

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN PANCA BHAKTI PONTIANAK  
LITA HERIYANI  
221140981541042

KARYA TULIS ILMIAH, JULI 2025  
PENGARUH KONSUMSI OLAHAN IKAN PATIN DAN KACANG MERAH  
TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU *POST PARTUM* DI WILAYAH  
KERJA PUSKESMAS PARIT MAYOR PADA TAHUN 2025.  
X + 66 Hal + 14 Tabel + 4 Gambar + 19 Lampiran

### ABSTRAK

**Latar belakang :** Produksi ASI merupakan salah satu indikator penting dalam keberhasilan menyusui, terutama pada masa *post partum*. Namun, masih banyak ibu yang mengalami hambatan dalam memproduksi ASI, Cakupan ASI eksklusif diprovinsi Kalimantan Barat (73%) dan wilayah kerja Puskesmas Parit Mayor hanya 25% untuk pemberian ASI eksklusif, disebabkan tidak lancarnya produksi ASI pada ibu *post partum* dan kurangnya intervensi berbasis Gizi. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 30 april 2025 tercatat 47 ibu menyusui, dengan 18 ibu memiliki ASI yang lancar dan 32 ibu mengalami ASI tidak lancar

**Tujuan :** Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh konsumsi olahan ikan patin dan kacang merah terhadap produksi ASI pada ibu *post partum* di wilayah kerja Puskesmas Parit Mayor tahun 2025.

**Metode :** penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan pendekatan *quasi eksperimen*, desain *nonequivalent control group design*. Populasi 47 ibu *post partum* dengan sampel 32 orang. Tehnik pengumpulan data yaitu *purposive sampling* instrumen penelitian ini menggunakan kuisioner dan lembar observasi dilakukan melalui observasi langsung yang mengukur perubahan volume produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi. Analisis data menggunakan uji-T

**Hasil :** penelitian menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI yang signifikan pada kelompok intervensi setelah pemberian olahan ikan patin dan kacang merah ( $p < 0,05$ ). Sementara itu, kelompok kontrol tidak mengalami perubahan signifikan.

**Kesimpulan :** Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi makanan bergizi berbasis bahan pangan lokal seperti ikan patin dan kacang merah dapat berpengaruh positif terhadap produksi ASI pada ibu *post partum*.

**Saran :** Diharapkan ibu menyusui dapat terus mengkonsumsi makanan tinggi akan gizi seperti ikan patin dan kacang merah untuk membantu meningkatkan produksi ASI.

**Kata Kunci :** ASI, ikan patin, kacang merah, ibu *post partum*, produksi ASI

**Daftar bacaan :** 28 (2012-2023)