



Jurnal Kebidanan XVII (01) 01-16

Jurnal Kebidanan

<http://www.ejurnal.stikeseub.ac.id>



**TREATMENT PEMBERIAN MINUMAN REBUSAN DAUN KELOR DAN
REBUSAN DAUN LEMBAYUNG TERHADAP KELANCARAN ASI PADA
IBU NIFAS DI DESA PERDAWARAS KECAMATAN SEMAKA
KABUPATEN TANGGAMUS**

Winarsih^{1)*}, Wahyuningsih²⁾ Sri Wahyu Ningsih³⁾

^{1), 2), 3)} Program Studi Pendidikan Profesi Bidan STIKES Estu Utomo

Email: winarsih@stikeseub.ac.id; wahyu_eub2019@gmail.com

ABSTRAK

Menyusui adalah suatu proses ketika bayi mengisap dan menerima air susu dari payudara ibu. Pemberian rebusan daun kelor dan rebusan daun lembayung merupakan salah satu usaha untuk memperlancar pengeluaran ASI pada ibu nifas. Hasil studi pendahuluan pada bulan Januari – Februari 2024 di desa Perdawaras Kecamatan Semaka Tanggamus pada 3 orang ibu nifas hari ke 3 sampai hari ke 7, peneliti mendapat hasil bahwa 2 dari 3 orang ibu mengeluhkan ASI nya yang sedikit. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui perbedaan *treatment* pemberian minuman rebusan daun kelor dan rebusan daun lembayung terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas. Design penelitian ini *quasi eksperimen* dengan pendekatan *static group comparison*. Teknik sampling menggunakan *purposive sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas hari ke 3 sampai hari ke 7 sejumlah 33 ibu nifas dengan sampel penelitian 24 responden ibu nifas dengan 2 kelompok perlakuan di desa Perdawaras kecamatan Semaka Tanggamus pada bulan Mei - Juni 2024. Responden mengonsumsi minuman rebusan daun kelor dan rebusan daun lembayung selama 4 hari. Nilai rata-rata kelancaran pengeluaran ASI sesudah diberikan minuman rebusan daun kelor adalah 5,25 dan Nilai rata-rata kelancaran pengeluaran ASI sesudah diberikan minuman rebusan daun lembayung adalah 4,92. Analisis menggunakan uji *mann-withney* diperoleh nilai signifikan *p-value* 0,356 (*p-value* >0,05). Kesimpulan : tidak ada pengaruh *treatment* pemberian minuman rebusan daun kelor dan rebusan daun lembayung terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu nifas di desa Perdawaras Kecamatan Semaka Tanggamus.

Kata Kunci : Ibu menyusui, Pengeluaran ASI, Rebusan Daun Kelor, Rebusan Daun Lembayung.

**TREATMENT OF GIVING MORINGA LEAF BOILING AND LEMBAY LEAF
BOILING ON THE EFFECT OF POSTPARTUM MOTHER'S BREAST MILK IN
PERDAWARAS VILLAGE SEMAKA TANGGAMUS DISTRICT**

ABSTRACT

Breastfeeding is a process when a baby sucks and receives milk from the mother's breast. Giving boiled moringa leaves and boiled lembayung leaves is one of the efforts to facilitate the production of breast milk in postpartum mothers. The results of a preliminary study in January - February 2024 in Perdawaras Village, Semaka District, Tanggamus on 3 postpartum mothers on the 3rd to 7th day, the researchers found that 2 out of 3 mothers complained about their low breast milk. The purpose of the study was to determine the difference in treatment of giving boiled moringa leaves and boiled lembayung leaves on the smooth production of breast milk in postpartum mothers. The design of this study was a quasi-experimental study with a static group comparison approach. The sampling technique used purposive sampling. The population in this study were all postpartum mothers from day 3 to day 7 totaling 33 postpartum mothers with a research sample of 24 postpartum mothers with 2 treatment groups in Perdawaras village, Semaka sub-district, Tanggamus in May - June 2024. Respondents consumed boiled moringa leaves and boiled lembayung leaves for 4 days. The average value of smooth breast milk production after being given boiled moringa leaves was 5.25 and the average value of smooth breast milk production after being given boiled lembayung leaves was 4.92. Analysis using the Mann-Whitney test obtained a significant p-value of 0.356 (p-value > 0.05). Conclusion: There is no effect of treatment of giving boiled moringa leaves and boiled cattail leaves on the smoothness of breast milk production in postpartum mothers in Perdawaras Village, Semaka District, Tanggamus.

Keyword: Breastfeeding mothers, Breast milk production, Moringa leaf decoction, Lembayung leaf decoction

PENDAHULUAN

Menyusui adalah pemberian makanan yang sangat ideal dan berfungsi untuk pemeliharaan bayi baru lahir baik pertumbuhan dan perkembangannya dengan memberi makan yang alami, mudah, menguntungkan keluarga dan mencegah terjadinya penyakit infeksi pada bayi (Hiyana, 2017). Menyusui adalah suatu proses ketika bayi mengisap dan menerima air susu dari payudara ibu (Dehury, 2018).

ASI merupakan satu-satunya makan terbaik bayi sampai 6 bulan karena mempunyai komposisi gizi yang paling lengkap dan ideal untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi yang dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi selama 6 bulan pertama (Bakara, 2019). Pemberian ASI secara eksklusif adalah tindakan yang hanya memberikan ASI saja segera setelah bayi lahir sampai bayi berusia enam bulan tanpa tambahan makanan dan cairan apapun termasuk air putih (Kemenkes RI, 2017).

Berdasarkan data dari Panduan Indikator Program Gizi dan KIA tahun 2024 Target bayi usia kurang dari 6 bulan mendapat ASI Eksklusif yaitu 80% (Panduan Indikator Gizi, 2024). Sedangkan cakupan pemberian ASI Eksklusif di Indonesia mencapai 73.97% pada tahun 2023. dan cakupan pemberian ASI Eksklusif di Lampung sudah mencapai 76.2%.

Salah satu penyebab rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif bagi bayi dibawah usia enam bulan karena produksi ASI pada ibu nifas yang tidak lancar. Ketersediaan ASI yang lancar pada ibu menyusui akan membantu kesuksesan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan, sehingga membantu bayit umbuh dan berkembang dengan baik sesuai rekomendasi dari WHO. Produksi Air Susu Ibu (ASI) yang dihasilkan oleh seorang ibu tergantung pada beberapa factor diantaranya adalah status gizi ibu selama hamil dan menyusui, stress, dukungan keluarga. Usia ibu dan paritas (Hastuti, P. & Wijayanti, 2017). Data Nasional tahun 2020 menyebutkan bahwa ibu yang mengalami gangguan produksi ASI atau ASI tidak lancar sebesar 67% dari seluruh ibu menyusui (SDKI, 2021) (Badan Pusat Statistik, 2019).

Dampak yang terjadi apabila ASI tidak keluar dengan lancar yaitu saluran ASI tersumbat (*Obstructed duct*). Sering kali ibu mengeluh, didalam payudaranya terdapat benjolan atau bahkan bayi kurang suka menyusu akibat aliran ASI yang kurang lancar. Biasanya karena saluran ASI tersumbat. Jika air susu jarang dikeluarkan, maka air susu akan mengental sehingga menyumbat lumen saluran (Turlina, L. & Wijayanti, 2015).

Upaya untuk meningkatkan produksi ASI salah satu diantaranya dengan mengonsumsi sayur-sayuran. Adapun jenis sayuran yang dapat memperbanyak produksi ASI antara lain daun katuk, daun pepaya muda, daun kelor dan daun lebayung. Konsumsi daun kelor dan daun lebayung masih jarang dilakukan oleh ibu-ibu menyusui. Daun kelor dan daun lebayung merupakan tumbuhan alam yang berperan sebagai laktogogum karena dapat meningkatkan dan memperlancar ASI (Aliyanto, W., 2019).

Kegagalan dalam proses menyusui sering disebabkan karena timbulnya beberapa masalah, baik masalah ibu maupun pada bayi. Pada sebagian ibu yang tidak paham masalah ini, kegagalan menyusui sering dianggap permasalahan pada anak saja. Masalah dari ibu yang timbul selama menyusui dapat dimulai sejak sebelum persalinan (periode antenatal), masa pasca persalinan dini, dan pasca masa persalinan lanjutan. Masalah menyusui dapat pula diakibatkan karena keadaan khusus. Selain itu, ibu sering benar mengeluhkan bayinya menangis bahwa ASInya tidak cukup, atau ASInya tidak enak, tidak baik atau apapun pendapatnya sehingga sering menyebabkan diambilnya keputusan untuk menghentikan menyusui (Sutanto, 2018).

Pada masa bayi usia 0-6 bulan, kebutuhan nutrisi bayi sangat tergantung terhadap air susu dari ibunya (ASI). Pemberian ASI sebagai makanan pertama bayi yang berusia dibawah 6 bulan merupakan hal yang sangat diperhatikan karena bayi sebaiknya hanya diberikan ASI saja. Hal ini sangat ketergantungan terhadap produksi ASI dari ibu pada periode menyusui (Aliyanto, W., 2019).

Pada saat memperingati World Breastfeeding Week atau Pekan ASI Sedunia yang jatuh pada tanggal 1-7 Agustus 2019, WHO bekerjasama dengan United Nations Children's Fund (UNICEF) untuk mempromosikan kebijakan yang ramah keluarga sehingga memudahkan pemberian ASI. Selain itu juga, *World Health Organization* (WHO) dan United Nations Children's Fund (UNICEF) juga mendukung adanya tempat kerja ramah laktasi. Hal ini merupakan cara WHO dan United Nations Children's Fund (UNICEF) mendukung ibu menyusui diseluruh dunia. Tema Global World Breastfeeding Week tahun 2019 adalah "Empower Parents Enable Breastfeeding". Sedangkan di Indonesia mengangkat tema Nasional "Ayah dan Ibu Kunci Keberhasilan Menyusui". Pekan ASI sedunia merupakan momen peringatan untuk membangun semangat para ibu untuk memberikan ASI, karena ASI

memiliki peran penting dalam mendukung upaya perlindungan, promosi, dan dukungan menyusui bagi ibu dan si buah hati (Kemenkes RI, 2019).

Berdasarkan data yang dikumpulkan International Baby Food Action Network (IBFAN) , Indonesia menduduki peringkat ke tiga terbawah dari 51 negara didunia yang mengikuti penilaian status kebijakan dan program pemberian makan bayi dan anak (Infant-Young Child Feeding). Hal ini menunjukkan, pemberian ASI sebagai makanan pertama bayi masih kurang. (Aliyanto, W., 2019).

Faktor pelayanan kesehatan juga memiliki peran terhadap praktik pemberian ASI eksklusif dan kolostrum. Kurangnya edukasi yang dilakukan oleh tenaga kesehatan menjadikan ibu kurang memiliki pengetahuan yang baik mengenai ASI Eksklusif. Konseling laktasi dapat diberikan dan terjadi transfer pengetahuan tentang ASI Eksklusif. Selain perlunya konseling laktasi pada masa nifas, penggunaan tanaman herbal untuk meningkatkan produksi ASI bisa diberikan sebagai asuhan komplementer yang dapat diberikan pada saat kunjungan nifas (Pratiwi, T. E., Suwondo, A., 2018).

Kelor adalah pohon merunggai, daunnya dibuat sayur atau obat. Kelor merupakan tanaman perdu yang tinggi

pohonnya dapat mencapai 10 meter, tumbuh subur mulai dari dataran rendah sampai dengan ketinggian 1000 m diatas permukaan laut. Tanaman kelor dapat tumbuh subur pada berbagai jenis tanah kecuali tanah berlembung berat dan tumbuh subur pada tanah dengan pH netral sampai sedikit asam. Pohon kelor memiliki jenis daun majemuk bertangkai panjang, tersusun berseling (alternate), beranak daun gasal (imparipinnatus), helai daun saat muda berwarna hijau muda, setelah dewasa akan menjadi hijau tua, bentuk helai daun mulat elur sepanjang 1-2 cm dengan lebar 1-2 cm. Daun bertekstur tipis, lemas, ujung dan pangkal tumpul (obtusus), tepi rata, susunan pertulangan menyirip (pinnate), permukaan atas dan bawah daun halus. Kelor adalah tanaman super nutrisi. Kandungan nutrisi tersebar dalam seluruh bagian tanaman kelor dan seluruh bagian tanamannya dapat dikonsumsi, mulai dari daun, kulit batang, bunga, buah, sampai dengan akarnya yang seperti lobak. Senyawa tersebut meliputi nutrisi, mineral, vitamin, dan asam amino. Pemberian rebusan daun kelor diduga dapat meningkatkan kadar hormon menyusui dalam peningkatan kuantitas dan kualitas ASI. Banyaknya kandungan nutrisi di dalam daun kelor (*Moringa oleifera*) salah satunya seperti senyawa fitosterol (efek laktogogum) dalam meningkatkan kadar hormon

menyusui dan zat besi dapat memberikan dampak positif bagi kesehatan bayi.

Daun kacang panjang (Daun Lembayung) juga dikonsumsi dalam bentuk sayur dengan sebutan lembayung. Daun lembayung ini mudah diperoleh dan harganya murah. Masyarakat khususnya di desa-desa sering menggunakan daun lembayung sebagai pelancar ASI dan meningkatkan produksi ASI atau sebagai laktagogum. Memiliki potensi dalam menstimulasi hormon oksitoksin dan prolaktin seperti alkaloid, saponin, polifenol, steroid, flavonid dan substansi lainnya paling efektif dalam meningkatkan dan melancarkan produksi ASI. Kandungan gizi dan manfaat sayur lembayung bagi kesehatan. Memperlancar produksi ASI pada ibu yang menyusui, Mencegah penyakit anemia dan melancarkan peredaran darah, Memperkuat tulang, sendi dan juga gigi, Penambah tenaga dan mencegah lemah, letih dan kelesuan, Meningkatkan pola pikir dan kinerja dari otak, Meningkatkan kejernihan pandangan mata, Meluruskan air seni, Mencegah kerontokan rambut dan Mengatasi payudara bengkak setelah melahirkan (Djama, 2018).

Keberhasilan menyusui tergantung dari produksi ASI yang dihasilkan oleh ibu setelah melahirkan. ASI diproduksi dari hasil kerjasama antar hormonal yang ada dalam tubuh. Hormon esterogen

berperan menjaga tekstur dan fungsi payudara membesar dan merangsang pertumbuhan kelenjar ASI. ASI diproduksi setiap saat sebelum, selama dan sesudah bayi menyusui. Produksi ASI yang mencukupi atau berlebihan akan berpengaruh terhadap peningkatan berat badan bayi (Aliyanto, W., 2019).

Cakupan pemberian ASI Eksklusif di UPTD Puskesmas Sudimoro Tanggamus pada tahun 2023 mencapai 66%, cakupan ini masih jauh dari target yaitu 80% (Penilaian Kinerja Puskesmas, 2023). Hal ini disebabkan karena produksi ASI pada ibu nifas tidak lancar. Dan cakupan ASI Eksklusif di Desa Pardawaras yaitu 50% di tahun 2023, Desa Pardawaras menempati urutan ke 3 terendah dari 10 Desa di Wilayah Kerja Puskesmas Sudimoro.

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Januari sampai Februari 2024 di Desa Pardawaras terdapat 35 ibu yang melakukan persalinan. Sebanyak 14 orang ibu diantaranya mengalami kesulitan menyusui karena produksinya sedikit, sehingga bayi harus diberi susu tambahan (formula) melalui botol dot.

Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan pada 3 orang ibu nifas hari ke 3 sampai hari ke 7, peneliti mendapatkan hasil yaitu ibu pertama P2A0 usia 30 tahun merupakan ibu nifas

hari ke 3 mengeluhkan ASI yang keluar sedikit dan bayi tidak mau menyusui melalui payudaranya, ibu belum pernah mengonsumsi rebusan daun kelor dan daun lembayung. Ibu kedua P1A0 usia 22 tahun merupakan ibu nifas hari ke 4 mengeluhkan ASI belum keluar sama sekali dan belum pernah mengonsumsi rebusan daun kelor dan daun lembayung, sedangkan ibu ketiga P2A0 usia 31 tahun merupakan ibu nifas hari ketiga sudah mengeluhkan ASI dengan lancar.

Alasan peneliti menggunakan daun kelor dan daun lembayung karena daun kelor dan daun lembayung mudah didapatkan. Selain itu daun kelor juga lebih efektif meningkatkan produksi Air susu ibu atau ASI di bandingkan dengan tepung daun kelor. Hal ini di dukung dengan penelitian Zakaria et al., (2016) menunjukkan bahwa terdapat dampak ekstrak daun kelor dan tepung daun kelor terhadap produksi ASI. Selisih perbedaan peningkatan volume ASI kelompok ekstrak daun kelor lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok tepung daun kelor.

Atas dasar tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul treatment pemberian minuman rebusan daun kelor dan rebusan daun lembayung terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui di

Desa Pardawaras Kecamatan Semaka Kabupaten Tanggamus.

METODE

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode quasi eksperimen dengan pendekatan static group comparison, yaitu kelompok eksperimen menerima perlakuan selanjutnya dilakukan pengukuran atau observasi, rancangan suatu penelitian eksperimen yang dilakukan dengan cara memilih 2 kelompok studi (Notoatmodjo, 2020). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas hari ke 3 sampai hari ke 7 di Desa Pardawaras Kecamatan Semaka Tanggamus pada bulan Mei-Juni 2024 sejumlah 33 ibu postpartum. Sampel dalam penelitian ini adalah 24 ibu nifas dengan keluhan ASI tidak lancar pada hari ke 3 sampai hari ke 7 di Desa Pardawaras Kecamatan Semaka Tanggamus.

Teknik Sampling yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu pengambilan sampel yang di dasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang di buat oleh peneliti sendiri berdasarkan ciri atau sifat-sifat yang sudah di ketahui sebelumnya, dengan tujuan terpilihnya responden yang sesuai dengan kriteria yang diinginkan oleh peneliti (Notoatmodjo, 2017).

Alat dan bahan yang di gunakan dalam pemberian rebusan daun kelor adalah olahan masakan dari daun kelor berupa rebusan daun dengan takaran sebanyak 300 gram, yang di rebus menggunakan 1,5 liter selama 15 menit (hingga daun kelor lunak).setelah matang disaring dan ditambahkan ½ sendok madu. Sedangkan untuk pemberian rebusan daun lembayung Olahan daun lembayung berupa rebusan daun dengan takaran daun lembayung sebanyak 300 gram direbus menggunakan 1,5 L air selama 15 menit atau sampai daun lembayung lunak. setelah matang disaring dan ditambahkan ½ sendok madu yang sama sama diberikan untk ibu nifas setiap 1 kali rebusan untuk 3 kali Instrumen. Sebelum diberikan perlakuan ibu nifas yang dijadikan sampel sudah diberikan dulu cara mengkonsumsi rebusan daun lembayung maupun daun kelor. Rebusan daun kelor maupun daun lembayung dioleh sendiri

oleh peneliti, dan membagikan langsung ke ibu dibantu dengan bidan desa setempat. Selanjutnya dilakukan pemantaun dan observasi.

Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data (Notoatmodjo, 2018; 152). Pada penelitian ini peneliti menggunakan instrumen penelitian lembar observasi. Observasi di lakukan untuk mengetahui Kelancaran produksi ASI , dengan aspek yang dinilai yaitu keadaan payudara terlihat tegang sebelum disusukan, terlihat ASI merembes, Frekuensi menyusu bayi, Frekuensi BAK bayi, tidur bayi dan frekuensi BAB bayi. analisa data dilakukan uji paired sample T-test, tetapi jika data berdistribusi tidak normal maka analisa data dilakukan dengan uji mann whitney. Uji ini untuk melihat rata-rata pengeluaran ASI sesudah diberikan perlakuan pemberian rebusan daun kelor dan rebusan daun lembayung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden Pada Kelompok Perlakuan Rebusan Daun Kelor Di Desa Pardawaras Kecamatan Kabupaten Tanggamus (N=12)

Karakteristik	N	%
Usia		
Usia produktif (20-35 tahun)	10	83,3
Usia tidak produktif (<20 tahun dan >35 tahun)	2	16,7
Total	12	100
Pendidikan		
SMP	2	16,7
SMA	9	75

Sarjana	1	8,3
Total	12	100
Pekerjaan		
IRT	10	83,3
Wirausaha	2	16,7
Total	12	100
Paritas		
primigravida	8	66,7
Multigravida	4	33,3
Total	12	100

Sumber : Data Primer 2024

Dari tabel 1 menunjukkan bahwa dari kelompok rebusan daun kelor mayoritas diperoleh hasil ibu berusia reproduktif yaitu 10 orang (83,3%), mayoritas ibu berpendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) sebanyak 9 orang (75%), mayoritas pekerjaan ibu sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT) sebanyak 10 orang (83,3%), dan banyaknya paritas ibu mayoritas primigravida sebanyak 8 orang (66,7%)

Tabel 2. Karakteristik Responden pada Kelompok Perlakuan Rebusan Daun Lembayung di Desa Pardawaras Kecamatan Kabupaten Tanggamus (N=12)

Karakteristik	N	%
Usia		
Usia produktif (20-35 tahun)	10	83,3
Usia tidak produktif (<20 tahun dan >35 tahun)	2	16,7
Total	12	100
Pendidikan		
SMP	3	25
SMA	8	66,7
Sarjana	1	8,3
Total	12	100
Pekerjaan		
IRT	8	66,7
Wirausaha	4	33,3
Total	12	100
Paritas		
primigravida	8	66,7
Multigravida	4	33,3
Total	12	100

Sumber : Data Primer 2024

Dari tabel 2 menunjukkan bahwa dari kelompok rebusan daun lembayung mayoritas diperoleh hasil ibu berusia reproduktif yaitu 10 orang (83,3%), mayoritas ibu berpendidikan Sekolah Menengah Atas sebanyak 8 orang (66,7%), mayoritas pekerjaan ibu sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT)

sebanyak 8 orang (66,7%), dan primigravida sebanyak 8 orang
 banyaknya paritas ibu mayoritas (66,7%).

Tabel 3. Kelancaran Pengeluaran ASI Sebelum Diberikan Rebusan Daun Kelor

Pengeluaran ASI	N	%	min	max	Mean
0	0	0			
1	0	0			
2	6	50			
3	6	50	2	3	2,5
4	0	0			
5	0	0			
6	0	0			
Total	12	100			

Berdasarkan tabel 3 diatas ASI dengan skor 3 sebanyak 6 ibu
 menunjukkan bahwa kelancaran (50%). Nilai rata -rata sebelum
 pengeluaran ASI dengan skor 2 sebanyak diberikan rebusan daun kelor
 6 ibu (50%) dan kelancaran pengeluaran adalah 2,5.

Tabel 4. Kelancaran Pengeluaran ASI Sesudah Diberikan Rebusan Daun Kelor

Pengeluaran ASI	N	%	min	max	Mean
0	0	0			
1	0	0			
2	0	0			
3	1	8,3	3	6	5,25
4	0	0			
5	6	50			
6	5	41,7			
Total	12	100			

Berdasarkan tabel 4. menunjukkan 5 sebanyak 6 ibu (50%). dan kelancaran
 bahwa kelancaran pengeluaran ASI pengeluaran ASI dengan skor 6 sebanyak
 dengan skor 3 sebanyak 1 ibu (8,3%), 5 ibu (41,7%). Nilai rata -rata sesudah
 kelancaran pengeluaran ASI dengan skor diberikan rebusan daun kelor adalah 5,25.

Tabel 5.

Kelancaran Pengeluaran ASI Sebelum Diberikan Rebusan Daun Lembayung

Pengeluaran ASI	N	%	min	max	Mean
0	0	0			
1	0	0			
2	9	75			
3	3	25	2	3	2,25
4	0	0			
5	0	0			
6	0	0			
Total	12	100			

Berdasarkan tabel 5 diatas menunjukkan bahwa kelancaran pengeluaran ASI dengan skor 2 sebanyak 9 ibu (75%), dankelancaran pengeluaran ASI dengan skor 3 sebanyak 3 ibu (25%). Nilai rata-rata sebelum diberikan rebusan daun lembayung adalah 2,25

Tabel 6.
 Kelancaran Pengeluaran ASI Sesudah Diberikan Rebusan Daun Lembayung

Pengeluaran ASI	N	%	min	max	Mean
0	0	0			
1	0	0			
2	0	0			
3	2	21,7	3	6	4,92
4	0	0			
5	7	53,3			
6	3	25			
Total	12	100			

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa kelancaran pengeluaran ASI dengan skor 3 sebanyak 2 ibu (21,7%), kelancaran pengeluaran ASI dengan skor 5 sebanyak 7 ibu (53,3%).

Dan kelancaran pengeluaran ASI dengan skor 6 sebanyak 3 ibu (25%). Nilai rata -rata sesudah diberikan rebusan daun lembayung adalah 4,92.

Tabel 7. Uji Normalitas menggunakan *saphiro wilk*

Variabel	N	%	P-Value
Rebusan Daun Kelor	12	100	<0,001
Rebusan Daun Lembayung	12	100	<0,001

Sumber : Data Primer 2024

Dari tabel 7 menunjukkan bahwa hasil dari uji normalitas dengan menggunakan *saphiro wilk* didapatkan hasil *p-value* <0,001 yang berarti *p-value* <0,05 sehingga dapat disimpulkan

bahwa data berdistribusi tidak normal. Karena data tidak berdistribusi normal maka dilakukan pengujian menggunakan uji *mann – withney*

Tabel 8. Pendistribusian Data Menggunakan Uji *Mann – Withney*

Variabel	N	Mean		Mean rank	Z-Score	P-value
		pretest	posttest			
Rebusan Daun Kelor	12	2,50	5,25	13,71	-0,934	0,350
Rebusan Daun Lembayung	12	2,25	4,92	11,29		

Sumber : Data Primer 2024

Dari tabel 8 menunjukkan bahwa hasil uji *mann-withney* pada penelitian ini menunjukkan *p value* 0,350 (*p value* > 0,05) dan *Z-score* – 0,934, sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya tidak ada pengaruh yang signifikan pemberian rebusan daun kelor dan rebusan daun lembayung terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di desa Perdawaras kecamatan Semaka Tanggamus.

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa usia responden mayoritas usia responden adalah usia reproduktif (20-35 tahun) sebanyak 10 orang (83,3%).

Pada penelitian ini usia pada ibu nifas merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI. Hal ini sejalan dengan penelitian menurut Samosir *et al.*, (2022) yang menyatakan bahwa dimana usia 20 sampai dengan 35 tahun merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi produksi ASI lebih banyak dibandingkan dengan ibu – ibu yang usianya lebih tua, dan begitu juga pada ibu-ibu yang usianya sangat muda (kurang dari 20 tahun) produksi ASI nya juga kurang banyak karena dilihat dari tingkat kematurannya.

Sedangkan pekerjaan mayoritas responden yang bekerja sebagai IRT sebanyak 8 orang (66,7%). Pada penelitian ini pekerjaan pada ibu menyusui merupakan faktor mempengaruhi produksi ASI. Hal ini

sejalan dengan penelitian Bangun, A. V., Jatnika, G., & Herlina, (2020) yang menyatakan bahwa ibu yang tidak bekerja (ibu rumah tangga) bisa mengoptimalkan waktu untuk merawat bayi dan bisa tetap menyusui bayinya seperti biasa, karena isapan bayi saja sudah cukup untuk menjaga suplai ASI dan pada ibu yang bekerja merupakan salah satu kendala yang menghambat pemberian ASI eksklusif dimana produksi ASI ibu bekerja akan berkurang. Hal ini karena tanpa disadari ibu mengalami stress akibat berada jauh dari sang buah hati dan banyak berujung ibu bekerja yang menghentikan pemberian air ASI.

Berdasarkan data penelitian mayoritas ibu berpendidikan Sekolah Menengah Atas (SMA) sebanyak 8 orang (66,7%). Menurut peneliti tingkat pendidikan mempengaruhi tentang pengetahuan ibu tentang nutrisi gizi. Ibu menyusui sebaiknya mengonsumsi makanan yang tinggi akan nilai gizinya. Hal ini sejalan dengan penelitian Aprilia & Krisnawati (2019) yang menyatakan bahwa makanan yang dikonsumsi ibu menyusui sangat berpengaruh terhadap produksi dan kelancaran ASI. Apabila makanan yang ibu makan cukup akan gizi dan pola makan yang teratur, maka produksi ASI akan berjalan dengan lancar. Makanan yang seharusnya di konsumsi yaitu

makanan yang mengandung tinggi protein

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa nilai minimal kelancaran pengeluaran ASI dengan skor 2 sebanyak 6 ibu (50%) dan nilai maksimal kelancaran pengeluaran ASI dengan skor 3 sebanyak 6 ibu (50%). Nilai rata-rata sebelum diberikan rebusan daun kelor adalah 2,5. Sesudah diberikan rebusan daun kelor nilai minimum kelancaran pengeluaran ASI dengan skor 3 dan nilai maksimum kelancaran pengeluaran ASI dengan skor 6. Nilai rata-rata sesudah diberikan rebusan daun kelor adalah 5,25. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan kelancaran pengeluaran ASI setelah diberikan rebusan daun kelor. Menurut asumsi peneliti responden yang tidak mengalami kelancaran pengeluaran ASI setelah dilakukan intervensi karena ibu mengeluh tidak rutin mengonsumsi rebusan daun kelor.

Daun kelor memiliki berbagai khasiat salah satunya dapat memperlancar produksi ASI. Dalam penelitian ini ibu nifas diberikan daun kelor sebanyak 300 gram untuk dibuat rebusan dengan menggunakan 1,5 L air. Menurut Sinaga *et al.*, (2022) Tanaman kelor mampu memberikan vitamin C 7 kali lebih besar dibandingkan 1 buah jeruk, vitamin A 10 kali lebih besar dibandingkan wortel, kalsium 17 kali lebih tinggi dibandingkan susu, protein 9

kali lebih tinggi dibandingkan yoghurt, kalium 15 kali lebih tinggi dibandingkan pisang, dan zat besi 25 kali lebih tinggi dibandingkan bayam-bayam.

Menurut penelitian Monica (2020) menyatakan bahwa daun kelor juga mengandung mineral kalsium sebagai zat gizi mikro yang diketahui dapat mempengaruhi produksi hormon prolaktin. Sedangkan menurut penelitian Agagunduz (2020) menyatakan bahwa di dalam daun kelor terdapat kandungan polifenol yang dapat bekerja menghambat reseptor dopamin sehingga dapat meningkatkan sekresi hormon prolaktin.

Menurut penelitian Mundari *et al.*, (2023) senyawa penting lainnya yang berperan dalam produksi ASI adalah *fitosterol*. Daun kelor mengandung *fitosterol* yang terdiri dari *kampesterol*, *β-sitosterol*, dan *stigmasterol*. Senyawa tersebut berperan sebagai prekursor dalam produksi hormon estrogen yang bekerja dengan memicu pelepasan hormon prolaktin.

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa nilai minimum kelancaran pengeluaran ASI dengan skor 2 sebanyak 9 ibu (75%), dan nilai maksimum kelancaran pengeluaran ASI dengan skor 3 sebanyak 3 ibu (25%). Nilai rata-rata sebelum diberikan rebusan daun lembayung adalah 2,25. Sesudah diberikan rebusan daun

lembayung nilai minimum kelancaran pengeluaran ASI dengan skor 3 dan nilai maksimum kelancaran pengeluaran ASI dengan skor 6. Nilai rata - rata sesudah diberikan rebusan daun lembayung adalah 4,92. Hal ini menunjukkan bahwa ada peningkatan sebelum dan sesudah diberikan rebusan daun lembayung. Menurut peneliti hal ini disebabkan karena ketidakpatuhan ibu dalam mengonsumsi rebusan daun lembayung. Responden mengeluh bosan saat mengonsumsi rebusan daun lembayung setiap hari dan rasa yang kurang enak. Sehingga perlu dipertimbangkan sediaan lembayung atau kelor dalam bentuk ekstrak kapsul yang sudah teruji klinis.

Daun Lembayung merupakan salah satu tanaman yang juga berfungsi untuk meningkatkan kadar pengeluaran ASI. Menurut Fajrin *et al.*, (2023) Daun kacang panjang ini atau daun lembayung diketahui mengandung saponin dan polifenol yang dapat meningkatkan kadar prolaktin. Berbagai substansi dalam laktagogum memiliki potensi dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid. Daun kacang panjang mengandung energi sebesar 34 kilokalori, protein 4,1 gram, karbohidrat 5,8 gram, lemak 0,4 gram, kalsium 134 miligram, fosfor 145 miligram, dan zat besi 6 miligram.

Menurut Aulina (2020) menyatakan bahwa daun lembayung memiliki kandungan polifenol dan flavoid yang dapat merangsang produksi ASI dan memperlancar produksi ASI serta merangsang Oksitosin untuk proses *let down*. Selain itu kandungan protein dalam daun lembayun merupakan kontributor utama yang terlibat dalam regulasi metabolisme.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan nilai selisih rata-rata sebelum diberikan dan sesudah diberikan rebusan daun kelor sebesar 2,75. Sedangkan nilai selisih rata-rata sebelum dan sesudah diberikan rebusan daun lembayung sebesar 2,67. Dari tabel 4.5 menunjukkan bahwa hasil uji *mann-withney* pada penelitian ini menunjukkan *p value* 0,350 (*p value* > 0,05) dan *Z-score* - 0,934, sehingga tidak ada perbedaan pengaruh yang signifikan pemberian rebusan daun kelor dan rebusan daun lembayung terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di desa Perdawaras kecamatan Semaka Tanggamus.

Hal ini sejalan dengan penelitian Putri (2020) tentang perbedaan pemberian rebusan daun pepaya dan rebusan daun lembayung terhadap kelancaran pengeluaran ASI di kota metro yang menunjukkan hasil *p-value* 0,702 (*P-value* > 0,05) sehingga keduanya efektif dalam membantu

mempelancar produksi ASI . Hal ini juga sejalan dengan penelitian Samosir *et al.*, (2022) menunjukkan bahwa setelah dilakukan pemberian olahan daun lembayung yang mengalami produksi ASI meningkat 17 orang dengan presentase (89,5%), dan yang mengalami produksi ASI tidak meningkat sebanyak 2 orang (10,5%) sehingga hampir semua responden mengalami produksi ASI meningkat yang dialami ibu menyusui.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Sinaga *et al.*, (2022) menyatakan bahwa rebusan daun kelor daun kelor mengandung berbagai macam zat gizi serta sumber fitokemikal. Rendahnya gizi mikroyang dikonsumsi ibu menyusui akan mempengaruhi kemampuan untuk menyediakan ASI dengan kandungan gizi mikro yang cukup untuk pertumbuhan bayi dan didapatkan hasil bahwa daun kelor dapat mempengaruhi produksi ASI pada ibu.

Menurut asumsi peneliti, responden yang nilai skornya masih diangka minimal pada kelancaran pengeluaran ASI setelah diberikan rebusan daun kelor dan daun lembayung disebabkan karena ibu malas dan tidak teratur untuk mengonsumsi rebusan daun kelor dan rebusan daun lembayung selama 5 (lima) hari.

PENUTUP

Pada penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa Nilai rata-rata pengeluaran ASI pada ibu nifas dengan treatment pemberian minuman rebusan daun kelor di Desa Pardawaras Kabupaten Tanggamus Tahun 2024 adalah 5,25. Nilai rata-rata pengeluaran ASI pada ibu nifas dengan *treatment* pemberian minuman rebusan daun lembayung di Desa Pardawaras Kabupaten Tanggamus Tahun 2024 adalah 4,92.

Tidak ada *treatment* yang signifikan pemberian minuman rebusan daun kelor dan rebusan daun lembayung terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di desa Pardawaras kecamatan Semaka Tanggamus.

Saran dari peneliti untuk peneliti selanjutnya dapat melakukan pengembangan penelitian dalam memperlancar produksi ASI dengan variabel dan instrumen dalam bentuk ekstrak yang sudah melalui uji klinis memudahkan ibu mengonsumsi dan penting sekali untuk memberikan observasi yang ketat dalam pemilihan kelompok kontrol. Serta Bidan mampu memberikan edukasi tentang penggunaan terapi non farmakologi dengan media produk yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliyanto, W., & R. (2019) 'Efektifitas Sayur Pepaya Muda dan Sayur Daun Kelor Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum Primipara.', *Jurnal Kesehatan*, Volume 10(Nomor 1), p. 85.
- Aprilia, D. and Krisnawati, A. M. (2019) 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Post Partum', *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 6(1), pp. 1–7.
- Aulina, windi (2020) 'Pengaruh pemberian Olahan Daun Lembayung terhadap produksi ASI Di Wilayah Kerja Puskesmas Jimbaran Kecamatan Bandung Kabupaten Semarang', Penerbit Poltekkes Kemenkes Semarang, pp. 1–23.
- Badan Pusat Statistik (2019) *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI)*. Jakarta.
- Bakara, M. (2019) 'The Effect of Oxytocin Massage Method Using Lavender Essential Oils on The Smooth Production of Breast Milk At Mother Postpartum In Rejang Lebong Regency.', *Advances in Health Sciences Research (AHSR)*, 14((3)), pp. 91–94.
- Bangun, A. V., Jatnika, G., & Herlina, H. (2020) 'Hubungan antara Dukungan Keluarga dengan Kepatuhan Diet pada Penderita Diabetes Mellitus Tipe 2.', *Jurnal Ilmu Keperawatan Medikal Bedah*, 3((1)), pp. 1–76.
- Dehury (2018) 'Traditional Practices and Beliefs in Postpartum Care: Tribal Women in Maharashtra.', *Antyajaa. Indian Journal of Women and Social Change*. ANTYAJAA: Indian Journal of Women and Social Change, 3((1)), pp. 49–63.
- Djama, N. T. (2018) 'Pengaruh Konsumsi Daun Kacang Panjang Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui.', *Jurnal Riset Kesehatan*, Vol.7(No. 01), pp. 7–10.
- Fajrin, D. H., Rachmaida, A. and Elsa, N. (2023) 'Penggunaan Modul Edukasi Tentang Peningkatan Produksi ASI melalui pemberian Daun Lembayung', *Jurnal Paradigma*, 5(1), pp. 89–96.
- Hastuti, P. & Wijayanti, I. T. (2017) 'Analisis deskriptif faktor yang mempengaruhi pengeluaran ASI pada ibu nifas di Desa Sumber Kecamatan Sumber Kabupaten Rembang', *URECOL*, pp. 223–232.
- Hiyana, C. (2017) 'Pengaruh Metode Stimulasi Pijat Endhorpine, Oksitosin dan Sugestif (SPEOS) terhadap Produksi Asi pada Ibu Nifas.', *Nursing*, 5((2)), pp. 49–56.
- Kemenkes RI (2017) *Profil Kesehatan Indonesia 2016*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI (2019) *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Mundari, R., Fitri Agustina, I. and Megawati (2023) 'Pengaruh Pemberian Ekstrak daun Kelor Terhadap Peningkatan Produksi Asi pada Ibu Menyusui the Effect of Mingoring Leaf Extract on Increasing Breast Milk Production in Breastfeeding Mothers', *Jurnal Kebidanan Basurek*, 8(1), pp. 27–36.
- Notoatmodjo (2017) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2020) *Metodologi Penelitian Kesehatan Edisi Revisi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Pratiwi, T. E., Suwondo, A., & M. (2018) 'Exclusive Breasfeeding Improvement Program Using Carica Papaya Leaf Extract on the Levels of Prolaction Hormones.', *International Journal of Science and Research (IJSR)*., 7((9)), pp. 548–551. Available at: doi: 10.21275/ART20191148.
- Putri, I. L. (2020) 'Pengaruh pemberian Rebusan Daun pepaya dan

- Rebusan Daun Lembayung Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI pada Ibu Menyusui di Praktik Mandiri Bidan Amrina Kota Metro Tahun 2020', *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 3(1), p. 641.
- Samosir, W. L. et al. (2022) 'Pengaruh Daun Lembayung Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui', *Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro*, 5(1), pp. 67–74.
- Sinaga, K. et al. (2022) 'Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Kelor Terhadap Kelancaran Produksi Asi pada ibu Nifas', *Indonesian Healt Issue*, 1, pp. 16–25.
- Sutanto, A. V. (2018) *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Turlina, L. & Wijayanti, R. (2015) Pengaruh Pemberian Serbuk Daun Pepaya Terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Nifas di BPM Ny. Hanik Kabupaten Lamongan. *Stikes Muhammadiyah Lamongan*.
- Zakaria et al. (2016) 'Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Kelor Terhadap Kuantitas Dan Kualitas Air Susu Ibu (Asi) Pada ibu Menyusui Bayi 0-6 Bulan', *Jurnal MKMI*, 12((3)), pp. 161–169.