

## **BAB V**

### **PEMBAHASAN**

Pada pembahasan ini penulis akan menjelaskan tentang hasil asuhan terhadap Ny. I P2A0 di PMB Rina Zulida, S.Tr.Keb, Lampung Selatan. Penulis melakukan asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan pemberian sayur daun katuk untuk meningkatkan produksi ASI terhadap Ny. I yang telah dimulai pada nifas hari ke 14 tanggal 20 Maret 2025 sampai dengan ibu nifas hari ke 21 yaitu tanggal 27 Maret 2025. Penulis melakukan pengkajian dan data dasar baik pengkajian data secara subjektif maupun data secara objektif.

Berdasarkan hasil pengkajian yang penulis peroleh melalui anamnesis dan pemeriksaan fisik terhadap ibu, didapatkan data subjektif dan objektif sebagai berikut: Ny. I mengatakan merasa cemas karena ASI yang keluar menjadi sedikit, bayinya rewel dan sering menangis, serta frekuensi BAK hanya 4 kali/hari dan BAB 1 kali/hari selama 3 hari terakhir. Ny. I menyusui bayinya 8 kali/hari. Padahal frekuensi normal bayi baru lahir adalah BAB minimal 2 kali/hari, BAK 6-8 kali/hari, menyusui 8-12 kali/hari, dan bayi akan tampak tenang, puas, serta tertidur setelah menyusui. Selain itu, frekuensi tidur normal bayi berkisar antara 14-16 jam/hari, dan payudara akan terasa tegang sebelum menyusui serta lembek setelah menyusui. Berdasarkan hasil tersebut, penulis menetapkan diagnosa ibu postpartum hari ke-14 dengan penurunan produksi ASI dan menetapkan kebutuhan tindakan segera untuk mengatasi keluhan tersebut.

Penurunan produksi ASI pada ibu nifas seperti yang dialami Ny. I dapat disebabkan oleh berbagai faktor. Menurut Rahmah et al. (2021), beberapa faktor yang memengaruhi produksi ASI antara lain tingkat stres atau kecemasan ibu, pola menyusui yang tidak optimal, kurangnya asupan nutrisi bergizi, serta frekuensi menyusui yang tidak cukup. Kondisi psikologis ibu, seperti cemas atau stres, dapat menghambat pelepasan hormon oksitosin yang berperan dalam pengeluaran ASI. Hal ini sesuai dengan yang dialami Ny. I yang mengaku merasa cemas karena bayinya sering menangis dan ASI yang keluar sedikit. Menurut Nuraini & Amelia (2020), kekurangan asupan makanan tinggi protein, cairan, dan zat gizi mikro seperti zat besi dan kalsium juga dapat menghambat produksi ASI.

Oleh karena itu, intervensi yang diberikan tidak hanya bersifat tindakan fisik, tetapi juga mencakup edukasi dan dukungan emosional.

Perencanaan yang diberikan terhadap Ny. I yaitu dengan menganjurkan ibu untuk mengonsumsi sayur daun katuk sebanyak 100 gram di siang hari selama enam hari berturut-turut. Penulis melakukan penilaian terhadap penerapan konsumsi sayur daun katuk tersebut dengan menggunakan lembar penilaian pada setiap kunjungan, serta menjelaskan kepada ibu manfaat dan tujuan mengonsumsi sayur daun katuk sebagai upaya untuk membantu meningkatkan produksi ASI.

Pada kunjungan ke-1 tanggal 20 Maret 2025 penulis melakukan pemeriksaan fisik dan tanda-tanda vital didapatkan score 2 dengan frekuensi BAB 1 kali/hari, BAK 4 kali/hari, menyusui bayi 8 kali/hari tidur 30-1 jam setelah menyusui, payudara ibu terlihat ASI tidak menetes dan tidak tegang sebelum menyusui, serta lembek setelah menyusui. Menurut Widuri Hesti (2023), daun katuk memiliki kemampuan memperlancar dan meningkatkan produksi ASI karena kandungannya yang meliputi hampir 7% protein, 19% serat kasar, vitamin K, pro-vitamin A (beta karoten), vitamin B dan C, serta mineral seperti kalsium, zat besi, kalium, fosfor, dan magnesium. Kandungan protein dalam daun katuk berkhasiat untuk menstimulasi pengeluaran ASI (Dolang, 2021). Selain itu, menurut Widowati et al. (2022), daun katuk termasuk tanaman yang berpotensi sebagai laktogogum, yaitu zat yang dapat meningkatkan dan memperlancar produksi ASI melalui peningkatan hormon prolaktin dan oksitosin.

Pada kunjungan ke-2 tanggal 21 Maret 2025 dan kunjungan ke-3 tanggal 22 Maret 2025, didapatkan score 2 dengan frekuensi BAB 1 kali/hari, BAK 4 kali/hari, menyusui 8 kali/hari, serta tidur sekitar 30 menit hingga 1 jam setelah menyusui. Pada kedua kunjungan tersebut, ASI belum terlihat menetes dan payudara tidak terasa tegang sebelum menyusui, namun lembek setelah menyusui. Pada kunjungan ke-4 tanggal 23 Maret 2025, score meningkat menjadi 3 dengan peningkatan frekuensi BAB menjadi 2 kali/hari, BAK 5 kali/hari, dan menyusui 10 kali/hari, sementara tanda-tanda pada payudara masih sama. Pada kunjungan ke-5 tanggal 24 Maret 2025, score bertambah menjadi 5, dengan frekuensi BAB tetap 2 kali/hari, BAK meningkat menjadi 6 kali/hari, menyusui 10 kali/hari, dan tidur sekitar 1 jam setelah menyusui. Meskipun ASI masih belum

menetes, payudara mulai teraba sedikit tegang sebelum menyusui. Perubahan signifikan mulai terlihat pada kunjungan ke-6 tanggal 25 Maret 2025, dengan score 6, frekuensi BAB 2 kali/hari, BAK 7 kali/hari, menyusui 11 kali/hari, dan tidur 1-2 jam setelah menyusui. ASI terlihat menetes dan payudara teraba tegang sebelum menyusui serta lembek setelahnya. Kondisi ini terus membaik pada kunjungan ke-7 tanggal 26 Maret 2025 dan ke-8 tanggal 27 Maret 2025, dengan score 7, frekuensi BAB meningkat menjadi 3 hingga 4 kali/hari, BAK 8 kali/hari, menyusui 12 kali/hari, tidur sekitar 2 jam setelah menyusui, serta payudara terlihat menetes dan teraba tegang sebelum menyusui dan lembek setelahnya.

Penulis memberikan apresiasi terhadap Ny. I atas kegigihan dan keberhasilannya dalam mengonsumsi sayur daun katuk yang dimana berpengaruh pada peningkatan produksi ASInya. Dilihat mulai dari peningkatan score penilaian pada lembar observasi dimana pada kunjungan ke-1 frekuensi BAB 1 kali/hari, BAK 4 kali/hari, menyusui 8 kali/hari, tidur  $\pm 30$ -1 jam setelah menyusui, pada payudara terlihat ASI tidak menetes dan teraba tidak tegang sebelum menyusui, serta lembek setelah menyusui. Setelah Ny. I mengonsumsi sayur daun katuk sebanyak 100 gram setiap hari pada siang hari selama 6 hari berturut-turut didapatkan hasil observasi yaitu frekuensi BAB 4 kali/hari, BAK 8 kali/hari, menyusui 12 kali/hari, tidur  $\pm 2$  jam setelah menyusui, pada payudara terlihat ASI menetes dan teraba tegang sebelum menyusui, serta lembek setelah menyusui.

Keberhasilan intervensi ini diperkuat dengan hasil penelitian sebelumnya. Berdasarkan penelitian oleh Tri Arsih Ramadana et al. (2022), pemberian sayur daun katuk 100 gram setiap pagi menunjukkan peningkatan produksi ASI, dari tidak keluar sama sekali hingga menjadi 120 ml setelah hari ke-6, dengan frekuensi BAK bayi meningkat menjadi 6 kali/hari dan BAB 3-4 kali/hari. Penelitian lain oleh Suyanti dan Anggraeni (2021) juga membuktikan efektivitas daun katuk dalam meningkatkan kecukupan ASI. Dalam penelitiannya, kelompok eksperimen mengalami peningkatan rata-rata kecukupan ASI dari 6,80 menjadi 8,47 ( $p = 0,002$ ), sedangkan pada kelompok kontrol tidak terjadi perbedaan yang signifikan ( $p = 0,200$ ). Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi daun katuk

memberikan pengaruh nyata terhadap produksi dan kecukupan ASI pada ibu menyusui.

Berdasarkan data hasil observasi dan pembanding dengan penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa intervensi konsumsi sayur daun katuk secara teratur selama 6 hari terbukti efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Hasil ini tidak hanya didukung oleh perubahan kondisi fisik ibu dan bayi yang diobservasi selama asuhan kebidanan, tetapi juga selaras dengan teori dan bukti ilmiah dari jurnal yang ada. Oleh karena itu, pemberian daun katuk dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi dalam asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan masalah produksi ASI yang menurun, serta penting pula memperhatikan faktor stres, frekuensi menyusui, dan asupan nutrisi yang berperan dalam keberhasilan menyusui.