, vol. 7, 2023

Riska, N. (2021). Pengaruh Pelatihan Tentang Pemilihan Makanan Sehat Untuk Mencegah Terjadinya Stunting Melalui Edukasi Gizi Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri. *Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan*, 8, 175–185. <http://doi.org/10.21009/JKKP.082.06>