

# PENGARUH PEMBERIAN SIMPLISIA JANTUNG PISANG KEPOK TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM DI PBM NURHAYATI DAN KLINIK PRATAMA NINING PELAWATI KEC. LUBUK PAKAM TAHUN 2020

Fadilah Widyaningsih<sup>1</sup>, Tri Marini Supriarti Ningsih<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Kebidanan  
Email: [fadillahn66@gmail.com](mailto:fadillahn66@gmail.com),

<sup>2</sup>Dosen Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Kebidanan Medan  
Email: [trimarinisupriartiningsih@gmail.com](mailto:trimarinisupriartiningsih@gmail.com),

## THE EFFECT OF PROVISION OF KEPOK BANANA BLOSSOM SIMPLICIA ON INCREASING BREAST MILK PRODUCTION INPOSTPARTUM MOTHER IN NURHAYATI AND NINING PELAWATI MIDWIFERY CLINIC OF LUBUK PAKAM SUB DISTRICT IN 2020

### ABSTRACT

**Introduction:** *Banana blossom is a food that has many benefits and is easily obtained by the community because it can be easily planted in the yard of the house. Banana blossom processing in the community can be done by boiling and steaming. Banana blossom also contains protein, minerals (especially phosphorus, calcium and iron) and a number of vitamins A, B1 and C. There are many reasons for mothers do not give exclusive breastfeeding to their babies. However, what is most often found is insufficient breast milk. There are several factors that influence milk production, one of which is the food factor. One of the efforts to increase breastmilk production that will be carried out is by giving Kepok Banana blossom SImplicia.*

**Methods:** *This type of research was a Quasi Experiment with a Non Equivalent Control Group design and purposive sampling. Samples were normal postpartum mothers from day 7 to day 21 with parity of 1-2 and were willing to take part in the study through informed consent.*

**Results and Discussion:** *Based on the results of the Wilcoxon Rank test and the Mann-Whitney test, it was obtained a p-value of 0.000 ( $\alpha < 0.05$ ), which means that there was a significant effect on the simplicia of Kepok banana blossom on increasing milk production in postpartum mothers*

**Conclusion:** *it is expected that it can be used as an effort to increase milk production in postpartum mothers and to meet the needs of babies without having formula milk.*

**Keywords:** *Kepok Banana Blossom, Breast Milk Production*

### ABSTRAK

**LatarBelakang:** Jantung pisang merupakan bahan makanan yang memiliki banyak manfaat dan mudah didapatkan oleh masyarakat karena bisa dengan mudah ditanam dipekarangan rumah. Pengolahan jantung pisang di masyarakat dapat dilakukan dengan cara direbus dan dikukus. Jantung pisang juga mengandung protein, mineral (terutama fosfor, kalsium dan besi) serta sejumlah vitamin A, B1 dan C. Banyak penyebab ibu untuk tidak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya. Namun, yang paling sering ditemukan adalah ASI yang tidak cukup. Ada beberapa factor yang mempengaruhi produksi ASI salah satunya adalah factor makanan. Salah satu upaya untuk meningkatkan produksi ASI yang akan dilakukan adalah dengan Pemberian SImplicia Jantung Pisang Kepok. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian simplisia jantung pisang kepok terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum di PBM Nurhayati dan Klinik Pratama Nining Pelawati Kecamatan Lubuk Pakam Tahun 2020.

**Metode:** Jenis penelitian adalah *Quasi Eksperiment* dengan desain *Non Equivalent Control Group* dan pengambilan sampel secara *purposive sampling*. Sampel adalah ibu postpartum pasca bersalin normal hari ke 7 sampai hari ke 21 dengan paritas 1-2 dan bersedia mengikuti penelitian melalui *informed consent*.

**Hasil Penelitian/Diskusi:** Berdasarkan hasil dari uji *Wilcoxon Rank* dan uji *Mann-Whitney* diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ) yang berarti terdapat pengaruh yang bermakna pada pemberian simplisia jantung pisang kepok terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum

**Kesimpulan:** Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum dan dapat memenuhi kebutuhan bayi tanpa harus memberikan susu formula

**Kata Kunci:** Jantung Pisang Kepok, Produksi ASI

## PENDAHULUAN

Pemberian ASI eksklusif sangat berperan dalam menurunkan angka kesakitan dan kematian anak, dikarenakan ASI merupakan makanan terbaik yang mengandung nutrisi yang sangat dibutuhkan oleh bayi pada usia 0-6 bulan, selain itu, ASI juga mengandung enzim, hormone, kandungan imunologik dan anti infeksi<sup>1</sup>. Menurut *United Nations Children's Fund* pemberian ASI Eksklusif sampai usia 6 bulan dapat mencegah kematian 1,3 juta anak berusia dibawah lima tahun<sup>2</sup>. Menurut data *World Health Organization* (2016), cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia selama periode 2007-2014 hanya sekitar 36%. Sedangkan menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Tahun 2018, pemberian ASI Eksklusif di Indonesia sebesar 65,16%<sup>3</sup>.

ASI memiliki peranan penting dalam menjaga kesehatan dan kelangsungan hidup bayi. Hal ini dikarenakan bayi yang diberi ASI secara eksklusif akan memiliki daya tahan tubuh yang lebih baik dibandingkan bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif, sehingga bayi jarang menderita penyakit dan terhindar dari masalah gizi dibandingkan bayi yang tidak diberikan ASI. Asupan ASI yang kurang mengakibatkan kebutuhan gizi bayi menjadi tidak seimbang. Ketidakseimbangan pemenuhan gizi pada bayi akan berdampak buruk pada kualitas sumber daya manusia<sup>4</sup>.

Dampak yang terjadi jika bayi tidak mendapatkan ASI eksklusif yaitu akan beresiko terkena diare 3,94 kali lebih besar dibandingkan dengan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif. Berdasarkan hasil penelitian Khrist Gafriela Josefa dan Ani Margawati (2011), didapatkan bahwa bayi yang diberikan susu formula lebih sering mengalami diare dibandingkan dengan bayi yang mendapat ASI eksklusif. Di Amerika, tingkat kematian bayi bulan pertama berkurang sebesar 21% pada bayi yang disusui<sup>5</sup>.

Menurut Tjekyan (2003) dalam Permatasari (2015), alasan ibu berhenti memberikan ASI secara eksklusif adalah 32% karena ASI tidak mencukup, 28% bekerja, 16% iklan, 16% kondisi puting susu, 4% ingin disebut modern, dan 4% ikut-ikutan. Ibu berfikir bayi mereka tidak akan mendapat cukup ASI, sehingga mengambil langkah berhenti menyusui dan menggantinya dengan susu formula.

Ada banyak faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI, diantaranya

yaitu faktor makanan, ketenangan jiwa dan pikiran, penggunaan alat kontrasepsi, perawatan payudara, faktor fisiologi, dll<sup>6</sup>. Ibu yang sedang menyusui bayinya harus mendapat tambahan makanan untuk menghindari kemunduran dalam produksi ASI, jika makanan ibu terus-menerus tidak memenuhi asupan gizi yang cukup, tentu kelenjar kelenjar pembuat air susu dalam payudara tidak akan bekerja dengan sempurna dan pada akhirnya akan berpengaruh terhadap produksi ASI<sup>7</sup>. Faktor-Faktor penyebab ibu tidak menyusui secara eksklusif adalah ASI yang tidak cukup, ibu bekerja dengan cuti tiga bulan, takut ditinggal suami, bayi akan tumbuh menjadi anak yang tidak mandiri dan manja, susu formula lebih praktis, serta takut badan akan gemuk<sup>8</sup>.

Beberapa cara yang perlu diperhatikan ibu *postpartum* dalam meningkatkan ASI pada bayi yaitu, dengan mengkonsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan seperti daun papaya, kacang panjang, dan jantung pisang yang dapat meningkatkan volume ASI<sup>9</sup>.

Jantung pisang merupakan jenis tanaman yang mengandung laktogogum yang memiliki potensi dalam menstimulasi hormone oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, polifenol, steroid, plavonois dan substansi lainnya yang paling efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI<sup>10</sup>.

Jantung pisang merupakan bahan makanan yang memiliki banyak manfaat dan mudah didapatkan oleh masyarakat karena bisa dengan mudah ditanam dipekarangan rumah. Pengolahan jantung pisang di masyarakat dapat dilakukan dengan cara direbus dan dikukus. Pemanfaatan jantung pisang pada Ibu *postpartum* dapat membantu meningkatkan produksi ASI serta membantu keberhasilan program pemerintah dalam upaya pemberian ASI Eksklusif<sup>11</sup>.

Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia tahun 2018, bahwa pelaksanaan ASI Eksklusif di Sumatera Utara masih belum mencapai target sebesar 100%, melainkan hanya 50,07%. Selain itu, berdasarkan Profil Kesehatan Sumatera Utara tahun 2017, pelaksanaan ASI Eksklusif di Kabupaten Deli Serdang hanya mencapai 47,05%. Serta, hasil survey awal yang dilakukan pada bulan September 2019 di PBM Nurhayati bahwa dari 50 orang ibu yang menyusui, 30 orang diantaranya mengatakan ASI mereka sedikit karena produksi ASI tidak lancar, sehingga bayi terus menerus menangis karena

kekurangan ASI dan ibu menambahkan pemberian susu formula. Dimana tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian simplisia jantung pisang kepek terhadap peningkatan produksi asi pada ibu postpartum di PBM Nurhayati dan Klinik Pratama Nining Pelawati, Kec.Lubuk Pakam Tahun 2020.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *Quasi Eksperiment* dengan desain *Non Equivalent Control Group* dimana rancangan ini memiliki kelompok yang mendapatkan perlakuan yang diikuti dengan pengukuran pertama (pretest) dan pengukuran kedua (postest), kemudian hasil pengukuran dibandingkan pada kelompok pembanding (kontrol) yang dilakukan pengukuran pertama (pretest) dan diikuti dengan pengukuran kedua (postest), tetapi tidak menerima perlakuan.

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 66 orang. Dimana pada kelompok eksperimen berjumlah 35 orang dan pada kelompok kontrol berjumlah 31 orang yang telah sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan dalam penelitian ini.

Pada penelitian ini peneliti melakukan uji yang pertama yaitu uji normalitas dengan uji *Saphirowilk*. Setelah itu jika data berdistribusi normal di lanjut dengan uji *t-test dependent*. Apabila data abnormal maka akan di uji kembali dengan Uji *Wilcoxon Rank*. Selain itu juga dilakukan uji *t-test independent*. Apabila data abnormal pada uji *t-test independent* maka akan di uji kembali dengan Uji *Mann-Whitney*.

## HASIL PENELITIAN

Berdasarkan pada penelitian yang telah dilakukan pada 66 orang ibu postpartum hari ke-7 sampai hari ke-21 yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu 35 orang kelompok intervensi (53%) dan 31 orang kelompok kontrol (47%) tentang pengaruh simplisia jantung pisang kepek terhadap peningkatan produksi ASI pada Ibu Postpartum yang dilakukan di PBM Nurhayati dan Klinik Pratama Nining Pelawati Kecamatan Lubuk Pakam Tahun 2020, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

**Tabel 1. Karakteristik Responden berdasarkan Usia, Pekerjaan, Pendidikan dan Paritas**

No	Karakteristik Responden	Total	
		N	%
1	<b>Usia</b>		
	<20 tahun	6	9,1%
	20-25 tahun	27	40,9%
	26-30 tahun	26	39,4%
	31-35 tahun	5	7,6%
	36-40 tahun	2	3%
	Total	66	100%
2	<b>Pekerjaan</b>		
	IRT	50	76,8%
	Guru	10	15,2%
	Buruh	6	9,1%
	Total	66	100%
3	<b>Pendidikan</b>		
	SMP	3	4,5%
	SMA	53	80,3%
	Sarjana	10	15,2%
	Total	66	100%
4	<b>Paritas</b>		
	Paritas 1	31	47%
	Paritas 2	35	53%
	Total	66	100%

Berdasarkan tabel 1 diketahui dari 66 responden ibu postpartum mayoritas berusia 20-25 tahun (40,9%) dan 26-30 tahun (39,4%), mayoritas responden bekerja sebagai IRT (75,8%), mayoritas responden berpendidikan SMA (80,3%), dan mayoritas responden paritas 2 (53%).

**Tabel 2. Perbedaan rerata Postest Frekuensi BAK pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen**

Intervensi	N	Frekuensi BAK		SD
		Mean	Median	
Eksperimen	35	12,80	13	1,45
Kontrol	31	8,65	8	1,11

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa nilai mean dan median tertinggi terdapat pada kelompok eksperimen yaitu nilai mean sebesar 12,80 dan nilai median sebesar 13.

**Tabel 3. Uji Normalitas Postest pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen**

Intervensi	Kolmogorov-Smirnov	Shapiro-Wilk
Eksperimen	0,033	0,032
Kontrol	0,000	0,001

**Tabel 4. Uji Normalitas Pretest pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen**

Intervensi	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>	Shapiro-Wilk
Eksperimen	0,000	0,000
Kontrol	0,000	0,000

Berdasarkan tabel 3 dan 4 dapat dilihat uji normalitas data pada setiap intervensi yang dilakukan baik menggunakan uji kolmogorov-Smirnov<sup>a</sup> maupun pada uji Shapiro-Wilk menunjukkan data tidak berdistribusi normal yaitu  $p < 0,05$  dengan tingkat kepercayaan 95% yang membuktikan bahwa data pada setiap intervensi yang dilakukan untuk meningkatkan volume ASI tidak berdistribusi normal dan data homogen.

**Tabel 5. Pengaruh Pemberian Simplisia Jantung Pisang Kepok dengan Uji Wilcoxon**

Intervensi	N	Z	Asymp.Sig (2-tailed)
Eksperimen	35	-5,202 <sup>a</sup>	0,000
Kontrol	31	-2,887 <sup>a</sup>	0,004

Berdasarkan tabel 5 dapat dilihat bahwa nilai Asymp.Sig (2-tailed) pada kelompok eksperimen bernilai 0,000. Karena nilai 0,000 lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian jantung pisang kepok terhadap peningkatan produksi ASI pada Ibu Post Partum di PBM Nurhayati dan Klinik Pratama Nining Pelawati Kec. Lubuk Pakam.

**Tabel 6. Pengaruh Pemberian Simplisia Jantung Pisang Kepok dengan Uji Mann-Whitney**

Sampel	N	Mea n Ran k	Sum of Ran ks	Man n- Whit ney	Asym p.Sig (2- tailed)	Z
Eksperi men	35	48,4 6	1696 ,00	19.00 0	0.000	- 6,79
Kontrol	31	16,6 1	515, 00			1

Berdasarkan Tabel 6 pada uji Mann-Whitney di atas diketahui bahwa nilai Asymp.Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05. Oleh karena itu, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian simplisia jantung pisang kepok terhadap peningkatan produksi ASI pada Ibu Post Partum di PBM Nurhayati dan Klinik Pratama Nining Pelawati Kec. Lubuk Pakam.

Hasil analisis dengan menggunakan uji Wilcoxon dan uji Mann-Whitney dengan tingkat kepercayaan 95% menunjukkan nilai Asymp.Sig (2-tailed)  $< 0,05$  yang berarti ada pengaruh pemberian simplisia jantung pisang kepok terhadap peningkatan produksi ASI pada Ibu Postpartum di PBM Nurhayati dan Klinik Pratama Nining Pelawati Kec. Lubuk Pakam Tahun 2020.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 66 responden didapat hasil distribusi umur responden terbanyak pada kelompok umur berusia 20-25 tahun sebanyak 27 orang (40,9%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden berasal pada rentang usia reproduksi sehat. Usia ibu yang sudah matang akan cenderung memiliki banyak pengalaman berkaitan dengan ASI eksklusif. Adanya pengalaman dan pengetahuan yang cukup tentang ASI eksklusif sangat berperan besar dalam mendorong ibu untuk memberikan ASI eksklusif kepada bayinya.

Pada distribusi pekerjaan, sebagian besar responden berperan sebagai IRT sebanyak 50 orang (75,8%). Hal ini menunjukkan bahwa ibu dapat memberikan ASI eksklusif kepada bayinya dikarenakan ibu memiliki waktu yang cenderung lebih banyak untuk memberikan ASI kepada bayinya.

Menurut tingkat pendidikan sebagian besar memiliki tingkat pendidikan di jenjang SMA sebanyak 53 orang (80,3%). Seseorang yang memiliki tingkat pendidikan di tingkat menengah akan merespon sesuatu dengan cara rasional terhadap informasi yang datang dan akan berfikir sejauh mana keuntungan yang akan mereka dapatkan sehingga akan lebih mudah menerima hal baru seperti pengetahuan tentang manfaat simplisia jantung pisang kepok terhadap peningkatan produksi ASI.

Pada distribusi paritas responden sebagian besar memiliki paritas 2 anak berjumlah 35 orang (53%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan dan pengalaman tentang pemberian ASI eksklusif pada paritas sebelumnya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan frekuensi BAK bayi rata-rata 18.00 dengan selisih 13.00 terhadap kelompok kontrol. Artinya pada kelompok eksperimen yang diberikan simplisia jantung pisang kepok lebih banyak frekuensi BAK pada bayi

dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan simplisia jantung pisang kepok. Hasil analisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann-Whitney* dengan tingkat kepercayaan 95% menunjukkan nilai *Asymp.Sig (2-tailed) < 0,05* yang berarti ada pengaruh pemberian simplisia jantung pisang kepok terhadap peningkatan produksi ASI pada Ibu Postpartum di PBM Nurhayati dan Klinik Pratama Nining Pelawati Kec. Lubuk Pakam.

Hal ini sejalan dengan penelitian Ramadhathul,R (2017) tentang Pengaruh Pemberian Jantung Pisang Batu Terhadap Peningkatan Produksi ASI di Nagari Pauh Kamar Kec Nan Sabari Kab Padang Pariaman pada tahun 2017 dimana diperoleh bahwa ada peningkatan dimana intensitas rata-rata frekuensi BAK bayi sebelum mengkonsumsi jantung pisang batu adalah 4,46 kali dan setelah mengkonsumsi jantung pisang batu mengalami peningkatan menjadi 6,47 kali.

Hal ini juga sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Sulistyawati dalam Harismayanti (2018) bahwa ASI pada ibu nifas disebut lancar jika frekuensi menyusui bayi 8-10 kali perhari atau dalam 24 jam, bayi tidak rewel, frekuensi BAB 3-4 kali perhari, BAK 6 kali perhari, ASI merembes keluar melalui puting. Banyak faktor yang mempengaruhi kelancaran ASI, baik factor ibu maupun faktor luar ibu. Sekresi ASI dalam alveolar dan bekerjanya prolaktin ini dipengaruhi oleh lama dan frekuensi pengisapan (*suckling*). Faktor lain yang mempengaruhi adalah frekuensi penyusuan, berat lahir, umur kehamilan, umur dan paritas, stress dan penyakit akut, kebiasaan merokok, konsumsi alkohol dan pil kontrasepsi.

Menurut Kappara (2014), ibu nifas yang menyusui harus memperhatikan beberapa hal untuk bisa meningkatkan kualitas dan jumlah volume ASI yang dimilikinya. Ada beberapa saran yang perlu diperhatikan para Ibu yang sedang memberikan ASI pada bayi, yakni mengkonsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan yang dapat meningkatkan volume ASI. Jumlah ASI sedikit bisa diatasi dengan mengkonsumsi daun katuk, labu siam, dan jantung pisang. Kandungan kimia yang terdapat pada jantung pisang seperti kalori, protein, lemak, karbohidrat, vitamin A, vitamin B1, vitamin C dan mineral penting seperti fosfor, kalsium, dan Fe (zat besi) akan sangat membantu dalam proses pembuatan ASI.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Astawan dalam Tjahjani (2014) bahwa selain mengandung kabohidrat, jantung pisang mengandung protein,mineral (terutama fosfor, kalsium dan besi) serta sejumlah vitamin A,B1 dan C.

Hal ini didukung juga dengan teori menurut Apriza (2016) bahwa jantung pisang mengandung *laktogogum* yang memiliki potensi dalam menstimulasi hormone oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, polifenol, steroid, plavonois dan substansi lainnya yang paling efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI.

Berdasarkan teori Lingga dalam Hubayya (2015), yang menyatakan bahwa peningkatan produksi ASI dipengaruhi oleh adanya polifenol dan steroid yang mempengaruhi refleks prolaktin dan untuk merangsang alveoli yang bekerja aktif dalam pembentukan ASI. Hasil penelitian ini juga menyatakan bahwa peningkatan produksi ASI juga dirangsang oleh hormone oksitosin. Peningkatan hormone oksitosin dipengaruhi oleh polifenol yang ada pada jantung pisang kepok. Oksitosin merupakan hormone yang berperan untuk mendorong seksresi air susu (*milk let down*). Peran oksitosin pada kelenjar susu mendorong kontraksi sel-sel miopitel yang mengelilingi alveolus dari kelenjar susu, sehingga dengan berkontraksinya sel-sel miopitel isi dari alveolus akan terdorong keluar menuju saluran susu, sehingga alveolus menjadi kosong dan memacu untuk mensintesis air susu berikutnya.

Menurut asumsi peneliti kurangnya ekskresi ASI pada ibu menyusui karena ibu beranggapan ASI tidak akan cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi, sehingga ibu merasa takut dalam memberikan ASI kepada bayi. Teknik yang salah dalam menyusui bayi juga dapat mempengaruhi ibu tidak memberikan ASI pada bayinya. Jantung pisang yang mengandung laktogogum yang memiliki beberapa senyawa yang dapat meningkatkan produksi ASI dan kualitas ASI. Peningkatan produksi ASI dipengaruhi oleh adanya polifenol dan steroid yang mempengaruhi refleks prolaktin untuk merangsang alveoli yang bekerja aktif dalam pembentukan ASI.

Selain itu dari hasil penelitian yang telah dilakukan tentang pengaruh pemberian simplisia jantung pisang kepok terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum di PBM Nurhayati dan Klinik Pratama Nining Pelawati Kec. Lubuk Pakam Tahun 2020 dengan analisis uji *wilcoxon* dan

uji *Mann-Whitney* didapatkan hasil bahwa ada pengaruh pemberian simplisia jantung pisang kepok terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum di PBM Nurhayati dan Klinik Pratama Nining Pelawati Kec. Lubuk Pakam Tahun 2020. Dimana rata-rata frekuensi BAK pada bayi ibu postpartum yang tidak diberikan simplisia jantung pisang kepok yaitu 5.00, sedangkan rata-rata frekuensi BAK pada bayi ibu postpartum yang diberikan simplisia jantung pisang kepok yaitu 18.00 sehingga dapat dilihat bahwa frekuensi BAK pada kelompok eksperimen memiliki selisih sebesar 13.00 dibandingkan kelompok kontrol. Jadi, ibu postpartum yang diberikan simplisia jantung pisang kepok berpeluang memiliki volume ASI lebih banyak dibandingkan dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan simplisia jantung pisang kepok yang ditinjau dari frekuensi BAK bayi. Hal ini dapat dijadikan salah satu upaya bagi ibu postpartum agar produksi ASI menjadi meningkat sehingga ibu lebih percaya diri dan merasa nyaman saat menyusui bayinya dan dapat memenuhi kebutuhan bayi tanpa harus menggunakan susu formula.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Dari hasil penelitian diketahui bahwa dari 66 responden yang diteliti, didapatkan hasil rata-rata frekuensi BAK sebelum diberikan simplisia jantung pisang kepok pada kelompok kontrol adalah 8,32, sedangkan hasil rata-rata frekuensi BAK pada kelompok eksperimen 9,63.
2. Dari hasil penelitian diketahui bahwa dari 66 responden yang diteliti, didapatkan hasil rata-rata frekuensi BAK pada kelompok kontrol 5.00, sedangkan hasil rata-rata frekuensi BAK pada kelompok eksperimen 18.00.
3. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan tentang pengaruh pemberian simplisia jantung pisang kepok terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum di PBM Nurhayati dan Klinik Pratama Nining Pelawati Kec. Lubuk Pakam Tahun 2020 dengan menggunakan uji *Wilcoxon* dan uji *Mann-Whitney*, dimana hasil hipotesisnya yaitu rata-rata frekuensi BAK bayi pada kelompok kontrol berbeda dengan kelompok eksperimen dengan nilai *Asym.Sig* (2-tailed) sebesar 0,000 ( $\alpha < 0,05$ ) yang berarti terdapat pengaruh yang

bermakna pada pemberian simplisia jantung pisang kepok terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum.

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka disarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Bagi Institusi Pendidikan  
Diharapkan pihak institusi menyediakan lahan untuk dapat membudidayakan tanaman pisang disekitar kampus dan bekerjasama dengan jurusan pertanian dan jantung pisang dapat diolah menjadi simplisia jantung pisang. Untuk pengolahan simplisia jantung pisang kepok diharapkan pihak institusi berkolaborasi dengan jurusan farmasi sehingga hasil olahan nantinya dapat dikembangkan sebagai suatu kewirausahaan dalam jurusan khususnya jurusan kebidanan.
2. Bagi PBM Nurhayati dan Klinik Pratama Nining Pelawati  
Kepada PBM Nurhayati dan Klinik Pratama Nining Pelawati disarankan untuk memanfaatkan tanaman pisang sebagai tanaman yang jantung pisangnya dapat diolah menjadi simplisia jantung pisang guna meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya  
Diharapkan peneliti selanjutnya dapat mengurangi obat non-farmakologi untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum dan berkolaborasi dengan farmasi untuk memudahkan dalam proses pembuatan dan menghasilkan simplisia jantung pisang kepok.

## DAFTAR PUSTAKA

- Apriza.2016. *Pengaruh Konsumsi Rebusan Jantung Pisang Terhadap Ekskresi ASI pada Ibu Menyusui di Desa Kuapan Wilayah Kerja Puskesmas Tambang Tahun 2016*. Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai.
- Ariantya,FS.2016. *Kualitas Cookies dengan Kombinasi Tepung Terigu, Pati, Batang Aren (Arenga pinnata) dan tepung jantung pisang (Musa paradisiacal)*. Universitas Atma Jaya Yogyakarta Fakultas Teknobiologi.
- Astuti,R,Y.,2017. *Payudara dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika
- Astuti,Sri,dkk.2015. *Asuhan Kebidanan Nifas & Menyusui*. Bandung: Erlangga
- Bahriyah,Fitriyani,dkk. 2017. *Hubungan Pekerjaan Ibu Terhadap Pemberian ASI*

- Eksklusif pada Bayi*. DIII Kebidanan Akademi Kebidanan Indragiri.
- Donsu, Jenita Doli Tine. 2016. *Metodologi Penelitian Keperawatan*. PT Pustaka Baru: Yogyakarta
- Fattah. 2016. *Pengaruh Penambahan Bagian dan Level Jantung Pisang Terhadap Kualitas Fisik Sosis Daging Sapi*. Jurnal Ilmu
- Hamzah, Diza Fathamira. 2018. *Pengaruh Pemberian ASI Eksklusif Terhadap Berat Badan Bayi Usia 4-6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Kota*. Fakultas Farmasi Universitas Sains Cut Nyak Dhien Langsa
- Harismayanti, dkk. 2018. *Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Masa Nifas*. Universitas Muhammadiyah Gorontalo.
- Mansyur, Nurliana dan A. Kasrinda Dahlan. 2014. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Malang : Selaksa Media.
- Maritalia, Dewi. 2017. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta : Gosyen Publishing
- M, Sitti Hubayya, dkk. 2015. *Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Kepok Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Gambesi Kota Ternate*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Ternate, Maluku Utara.
- Permatasari, Erlinda. 2015. *Hubungan Asupan Gizi dengan Produksi ASI pada Ibu yang Menyusui Bayi Umur 0-6 Bulan di Puskesmas Sewon I Bantul Yogyakarta*. Program Studi Ilmu Keperawatan, STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Profil Kesehatan Sumatera Utara. 2017. [http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL\\_KES\\_PROVINSI\\_2017/02\\_Sumut\\_2017.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KES_PROVINSI_2017/02_Sumut_2017.pdf) (diakses pada tanggal 17 Oktober 2019)
- Profil Kesehatan Indonesia. 2018. <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2018.pdf> (diakses pada tanggal 22 September 2019)
- Ramadhathul ,R dan Ridno. *Pengaruh Pemberian Jantung Pisang Batu Terhadap Peningkatan Produksi ASI di Nagari Pauh Kamar Kec Nan Sabaris Kab Padang Pariaman*. Universitas Fort de Kock Bukit Tinggi.
- Rukiyah, Aiyeyeh, dkk. 2015. *Asuhan Kebidanan III (Nifas)*. Jakarta: Trans Info Media
- Safitri, Indah. 2016. *Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Desa Bendan, Kecamatan Banyudono, Kabupaten Boyolali*. Universitas Muhammadiyah Surakarta
- Safitri, Y.E, dkk. 2018. *Efektivitas Pemberian Jantung Pisang Terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Semarang.
- Sinta, Prabawati, dkk. 2017. *Multilevel Analysis on the Biosocial and Economic Determinants of Exclusive Breastfeeding*. Journal of Maternal and Child Health.
- Sutanto, AV. 2018. *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui : Teori dalam Praktik Kebidanan Profesional*. Yogyakarta : PT Pustaka Baru
- Tjahjani, Ely. 2014. *Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Nifas*. Akademi Kebidanan Griya Husada
- Walida, Siti Masriatul, dkk. 2015. *Isolasi Kandungan Flavonoid dari Ekstrak Jantung Pisang Batu (Musa balbisiana Colla)*. Prodi Farmasi Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Islam Bandung.
- Wardhany, Ketty Husnia. 2014. *Khasiat Ajaib Pisang: A to Z Khasiat dari Akar Hingga Kulit Buahnya*. Yogyakarta: Rapha Publishing
- Wiji, Rizki Natia. 2018. *ASI dan Panduan Ibu Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika