

---

## PENGARUH PEMBERIAN OLAHAN JANTUNG PISANG TERHADAP KELANCARAN AIR SUSU IBU (ASI) PADA IBU POST PARTUM

Syahroni Damanik<sup>1</sup>, Pratiwi Nasution<sup>2</sup>, May Frinsiska Siahaan<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

[syahronidamanik6@gmail.com](mailto:syahronidamanik6@gmail.com), [pratiwinasution@helvetia.ac.id](mailto:pratiwinasution@helvetia.ac.id), [maysiska42@gmail.com](mailto:maysiska42@gmail.com)

---

### Kata Kunci:

Post Partum, Kelancaran ASI, Jantung Pisang

### ABSTRAK

**Latar Belakang :** ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi, namun menurut *World Health Organization* tahun 2023 mendata secara global cakupan ASI eksklusif sebesar 44%, hal ini disebabkan ASI ibu tidak keluar, sehingga perlu diberikan makanan yang tinggi mengandung laktogogum seperti olahan jantung pisang. Jantung pisang memiliki zat gizi yang tinggi yang dapat memenuhi kebutuhan nutrisi dan mempengaruhi kecukupan ASI, sehingga masa menyusui menjadi lancar. **Tujuan :** mengetahui pengaruh pemberian olahan jantung pisang terhadap produksi Air Susu Ibu (ASI) pada ibu postpartum di Klinik Lasmi Kartika Desa Tanah Tinggi. **Metode :** Metode penelitian menggunakan eksperimen semu (*quasi eksperimen*). Penelitian ini dilakukan di klinik Lasmi kartika desa tanah tinggi bulan Juli 2024. Populasi adalah ibu post partum sebanyak 15 orang. Sampel menggunakan *purposive sampling* sebanyak 10 orang. Analisa data menggunakan univariat dan bivariat dengan uji paired t test. **Hasil :** mayoritas karakteristik responden umur 20-35 tahun sebanyak 7 orang (70%), pendidikan SMA sebanyak 8 orang (80%) dan pekerjaan IRT sebanyak 10 orang (100%). Rata-rata kelancaran ASI pre pemberian olahan jantung pisang adalah 31,5 ml dan kelancaran ASI post pemberian olahan jantung pisang adalah 71,5 ml. berdasarkan uji uji t paired t test menunjukkan bahwa nilai sig. 0,001 < 0,05. **Kesimpulan :** ada pengaruh pemberian olahan jantung pisang terhadap kelancaran Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Post Partum di Klinik Lasmi Kartika Desa Tanah Tinggi dan diharapkan kepada ibu untuk mengkonsumsi olahan jantung pisang.

### Keywords:

Post Partum, Breast Milk Fluency, Banana Flower

### Abstract

**Introduction;** Breast milk is the best food for babies, but according to the World Health Organization (WHO) in 2023, global coverage of exclusive breast milk is recorded at 44%, this is because the mother's breast milk does not come out, so it is necessary to give food that is high in lactogogum, such as processed banana blossoms. Banana blossoms have high levels of nutrients that can meet nutritional needs and influence breast milk adequacy, so that the breastfeeding period goes smoothly. **Objective:** determine the effect of providing processed banana flower to the smooth production of breast milk in postpartum mothers at Lasmi Kartika Clinic, Tanah Tinggi Village. **Method;** The is quasi-experimental research that was conducted at clinic in July 2024. The population was 15 post partum mothers. The sample used purposive sampling as many as 10 people. Data analysis using univariate and bivariate with paired t test. **Result;** The findings showed that the majority of respondents aged 20-35 years were 7 individuals (70%), 8 people (80%), and 10 people (100%), respectively. The average smoothness of breast milk before providing processed banana flower 31.5 ml, while the average smoothness of breast milk after giving processed banana flower 71.5 mL. The paired t test resulted in a sig value of 0.001 < 0.05. **Conclusion;** The study concluded that giving processed banana heart had an influence on the smoothness of breast milk in postpartum mothers at Lasmi Kartika Clinic, Tanah Tinggi Village and mothers are expected to consume processed banana blossoms.

### Info Artikel

Tanggal dikirim:11-10-2024

Tanggal direvisi:03-01-2025

Tanggal diterima:06-01-2025

DOI Artikel:

10.36341/jomis.v9i1.5295

[Creative Commons](#)

[Attribution-NonCommercial-](#)

[ShareAlike 4.0 International](#)

[License.](#)

## PENDAHULUAN

Jantung pisang merupakan salah satu tanaman yang dihasilkan dari pohon pisang. Pisang merupakan komoditi lokal yang banyak di temukan di Indonesia termasuk di daerah Desa Tanah Tinggi, terutama pisang kepok. Masyarakat disana

umumnya mengkonsumsi jantung pisang sebagai makanan pendamping nasi untuk di jadikan berbagai santapan gulai ataupun sayuran berkuah. Jantung pisang sebagai makanan yang umumnya disukai akan ditingkatkan versinya melalui olahan makanan berbentuk nugget, dimana nugget

dapat menarik minat bukan hanya orang dewasa saja melainkan juga anak kecil sehingga tertarik untuk mengkonsumsinya.

Nugget atau *nugget* adalah olahan daging ayam yang dihaluskan dan diberi berbagai campuran bahan seperti tepung, pengemulsi, bumbu dan air. Nugget sendiri mudah untuk disajikan ataupun disimpan dalam jangka waktu yang lama sehingga sangat praktis untuk dimakan. Jantung pisang yang akan diolah menjadi nugget menggunakan jantung pisang kepok dengan penambahan bumbu dan penyedap pangan lainnya, diproses dengan cara di haluskan, dikukus dan akhirnya di masak menggunakan teknik air frayer, sehingga makanan aman dari minyak dan rasanya lebih renyah.

*Nugget* jantung pisang yang mudah disajikan akan membantu meningkatkan nutrisi bagi ibu menyusui dikarenakan kandungan jantung pisang dan manfaatnya sebagai 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. Kandungan gizi jantung pisang dalam 100 gram mengandung banyak nutrisi seperti 51 kilo kalori, 1.6 g lemak, 9.9 karbohidrat, 5.7 serat, 56 mg kalsium, 73.3 mg fosfor, 56.4 mg besi, 13 mg tembaga, 553.3 mg kalium, 48.7 mg magnesium dan 1.07 mg vitamin [1].

Zat gizi yang tinggi di dalam jantung pisang dapat memenuhi kebutuhan nutrisi dengan kombinasi makanan lain seperti, zat gizi makro, sayur dan buah, akan mempengaruhi kecukupan ASI, sehingga masa menyusui menjadi lancar, setiap hari ibu dianjurkan untuk mengkonsumsi air sebanyak 2 liter/hari, makan makanan bergizi seperti ikan, telur dan sayur segar serta buah-buahan yang mengandung banyak vitamin [2]. Konsumsi nutrisi pada ibu menyusui dapat memengaruhi kualitas produksi ASI yang di hasilkan. Ibu menyusui sebaiknya

mengkonsumsi asupan gizi kurang lebih 1.800-2000 kalori perhari. Akibat tidak terpenuhi asupan gizi yang cukup maka kelenjar produksi ASI dalam payudara tidak akan bekerja dengan sempurna dan akan berpengaruh terhadap pengeluaran ASI [3].

Air Susu Ibu (ASI) merupakan salah satu nutrisi penting untuk mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal agar dapat terbentuknya generasi emas di masa yang akan datang. Pemberian ASI secara eksklusif mampu membuat bayi terhindar dari berbagai ancaman kesehatan dikarenakan komposisi ASI mampu mencukupi kebutuhan bayi baru lahir sampai enam bulan pertama serta berbagai zat gizi yang terkandung dalam ASI mampu untuk menjaga sistem imunitas bayi terutama infeksi *gastrointestinal* yang dapat meningkatkan risiko kematian pada bayi baru lahir.

Angka kematian bayi (AKB) merupakan salah satu indikator derajat kesehatan di suatu masyarakat atau negara dikarenakan indikator ini merujuk pada kemampuan status sosial keluarga bayi atau kualitas pelayanan kesehatan. Menurut Profil Kesehatan Indonesia tahun 2022 memperlihatkan AKB sebesar 20.727 kasus dengan deskripsi umur 0-28 hari sebanyak 18.281 kematian atau sekitar 75,5% pada usia 0-7 hari dan 24,5% kematian terjadi pada usia 8-28 hari. Sementara kematian usia 29 hari-11 bulan sebanyak 2.446 kematian. Pada data tersebut terdapat angka kematian tertinggi pada kelompok umur 0-7 hari. Penyebab kematian pada kelompok umur 0-28 hari dikaitkan dengan berat badan lahir rendah (BBLR) sebesar 28,2%, asfiksia sebesar 25,3%, infeksi sebesar 5,7%, kelainan kongenital sebesar 5%, tetanus neonatorum sebesar 0,2% dan covid-19 sebesar 0,1% [4].

Infeksi akibat kematian pada bayi umur 0-28 hari dapat diminimalisir melalui pemberian ASI eksklusif dikarenakan kandungan *immunoglobulin* ASI mampu

untuk meningkatkan sistem imunitas tubuh bayi terutama pada bagian pencernaan bayi. *World Health Organization* (WHO) tahun 2023 mendata secara global cakupan ASI eksklusif sebesar 44% [5]. Data dari Profil Kesehatan Indonesia mencatat bahwa pada tahun 2022 angka ASI eksklusif sebesar 61,5% dengan provinsi tertinggi Nusa Tenggara Barat sebesar 80,1% dan terendah pada provinsi Papua Barat sebesar 10,7%. Sementara Sumatera Utara tercatat capaian ASI eksklusif sebesar 44,5% Kondisi capaian ASI eksklusif di Indonesia sudah mencapai target program sebesar 45% akan tetapi masih ada beberapa provinsi yang capaian ASI eksklusif belum mencapai target termasuk Provinsi Sumatera Utara [4].

Masalah tidak tercapainya ASI eksklusif disebabkan oleh berbagai kondisi baik pada ibu sendiri dimana pada saat melahirkan produksi ASI mengalami penurunan, tidak dilakukannya inisiasi menyusui dini (IMD) yang mengakibatkan kurangnya rangsangan hormon oksitosin dan prolactin yang berfungsi untuk melancarkan produksi ASI [3].

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Yuliani, Friscila dan Mariana (2023) menunjukkan bahwa dengan pemberian jantung pisang di dapatkan rerata produksi ASI sebelum perlakuan rentang 401-500 cc dengan nilai rerata 496,6667, rerata produksi ASI sesudah perlakuan rentang 801-900 cc dengan nilai rerata 816,6667, rerata produksi ASI pada kelompok kontrol rentang 401-500 cc dengan nilai rerata 453,333 pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Murung Pudak [6].

Penelitian yang dilakukan oleh Hutabarat, Sitepu, Natalia, dan Elisabet (2020) menunjukkan bahwa produksi ASI pada ibu nifas sebelum konsumsi jantung pisang rata-rata responden mengalami ASI tidak lancar sebanyak 17 (85%), setelah mengkonsumsi jantung pisang produksi ASI lancar sebanyak 20 (100%). Terdapat Pengaruh Konsumsi

Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Nifas di Puskesmas Deli Tua ( $P\text{ value}=0,000$ ) [7].

Berdasarkan survei awal yang peneliti lakukan kepada 10 orang ibu nifas di dapatkan 5 ibu memberikan ASI sekaligus sufor untuk memenuhi kebutuhan nutrisi pada bayinya, 3 orang ibu memberikan sufor saja dikarenakan ASI belum keluar dan 2 orang ibu sudah memberikan ASI saja kepada bayinya.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Olahan Jantung Pisang Terhadap Kelancaran Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Postpartum Di Klinik Lasmi Kartika Desa Tanah Tinggi Tahun 2024”. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian olahan jantung pisang terhadap produksi Air Susu Ibu (ASI) pada ibu postpartum di Klinik Lasmi Kartika Desa Tanah Tinggi

## **TINJAUAN PUSTAKA**

Menurut penelitian Hasanah tahun 2022 menunjukkan bahwa hasil penelitian diperoleh nilai sig 0,031 dengan mean kelompok intervensi 19,08 dan kontrol 16,08 pada indikator bayi, sementara produksi ASI dari indikator ibu nilai sig.0,006 dengan mean sebesar 22,77 untuk kelompok intervensi dan 17,85 untuk kontrol. Kesimpulan ada efektivitas berupa peningkatan produksi ASI dari indikator bayi dan ibu dengan pemberian serbuk jantung pisang [8].

Berdasarkan hasil penelitian Vika tahun 2024 bahwa hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rata-rata produksi ASI setelah pemberian jantung pisang pada ibu menyusui adalah 6,87 dan rata-rata produksi ASI yang tidak diberi jantung pisang pada ibu menyusui adalah 3,73, hasil uji statistik ada pengaruh konsumsi jantung pisang kepok terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui ( $p\text{ value} = 0,001$ ) [9].

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wulan dan Girsang (2020) tentang pengaruh jantung pisang terhadap produksi ASI menunjukkan ada pengaruh pemberian rebusan jantung pisang terhadap produksi ASI pada Ibu menyusui bayi 0-6 bulan baik dilihat dari kelancaran ASI ibu ataupun dari indikator bayi [10].

Hasil penelitian Ramadani Tahun 2023 menunjukab bahwa 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 dapat meningkatkan atau memperlancar pengeluaran ASI [11].

Menurut hasil penelitian Rahayu tahun 2024 bahwa ibu menyusui yang diberi intervensi sayur jantung pisang (*Musa Paradisiaca*) mengalami peningkatan produksi ASI dari 35ml menjadi 85 ml sehingga didapatkan peningkatan 50 ml, ibu menyusui yang diberikan susu kedelai (*SoyMilk*) mengalami peningkatan produksi ASI dari 40 ml menjadi 95 ml sehingga didapatkan peningkatan 55 ml [12].

Hasil penelitian Ajeng tahun 2021 bahwa Produksi Asi sebelum konsumsi jantung pisang batu mempunyai rata rata 37.172, sedangkan setelah konsumsi jantung pisang batu mempunyai rata rata 59.556. Jadi ada perbedaan terhadap produksi ASI sebelum dan sesudah mengkonsumsi Jantung pisang batu [13].

Hasil penelitian Nurul tahun 2021 menunjukkan bahwa diperoleh nilai = 0,003, karena nilai = 0,003 <= 0,05, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima artinya ada pengaruh pemberian jantung pisang kepek dengankelancaran ASI pada ibu post partum Pemberian jantung pisang kepek juga bermanfaat 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 diosengoseng [14].

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen semu (*quasi eksperimen*) yang mana desain ini mempunyai kelompok kontrol tetapi tidak berfungsi sepenuhnya untuk mengontrol variabel- variabel luar yang mempengaruhi hasil penelitian eksperimen. Dengan rancangan *pre test* dan *post test design*, penelitian ini akan membandingkan satu kelompok eksperimen yang akan diberikan test berupa pretest dengan maksud untuk mengetahui keadaan kelompok sebelum diberikan perlakuan. Kemudian setelah diberikan tindakan, satu kelompok eksperimen akan diberikan test berupa posttest, tujuannya untuk mengetahui keadaan kedua kelompok setelah diberikan olahan jantung pisang terhadap produksi Air susu ibu (ASI) pada ibu postpartum di Klinik Lasmi Kartika Desa Tanah Tinggi tahun 2024 [15]. Penelitian dilakukan di Klinik Lasmi Kartika pada bulan Februari 2024. Populasi adalah ibu post partum sebanyak 15 orang. Sampel menggunakan purposive sampling sebanyak 10 orang. Analisa data menggunakan univariat dan bivariat dengan *uji paired t test*.

Tehnik pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Analisis data yang digunakan adalah analisis data univariat dan bivariat dengan menggunakan uji statistik uji *Paired T-test* yaitu uji parametric (distribusi data normal) yang digunakan untuk mencari hubungan dua variabel atau lebih bila datanya berbentuk skala numerik, namun bila distribusi data tidak normal dapat digunakan *uji Wilcoxon*.

**HASIL PENELITIAN**

1. Analisa Univariat

**Tabel 1.**

Distribusi Karakteristik Ibu Post Partum Klinik Lasmi Kartika Desa Tanah Tinggi Tahun 2024

| Umur              | Frekuensi | Presentase (%) |
|-------------------|-----------|----------------|
| 20-35 tahun       | 7         | 70             |
| >35 tahun         | 3         | 30             |
| <b>Pendidikan</b> |           |                |
| SMA               | 8         | 80             |
| D-3               | 2         | 20             |
| <b>Pekerjaan</b>  |           |                |
| IRT               | 10        | 100            |
| <b>Total</b>      | <b>10</b> | <b>100</b>     |

Berdasarkan tabel 1. di atas menunjukkan bahwa distribusi frekuensi ibu post partum dari umur 20-35 tahun sebanyak 7 orang (70%) dan >35 tahun sebanyak 3 orang (30%). Berdasarkan pendidikan SMA sebanyak 8 orang (80%) dan D-3 sebanyak 2 orang (20%). Berdasarkan pekerjaan IRT sebanyak 10 orang (100%).

2. Analisa Bivariat

**Pemberian Olah Jantung Pisang**

**Tabel 2.**

Pemberian Olah Jantung Pisang Terhadap Ibu Post Partum di Klinik Lasmi Kartika Desa Tanah Tinggi

| Pre Kelancaran ASI (ml) | Kategori     | Post Kelancaran ASI (ml) | Kategori     |
|-------------------------|--------------|--------------------------|--------------|
| 30                      | Tidak Lancar | 65                       | Tidak Lancar |
| 20                      | Tidak Lancar | 60                       | Tidak Lancar |
| 30                      | Tidak Lancar | 60                       | Tidak Lancar |
| 15                      | Tidak Lancar | 30                       | Tidak Lancar |
| 10                      | Tidak Lancar | 15                       | Tidak Lancar |
| 55                      | Tidak Lancar | 115                      | Tidak Lancar |

|    |                        |     |              |
|----|------------------------|-----|--------------|
| 40 | Lancar<br>Tidak Lancar | 120 | Lancar       |
| 10 | Tidak Lancar           | 15  | Tidak Lancar |
| 60 | Tidak Lancar           | 120 | Lancar       |
| 45 | Tidak Lancar           | 115 | Lancar       |

Berdasarkan tabel 2. di atas menunjukkan bahwa pemberian olah jantung pisang sebelum diberikan memiliki ASI tidak lancar sebanyak 10 orang (100%) dan setelah diberikan memiliki ASI tidak lancar sebanyak 6 orang (60%) dan lancar sebanyak 4 orang (40%).

**Pengaruh Kelancaran ASI Pre dan Post Pemberian Olah Jantung Pisang di Klinik Lasmi Kartika Desa Tanah Tinggi**

**Tabel 3.**

Pengaruh Kelancaran ASI Pre dan Post Pemberian Olah Jantung Pisang di Klinik Lasmi Kartika Desa Tanah Tinggi

| Variabel                      | Intervensi |         |       | P     |
|-------------------------------|------------|---------|-------|-------|
|                               | Mean       | Selisih | SD    |       |
| Pemberian olah jantung pisang | Sebelum    | 31,5    | 18,11 | 0,001 |
|                               | Sesudah    | 71,5    | 43,33 |       |
|                               |            |         | 40    |       |
|                               |            |         | 7     |       |

Berdasarkan tabel 3. Pengaruh Kelancaran ASI di Klinik Lasmi Kartika Desa Tanah Tinggi dengan rata-rata kelancaran ASI 31,5 ml sesudah diberikan olah jantung pisang rata-rata kelancaran ASI 71,5 ml dengan selisih 40 ml.

Pengaruh Olah Jantung Pisang terhadap Kelancaran Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Postpartum di Klinik Lasmi Kartika Desa Tanah Tinggi Tahun 2024 hasil uji statistik dengan uji simple t test diperoleh nilai p 0,001 < 0,05 yang menunjukkan ada Pengaruh Pemberian Olah Jantung Pisang Terhadap Kelancaran Air Susu Ibu (ASI).

**PEMBAHASAN**

**Pengaruh Pemberian Olah Jantung Pisang Terhadap Kelancaran Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Postpartum di Klinik Lasmi Kartika Desa Tanah Tinggi Tahun 2024**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai *p-value* sebesar 0,001 yang secara statistik  $<0,05$ , sehingga ada Pengaruh Pemberian Olahan Jantung Pisang Terhadap Kelancaran Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Postpartum di Klinik Lasmi Kartika Desa Tanah Tinggi Tahun 2024.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Umi Yati, Edi Sukamto, Endah Wijayanti (2023) dengan judul “Pengaruh Konsumsi Nugget Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Di Desa Bumi Rahayu Kecamatan Tanjung Selor Kabupaten Bulungan Tahun 2023”. Analisa bivariat menggunakan uji wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh konsumsi nugget jantung pisang terhadap peningkatan produksi ASI ibu menyusui ( $p\text{-value}=0,000$ ) dengan nilai  $\alpha=0,05$ . Rata-rata produksi ASI pada ibu postpartum sebelum konsumsi olahan jantung pisang adalah 81,50 ml per menit dengan nilai standar deviasi 16,63 serta produksi ASI paling sedikit adalah 60 ml per menit dan produksi ASI paling banyak adalah 115 ml per menit. Sedangkan rata-rata produksi ASI pada ibu postpartum sesudah konsumsi olahan jantung pisang adalah 99,55 ml per menit dengan nilai standar deviasi 14,22 serta produksi ASI paling sedikit adalah 85 ml per menit dan produksi ASI paling banyak adalah 130 ml per menit. Ini kemungkinan selain ibu mengkonsumsi makanan seperti menu biasanya nasi, tempe, tahu, sayur, daging dengan penambahan konsumsi olahan jantung pisang dapat menambah dalam peningkatan produksi ASI. Namun selain dari faktor konsumsi jantung pisang, responden dalam penelitian ini yang berhasil meningkatkan produksi ASI tidak terlepas dari faktor lain yang dapat memengaruhi produksi ASI diantaranya faktor nutrisi, faktor isapan bayi, faktor sosial dan budaya, faktor menyusui dan psikologis [16].

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Vika Tri Zelharsandy dan Marchatus Soleha (2024) dengan judul “Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Kepok Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui”. Hasil penelitian ini menunjukan bahwa rata-rata produksi ASI setelah pemberian jantung pisang pada ibu menyusui adalah 6,87 dan rata-rata produksi ASI yang tidak diberi jantung pisang pada ibu menyusui

adalah 3,73, hasil uji statistik ada pengaruh konsumsi jantung pisang kepok terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui ( $p\text{ value} = 0,001$ ) [9].

ASI merupakan suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktose dan garam organik yang dikeluarkan oleh kedua belah kelenjar payudara ibu, sebagai makanan utama bagi bayi [17]. ASI adalah cairan putih yang dihasilkan oleh kelenjar payudara Ibu melalui proses menyusui. ASI merupakan makanan yang disiapkan untuk bayi mulai masa kehamilan payudara sudah mengalami perubahan untuk memproduksi ASI. Makanan-makanan yang diramu menggunakan teknologi modern tidak bisa menandingi keunggulan ASI karena ASI mempunyai nilai gizi yang tinggi dibandingkan dengan makanan buatan manusia ataupun susu yang berasal dari hewan sapi, kerbau atau kambing [18].

Kelancaran produksi ASI merupakan jumlah produksi ASI dimana produksi ASI merujuk pada volume ASI yang dikeluarkan oleh payudara. ASI yang telah diproduksi tersimpan pada sinus laktiferous. Selanjutnya ASI dikeluarkan dari payudara kemudian dialirkan kepada bayi, banyaknya ASI yang dikeluarkan oleh payudara dan diminum oleh bayi diasumsikan sama dengan produksi ASI [19]. Peningkatan produksi ASI dipengaruhi faktor ibu seperti umur, paritas, asupan nutrisi dan cairan, pola istirahat dan psikologis. Sementara faktor bayi di pengaruhi oleh berat badan bayi lahir dan isapan bayi, dukungan sosial serta metode lain yang dapat meningkatkan dan memperlancar produksi ASI seperti jamu uyup-uyup, daun bangun-bangun atau daun jintan (*coleus amboinicus*), daun katuk (*Sauropus androgynous*), daun Kacang Panjang (*Vigna Sinensis*), daun Adas, daun dan Buah Pepaya (*Carica papaya L*), daun Pakis, daun Kelor (*Moringa Oleifera*) serta jantung pisang [20].

Jantung pisang dipercaya dapat membantu dalam meningkatkan produksi ASI. Jantung pisang mempunyai kandungan laktogogum di dalamnya yang berfungsi dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolactin yaitu alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid, dan substansi lainnya yang paling efektif dalam meningkatkan produksi dan memperlancar produksi ASI. Reflek *prolactin* secara hormonal dapat memproduksi ASI,

terdapat rangsangan neuhormonal pada puting susu dan aerola ibu pada saat bayi menghisap payudara ibu. Kandungan polifenol dalam jantung pisang dapat meningkatkan hormon oksitosin [21].

Menurut asumsi peneliti kelancaran ASI merupakan jumlah keluarnya produksi ASI pada saat menyusui. Salah satu upaya untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan memberikan jantung pisang yang sebelumnya telah di olah menjadi nugget. Kandungan jantung pisang sendiri mampu untuk meningkatkan produksi ASI yang dilihat dari responden yang sebelumnya tidak diberikan nugget jantung pisang hanya mampu mengeluarkan ASI dengan rata-rata 31,5 ml. Setelah diberikan nugget jantung pisang dan pada hari ke-7 di dapatkan rata-rata produksi ASI sebesar 71,50 ml. Dari data tersebut menunjukkan bahwa terjadinya peningkatan produksi ASI setelah diberikan nugget jantung pisang.

Kelancaran produksi ASI setelah diberikan intervensi menunjukkan bahwa kandungan jantung pisang mampu untuk menstimulasi hormon oksitosin dan prolactin dimana prolaktin berfungsi untuk merangsang produksi ASI dan oksitosin merangsang kontraksi pada payudara untuk keluar. Data menunjukkan bahwa setelah diberikan intervensi nugget didapatkan 10 orang ibu post partum yang ASI nya lancar namun dari 10 responden tersebut sebanyak 6 orang ibu post partum ASI belum mencapai 120 kali perharinya. Menurut Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) volume ASI yang dihasilkan kedua payudara adalah 90-120 ml/kali, sehingga dalam penelitian di dapatkan ASI yang dihasilkan hanya sebesar 71,5 ml dari kedua payudara. Peneliti menyimpulkan bahwa ASI yang diproduksi adalah tidak lancar dengan selisih 40 ml.

Walapun ada 4 orang ibu (40%) yang mengalami kelancaran produksi ASI sesuai dengan teori akan tetapi pada hasil penelitian menunjukkan bahwa ASI mengalami peningkatan produksi ASI setelah diberikan nugget jantung pisang sebanyak 10 orang (100%). Secara statistic menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian olahan jantung pisang terhadap kelancaran produksi ASI. Pemberian jantung pisang dapat meningkatkan ASI sebesar 40 ml bila dibandingkan dengan tidak

diberikan jantung pisang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada beberapa factor yang dapat melancarkan produksi ASI yaitu dengan pemberian nutrisi yang cukup, istirahat, faktor psikologis ibu dan isapan bayi serta dukungan keluarga.

Dari 6 orang ibu yang ASI nya tidak lancar setelah pemberian intervensi *nugget* jantung pisang akan tetapi mengalami peningkatan ASI setelah diberikan intervensi, sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian *nugget* jantung pisang dapat meningkatkan produksi ASI. Akan tetapi dari penelitian memperlihatkan bahwa dari 6 orang ibu yang tidak lancar ASI nya sesuai dengan teori IDAI dimana volume ASI yang dikeluarkan dari kedua payudara adalah sebesar 90-120 ml/kali. Dalam teori lain juga menunjukkan bahwa ASI dapat berproduksi sekitar 300-800ml/hari dan ASI akan terus meningkat pada hari atau minggu seterusnya dan seharusnya produksi ASI akan terus meningkat terutama pada ibu nifas hari ke 10, tetapi kenyataannya produksi ASI tidak sesuai dengan teori yang dilihat dari jumlah ASI yang dihasilkan kurang dari 90 ml/kali. Secara fisik dapat dilihat bahwa

Hasil ketidاكلancaran ASI tersebut di dapatkan bahwa factor yang berperan penting terhadap kelancaran produksi ASI berupa ketidakinginan ibu untuk menyusui bayinya secara penuh dan lebih memberikan sufor kepada bayinya. Pemberian sufor akan mengurangi isapan bayi yang dapat merangsang terpacunya hormone prolactin dan oksitosin yang berpengaruh terhadap pengeluaran ASI. Disisi lain ibu juga kurang mengkonsumsi air yang cukup dan konsumsi makanan bergizi lainnya serta kondisi psikologis ibu karena kurang istirahat menjaga bayinya.

Berdasarkan dari sisi karakteristik mayoritas ibu adalah ibu rumah tangga sehingga lebih banyak aktivitas dilakukan di dalam rumah. Kondisi ini menjadi fenomena dikarenakan ketidakberhasilan ibu dalam menyusui padahal waktu lebih banyak di dekat bayinya daripada ibu pekerja. Menurut peneliti ini disebabkan karena ibu yang tidak mau menyusui bayinya dan merasa ASI tidak mencukupi kebutuhan bayinya serta kurangnya dukungan keuarga dalam menggalakan ASI secara penuh. Selain itu factor dari Pendidikan sangat berperan dalam

meningkatkan pengetahuan dan daya tanggap seseorang terutama pentingnya ASI dimana semua ibu yang tidak lancar produksi ASI nya berpendidikan SMA. Adanya factor dari paritas dimana ibu yang tidak lancarnya ASI merupakan primipara atau belum ada pengalaman dalam menyusui bayi.

#### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dan pembahasan yang sudah diuraikan sebelumnya maka dapat disimpulkan bahwa Kelancaran ASI sebelum diberikan olahan jantung pisang rata-rata 31,5 ml sesudah diberikan olahan jantung pisang rata-rata kelancaran ASI 71,5 ml dengan selisih 40 ml. Ada Pengaruh Pemberian Olahan Jantung Pisang Terhadap Kelancaran Air Susu Ibu (ASI) dengan nilai *p-value* sebesar 0,001

#### **SARAN**

Diharapkan pimpinan klinik dan petugas kesehatan untuk menerapkan terapi non farmakologi dengan memberikan informasi kepada ibu nifas dan keluarga untuk memberikan olahan nugget jantung pisang yang dapat meningkatkan kelancaran produksi ASI

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- [1] K. Ummah, M. Khairoh, And S. Nur, "Efektivitas Abon Jantung Pisang Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu 2 Minggu Post Partum Di Pmb Domingas Sidotopo Wetan Surabaya," *Pros. Konf. Nas. Ilmu Kesehat. Stikes Adi Husada 2023*, Vol. 1, No. 1, Pp. 63–70, 2023.
- [2] I. Istikomah, D. A. Madiyanti, And H. Hadijah, "Hubungan Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Menyusui Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Way Jepara," *J. Ilm. Kesehat.*, Vol. 12, No. 1, Pp. 51–57, 2023.
- [3] R. Y. Astari And V. Hardianti, "Pengaruh Konsumsi Olahan Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Air Susu Ibu Pada Ibu Postpartum," *Faletahan Heal. J.*, Vol. 9, No. 2, Pp. 234–239, 2022.
- [4] Kementerian Kesehatan Ri, *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*. Jakarta, 2022.
- [5] "Infant And Young Child Feeding," In *Who*, Genewa, 2023.
- [6] Y. Yuliani, I. Friscila, And F. Mariana, "Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Rerata Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui," *J. Kebidanan Khatulistiwa*, Vol. 9, No. 2, Pp. 52–57, 2023.
- [7] V. Hutabarat, S. A. Sitepu, M. Sadrina, K. N. Sitepu, And L. C. Elisabeth, "Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Delitua." 2020.
- [8] H. P. Harahap, W. Agustina, And A. Mardhiah, "Efektivitas Serbuk Jantung Pisang Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas," *Jomis (Journal Midwifery Sci.*, Vol. 6, No. 1, Pp. 55–64, 2022.
- [9] V. T. Zelharsandy And M. Soleha, "Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Kepok Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui," *Lentera Perawat*, Vol. 5, No. 1, Pp. 172–177, 2024.
- [10] S. Wulan And D. M. B. Girsang, "Pengaruh Jantung Pisang (Musa Paradisiaca L.) Terhadap Produksi Asi," *J. Ris. Hesti Medan Akper Kesdam I/Bb Medan*, Vol. 5, No. 2, Pp. 83–90, 2020.
- [11] F. Ramadani, "Pengaruh Pemberian Jantung Pisang Terhadap Kecukupan Asi Pada Bayi 0-6 Bulan Ditinjau Dari Peningkatan Berat Badan Dan Panjang Badan Bayi: The Effect Of Banana Heart On Adequacy Of Breast Milk In Infants 0-6 Months In View Of The Increase In Baby's Body Weight And Length," *J. Ilm. Kebidanan (Scientific J. Midwifery)*, Vol. 9, No. 1, Pp. 35–43, 2023.
- [12] R. F. Rahayu, M. T. Putri, And S. M. Lisca, "Pengaruh Pemberian Sayur Jantung Pisang (Musa Paradisiaca) Dan Susu Kedelai (Soy Milk) Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Cikeusik Kabupaten Pandeglang Banten Tahun 2023," *J. Kesehat. Tambusai*, Vol. 5, No. 2, Pp. 5817–5824, 2024.
- [13] A. M. Pratiwi, S. Fatikasari, And E. N. Pratiwi, "Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Batu Terhadap Produksi Air

- Susu Ibu Pada Ibu Post Partum Di Desa Banyutowo,” *J. Bimtas J. Kebidanan Umtas*, Vol. 5, No. 2, Pp. 108–115, 2021.
- [14] N. S. Syam And N. Ikawati, “Pengaruh Pemberian Jantung Pisang Kepok Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Post Partum Di Puskesmas Batua Makassar Tahun 2019,” *J. Fisioter. Dan Ilmu Kesehat. Sisthana*, Vol. 3, No. 2, Pp. 1–7, 2021.
- [15] M. G. Isnawan, *Kuasi Eksperimen*. Lombok Tengah: Nashir Al-Kutub Indonesia, 2020.
- [16] U. Yati, E. Sukamto, And E. Wijayanti, “Pengaruh Konsumsi Nugget Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui Di Desa Bumi Rahayu Kecamatan Tanjung Selor Kabupaten Bulungan Tahun 2023,” *Aspiration Heal. J.*, Vol. 1, No. 3, Pp. 457–467, 2023.
- [17] L. Firrahmawati And Winarni, *Pijat Oksitosin Dengan Murottal Al-Qur’an Untuk Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: Universitas Aisyah Yogyakarta, 2022.
- [18] Yanti, S. Helina, And E. Susilawati, *Buku Monograf Studi Kualitatif Sosial Support Keberhasilan Asi Eksklusif Pada Ibu Menyusui Wilayah Kerja Puskesmas Umban Sari Kota Pekanbaru*. Pekanbaru: Natika Pekanbaru, 2022.
- [19] N. Azizah And R. Rosyidah, “Buku Ajar Mata Kuliah Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui,” *Umsida Press*, Pp. 1–209, 2019.
- [20] U. Noviana, “Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas,” *J. Ilm. Obs. J. Ilm. Ilmu Kebidanan Kandung. P-Issn 1979-3340 E-Issn 2685-7987*, Vol. 11, No. 1, 2019.
- [21] Y. E. Safitri, “Efektivitas Pemberian Jantung Pisang Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui,” *Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Semarang*, 2018.