

BAB V

PEMBAHASAN

Pada bab ini, penulis akan menguraikan asuhan yang diberikan kepada Ny. E, seorang ibu menyusui yang mengalami masalah dengan produksi ASI-nya di Klinik Bunda Tika dengan mengaplikasikan pemberian *smoothies* wortel madu. Asuhan kebidanan ini dilakukan di dua tempat yaitu di Klinik Bunda Tika dan juga di kediaman Ny. E, asuhan ini dilaksanakan selama 7 hari dengan 2 hari tambahan untuk pre dan post-intervensi yang di mulai dari tanggal 14 April 2025 hingga 22 April 2025. Asuhan dimulai pada hari ke-9 pascapersalinan dengan melakukan pengumpulan data awal melalui pre-test intervensi. Mengacu pada Widy (2021), tahap awal pengumpulan data merupakan proses penting di mana bidan mengumpulkan informasi dari berbagai sumber untuk melakukan evaluasi menyeluruh terhadap kondisi ibu dan bayi. Data yang dikumpulkan terdiri dari data subjektif dan objektif.

Data subjektif diperoleh melalui wawancara (anamnesis), di mana ibu menyampaikan bahwa ia merasa produksi ASI-nya tidak mencukupi untuk bayinya yang sering rewel, jarang buang air besar, dan tidak terlalu sering buang air kecil. Untuk memverifikasi keluhan tersebut, penulis menilai tanda-tanda kecukupan ASI pada ibu dan bayi. Ibu melaporkan bahwa bayinya menyusu 6 kali, buang air kecil 4 kali, dan buang air besar 1 kali dalam 24 jam. Berdasarkan hal tersebut, diketahui bahwa ibu masuk dalam kategori kurang produksi ASI, yakni sekitar 30%.

Data objektif kemudian dikumpulkan melalui pemeriksaan fisik yang berfokus pada kondisi ibu menyusui. Ditemukan bahwa ASI memang keluar, kondisi ibu secara umum baik, namun produksi ASI tergolong rendah. Hal ini sejalan dengan skala dalam penelitian Piyantoni tahun 2022 yang menyatakan bahwa produksi ASI dikategorikan rendah apabila nilai kecukupan ASI berada di bawah atau sama dengan 55% dari total indikator (Piyantoni, 2022).

Dari hasil pengumpulan data tersebut, penulis menetapkan diagnosis dan mengidentifikasi masalah yang dialami ibu. Diagnosis atau masalah harus

diidentifikasi berdasarkan interpretasi yang tepat terhadap data yang telah dikumpulkan, sehingga masalah yang ditemukan bersifat spesifik pada pasien. Setelah dianalisis, diketahui bahwa Ny. E, P2A0 usia 30 tahun pada hari ke-10 postpartum mengalami masalah produksi ASI yang rendah. Hal ini diperkuat oleh pernyataan dari Tim Manajemen Laktasi (2023) yang menyebutkan bahwa salah satu tanda pasti produksi ASI rendah adalah frekuensi buang air kecil yang kurang dari 6 kali sehari, bayi tampak tidak puas setelah menyusui yang membuat bayi sering menangis/rewel. Selain itu juga tanda lainnya adalah bayi jarang BAB (Tim Manajemen Laktasi, 2023).

Berdasarkan masalah yang ditemukan, kemudian ditetapkan diagnosa serta kemungkinan masalah yang dapat timbul pada kasus tersebut. Dalam kasus ini, potensi yang dapat terjadi adalah kegagalan dalam pemberian ASI eksklusif. Hal ini sejalan dengan pendapat Ranny Septiani dan Pranajaya (2023), yang menyatakan bahwa rendahnya produksi ASI menjadi salah satu penyebab utama kegagalan pemberian ASI eksklusif. Produksi ASI yang terbatas juga sering menjadi alasan ibu berhenti menyusui dan beralih ke susu formula (Ranny Septiani dan Pranajaya, 2023).

Tanaman lactagogue sebenarnya sudah banyak diketahui oleh masyarakat Indonesia. Lactagogum adalah zat yang dapat meningkatkan atau memperlancar pengeluaran air susu. Wortel adalah salah satu tanaman yang bisa dikonsumsi ibu menyusui untuk meningkatkan produksi ASI, hal ini disampaikan oleh penelitian Nurmish, Hindriati, Nuraidah dan Marisi (2022) yang berpendapat bahwa dalam wortel terkandung senyawa fitosterol yang berfungsi untuk meningkatkan dan memperlancar produksi ASI ibu nifas. Maka dari itu smoothies wortel madu terpilih menjadi terapi non-farmakologi yang diberikan pada Ny. E dalam peningkatan ASI.

Hari ke-10 pascapersalinan dianggap sebagai momen yang tepat untuk melaksanakan tindak lanjut berupa asuhan komplementer bagi ibu menyusui. Sebab, batas toleransi normal keluarnya ASI berada pada hari ke-3 hingga ke-9. Jika lebih dari hari ke-9 ASI belum optimal, maka dapat dikatakan sudah

melewati batas toleransi normal (Tim Manajemen Laktasi, 2023). Oleh karena itu, diperlukan intervensi tambahan untuk membantu meningkatkan produksi ASI.

Pada kasus Ny. E, disusun rencana asuhan kebidanan. Rencana untuk ibu dengan masalah produksi ASI rendah adalah pemberian asuhan kebidanan serta terapi komplementer berupa *smoothies* wortel madu guna merangsang produksi ASI. Dalam menjalankan tugasnya, bidan memiliki kewenangan untuk memberikan pelayanan kesehatan ibu dan anak, termasuk asuhan pada masa nifas sesuai dengan UU Nomor 17 Tahun 2023 di Pasal 274 dan 275. Oleh karena itu, asuhan kebidanan diberikan kepada Ny.E.

Intervensi dilakukan dengan pemberian *Smoothies* wortel madu yang dikonsumsi sebanyak 400 gram dengan 2 kali sehari pengonsumsiannya di pagi dan sore hari selama 7 hari. Efektivitas *smoothies* wortel madu ini tidak ditentukan oleh waktu konsumsi, melainkan oleh takaran wortel yang digunakan karena perbedaan jumlah akan mempengaruhi kandungan zat aktif yang diperlukan untuk mendukung produksi ASI. Berdasarkan penelitian Winarni dkk (2020), wortel mengandung fitosterol yang berfungsi sebagai laktagogum, yaitu zat yang membantu meningkatkan dan memperlancar produksi ASI. Selain itu, wortel mudah diperoleh dan dapat diolah dalam berbagai bentuk makanan, sehingga dipilih sebagai bahan asuhan komplementer.

Asuhan kebidanan dilaksanakan pada Ny. E dengan pendekatan menyeluruh. Dalam hal ini, diberikan asuhan untuk ibu menyusui dengan masalah produksi ASI rendah melalui pemberian *smoothies* wortel madu selama tujuh hari, dimulai dari 15 April hingga 21 April 2025, dengan menerapkan pendekatan 7 langkah Varney setiap harinya.

Pada tanggal 15 hingga 16 April 2025, Ny. E masih mengeluhkan hal yang sama, yakni rendahnya produksi ASI, bayi cenderung rewel dan gangguan tidur yang dialami ibu. Berdasarkan penilaian, produksi ASI masih dikategorikan kurang. Namun pada tanggal 17 April 2025 mulai terlihat adanya peningkatan frekuensi menyusui dan produksi ASI meningkat hingga mencapai kategori cukup, yakni sebesar 60%. Hal ini sesuai dengan penilaian menurut Naziroh yang

menyebutkan bahwa produksi ASI termasuk dalam kategori cukup apabila mencapai 56-75% dari indikator kecukupan ASI. Selanjutnya, pada tanggal 19 April hingga 20 April 2025, ibu melaporkan mengalami kelelahan dan dehidrasi akibat harus mengurus pekerjaan rumah tangga dan bayinya tanpa bantuan sehingga lupa untuk meminum banyak air putih. Kondisi tersebut berdampak pada penurunan frekuensi menyusui bayi menjadi 9 kali, buang air kecil 6 kali, dan buang air besar 2 kali dalam sehari di tanggal 19 April sedangkan di tanggal 20 April mengalami perubahan menjadi frekuensi bayi menyusui 9 kali, buang air kecil 7 kali dan buang air besar 2 kali (Naziroh, 2017).

Penurunan frekuensi menyusui merupakan salah satu indikator menurunnya produksi ASI. Faktor utama penyebab kondisi ini adalah kelelahan fisik dan kurangnya asupan cairan (dehidrasi). Asupan nutrisi, termasuk kecukupan cairan harian minimal tiga liter, sangat berpengaruh terhadap produksi ASI, mengingat hormon prolaktin sebagai pengatur utama laktasi sangat dipengaruhi oleh status nutrisi ibu. Oleh sebab itu, ibu dianjurkan untuk menjaga kecukupan cairan, menjaga pola aktivitas dan istirahat, serta memperoleh dukungan keluarga dalam proses menyusui (Ranny Septiani dan Pranajaya, 2023; Tim Manajemen Laktasi, 2023).

Pada tanggal 21 April 2025, yang merupakan hari ke-16 pascapersalinan, ibu menyatakan bahwa bayi telah menyusu sebanyak 12 kali, buang air kecil 8 kali, dan buang air besar 3 kali dalam 24 jam. Frekuensi ini sudah memenuhi indikator kecukupan ASI sebagaimana disampaikan oleh Mufdlilah et al. (2019), yakni minimal menyusu 8 kali, buang air kecil 6 kali, dan buang air besar 2 kali dalam sehari. Produksi ASI ibu pun telah meningkat dan dikategorikan baik (80%), mengacu pada kriteria Naziroh (2017) yang menyatakan bahwa kategori baik dicapai apabila skor kecukupan ASI berada dalam kisaran 76-100% (Mufdlilah et al., 2019; Naziroh, 2017).

Secara keseluruhan, berbagai faktor dapat berperan antara lain kondisi fisik dan psikologis ibu, teknik menyusui yang kurang tepat, serta kekurangan cairan. Sementara itu, faktor lain seperti konsumsi obat-obatan dan penggunaan kontrasepsi hormonal yang juga memengaruhi produksi ASI tidak ditemukan pada

ibu. Adapun intervensi yang diberikan dalam upaya peningkatan produksi ASI mencakup perawatan payudara, manajemen laktasi (posisi dan perlekatan), pemenuhan nutrisi ibu serta pemberian *smoothies* wortel madu sebagai intervensi komplementer (Monica, 2014; Chaizuran dan Hernita, 2023).

Tahapan selanjutnya adalah evaluasi intervensi. Tahapan ini dilaksanakan pada kunjungan ke-9 di tanggal 22 April 2025, di tahap ini ibu menyampaikan bahwa ASI ibu sudah mulai lancar yang ditandai dengan peningkatan pada frekuensi menyusui, buang air besar dan buang air kecil pada bayi, ibu sudah dapat merasakan geli ketika menyusui serta sudah dapat mendengar suara menelan ketika bayi menyusui. Hal ini sejalan dengan teori yang terdapat pada penelitian Piyantoni (2022) yaitu salah satu ciri tanda bayi cukup ASI adalah ibu dapat merasakan geli dan mendengar suara menelan ketika proses menyusui.

Hasil evaluasi menunjukkan bahwa peningkatan produksi ASI mulai terjadi pada hari ketiga intervensi (Cukup) dan terus meningkat hingga mencapai kategori baik pada hari ketujuh. Temuan ini sejalan dengan penelitian oleh Perintisari, Pramono dan Suryani (2023), yang dilakukan pada 18 ibu menyusui selama 7 hari dengan pemberian jus wortel. Dalam penelitian ini menyatakan hasil bahwa terjadi peningkatan ASI dengan nilai rata rata sebelum intervensi 40,00 ml menjadi 102,78 ml setelah intervensi. Penelitian ini juga menyatakan bahwa wortel mengandung vitamin A dan beta karoten yang berfungsi penting bagi ibu postpartum karena dapat merangsang hormon prolaktin di dalam epitel otak untuk menampung produksi ASI ibu, terutama jika dikonsumsi dalam bentuk *smoothies*.

Selain itu, penelitian oleh Winarni et al. (2020) juga mendukung hasil ini, yang menyimpulkan bahwa konsumsi wortel selama tujuh hari berpengaruh secara signifikan terhadap peningkatan produksi ASI. Dalam penelitian ini menggunakan sampel 20 ibu menyusui yang diberikan jus wortel madu selama 7 hari dan mendapatkan hasil rata rata sebelum intervensi adalah 414,25 ml menjadi rata rata 507 ml setelah intervensi.

Madu pada *smoothies* wortel juga berpengaruh terhadap peningkatan ASI pada Ny. E, hal ini didukung oleh penelitian Yuliaswati, Kamidan dan Kusumadewi (2024) yang menyatakan bahwa terjadinya peningkatan ASI pada 40

sampel ibu nifas dengan pengonsumsi madu di hari ke-4 dan ke-7. Dengan demikian, pemberian smoothies wortel madu kepada ibu menyusui terbukti efektif dalam meningkatkan produksi ASI. Hasil ini konsisten dengan teori dan berbagai hasil penelitian terdahulu.

Oleh karena itu, penerapan pemberian *smoothies* wortel madu dapat direkomendasikan sebagai salah satu bentuk intervensi komplementer dalam mendukung produksi ASI. Metode ini dapat dijadikan sebagai alternatif intervensi oleh mahasiswa kebidanan dalam praktik asuhan pada ibu menyusui, serta sebagai bahan pertimbangan untuk penelitian lanjutan yang berfokus pada efektivitas terapi makanan terhadap produksi ASI.