

---

## EFEKTIVITAS PEMBERIAN SOYBEAN (*Glycine Max*) DALAM PENINGKATAN ASI IBU MENYUSUI DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS KOTA PEKANBARU

Ade Febriani, Nova Yulita, Sellia Juwita

Program Studi Sarjana dan Profesi Bidan

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Abdurrah

Jl. Riau Ujung No 73 Pekanbaru – Riau - Indonesia

E-mail : [ade.febriani@univrab.ac.id](mailto:ade.febriani@univrab.ac.id), [nova.yulita@univrab.ac.id](mailto:nova.yulita@univrab.ac.id), [sellia.juwita@univrab.ac.id](mailto:sellia.juwita@univrab.ac.id)

---

### Kata Kunci:

*Soybean, Glycine Max, ASI*

### ABSTRAK

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik yang mengandung semua unsur zat gizi yang dibutuhkan bayi usia 0-6 bulan. ASI juga mengandung zat kekebalan yang melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi, bakteri, virus, parasit, dan jamur. ASI dapat mempengaruhi tumbuh kembang bayi, termasuk perkembangan mental emosional melalui kelekatan yang terbentuk lewat menyusui. Kacang kedelai merupakan salah satu dari berbagai macam sumber protein yang baik bagi tubuh. Salah satu kandungannya adalah *phytoestrogen* yang bila dikonsumsi secara rutin oleh ibu menyusui akan membantu ibu dalam meningkatkan produksi ASI yang banyak dan berlimpah serta mendapatkan kualitas ASI yang baik. Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui pengaruh konsumsi *soybean* terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Wilayah kerja puskesmas Kota Pekanbaru. Metode penelitian adalah eksperimen (*quasi experiment*). Desain penelitian ini menggunakan rancangan One Group Pretest-Posttest. Dimana tidak ada kelompok pembanding (*control*), tetapi sudah dilakukan observasi pertama (*pre-test*) yang kemungkinan peneliti dapat menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen. Penelitian ini dilaksanakan diwilayah kerja Puskesmas Kota Pekanbaru dilaksanakan pada bulan April 2019 sampai bulan Juli 2019. Hasil penelitian ini yaitu responden yang produksi ASI-nya lancar yaitu sebesar 14 orang (46,7%), ASI sedikit lancar 11 orang (36,3%), dan ASI sangat lancar 6 orang (20%). Peningkatan produksi ASI sesudah diberikan *soybean* sebanyak 24 orang (80%) dengan kategori ASI sangat lancar dan 6 orang ASI lancar (20%). Hasil uji ini menunjukkan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ). Berdasarkan hasil penelitian disimpulkan bahwa ada pengaruh konsumsi *soybean* pada ibu menyusui terhadap produksi ASI dan peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui. Diharapkan pada penelitian selanjut nya dapat menambahkan kombinasi *Soybean* dengan sari Kurma yang memiliki banyak manfaat bagi ibu hamil.

### Keywords:

*Soybean, glycine Max, Breast Milk*

### Info Artikel

Tanggal dikirim: 22 Juni 2020

Tanggal direvisi: 20 Juli 2020

Tanggal diterima: 22 Juli 2020

DOI Artikel:

10.36341/jomis.v4i2.1359.

[Creative Commons Attribution-](#)

[NonCommercial-ShareAlike](#)

[4.0 International License.](#)

### ABSTRACT

Mother's Milk (ASI) is the best food that contains all nutrients needed by infants aged 0-6 months. Breast milk also contains immune substances that will protect babies from various infectious diseases, bacteria, viruses, parasites, and fungi. Breast milk can affect the growth and development of infants, including mental emotional development through attachment formed through breastfeeding. Soybeans are one of a variety of good sources of protein for the body. One of the ingredients is phytoestrogens which when consumed routinely by breastfeeding mothers will help mothers to increase abundant and abundant milk production and get good quality milk. The purpose of this study was to determine the effect of soybean consumption on breast milk production in breastfeeding mothers in the Rumbai working area of Pekanbaru. The research method is an experiment (quasi experiment). The design of this study used the One Group Pretest-Posttest design. Where there is no comparison group (control), but there has been a first observation (pre-test) that the researcher might be able to test changes that occur after the experiment. This research was conducted in the working area of the Rumbai Health Center conducted in April 2019 to July 2019. The results of the research are that the respondent of ASI production is smooth, that is 14 people (46.7%), ASI is slightly smooth, 11 people (36.3%), and ASI is very smooth, 6 people (20%). Increased ASI production after being given soybean by 24 people (80%) with the category of ASI very smooth and 6 people ASI smooth (20%). The results of this test indicate the value of  $p = 0,000$  ( $p < 0.05$ ). Based on the results of the study, it can be concluded that there is an effect of soybean consumption on breastfeeding mothers on breast milk production and an increase in milk production in breastfeeding mothers.

## PENDAHULUAN

Salah satu indikator untuk mengetahui status kesehatan masyarakat di suatu negara dapat dilihat dari tingginya Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB). Salah satu Penyebab utama kematian bayi penyakit infeksi yaitu infeksi saluran pernafasan dan diare yang terjadi pada bayi. Estimasi menurut World Health Organization (WHO) bahwa 53% kasus pneumonia akut, 55% kematian bayi akibat diare dikarenakan pemberian makanan yang buruk pada enam bulan pertama kehidupan [4].

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik yang mengandung semua unsur zat gizi yang dibutuhkan untuk bayi usia 0-6 bulan. ASI juga mengandung zat kekebalan yang akan melindungi bayi dari berbagai penyakit infeksi, bakteri, virus, parasit, serta jamur. ASI dapat mempengaruhi tumbuh kembang bayi, termasuk perkembangan mental emosional melalui kelekatan yang terbentuk lewat menyusui [13].

Pada tahun 2009 pencapaian cakupan ASI eksklusif sebesar 34,3 % dan menurun pada 2010 menjadi 33,6% (BPS, Susenas 2010). Berdasarkan dari data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2013) ibu yang melakukan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-1 bulan 48,7%, pada usia 2-3 bulan menurun menjadi 42,2% dan semakin menurun seiring dengan meningkatnya usia bayi yaitu 36,6% pada bayi berusia 4-5 bulan dan 30,2% pada bayi usia 6 bulan.

Kurangnya Pemberian ASI dapat meningkatkan angka Kematian bayi. Hal ini di ungkap kan hasil penelitian di Ghana dimana 22 % kematian bayi baru lahir dapat dicegah dengan pemberian ASI sampai usia bayi enam bulan. Berdasarkan hal ini makan dilakukan upaya perbaikan gizi pada bayi 0-6 bulan.

Di indonesia sendiri presentase ibu menyusui semakin menurun dengan meningkatnya kelompok umur bayi. Pada bayi usia 5 bulandi diberikan ASI eksklusif hanya 15,3% pada tahun 2010 tetapi meningkat 36,2% pada tahun 2013, sementara bayi menyusui eksklusif 6 bulan sebesar 30,2 %.Target pemberian ASI eksklusif sebesar 80% pada tahun 2015 [7].

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI antara lain yaitu status gizi ibu. Agar ibu berhasil dalam memberikan ASI secara eksklusif, maka ibu yang sedang menyusui bayinya harus mendapat tambahan makanan untuk menghindari pengurangan dalam pembuatan dan produksi ASI.

Kacang kedelai adalah salah satu dari berbagai macam sumber protein baik bagi tubuh kita. Salah satu kandungannya adalah phytoestrogen yang jika dikonsumsi secara rutin oleh ibu yang sedang menyusui maka akan membantu ibu dalam meningkatkan produksi ASI yang banyak dan berlimpah serta mendapatkan kualitas ASI yang baik.

Penelitian Rani Safitri (2018) menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian kacang kedelai terhadap peningkatan ASI Ibu Nifas sdi PBM Dillah Sobirin sehingga diharapkan mampu menunjang keberhasilan program pemerintah dalam upaya peningkatan cakupan pemberian ASI Eksklusif.

Berdasarkan permasalahan diatas maka dapat dilihat bahwa pentingnya pemberian ASI untuk bayi sampai usia 2 tahun. Produksi ASI dapat dilancarkan dengan mengkonsumsi, beberapa obat yang memperlancar ASI dari ekstrak daun katuk, dan susu bubuk maupun cair khusus untuk ibu menyusui. Alternatif lain untuk menunjang kebutuhan gizi ibu selama masa nifas adalah dengan konsumsi susu kedelai yang gampang didapatkan.

Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui pengaruh mengkonsumsi *soybean* terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Wilayah kerja Puskesmas Rumbai Kota Pekanbaru

## TINJAUAN PUSTAKA

ASI merupakan suatu emulasi lemak dalam larutan protein, laktosa, dan garam organik yang disekresi oleh kedua kelenjar payudara dan merupakan makanan terbaik untuk bayi selama umur 0-6 bulan.

Manfaat ASI bagi bayi antara lain; sebagai nutrisi, dapat meningkatkan daya tahan tubuh bayi, mengembangkan kecerdasan, dan dapat meningkatkan jalinan kasih sayang. ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan disesuaikan dengan pertumbuhan bayi.

Hal-hal yang dapat mempengaruhi produksi ASI ; Makanan, Ketenangan jiwa dan pikiran, Penggunaan alat kontrasepsi, Perawatan payudara, Faktor fisiologi Pola istirahat, faktor isapan anak atau frekuensi dari penyusui, dll. [9].

Pemberian ASI yang tepat dapat mengurangi angka kematian bayi. Hal tersebut sesuai dengan hasil penelitian di Ghana yang menunjukkan bahwa 22% kematian bayi baru lahir dapat dicegah dengan memberikan ASI pada satu jam pertama setelah kelahiran bayi dan dilanjutkan pemberiannya sampai enam bulan [10].

Bila ibu sering menyusui, maka proses ASI akan meningkat. ASI terdiri dari kandungan kurang lebih 90% air sehingga bayi yang menyusu tidak membutuhkan cairan lain bagi tubuhnya. Bagian bagian ASI ; 1) ASI masa peralihan (transisi), merupakan masa dimana ASI peralihan dari kolostrum sampai menjadi ASI yang matur. Disekresi dari hari ke – 4 sampai hari ke – 10 dari masa laktasi, tetapi ada pula pendapat yang mengatakan bahwa ASI matur baru terjadi pada minggu ke – 3 sampai minggu ke – 5. Volumennya juga

akan makin meningkat; 2) ASI matur, merupakan ASI yang disekresi pada hari ke 4 –10 dan seterusnya.

Komposisi ASI relatif konstan dan tidak menggumpal bila dipanaskan. ASI yang mengalir pertama kali atau saat lima menit pertama disebut *foremilk*. *Foremilk* lebih encer, serta mempunyai kandungan lemak, tinggi laktosa, gula, protein, mineral dan air. Selanjutnya, air susu berubah menjadi *hindmilk*. *Hindmilk* kaya akan lemak dan nutrisi. *Hindmilk* membuat bayi akan lebih cepat kenyang. Dengan demikian, bayi akan membutuhkan keduanya, baik *foremilk* maupun *hindmilk*. Pada bulan terakhir kehamilan, kelenjar-kelenjar pembuat ASI mulai menghasilkan ASI. Dalam kondisi normal, pada hari pertama dan kedua sejak lahir, air susu yang dihasilkan sekitar 50-100 ml sehari. Jumlahnya pun meningkat hingga 500 ml pada minggu kedua. Dan produksi ASI semakin efektif dan terus-menerus meningkat pada hari 10-14 hari setelah melahirkan. [11].

Kedelai (*Glycine max*), dikenal dengan sebutan Edamame di Jepang, merupakan salah satu jenis kacang-kacangan yang termasuk dalam kategori tanaman sayuran (*green soybean vegetable*). Tanaman ini merupakan salah satu sayuran penting di Jepang, Taiwan, China, dan Korea. Edamame termasuk tanaman tropis dan dijadikan sebagai sayuran serta makanan kesehatan.

Tanaman edamame merupakan bahan makanan lokal yang memiliki potensi untuk nutrisi ibu menyusui, karena mengandung senyawa fitosterol yang berfungsi meningkatkan dan memperlancar produksi ASI (efek lactagogum).

Komposisi Kandungan Nutrisi/Gizi Pada Kacang Kedelai ; Jumlah Kandungan Energi (381 kkal), Protein (40,4 gr), Lemak (16,7 gr), Karbohidrat (24,9 gr), Kalsium (222 mg), Fosfor (682 mg), Zat Besi (10 mg), Vitamin A (0 IU), Vitamin B1 (0,52 mg), Vitamin C (121,7 mg) [10].

Secara teoritis, senyawa-senyawa yang mempunyai efek lactagogum diantaranya adalah sterol. Sterol merupakan senyawa golongan steroid. Selain itu, kandungan vitamin A yang tinggi dalam edamame 95 SI dapat meningkatkan produksi ASI. Vitamin A perlu diberikan dan penting bagi ibu selama dalam masa nifas. Vitamin A bagi ibu nifas dapat menaikkan volume [2].

Kedelai diketahui mengandung isoflavon khususnya genistein dan daidzein yang diketahui berperan dalam menginduksi hormon prolaktin sehingga meningkatkan produksi ASI [11].

Dari hasil penelitian Putri Ardiana (2019) Dimana didapatkan Adanya pengaruh pemberian susu kedelai terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui 0-6 bulan dengan Potensinya dalam menstimulasi hormon oksitoksin dan prolaktin seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan substansi lainnya efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI. Reflek prolaktin secara hormonal untuk memproduksi ASI.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen (quasi experiment). Desain penelitian ini menggunakan rancangan One Group Pretest-Posttest. Dimana tidak ada kelompok pembanding (kontrol), tetapi sudah dilakukan observasi pertama (pre-test) yang kemungkinan peneliti dapat menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen (program) [4]. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu yang menyusui di wilayah kerja Puskesmas Rumbai Sampel adalah Menyusui sebanyak 30 responden.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari pemberian soybean pada peningkatan ASI ibu menyusui seperti yang terlihat pada tabel berikut :

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden**

Variabel	n	%
Umur		
20-35 tahun	24	80
>35 tahun	6	20
Gravida		
1	14	46,7
2	9	30
3	6	20
4	1	0,3
Pekerjaan		
Tidak bekerja	19	63,3
Bekerja	11	36,7
Riwayat Penyakit		
Tidak ada	28	93,3
Ada penyakit penyerta	2	6,7
Masalah Menyusui		
Tidak ada	16	53,3
Puting lecet	6	20
ASI belum lancar	8	26,7

Tabel 1. menunjukkan bahwa sebagian besar responden dalam rentang usia reproduksi (20-35 tahun) sebanyak 24 orang (80%) dan sisanya sebanyak 6 orang (20%) termasuk dalam golongan usia resiko tinggi. Untuk gravida ataupun jumlah kehamilan sebanyak 14 orang (46,7%) merupakan kehamilan yang pertama serta sebagian besar responden tidak bekerja yaitu sebanyak 19 orang (63,3%). Mayoritas responden tidak memiliki riwayat penyakit penyerta yaitu sebanyak 28 orang (93,3%).

**Tabel 2. Klasifikasi produksi ASI sebelum diberikan susu kedelai**

Peningkatan Produksi ASI	n	%
Sebelum konsumsi susu kedelai		
ASI tidak lancar	0	0
ASI sedikit lancar	11	36,3
ASI lancar	14	46,7

ASI sangat lancar	6	20
Sesudah konsumsi susu kedelai		
ASI tidak lancar	0	0
ASI sedikit lancar	0	0
ASI lancar	6	20
ASI sangat lancar	24	80

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa sebelum diberikan intervensi susu kedelai sebagian besar responden memiliki produksi ASI-nya lancar yaitu 14 orang (46,7%), ASI sedikit lancar 11 orang (36,3%), dan ASI sangat lancar 6 orang (20%). Peningkatan produksi ASI sesudah diberikan susu kedelai sebanyak 24 orang (80%) dengan kategori ASI sangat lancar dan 6 orang ASI lancar (20%).

Hasil uji ini menunjukkan nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh dari pemberian susu kedelai terhadap peningkatan produksi ASI. Pengaruh susu kedelai terhadap peningkatan produksi ASI menunjukkan efek positif dimana seluruh responden mengalami peningkatan produksi ASI. Dari analisis univariat diketahui sebanyak 24 ibu menyusui (80%) masuk dalam kategori ASI sangat lancar.

Wanita yang mengonsumsi 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. Meski mendapat protein dalam jumlah yang dibutuhkan tidak terlalu sulit, beberapa wanita yang terbatas pola makannya membutuhkan bantuan untuk mendapat jumlah ini, termasuk vegetarian dan

wanita yang tidak bisa mengonsumsi makanan tinggi protein [8].

Hal ini sesuai dengan penelitian Murtiana (2011) bahwa kandungan dari kacang-kacangan mampu membantu proses pertumbuhan janin pada ibu hamil serta mampu mengoptimalkan pengeluaran ASI pada ibu menyusui serta kepekatan warna ASI pada ibu menyusui, Maka dapat di asumsikan bahwa mengonsumsi soybean untuk ibu yang sedang menyusui dapat meningkatkan frekuensi ASI. Dimana pati dari soybean memiliki banyak kandungan gizi dan manfaat, potensinya dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin berefektif meningkatkan dan melancarkan produksi ASI, dan reflek dari prolaktin secara hormonal berguna untuk meningkatkan produksi ASI. Sewaktu bayi menghisap puting susu ibu akan terjadi rangsangan *neorahormonal* pada puting susu ibu dan areola ibu. Rangsangan ini diteruskan ke *hipofisis* melalui *nervos vagus*, kemudian ke *lobus anterior*. Dari lobus ini akan mengeluarkan hormon prolaktin, masuk ke peredaran darah dan sampai pada kelenjar-kelenjar pembuat ASI. Kelenjar ini akan terangsang untuk menghasilkan ASI [8].

Oksitosin merupakan merupakan hormon yang berperan untuk mendorong sekresi air susu (*milk let down*). Peran oksitosin pada kelenjar susu adalah mendorong kontraksi sel-sel mioepitel yang mengelilingi *alveolus* dari kelenjar susu, sehingga dengan berkontraksinya sel-sel mioepitel isi dari *alveolus* akan terdorong keluar menuju saluran susu, sehingga *alveolus* menjadi kosong dan memacu untuk sintesis air susu berikutnya [5].

Penelitian ini mengungkapkan bahwa pemanfaatan Soybean (*Glycine max*) dapat meningkatkan produksi ASI, sehingga diharapkan mampu menunjang keberhasilan

program pemerintah dalam upaya peningkatan cakupan pemberian ASI Eksklusif.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan bahwa adanya pengaruh pemberian susu kedelai terhadap peningkatan produksi ASI. Pengaruh Soybean (*Glycine max*) dapat dilihat dari peningkatan produksi ASI dan menunjukkan efek positif dimana seluruh responden mengalami peningkatan produksi ASI.

Kandungan gizi dan manfaat, potensinya dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin berefektif meningkatkan dan melancarkan produksi ASI, dan reflek dari prolaktin secara hormonal berguna untuk memproduksi ASI.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Bahiyatun, 2013, Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal, EGC, Jakarta
- [2] Cahyanto, Bibi Ahmad. 2013. Asupan Vitamin A, Perawatan Kesehatan, Produksi Air Susu Ibu (ASI), Dan Status Kesehatan Ibu Nifas. *Departemen Gizi Masyarakat. Fakultas Ekologi Manusia. Institut Pertanian Bogor.*
- [3] Departemen Pertanian. 2012. Pedoman Teknis Pengelolaan Produksi Tanaman Kedelai. [http://deptan.go.id/docupload/isiped\\_omanteknikedelai2012](http://deptan.go.id/docupload/isiped_omanteknikedelai2012).
- [4] DepKes RI. Profil Kesehatan Indonesia. Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2015.
- [5] Djama. 2018. Pengaruh Konsumsi Daun Kacang Panjang Terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Menyusui. *Jurnal Riset Kesehatan*. Vol 14 (1). Page 5-10
- [6] Handayani. 2011. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pemberi ASI Eksklusif pada Ibu Bayi 6-12 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Kecamatan Palmatak Kabupaten Kepulauan Anambas Provinsi Kepulauan Riau tahun 2011. Skripsi. Depok: UI
- [7] Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 450/ MENKES/ SK/ IV/ 2004 tentang *Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi Indonesia*.
- [8] Murtiana, T, 2011. *Pengaruh Konsumsi Daun Katuk dengan Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2011*. Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Bengkulu, Bengkulu
- [9] Notoatmojo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Penerbit Rineka Cipta Jakarta.
- [10] Nurliawati, Enok. 2010. Tesis : Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Produksi ASI pada Ibu Pasca Sectio Sesarea di wilayah Kota dan Kabupaten Tasikmalaya. <http://lib.ui.ac.id>.
- [11] Pramitasari, et al. 2017. Pengembangan Minuman Kedelai Hitam untuk Ibu Menyusui. *Jurnal Ilmu Pangan dan Hasil Pertanian*. Vol 1(1): page 1-10
- [12] Prasetyono D.S, 2014. *ASI Eksklusif, Pengenalan, Praktik, Kemanfaatan-kemanfaatannya*. Yogyakarta: Diva Press.
- [13] Putri Ardiana dkk. Pengaruh Pemberian Susu Kedelai (*Glycine Max Merrill*) Terhadap Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui 0-6 Bulan Di Pmb Suryani Kecamatan Medan Johor Tahun 2019 *Colostrum Jurnal Kebidanan*. eISSN: 2716-0114, Volume 1, No. 2
- [14] Riksani, R. Keajaiban ASI. Jakarta. Dunia Sehat; 2012
- [15] Rani Safitri. 2018. 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
- [16] Radharisnawati, N.K, Rina Kundre, Linnie Pondaag. 2017. Hubungan Pemenuhan Kebutuhan Gizi Ibu Dengankelancaran Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusuidi Puskesmas Bahu Kota Manado. *e-journal Keperawatan (e-Kp)*. Volume 5 Nomor 1.