

**PENGARUH PEMBERIAN SEDUHAN BIJI  
JINTEN HITAM TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI IBU POST  
PARTUM DI PMB R.NAINGGOLAN  
LUBUK PAKAMTAHUN 2021**

Firdha Stefany<sup>1</sup>, Yusniar Siregar, SST, M.Kes<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Firdha Stefany<sup>2</sup> Poltekkes Kemenkes Medan  
Jl. Jamin Ginting KM 13.5 Kelurahan Lau Cih Medan Tuntungan Sumatera Utara  
Email : <sup>1</sup>muliananurul@gmail.com, <sup>2</sup>yusniarsiregar@gmail.com

**THE EFFECT OF THE CONSUMPTION OF THE STEEPING OF BLACK  
CUMIN SEEDS ON THE PRODUCTION OF POST PARTUM MOTHER'S  
BREAST MILK IN INDEPENDENT MIDWIFE PRACTICE OF  
R.NAINGGOLAN LUBUK PAKAM IN 2021**

**ABSTRACT**

Lactation includes two meanings, the production and dispensing of breast milk. Exclusive breastfeeding should be increased and continued until the child reaches the age of 2 years in a good and correct way so that children get natural immunity. For this reason, an effort is needed to increase the smooth production of breast milk. One of the efforts that can be done is by utilizing black cumin seeds which contain laktogogum, which can help increase the smooth production of breast milk. This study aims to find out the effect of steeping black cumin seeds on the smooth production of post partum mother's milk at Independent Midwife Practice of R. Nainggolan Lubuk Pakam in 2021. This study is a pre-experimental study designed with a one group pretest-posttest design without a control design, this study was designed without a control group, examining 15 post partum mothers as research samples after meeting the inclusion criteria. Data were collected twice, before and after consumption of black cumin seeds, then the data were analyzed by t-dependent test. Through the results of the study, it was found that the mean and standard deviation of the baby's urinating from the mother before being given black cumin seeds was  $4.67 \pm 1.047$ , and the mean baby urination from the mother after the treatment in the 2nd week reached  $12.27 \pm 0.884$ , with a mean difference of  $-7, 60 \pm 1.183$ . The study concluded that there was an effect of steeping black cumin seeds on the smooth production of breast milk for post partum mothers in Independent Midwife Practice of R. Nainggolan, Lubuk Pakam District in 2021 ( $p < 0.05$ ). Post partum mothers are advised to drink black cumin seeds as an alternative to increase the smooth production of breast milk during breastfeeding.

Keywords : Black Cumin; Mother's Breast Milk; Post Partum Mother.

---

## ABSTRAK

Laktasi atau menyusui mempunyai dua pengertian yaitu produksi dan pengeluaran ASI. Masa laktasi mempunyai tujuan meningkatkan pemberian ASI eksklusif dan meneruskan pemberian ASI sampai anak umur 2 tahun secara baik dan benar serta anak mendapatkan kekebalan tubuh secara alami. Untuk itu, diperlukan upaya dalam meningkatkan kelancaran produksi ASI dengan cara memanfaatkan Biji Jintan Hitam yang memiliki kandungan Laktogogum yang dapat membantu dalam Peningkatan Kelancaran Produksi ASI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Seduhan Biji Jintan Hitam Terhadap Kelancaran Produksi ASI Ibu Post Partum Di PMB R.Nainggol Lubuk Pakam Tahun 2021. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *Pre- Eksperimental Design* dengan *One Group Pretest-Posttes Without Control Design* dimana rancangan ini tidak memiliki kelompok kontrol. Sampel yang digunakan adalah 15 orang ibu post partum yang memenuhi kriteria inklusi. Pengumpulan data dilakukan sebanyak dua kali yaitu sebelum dan sesudah di berikan seduhan Biji Jintan Hitam, kemudian data di analisis dengan uji *t-dependent*. Hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa rerata dan standar deviasi dari BAK bayi yang diberi ASI ibu postpartum di PMB R.Nainggol Kec.Lubuk Pakam Tahun 2021 sebel um diberikan seduhan biji jintan hitam adalah  $4,67 \pm 1,047$  dan rerata BAK bayi sesudah diberikan seduhan biji jintan hitam minggu ke-2 sebesar  $12,27 \pm 0,884$  dengan *mean difference*  $-7,60 \pm 1,183$ . Ada pengaruh pemberian seduhan biji jintan hitam terhadap kelancaran produksi ASI ibu *post partum* di PMB R.Nainggol Kec.Lubuk Pakam tahun 2021 ( $p < 0,05$ ). Disarankan kepada ibu post partum agar mau meminum seduhan biji jintan hitam sebagai alternatif dalam meningkatkan kelancaran produksi ASI selama masa menyusui.

Kata Kunci : Jintan Hitam, ASI, Ibu Post Partum.

---

## PENDAHULUAN

Kegagalan dalam 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 ASI tidak enak sehingga sering menyebabkan

diambilnya keputusan untuk menghentikan menyusui. Menurut data *World Health Organization* (2016), cakupan ASI eksklusif di seluruh dunia tahun 2016 hanya sekitar 36%. Di Indonesia meskipun sejumlah besar perempuan (96%) **menyusui anak mereka, hanya 67,74% dari bayi yang berusia di bawah 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif.** Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia tahun 2018, bahwa pelaksanaan ASI Eksklusif di Sumatera Utara masih belum mencapai target sebesar 100%, melainkan hanya 50,35%, sedangkan berdasarkan Profil Kesehatan Sumatera Utara tahun 2018, bahwa pelaksanaan ASI Eksklusif di Kabupaten Deli Serdang

hanya mencapai 47.1% (Dinkes,2018). Berdasarkan hasil penelitian (Fitriani Ritonga,2017) dengan judul pengaruh jintan hitam terhadap kelancaran asi pada ibu menyusui di kelurahan indra kasih kecamatan medan tembung tahun 2017 menunjukkan adanya pengaruh signifikan terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu mengkonsumsi jintan hitam dengan peningkatan kelancaran ASI pada ibu. Menurut penelitian (Megasari & Saputri,2016) menyatakan bahwa studi tentang pemberian pare, jintan hitam dan jus semangka terhadap peningkatan ASI di desa pandanrejo kecamatan wager menunjukkan hasil yaitu ada pengaruh yang signifikan terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Primipara Postpartum pada hari ke-10. Menurut penelitian (Hidayati,2016) bahwa

## **METODE**

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *Pre-Experimental Design* dengan *One Group Pretest-Posttest Without Control Design* dimana rancangan ini tidak memiliki kelompok kontrol. Kelompok

## **HASIL PENELITIAN**

Penelitian ini dilakukan di BPM R.nainggolan Lubuk Pakam, responden dalam penelitian ini adalah ibu postpartum yang sebelumnya sudah dipilih berdasarkan kriteria inklusi yaitu bersedia menjadi responden, ibu pasca bersalin normal, status kesehatan ibu dan bayi baik, bayi yang diberikan IMD, ibu yang tidak mengkonsumsi obat-obatan, jamu/suplemen pelancar ASI lainnya, mau mengkonsumsi seduhan biji jintan hitam. Maka didapatkan

Pengaruh Ekstrak Jintan hitam (*Nigella sativa*) terhadap Kelancaran Produksi Asi pada Ibu Menyusui Di PMB Afah Fahmi Amd.,Keb Surabaya menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan pada pemberian ekstrak *nigella sativa* terhadap kelancaran produksi ASI. Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti di PMB R.Nainggolan Kec.Lubuk Pakam terdapat pada bulan Januari- Mei ibu hamil yang akan bersalin normal menurut HPHT nya di PBM R.Nainggolan. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh pemberian seduhan biji jintan hitam terhadap kelancaran produksi ASI ibu post partum di PMB R.Nainggolan Kec.Lubuk Pakam Tahun 2021”.

mendapatkan perlakuan dengan pengukuran pertama (pretest) dan pengukuran kedua (posttest), kemudian hasil pengukuran dilihat adakan perbedaan hasil pengukuran pretest dengan hasil pengukuran posttest.

sebanyak 15 orang responden untuk dilakukan eksperimen tentang pengaruh pemberian Seduhan Biji Jintan Hitam Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum di PMB R.Nainggolan Lubuk Pakam Tahun 2021.

### **A.1 Karakteristik Sampel**

Karakteristik sampel yang diteliti dalam penelitian ini meliputi usia, pendidikan dan pekerjaan. Hasil penelitian selengkapnya dapat dilihat pada tabel 1.1 berikut

**Tabel 1.1**  
**Karakteristik Ibu Postpartum di PMB R.Nainggolan Kec.Lubuk Pakam Tahun 2021**

<b>Karakteristik</b>	<b>N</b>	<b>%</b>
<b>Umur</b>		
20	1	6,7
22	2	13,3
23	1	6,7
25	2	13,3
26	2	13,3
27	2	13,3
28	2	13,3
29	1	6,7
30	1	6,7
31	1	6,7
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100,0</b>
<b>Pendidikan</b>		
SMP	9	60,0
SMA	5	33,3
S1	1	6,7
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100,0</b>
<b>Pekerjaan</b>		
IRT	11	73,3
Wiraswasta	3	20,0
Petani	1	6,7
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 1.1, hasil penelitian tentang karakteristik umur menunjukkan bahwa mayoritas usia sampel adalah 22, 25, 26, 27 dan 28 tahun yaitu masing-masing sebanyak 2 orang (13,3%), sedangkan sampel yang berusia 20, 23, 29, 30 dan 31 tahun masing-masing hanya 1 orang (6,7%).

Berdasarkan karakteristik pendidikan, hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas tingkat pendidikan sampel adalah SMP yaitu

sebanyak 9 orang (60%), disusul oleh sampel dengan tingkat pendidikan SMA sebanyak 5 orang (33,3%) dan Sarjana (S1) hanya 1 orang (6,7%).

Berdasarkan karakteristik pekerjaan, hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pekerjaan sampel adalah ibu rumah tangga (IRT) yaitu sebanyak 11 orang (73,3%), disusul oleh sampel dengan pekerjaan wiraswasta sebanyak 3 orang (20%) dan petani hanya 1 orang (6,7%).

#### **A.2 Rerata BAK pada bayi yang diberi asi ibu postpartum sebelum dan sesudah Pemberian Seduhan Biji Jintan Hitam di PMB**

#### **R.Nainggolan Kec.Lubuk Pakam Tahun 2021**

Pada penelitian ini, kelancaran produksi ASI ibu postpartum setelah diberikan seduhan biji jintan hitam dilihat

dari banyaknya buang air kecil (BAK) bayi. Pengukuran BAK bayi dalam penelitian ini dihitung sebelum dan sesudah pemberian seduhan biji jinten

hitam pada minggu ke-1 dan ke-2. Hasil penelitian selengkapnya dapat dilihat pada tabel 1.2 berikut.

**Tabel 1.2**  
**Rerata BAK bayi di PMB R.Nainggolan Kec.Lubuk Pakam Tahun 2021**

Pengukuran								
Sebelum			Sesudah minggu ke-1			Sesudah minggu ke-2		
BAK	N	%	BAK	n	%	BAK	N	%
3	2	13,3	7	3	20,0	11	3	20,0
4	5	33,3	8	5	33,3	12	6	40,0
5	4	26,7	9	5	33,3	13	5	33,3
6	4	26,7	10	2	13,3	14	1	6,7
<b>Rerata</b>	<b>4,67</b>		<b>Rerata</b>	<b>8,40</b>		<b>Rerata</b>	<b>12,27</b>	
<b>SD</b>	<b>1,047</b>		<b>SD</b>	<b>0,986</b>		<b>SD</b>	<b>0,884</b>	
<b>Maksimum</b>	<b>6</b>		<b>Maksimum</b>	<b>10</b>		<b>Maksimum</b>	<b>14</b>	
<b>Minimum</b>	<b>3</b>		<b>Minimum</b>	<b>7</b>		<b>Minimum</b>	<b>11</b>	

Berdasarkan tabel 1.2, hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata dan standar deviasi dari BAK bayi yang diberi ASI ibu postpartum di PMB R.Nainggolan Kec.Lubuk Pakam Tahun 2021 sebelum diberikan seduhan biji jinten hitam adalah  $4,67 \pm 1,047$  dengan nilai BAK tertinggi 6 dan terendah 3.

Berdasarkan tabel 1.2, hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata dan standar deviasi dari BAK bayi yang diberi ASI ibu postpartum di PMB R.Nainggolan Kec.Lubuk

Pakam Tahun 2021 sesudah diberikan seduhan biji jinten hitam pada minggu ke-1 adalah  $8,40 \pm 0,986$  dengan nilai BAK tertinggi 10 dan terendah 7.

Berdasarkan tabel 1.2, hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata dan standar deviasi dari BAK bayi yang diberi ASI ibu postpartum di PMB R.Nainggolan Kec.Lubuk Pakam Tahun 2021 sesudah diberikan seduhan biji jinten hitam pada minggu ke-2 adalah  $12,27 \pm 0,884$  dengan nilai BAK tertinggi 14 dan terendah 11.

### **A.3 Pengaruh Pemberian Seduhan Biji Jinten Hitam terhadap Kelancaran Produksi ASI Ibu Postpartum di PMB R.Nainggolan Kec.Lubuk Pakam Tahun 2021**

Pada penelitian ini, pengaruh pemberian seduhan biji jinten hitam terhadap kelancaran produksi ASI ibu

postpartum menggunakan uji *dependent t test* dengan melihat perbedaan BAK bayi sebelum dan sesudah diberikan seduhan biji jinten hitam di PMB R.Nainggolan Kec.Lubuk Pakam Tahun 2021. Hasil penelitian selengkapnya dapat dilihat pada tabel 1.3 berikut.

**Tabel 1.3**  
**Pengaruh Pemberian Seduhan Biji Jinten Hitam terhadap Kelancaran Produksi ASI Ibu Postpartum di PMB R.Naingolan Kec.Lubuk Pakam Tahun 2021**

Pengukuran BAK Bayi	Perlakuan	Rerata	SD	Mean diff	P value
1	Sebelum	4,67	1,047	-3,73±1,438	0,001
	Sesudah minggu 1	8,40	0,986		
2	Sesudah minggu 1	8,40	0,986	-3,87±0,915	0,001
	Sesudah minggu 2	12,27	0,884		

Berdasarkan tabel 1.3, hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata BAK bayi sebelum diberikan seduhan biji jinten hitam pada ibu postpartum sebesar  $4,67 \pm 1,0047$  dan sesudah minggu ke-1 sebesar  $8,40 \pm 0,986$  dengan *mean difference*  $-3,73 \pm 1,438$ . Dari hasil ini terlihat bahwa sebelum diberikan seduhan biji jinten hitam, ASI ibu post partum kurang lancar dan sesudah minggu ke-1 ASI lebih lancar dibandingkan ASI sebelumnya. Hasil ini didukung oleh uji statistik *dependent t test* bahwa nilai  $p=0,001$  ( $p < 0,05$ ), berarti ada perbedaan yang signifikan *mean* BAK bayi sebelum dan sesudah minggu ke-1 pemberian biji jinten hitam pada ibu postpartum di PMB R.Naingolan Kec.Lubuk Pakam Tahun 2021.

Berdasarkan tabel 1.3, hasil penelitian menunjukkan bahwa rerata

BAK bayi sesudah minggu ke-1 diberikan seduhan biji jinten hitam pada ibu postpartum sebesar  $8,40 \pm 0,986$  dan sesudah minggu ke-2 sebesar  $12,27 \pm 0,884$  dengan *mean difference*  $-3,87 \pm 0,915$ . Dari hasil ini terlihat bahwa s sesudah minggu ke-1 diberikan seduhan biji jinten hitam, ASI ibu post partum lancar dan sesudah minggu ke-2 ASI lebih lancar dibandingkan ASI sebelumnya. Hasil ini didukung oleh uji statistik *dependent t test* bahwa nilai  $p=0,001$  ( $p < 0,05$ ), berarti ada perbedaan yang signifikan *mean* BAK bayi sesudah minggu ke-1 dan sesudah minggu ke-2 pemberian biji jinten hitam pada ibu postpartum. Dari hasil penelitian ini dapat dinyatakan bahwa ada pengaruh pemberian seduhan biji jintan hitam terhadap kelancaran produksi ASI ibu *post partum* di PMB R.Naingolan Kec.Lubuk Pakam tahun 2021.

## PEMBAHASAN

### B.1 Karakteristik Responden

Salah satu faktor yang dapat memengaruhi terhadap pemberian ASI eksklusif pada bayi adalah karakteristik ibu (17). Pada penelitian ini, karakteristik ibu menyusui yang diukur antara lain umur, pendidikan dan pekerjaan ibu.

Berdasarkan hasil penelitian, seluruh ibu berada dalam rentang umur 20-35

tahun. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suhartiningsih dan Samaria (2018) yang menyatakan bahwa sebagian besar responden berusia 20-35 tahun yaitu 87,5% (18). Didukung juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Untari (2017) yang menyatakan bahwa sebagian besar umur ibu yang memberikan Asi eksklusif

adalah 20-35 tahun sebanyak 24 orang (60%) (19).

Menurut Hartono dalam Lumbantoruan (2018), usia reproduksi yang baik adalah usia 20- 35 tahun yang merupakan periode paling baik untuk hamil, melahirkan dan menyusui. Selain itu kemampuan ibu yang usianya tua atau lebih dari usia reproduksi sehat, dikhawatirkan produksi akan berkurang, sehingga dapat mempengaruhi pemberian ASI eksklusif (17). Hasil penelitian ini juga sesuai dengan teori Maritalia bahwa umur akan memengaruhi kemampuan dan kesiapan diri ibu dalam melewati masa nifas dan menyusui. Ibu berusia 18 tahun akan berbeda melewati masa nifas dan menyusui dibandingkan ibu yang berusia 40 tahun (20).

Berdasarkan karakteristik tingkat pendidikan ibu, hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas tingkat pendidikan ibu adalah SMP. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Lumbantoruan (2018) yang menyatakan bahwa 61,7% tingkat pendidikan ibu menyusui di Desa Bangun Rejo Dusun 1 Kecamatan Tanjung Morawa Tahun 2018 adalah berpendidikan yang rendah (SD, SMP) (17).

Namun, hasil penelitian ini tidak sesuai dengan teori bahwa pendidikan diperkirakan ada kaitannya dengan pengetahuan ibu menyusui dalam memberikan ASI eksklusif, hal ini dihubungkan dengan tingkat pengetahuan ibu bahwa seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas dibandingkan tingkat pendidikan

yang rendah (17). Seperti terlihat dari hasil penelitian Alexander dkk (2018) bahwa 72,7% pendidikan ibu yang memberikan ASI eksklusif di Puskesmas Kampung Dalam tahun 2018 adalah tinggi (20).

Pendidikan seseorang mampu mempengaruhi kemampuan dan pengetahuannya. Semakin banyak informasi yang diterima oleh ibu menyusui akan mewujudkan perilaku yang baik terutama perilaku dalam menyusui bayi. Tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu adalah faktor penting dalam menunjang keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Tingginya pendidikan ibu akan berpengaruh terhadap perilaku ibu untuk menggali informasi terkait pemberian ASI secara eksklusif (21).

Berdasarkan karakteristik pekerjaan, hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas pekerjaan sampel adalah ibu rumah tangga (IRT). Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Alexander dkk (2018) yang menyatakan bahwa ibu menyusui yang memberikan ASI eksklusif di Puskesmas Kampung Dalam tahun 2018 adalah ibu rumah tangga / tidak bekerja (20). Namun, penelitian yang dilakukan oleh Lumbantoruan (2018) menunjukkan hasil yang tidak sejalan dengan penelitian ini bahwa sebagian besar ibu menyusui di Desa Bangun Rejo Dusun 1 Kecamatan Tanjung Morawa tahun 2018 adalah bekerja (17).

Menurut teori yang dikemukakan oleh Soetjiningsih (2006) bahwa ada

kecenderungan semakin banyak ibu tidak memberikan ASI pada bayinya. Salah satu penyebabnya adalah banyaknya ibu yang bekerja terutama di kota besar. Peran ganda seorang ibu antara mengasuh anaknya dengan memberikan ASI eksklusif, dan membantu ekonomi keluarga mencari nafkah dengan bekerja diluar maupun di dalam lingkungan rumah tangga, yang membuat seorang ibu sulit untuk mengatasinya (17). Hasil penelitian juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan Arage dan Gedamu (2016) bahwa ibu yang tidak bekerja memiliki peluang yang lebih besar untuk memberikan ASI secara eksklusif dibandingkan dengan ibu yang bekerja (22).

## **B.2 Rerata BAK Pada Bayi yang Diberi ASI Ibu Postpartum Sebelum dan Sesudah Pemberian Seduhan Biji Jinten Hitam di PMB R.Nainggolan Kec.Lubuk Pakam Tahun 2021**

Sebagian besar, pertumbuhan dan perkembangan bayi ditentukan oleh jumlah ASI yang diper oleh termasuk energi dan zat gizi lainnya yang terkandung di dalam ASI. Selain ASI sebagai asupan gizi untuk bayi, ASI juga bermanfaat bagi kesehatannya (13). Peningkatan produksi ASI salah satunya diukur melalui frekuensi BAK bayi (23).

Pada penelitian ini, pengukuran BAK pada bayi dilakukan secara bertahap yaitu sebelum, sesudah minggu ke-1 dan sesudah minggu ke-2 =pemberian seduhan biji jinten hitam. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan rerata dan

standar deviasi dari BAK bayi yang diberi ASI ibu postpartum di PMB R.Nainggolan Kec.Lubuk Pakam Tahun 2021 sebelum diberikan seduhan biji jinten hitam adalah  $4,67 \pm 1,0047$ , BAK bayi meningkat setelah pemberian seduhan biji jinten hitam pada minggu ke-1 menjadi  $8,40 \pm 0,986$  dan minggu ke-2 sebesar  $12,27 \pm 0,884$ .

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Doko dkk (2019) yang menyatakan bahwa BAK bayi meningkat setelah dilakukan pijat oksitoksin dengan nilai rata-rata sebelum pijat oksitoksin sebesar  $5,25 \pm 0,444$  dan sesudah  $9,55 \pm 0,605$ . Hasil penelitian yang dilakukan oleh Widayanti dalam Doko dkk (2019) menyebutkan bahwa produksi ASI dapat dinilai dari frekuensi buang air kecil bayi (BAK) yaitu sebanyak 6-8 kali sehari (24).

Produksi ASI sangat mempengaruhi oleh seringnya bayi menyusu. Semakin sering bayi disusui maka jumlah volume ASI yang diproduksi akan semakin banyak karena semakin tinggi kadar oksitosin pada peredaran darah yang akan merangsang prolaktin untuk terus memproduksi ASI, frekuensi buang air kecil bayi (BAK) akan lebih sering dari bayi akan merasa tenang, tidak rewel dan tidur pulas (24).

## **B.3 Pengaruh Pemberian Seduhan Biji Jinten Hitam terhadap Kelancaran Produksi ASI Ibu Postpartum di PMB R.Nainggolan Kec.Lubuk Pakam Tahun 2021**

Upaya dalam meningkatkan produksi ASI bisa

dilakukan dengan cara melakukan perawatan payudara sejak dini dan rutin, memperbaiki teknik menyusui, atau dengan mengkonsumsi makanan yang akan memproduksi ASI (25). Pada penelitian ini, peneliti menggunakan seduhan biji jintan hitam untuk melancarkan produksi ASI ibu menyusui. Kelancaran produksi ASI ibu postpartum dalam penelitian ini diukur dari jumlah BAK bayi yang dilakukan pengamatan sebanyak tiga kali.

Berdasarkan hasil *dependent t test* dapat dinyatakan bahwa ada pengaruh pemberian seduhan biji jintan hitam terhadap kelancaran produksi ASI ibu *post partum* di PMB R.Naingolan Kec.Lubuk Pakam tahun 2021 ( $p < 0,05$ ). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ritonga dkk (2017) yang menyatakan bahwa pemberian pemberian jintan hitam dapat mempengaruhi kelancaran ASI ibu menyusui di Kelurahan Indrakasih Kecamatan Medan Tembung. Dari hasil ini menunjukkan ada peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui yang diberi Jintan hitam selama 7 hari berturut-turut.

Penelitian lainnya juga memperlihatkan hasil yang sama dengan penelitian ini bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pemberian pare, jintan hitam dan jus semangka terhadap kelancaran pengeluaran asi pada ibu primipara postpartum di desa pandanrejo kecamatan wager (26). Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang

dilakukan oleh Hidayati (2019) yang menyatakan bahwa ada pengaruh ekstrak jintan hitam (*Nigella sativa*) terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui (27).

Hasil penelitian ini juga didukung dengan teori Lingga yang menyatakan bahwa jintan hitam memiliki beberapa senyawa yang dapat meningkatkan produksi dan kualitas ASI (13). Senyawa-senyawa yang terkandung dalam jintan hitam antara lain Oleat (Omega 9), linoleat (Omega 6), linolenat (Omega 3), minyak-minyak volatile atau minyak esensial, fitosterol, alkaloid (*Nigelleine* dan *Nigellamine-nioxide*), asam-asam amino dan laktogonum. Laktogonum dapat membantu merangsang, mempertahankan atau meningkatkan produksi ASI (13).

Air Susu Ibu (ASI) merupakan emulsi lemak dalam larutan protein, laktose dan garam-garam organik yang disekresikan oleh kedua kelenjar payudara ibu, serta makanan yang ideal untuk masa pertumbuhan bayi. ASI mengandung zat kekebalan, zat anti infeksi, immunoglobulin A, dan laktoferin (27). Produksi ASI yang rendah adalah alasan tersering ibu untuk menghentikan menyusui bayinya sehingga para ibu dan dokter berusaha mencari obat untuk mengatasi masalah ini (13). Oleh karena itu, pemberian seduhan jintan hitam dapat dijadikan sebagai alternatif dalam melancarkan produksi ASI. Semakin lancar produksi ASI ibu, maka semakin sering bayi menyusui. Hal ini akan

berdampak pada jumlah BAK

bayi dalam sehari.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pemberian Seduhan Biji Jintan Hitam yang telah dilakukan, maka diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Seduhan biji jintan hitam berpengaruh dalam meningkatkan kelancaran produksi ASI ibu Postpartum di Klinik R.Nainggolan Lubuk Pakam tahun 2021.
2. Dari hasil penelitian yang dilakukan \menunjukkan bahwa rerata dan standar deviasi dari BAK bayi yang diberi ASI ibu postpartum di PMB R.Nainggolan Kec.Lubuk Pakam Tahun 2021 sebelum diberikan seduhan biji jintan hitam adalah  $4,67 \pm 1,047$  dan rerata BAK bayi sesudah minggu ke-1 diberikan seduhan biji jintan hitam pada ibu postpartum sebesar  $8,40 \pm 0,986$  dan sesudah minggu ke-2

sebesar  $12,27 \pm 0,884$  dengan *mean difference* -  $3,87 \pm 0,915$ . Dari hasil ini terlihat bahwa sesudah minggu ke-1 diberikan seduhan biji jintan hitam, ASI ibu post partum lancar dan sesudah minggu ke-2 ASI lebih lancar dibandingkan ASI sebelumnya. Hasil ini didukung oleh uji statistik *dependent t test* bahwa nilai  $p=0,001$  ( $p<0,05$ ), berarti ada perbedaan yang signifikan *mean* BAK bayi sesudah minggu ke-1 dan sesudah minggu ke-2 pemberian biji jintan hitam pada ibu postpartum. Dari hasil penelitian ini dapat dinyatakan bahwa ada pengaruh pemberian seduhan biji jintan hitam terhadap kelancaran produksi ASI ibu *post partum* di PMB R.Nainggolan Kec.Lubuk Pakam tahun 2021.

### B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan  
Diharapkan pihak institusi menyediakan lahan untuk dapat membudidayakan tanaman Jintan Hitam disekitar kampus dan bekerjasama dengan jurusan pertanian dan Jintan Hitam dapat diolah menjadi Seduhan Biji Jintan Hitam. Untuk pengolahan Seduhan Biji Jintan Hitam diharapkan pihak institusi berkolaborasi dengan jurusan farmasi sehingga hasil olahan nantinya dapat

dikembangkan sebagai suatu kewirausahaan dalam jurusan khususnya jurusan kebidanan.

2. Bagi PBM R.Nainggolan Lubuk Pakam  
Kepada PBM R.Nainggolan Lubuk Pakam disarankan untuk memanfaatkan tanaman Jintan Hitam sebagai tanaman yang dimana bijinya dapat diolah menjadi Seduhan Biji Jintan Hitam 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 Seduhan Biji Jintan Hitam.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Wiji, Natia R. ASI dan Panduan Ibu Menyusui. Yogyakarta: Nuha Medika; 2018.
2. Sutanto AV. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui: Teori dalam Praktik Kebidanan Profesional. YOGYAKARTA: PUSTAKA BARU PRESS; 2018.
3. Aliyanto W, Rosmadewi R. Efektifitas Sayur Pepaya Muda dan Sayur Daun Kelor terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum Primipara. J Kesehat. 2019 May;10(1):84.
4. Asih yusari & risneni. buku ajar asuhan kebidanan nifas dan menyusui. jakarta: cv. trans info media; 2016.
5. Prawirohardjo S. ilmu kebidanan sarwono prawirohardjo. jakrta: PT. bina sarwono prawirhardjo; 2014.
6. dewi dkk. Asuhan kebidanan ibu nifas. jakarta: Salemba Medika; 2011.
7. Taufan N. ASI dan Tumor Payudara. Yogyakarta: Nuha Medika; 2019.
8. Weni K. ASI, Menyusui & Sadari. Yogyakarta: Nuha Medika; 2019.
9. Anik M. Inisiasi Menyusu Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi. Jakarta: TIM; 2018.
10. Proverawati, Atikah. Rahmawati E. Kapita Selekta ASI & Menyusui. YOGYAKARTA: Nuha Medika; 2018.
11. Indonesia DK. Kebidanan Teori dan Asuhan. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran; 2018.
12. Khasanah N. ASI atau susu formula ya? panduan lengkap seputar ASI dan susu formula. Yogyakarta: flashbook; 2011.
13. Astutik RY. Payudara dan Laktasi. Jakarta: Salemba Medika; 2017.
14. Bambang C. Pepaya Budi Daya Intensif Pertanian Organik dan Anorganik. Bandung: PT. SEWU (Srikandi Empat Widya Utama); 2017.
15. yuniarti T. ensiklopedia tanaman obat tradisional. Yogyakarta: cetaka pertama medpress; 2008.
16. Haryoto. teknologi tempat guna: sirup jahe. Yogyakarta: Kanisius; 1998.
17. Warisno. Budi daya pepaya. Yogyakarta: Kanisius; 2003.
18. Istiqomah SBT, Wulandari DT, Azizah N. Pengaruh Buah Pepaya Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui di Desa Wonokerto Wilayah Puskesmas Peterongan Jombang. 2015 Sep;5(2).
19. Elizabeth, Yohmi dkk. strategi optimalisasi pertumbuhan bayi ASI

- eksklusif. jakarta: IDAI; 2017.
20. Graharti R, Putri Gumandang H, Patologi Anatomi B, Kedokteran F, Lampung U, Patologi Klinik B. Pengaruh Pemberian Buah Pepaya (*Carica Papaya L.*) terhadap Kelancaran Produksi Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Menyusui The Effect of Papaya (*Carica Papaya L.*) Towards Breast Milk Production in Breastfeeding Mothers. Vol. 8, Jurnal Medula. 2018 Apr.
  21. Pratami DH. ASSALAMUALAIKUM,AYAH IBU. Jakarta: PT Elex Media Komputindo; 2018.
  22. Fauzi Kasim. ISO (INFORMASI SPESIALITE OBAT) INDONESIA. Jakarta Barat: PT. ISFI; 2017.
  23. Jahriani N. Hubungan Pengkonsumsian Buah Pepaya Hijau Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Menyusui di Desa Tanjung Alam Tahun 2020. J Heal Sci Physiother. 2020 Jul;2(2):172–7.
  24. Nataria D, Oktiarini S. Peningkatan Produksi ASI dengan Konsumsi Buah Pepaya. J Kesehat Prima Nusant Bukittinggi. 2018;9(1):7–10.
  25. Arikunto S. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek. Jakarta: Rineka Cipta; 2016.
  26. Natoatmodjo. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: PT. Rineka Cipta; 2015.
  27. Sugiyono. Statistik. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama; 2014.
  28. Natoatmodjo. Metodologi Penelitian Kesehatan. PT Rineka Cipta; 2017.
  29. Notoatmodjo soekidjo. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2017.
  30. Hidayat AAA. Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data Contoh Aplikasi Studi Kasus. Jakarta: Salembah Medika; 2014.
  31. Kemenkes. Petunjuk Praktis Layanan Kesehatan Ibu dan Bayi Baru Lahir Selama Pandemi Covid-19. Jakarta; 2020. [https://infeksiemerging.kemkes.go.id/download/Protokol\\_B4\\_Petunjuk\\_Praktis\\_Layanan\\_Kesehatan\\_Ibu\\_dan\\_BBL\\_pada\\_Masa\\_Pandemi\\_COVID19.pdf](https://infeksiemerging.kemkes.go.id/download/Protokol_B4_Petunjuk_Praktis_Layanan_Kesehatan_Ibu_dan_BBL_pada_Masa_Pandemi_COVID19.pdf)
  32. Kemenkes. Petunjuk Teknis Pelayanan Puskesmas Pada Masa Pandemi Covid-19. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2020. [https://dinkes.jatimprov.go.id/userimage/dokumen/JUKNIS%20PELAYANAN%20PUSKESMAS%20PADA%20MASA%20PANDEMI%20COVID-19%20\(1\).pdf](https://dinkes.jatimprov.go.id/userimage/dokumen/JUKNIS%20PELAYANAN%20PUSKESMAS%20PADA%20MASA%20PANDEMI%20COVID-19%20(1).pdf)

