



Lihat contoh di <https://drive.google.com/file/d/11-cYRigWPnwauNTSXORxv-XSIZO-xHWJ/view>

Minta diperbaiki:

1. Tolong setiap Dafpusnya di cek dan direview dengan google scholar
2. Dafpus minimal 20 dan harus sesuai dengan yang digunakan dalam manuskrip.kalau dafpus yg tidak dipakai harusnya didelete
3. Abstraknya lihat contoh di <https://drive.google.com/file/d/11-cYRigWPnwauNTSXORxv-XSIZO-xHWJ/view>
4. Dafpusnya banyak salah karena tidak sesuai dengan **American Psychological Association (APA)**
5. Tabel univariatnya tidak muncul???
6. Lokasi tempat penelitian tidak perlu ditulis berulang-ulang
7. Penulisan penomoran table tidak sesuai
8. Pada bagian metodologinya perlu ditambahkan **METODE PENELITIAN**

Sampel?lokasi?surat etiK?Lokasi?lamanya?Langkah2nya?quetioner yg dipakai? Uji validitasnya?berapa pertanyaan/item observasi?

9. Contoh tabel

Tabel 1. Karakteristik Responden N=30

Variabel	Jumlah (n)	Persentase (%)
Usia		
20-29 Tahun	16	53.3
30-39 Tahun	10	33.3
40-49 Tahun	4	13.3
Pendidikan		
SD	4	13.3
SMP	12	40.0
SMA	12	40.0
Perguruan Tinggi	2	6.7
Pekerjaan		
Tidak bekerja	24	80.0
IRT	2	6.7
Pegawai Swasta	4	13.3

Tabel 2. Tabel Analisis Selisih Nilai Perilaku Kekerasan Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol N=30

Variabel	n	Mean ± SD	t	p-value
----------	---	-----------	---	---------

Perilaku kekerasan sebelum (Kelompok Intervensi)	15	16,87 ± 1,46	11,50	0,00 *
Perilaku kekerasan sesudah (Kelompok Intervensi)	15	13,0 ± 1.00		
Perilaku kekerasan sebelum (Kelompok Tanpa Intervensi)	15	18,20± 2,21	5,12	0,00*
Perilaku kekerasan sesudah (Kelompok Tanpa Intervensi)	15	16,20± 2.11		

PENGARUH KONSUMSI *MUSA PARADISIACA* TERHADAP PRODUKSI ASI IBU MENYUSUI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIRING BETIK KEC. WONOSOBO KAB. TANGGAMUS TAHUN 2019

Oleh :
Aprina¹⁾ Adittio Rinaldi²⁾

1) Dosen Poltekkes Tanjung Karang

E-mail : aprinamurhan@yahoo.co.id

2) Alumni Mahasiswa keperawatan Universitas Mitra Indonesia

E-mail : adittiorinaldi03@gmail.com

THE EFFECT OF PARADITICAN MUSA CONSUMPTION ON THE PRODUCTIONOF BREAST MILK ASI IN THE BETIK CLEANING CENTER IN KEC. WONOSOBO KAB. TANGGAMUS 2019

Coverage of breastfeeding in Indonesia from 33 reporting provinces, 29 of which (88%) succeeded in achieving the 2015 strategic plan target (Kemenkes RI, 2016). Whereas in 2016 in Indonesia it was found that the percentage of babies getting exclusive breastfeeding up to the age of 6 months was 29.5% and babies who were breastfed at 0-5 months were 54.0% (Ministry of Health Republic of Indonesia, 2017). The effect of *Musa Paradisiaca* consumption on the production of breastfeeding mothers in the Working Area of Siring Betik Health Center, Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus 2019. This type of research is quantitative. Quasi Experimental method research design with One group pretest - posttest design approach. The population was 34 respondents, until they were used as nursing mothers, the statistical test used the dependent t-test. Breastfeeding production of breastfeeding mothers before giving *paradisiaca* to breastfeeding mothers in the Siring Betik Health Center, Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus 2019 for 34 breastfeeding mothers, with a mean 4.00 standard deviations 1.303 standard errors 0.223, after intervention with a mean 7.09 standard deviations 1.083 standard errors 0.186. The results of statistical tests using dependent tests obtained p-values of 0.000 ($\alpha < 0.05$). There is an influence of the consumption of *paradisiaca* consumption on the production of breastfeeding mothers in the Working Area of Siring Betik Health Center, Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus 2019. It is hoped that this research can be used as a guide to provide counseling about the provision of banana heart vegetables as a non-pharmacological alternative to facilitate breastfeeding for breastfeeding mothers, besides being economical and easily accessible.

Keywords: *Musa Paradisiaca* Consumption, Smooth Milk, Breastfeeding Mothers

Commented [u1]: <https://drive.google.com/file/d/11-cYRigWPnauNTSXORxv-XSIZO-xHWJ/view>

PENGARUH KONSUMSI *MUSA PARADISIACA* TERHADAP PRODUKSI ASI IBU MENYUSUI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SIRING BETIK KEC. WONOSOBO KAB. TANGGAMUS TAHUN 2019

Cakupan pemberian ASI di Indonesia dari 33 provinsi yang melapor, sebanyak 29 di antaranya (88%) berhasil mencapai target renstra 2015 (Kemenkes RI, 2016). Sedangkan Pada tahun 2016 di Indonesia diketahui bahwa jumlah persentase bayi mendapat ASI eksklusif sampai usia 6 bulan sebesar 29,5% dan bayi yang mendapat ASI usia 0-5 bulan sebesar 54,0% (Kemenkes RI, 2017). Diketahui pengaruh konsumsi *Musa Paradisiaca* terhadap produksi ASI ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019. Jenis penelitian ini adalah *Kuantitatif*. Desain penelitian metode Quasi Eksperimental dengan pendekatan *One group pretest – posttest*

design. Populasi sebanyak 34 responden, sampe yang digunakan adalah ibu menyusui, uji statistik menggunakan uji *t-tes dependen*. Produksi ASI ibu menyusui sebelum pemberian *musa paradisiaca* pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019 terhadap 34 orang ibu menyusui, dengan mean 4,00 standar deviasi 1,303 standar eror 0,223, setelah intervensi dengan mean 7,09 standar deviasi 1,083 standar eror 0,186. Hasil uji statistik menggunakan *tes-dependen* didapat nilai *p-value* 0.000 ($\alpha < 0.05$). Terdapat pengaruh konsumsi *musa paradisiaca* terhadap produksi ASI ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan panduan untuk memberikan penyuluhan tentang pemberian pemberian sayur jantung pisang sebagai alternatif non farmakologi memperlancar ASI kepada ibu menyusui, selain ekonomis dan bahanya mudah didapat.

Kata Kunci : Konsumsi *Musa Paradisiaca*, Kelancaran ASI, Ibu menyusui.

Commented [u2]: <https://drive.google.com/file/d/11-cYRigWPnwauNTSXORxv-XSIZO-xHWJ/view>

PENDAHULUAN LATAR BELAKANG

Badan kesehatan *World Health Organization* (WHO) dan *United Nations International Children's Emergency Fund* (UNICEF) merekomendasikan: inisiasi menyusu dini dalam waktu 1 jam dari lahir; ASI eksklusif selama 6 bulan pertama kehidupan; dan pengenalan nutrisi yang memadai dan aman komplementer (padat) makanan pada 6 bulan bersama dengan terus menyusui sampai 2 tahun atau lebih. Namun, banyak bayi dan anak-anak tidak menerima makan optimal, dimana hanya sekitar 36% dari bayi usia 0 sampai 6 bulan di seluruh dunia yang diberikan ASI eksklusif selama periode tahun 2007 sampai dengan tahun 2014 (WHO, 2016).

Cakupan pemberian ASI di Indonesia dari 33 provinsi yang melapor, sebanyak 29 di antaranya (88%) berhasil mencapai target renstra 2015 (Kemenkes RI, 2016). Sedangkan Pada tahun 2016 di Indonesia diketahui bahwa jumlah persentase bayi mendapat ASI eksklusif sampai usia 6 bulan sebesar 29,5% dan bayi yang mendapat ASI usia 0-5 bulan sebesar 54,0% (Kemenkes RI, 2017).

Tujuan dari pembangunan kesehatan salah satunya adalah menurunkan angka kematian bayi. Angka Kematian Bayi menurut *Sustainable Development Goals* (SDGs) tahun 2015 berjumlah 40 per 1000 kelahiran hidup dan masih menempati peringkat ke-4 tertinggi kematian bayi se-ASEAN. Angka kematian bayi (AKB) adalah jumlah kematian bayi dalam usia 28 hari pertama kehidupan per 1.000 kelahiran hidup (Kementerian Kesehatan RI, 2015). Berdasarkan data profil kesehatan Indonesia tahun 2017, bayi yang baru melahirkan mendapatkan inisiasi menyusu dini (IMD) seluruh Indonesia hanya 6,65%, sementara untuk Lampung sendiri hanya 3,03%. Untuk jumlah bayi yang mendapatkan ASI eksklusif sampai dengan enam bulan seluruh Indonesia 35,73%, sedangkan untuk Lampung hanya 32,21% (Profil Dinkes Kota Bandar Lampung, 2017).

Data Dinas Kesehatan Kota Bandar Lampung tahun 2018 menunjukkan bahwa terdapat 3 Puskesmas dengan cakupan pemberian ASI terendah yaitu, Puskesmas Sumur Batu, dengan total keseluruhan cakupan ASI eksklusif 6 bulan 142, sebanyak 102 bayi (28.17%) tidak mendapat ASI eksklusif usia 6 bulan, dan 40 ASI mendapat ASI eksklusif, Puskesmas Way Kandis, dengan total keseluruhan cakupan ASI eksklusif 6 bulan 919, sebanyak 621 bayi (32.93%) tidak mendapat ASI eksklusif usia 6 bulan, dan 298 ASI mendapat ASI eksklusif, Puskesmas Kemiling, dengan total keseluruhan cakupan ASI eksklusif 6 bulan 98, sebanyak 62 bayi (36.73%) tidak mendapat ASI eksklusif usia 6 bulan, dan 36 ASI mendapat ASI eksklusif.

Beberapa sayur yang dapat dijadikan sebagai peningkat kelancaran ASI adalah sayur daun katuk, sayur kacang hijau, sayur bayam merah, sayur daun papaya dan juga jantung pisang (Istiqoma, 2104). Jantung pisang memiliki khasiat dan manfaat untuk kesehatan karena kandungan gizi dan vitamin yang ada didalamnya. Jantung pisang diketahui mengandung zat laktogagum untuk melancarkan ASI, vitamin A, vitamin B1 dan vitamin C. Didalam jantung pisang juga terkandung beberapa mineral penting yang dibutuhkan oleh tubuh, antara lain zat besi, kalsium dan fosfor. Pada setiap 25 gram jantung pisang diketahui mengandung karbohidrat 7.1 gram, kalori 31 kkal, lemak 0.3 gram, dan senyawa protein sebanyak 1.2 gram (Marita, 2012; Hubaya, Kharimah, Sulimah, 2015)

Sebagai negara yang terletak di kawasan tropis, di Indonesia banyak ditemukan jantung pisang atau bunga pada pohon pisang. Kandungan nutrisi dalam jantung pisang antara lain protein, karbohidrat, serat, lemak, kalsium, fosfor, zat besi, tembaga, kalium, magnesium, serta vitamin E (Hubaya, Kharimah, Sulimah, 2015).

Pemanfaatan jantung pisang (*Musa Paradisiaca*) pada masyarakat sudah banyak ditemui, seperti menyembuhkan luka lecet pada kaki, memberikan perasaan kenyang yang lebih lama, digunakan untuk membuat sayur karena kandungan protein dan vitamin, serta dimakan untuk memperlancar dan memperbanyak produksi ASI. Pengolahan jantung pisang pada masyarakat biasa dilakukan dengan cara direbus, diurap, dikukus dan dioseng-oseng. Jantung pisang menjadi bahan makanan yang memiliki banyak manfaat dan mudah didapatkan oleh masyarakat karena bisa dengan mudah ditanam di pekarangan rumah (Hubaya, Kharimah, Sulimah, 2015).

Dengan pemanfaatan jantung pisang batu (*Musa Paradisiaca*) yang dapat meningkatkan produksi ASI, dapat membantu keberhasilan program pemerintah (Kementerian Kesehatan) dalam upaya pemberian ASI Eksklusif yaitu pemberian ASI saja sampai dengan usia bayi 6 bulan dan tetap diberikan ASI sampai usia anak 2 tahun yang ditambah dengan makanan pendamping ASI (MPASI) (Hubaya, Kharimah, Sulimah, 2015).

Berdasarkan hasil *prasurvei* yang dilakukan pada tanggal 10 Desember 2018 di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik, terhadap 10 orang ibu yang memiliki anak usia 4-6 bulan, 7 orang ibu (70%) menyatakan memberikan susu formula sebagai pelengkap ASI, dikarenakan ibu mengalami penurunan kelancaran ASI, sehingga anak tidak

Commented [u3]:

Commented [u4]:

Commented [u5]:

Commented [u6]:

puas, dan tidak cukup jika hanya diberikan ASI saja, selain itu ibu belum pernah mengonsumsi pelancar ASI seperti ekstrak katuk, daun papaya, ataupun konsumsi sayur jantung pisang, sedangkan 3 (30%) diantaranya hanya memberi ASI tanpa bantuan susu formula, atau makanan pendamping lainnya dikarenakan ibu takut jika nutrisi anaknya tidak terpenuhi dan dapat mengganggu pencernaan bayi, selanjutnya kelancaran ASI ibu tidak mengalami gangguan, ibu sering mengonsumsi sayuran hijau seperti daun katuk, daun papaya dan jantung pisang dibening.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh konsumsi *Musa Paradisiaca* terhadap produksi ASI ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019”

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian *kuantitatif*. Jenis penelitian kuantitatif adalah penelitian dengan memperoleh data yang berbentuk angka atau kualitatif yang diangkakan (Notoadmodjo, 2018). Rancangan dalam penelitian ini menggunakan desain Quasi Eksperimental dengan pendekatan *one group pretest – posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post partum yang datang di Tahun 2019 pada bulan Maret-April sebanyak 42 orang.. Sampel dalam penelitian ini adalah kelompok 1: 1 sebanyak 30 responden yang dibagi kedalam 2 kelompok perlakuan yaitu 15 kelompok intervensi, dan 15 kelompok kontrol dan pada 1 kelompok perlakuan menggunakan sampel minimal 15-25 responden (Dempsey, 2002).

HASIL

1 Sebelum Intervensi

Produksi ASI Ibu Menyusui Sebelum Pemberian *Musa Paradisiaca* Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019

Kelancaran ASI	N	Mean	Std. Deviasi	S.Error	Min-Max
ASI Sebelum Intervensi	34	4,00	1,303	0,223	2-7

Commented [u7]: buat sesuai standar

Dari tabel 4.2 diatas dapat diketahui bahwa produksi ASI ibu menyusui sebelum pemberian *musa paradisiaca* pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019 terhadap 34 orang ibu menyusui, dengan mean 4,00 standar deviasi 1,303 standar eror 0,223 dan nilai min-max 2-7

2. Setelah Intervensi

Tabel 4.3

Produksi ASI Ibu Menyusui Setelah Pemberian *Musa Paradisiaca* Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019

Kelancaran ASI	N	Mean	SD	SE	Min - Max

Commented [u8]:

ASI Sesudah Intervensi	34	7,09	1,083	0,186	5-8
------------------------	----	------	-------	-------	-----

Dari tabel 4.3 diatas dapat diketahui bahwa produksi ASI ibu menyusui sebelum pemberian *musa paradisiaca* pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019 terhadap 34 orang ibu menyusui, dengan mean 7,09 standar deviasi 1,083 standar eror 0,186 dan nilai min-max 5-8.

Analisis Bivariat

Tabel 4.4

Pengaruh Konsumsi *Musa Paradisiaca* Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019

Variabel	N	Mean	SD	SE	P-Value
Pra intervensi	34	4,00	1,303	0,223	0.000
Post intervensi	34	7,09	1,083	0,186	

Dari tabel 4.4 terlihat bahwa perbedaan hasil pengukuran terhadap 34 responden untuk melihat kelancaran ASI sebelum diberi sayur jantung pisang dengan mean 4,00 standar deviasi 1,303 standar eror 0,223 dan setelah diberi sayur jantung pisang dengan mean 7,09 standar deviasi 1,083 standar eror 0,186.

Hasil uji statistik menggunakan tes-dependen didapat nilai p-value 0.000 ($\alpha < 0.05$) yang artinya terdapat pengaruh konsumsi *musa paradisiaca* terhadap produksi ASI ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019.

Pembahasan

Analisis Univariat

1. Produksi ASI Ibu Menyusui Sebelum Pemberian *Musa Paradisiaca* Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019

Dari tabel 4.2 diatas dapat diketahui bahwa produksi ASI ibu menyusui sebelum pemberian *musa paradisiaca* pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019 terhadap 34 orang ibu menyusui, dengan mean 4,00 standar deviasi 1,303 standar eror 0,223 dan nilai min-max 2-7

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Elly Wahyuni, Sri sumiati, Nurlian, (2014) dengan judul Pengaruh Pemberian Sayur Jantung Pisang Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Menyusui di Desa Wonokerto Wilayah Puskesmas Peterongan Jombang di dapat bahwa produksi ASI sebelum konsumsi sayur jantung pisang rata-rata frekuensi menyusui adalah 5.7 kali dengan standar deviasi 0.80131 dan setelah mengkonsumsi sayur jantung pisang rata-rata frekuensi menyusui mengalami peningkatan menjadi 9.75 kali dengan standar deviasi 0.78640. Kolerasi antara dua variabel adalah sebesar 0.793 dan perbedaan nilai rata-rata peningkatan produksi ASI pada ibu yang tidak mengkonsumsi dan yang mengkonsumsi sayur jantung pisang adalah 4.05000 dengan sig 0.000. karena sig < 0.05. maka berarti bahwa rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah konsumsi jantung pisang batu adalah berbeda. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa pemberian jantung pisang batu dapat mempengaruhi peningkatan produksi ASI di wilayah puskesmas Sri Kuncoro Kabupaten Bengkulu Tengah.

Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Fikawati (2015) ASI adalah makanan yang terbaik bagi bayi pada 6 bulan pertama kehidupannya. Semua kebutuhan nutrisi yaitu protein, kabohidrat, lemak, vitamin, dan mineral sudah tercukupi dari ASI. ASI awal mengandung zat kekebalan tubuh dari ibu yang dapat melindungi bayi dari penyakit penyebab kematian bayi diseluruh dunia seperti diare, ISPA dan radang paru-paru. Dimasa dewasa terbukti bahwa bayi yang diberi ASI memiliki resiko lebih rendah terkena penyakit degenerative, seperti

Commented [u9]: lokasi penelitian tidak perlu ditulis berulang-ulang

Commented [u10]:

Commented [u11]:

darah tinggi, diabetes type 2, dan obesitas. Sehingga WHO sejak 2001 merekomendasikan agar bayi mendapat ASI eksklusif sampai umur 6 bulan.

Keberhasilan ibu menyusui sangat ditentukan oleh pola makan, baik di masa hamil maupun setelah melahirkan. Agar ASI ibu terjamin kualitas maupun kuantitasnya, makanan bergizi tinggi dan seimbang perlu dikonsumsi setiap harinya. Artinya, ibu harus menambah konsumsi karbohidrat, lemak, vitamin, mineral dan air dalam jumlah yang sesuai dengan kebutuhan tubuh selama menyusui. Bila kebutuhan ini tidak terpenuhi, selain mutu ASI dan kesehatan ibu terganggu, juga akan mempengaruhi jangka waktu ibu dalam memproduksi ASI (Fikawati dkk, 2015).

Menurut peneliti, produksi ASI merupakan tahap keberhasilan ibu memberikan nutrisi kepada anaknya, bila ibu mengalami kekurangan gizi dan asupan nutrisi maka dapat menyebabkan ASI tidak lancar, sehingga ibu dikatakan tidak berhasil dalam memberikan nutrisi yang cukup kepada bayi tersebut, dalam penelitian ini didapat rata-rata kelancaran ASI dari 17 responden sebesar 4,12 yang artinya ASI keseluruhan responden belum dapat dikatakan lancar.

2. Produksi ASI Ibu Menyusui Setelah Pemberian *Musa Paradisiaca* Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019

Dari tabel 4.3 diatas dapat diketahui bahwa produksi ASI ibu menyusui sebelum pemberian *musa paradisiaca* pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019 terhadap 34 orang ibu menyusui, dengan mean 7,09 standar deviasi 1,083 standar error 0,186 dan nilai min-max 5-8.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Elly Wahyuni, Sri sumiati, Nurlian, (2014) dengan judul Pengaruh Pemberian Sayur Jantung Pisang Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Menyusui di Desa Wonokerto Wilayah Puskesmas Peterongan Jombang di dapat bahwa produksi ASI sebelum konsumsi sayur jantung pisang rata-rata frekuensi menyusui adalah 5.7 kali dengan standar deviasi 0.80131 dan setelah mengkonsumsi sayur jantung pisang rata-rata frekuensi menyusui mengalami peningkatan menjadi 9.75 kali dengan standar deviasi 0.78640. Kolerasi antara dua variabel adalah sebesar 0.793 dan perbedaan nilai rata-rata peningkatan produksi ASI pada ibu yang tidak mengkonsumsi dan yang mengkonsumsi sayur jantung pisang adalah 4.05000 dengan sig 0.000. karena sig <0.05. maka berarti bahwa rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah konsumsi jantung pisang batu adalah berbeda. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa pemberian jantung pisang batu dapat mempengaruhi peningkatan produksi ASI di wilayah puskesmas Sri Kuncoro Kabupaten Bengkulu Tengah.

Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Harismayanti., Febriyona., Tuna, (2018). Jantung pisang merupakan jenis tanaman yang mengandung *laktagogum* memiliki potensi dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan substansi lainnya paling efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI. *Laktagogum* merupakan obat yang dapat meningkatkan atau memperlancar pengeluaran air susu. *Laktagogum* sintetis tidak banyak dikenal dan relatif mahal. Hal ini menyebabkan perlu dicarinya obat *laktagogum* alternatif. Upaya dalam peningkatan produksi ASI bisa dilakukan dengan cara melakukan perawatan payudara sejak dini dan rutin, memperbaiki teknik menyusui, atau dengan mengkonsumsi makanan yang dapat mempengaruhi produksi ASI.

Menurut peneliti, Untuk memperlancar produksi ASI sejumlah usaha bisa dilakukan yaitu dengan mengkonsumsi sejumlah *booster* ASI seperti herbal (daun katuk, daun kelor, jantung pisang dan lainnya) Jantung pisang dipilih karena merupakan jenis tanaman yang mengandung *laktagogum* memiliki potensi dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan substansi lainnya paling efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI. Reflek prolaktin secara hormonal untuk memproduksi ASI, sewaktu bayi menghisap puting payudara ibu, maka akan terjadi rangsangan neurohormonal pada puting susu dan areola ibu. Rangsangan ini akan diteruskan ke *hipofisis* melalui *nervos vagus*, kemudian ke *lobus antero*. Dari lobus ini akan mengeluarkan hormon prolaktin dan masuk ke peredaran darah dan sampai pada kelenjar-kelenjar pembuat ASI.

4.2.1 Analisa Bivariat

Commented [u12]:

Commented [u13]:

Commented [u14]:

Commented [u15]:

1. Pengaruh Konsumsi *Musa Paradisiaca* Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019

Dari tabel 4.4 terlihat bahwa perbedaan hasil pengukuran terhadap 34 responden untuk melihat kelancaran ASI sebelum diberi sayur jantung pisang dengan mean 4,00 standar deviasi 1,303 standar error 0,223 dan setelah diberi sayur jantung pisang dengan mean 7,09 standar deviasi 1,083 standar error 0,186.

Hasil uji statistik menggunakan tes-dependen didapat nilai p-value 0.000 ($\alpha < 0.05$) yang artinya terdapat pengaruh konsumsi *musa paradisiaca* terhadap produksi ASI ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sitti Hubaya, Karimah, Sulima (2016) dengan judul "Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Kepok Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Gambesi Kota Ternate" didapat hasil penelitian menunjukkan bahwa variable pengaruh konsumsi jantung pisang kepok terhadap peningkatan produksi ASI yaitu hasil analisis Odds Ratio menunjukkan ibu yang mengkonsumsi jantung pisang kepok lebih berpengaruh 4,750 kali lebih besar untuk mengalami peningkatan produksi ASI dari pada yang tidak mengkonsumsi jantung pisang kepok (OR = 4,750; 95% CI: 1,584-14,245) dan secara statistik menunjukkan ada hubungan yang bermakna ($p = 0,009$).

Sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Astutik (2015) Nutrisi merupakan makanan yang dikonsumsi dan mengandung zat-zat gizi tertentu untuk pertumbuhan dan menghasilkan energy. Masa nifas memerlukan nutrisi untuk mengganti cairan yang hilang, keringat berlebihan selama proses persalinan, mengganti sel-sel yang keluar pada proses melahirkan, menjaga kesehatan ibu nifas atau memperbaiki kondisi fisik setelah melahirkan (pemulihan kesehatan), membantu proses penyembuhan serta membantu serta membantu produksi air susu ibu (ASI).

Gizi Seimbang (*Balanced Diet*) telah dinyatakan oleh berbagai institusi atau kelompok ahli, tetapi pada intinya definisi Gizi Seimbang mengandung komponen-komponen yang lebih kurang sama, yaitu: cukup secara kuantitas, cukup secara kualitas, mengandung berbagai zat gizi (energi, protein, vitamin dan mineral) yang diperlukan tubuh untuk tumbuh (pada anak-anak), untuk menjaga kesehatan dan untuk melakukan aktivitas dan fungsi kehidupan sehari-hari (bagi semua kelompok umur dan fisiologis), serta menyimpan zat gizi untuk mencukupi kebutuhan tubuh saat konsumsi makanan tidak mengandung zat gizi yang dibutuhkan (Kemenkes RI, 2014).

Menurut peneliti, produksi ASI dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, seperti frekuensi memberikan ASI, makanan yang dikonsumsi hingga pola istirahat, senyawa laktogagum pada sayur papaya dapat meningkatkan kelancaran ASI ibu, hal tersebut dapat dilihat dari peningkatan rata-rata sebelum dan sesudah diberikan sayur jantung pisang, yaitu 4,12 menjadi 6,94 yang artinya terjadi perubahan secara signifikan.

Pada penelitian ini terjadi kenaikan yang signifikan dari produksi ASI ssebelum dan ASI sesudah, peningkatan antara 2-4 poin pada hasil sebelum dilakukan intervensi, menurut peneliti kandungan senyawa *laktagogum* yang terdapat pada jantung pisang memiliki potensi dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan substansi lainnya paling efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti dengan judul "Pengaruh Konsumsi *Musa Paradisiaca* Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019" didapat kesimpulan:

1. Dari 34 orang ibu menyusui, dengan mean 4,00 standar deviasi 1,303 standar error 0,223 dan nilai min-max 2-7
2. Dari 34 orang ibu menyusui, dengan mean 7,09 standar deviasi 1,083 standar error 0,186 dan nilai min-max 5-8.
3. Hasil uji statistik menggunakan tes-dependen didapat nilai p-value 0.000 ($\alpha < 0.05$) yang artinya terdapat pengaruh konsumsi *musa paradisiaca* terhadap produksi ASI ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Siring Betik Kec. Wonosobo Kab. Tanggamus Tahun 2019.

Commented [u16]:

Commented [u17]:

Saran

Bagi Ibu

Diharapkan untuk ibu menyusui agar dapat memanfaatkan sayur jantung pisang sebagai alternatif non farmakologi untuk memperlancar produksi ASI, selain dapat mudah dijumpai dan harganya ekonomis, manfaat jantung pisang dapat meningkatkan ASI secara signifikan.

Puskesmas Siring Betik

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan panduan untuk memberikan penyuluhan tentang pemanfaatan sayur jantung pisang untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar dapat dijadikan acuan dan sebagai referensi tambahan terkait penelitian dengan tema alternatif non farmakologi untuk melancarkan produksi ASI bagi ibu menyusui. Diharapkan juga kepada peneliti selanjutnya untuk menggunakan 2 kelompok untuk membandingkan produksi ASI pada kelompok yang diberi sayur dan tidak diberi sayur jantung pisang.

Daftar Pustaka

- Arikunto. (2013). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Astutik, Reni, Yuli. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui*. Jakarta: Trans Info Media.
- Elly Wahyuni, Sri Sumiati, Nurliani. (2012). *Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Batu Terhadap Peningkatan Produksi ASI Di Wilayah Puskesmas Srikunco Bengkulu Tengah*. <http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/hsr/article/view/3052>
- Fatmawati., Irdawati., Agustiar (2013) *Hubungan Yang Signifikan Antara Status Ekonomi Orangtua Dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Usia 0-6 Bulan Di Baki Sukoharjo*. http://eprints.ums.ac.id/27178/13/02_Naskah_Publikasi.pdf
- Fikawati, Sandra. (2015). *Gizi Ibu dan Bayi*. Raja Grafindo: Jakarta.
- Supranto. J. (2000; Aziz, 2010). *Metodologi Penelitian Untuk Kebidanan*. Nuha Medika: Yogyakarta.
- Harismayanti., Febriyona., Tuna. (2018). *Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Masa Nifas*. <http://jurnal.unmuhjember.ac.id/index.php/psn/article/view/1750>
- Hubaya, Kharimah, Sulimah, 2015. *Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Kepok Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Gambesi Kota Ternate*.
- Iswari, Indara (2017) *Gambaran Pengetahuan Suami Dari Ibu Menyusui (0-6 Bulan) Kabupaten Selumatahun*. <https://jurnal.unived.ac.id/index.php/JM/article/view/505>
- Kemendes RI. (2014). *Panduan Gizi Seimbang*.
- Khamariyah. (2014). *Hubungan Kondisi Psikologis Ibudengankelancaranproduksi Pada Ibu Pasca Melahirkan Di BPS ASKI Pakis Sido Kumpul Surabaya*. <http://journal.unusa.ac.id/index.php/jhs/article/view/50>
- Maryunani, Anik. (2015). *Inisiasi Menyusu Dini Asi Eksklusif Dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: Trans Info Media.
- Notoatmodjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Profil Dinkes Provinsi Lampung, 2018. *Cakupan Pemberian ASI Eksklusif*.

Profil Kemenkes RI. (2016). *Cakupan ASI dan Inisiasi Menyusui Dini*.

Profil Kemenkes RI. (2017). *Cakupan ASI dan Inisiasi Menyusui Dini*.

Sudarti., Fauziah. (2012). *Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi Dan Anak Balita*. Yogyakarta: Nuha Medika.

Vivian. (2011). *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Salemba Medika: Jakarta Selatan.

Walyani, Siwi, Elisabet. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*.Pustaka Baru Press: Yogyakarta.