

PENGARUH PEMBERIAN SARI KURMA TERHADAP KELANCARAN ASI PADA IBU MENYUSUI

1. Endang Yuliani, Program Studi Kebidanan, Akademi Kebidanan Sakinah
2. Lia Dharmayanti, Program Studi Kebidanan, Akademi Kebidanan Sakinah
Korespondensi : endangyuliani82@gmail.com

ABSTRAK

Menyusui merupakan perilaku yang wajib dipelajari oleh ibu untuk bayi waktu dan kesabaran selama enam bulan untuk mencukupi nutrisi pada bayi. Berbagai macam tumbuhan yang mengandung galaktogogus dapat membantu pengeluaran dan produksi. ASI antara lain daun katuk, fenugreek dan kurma. Galaktogogus dapat menginduksi laktasi dengan menekan antagonis reseptor dopamin sehingga terjadi peningkatan produksi prolaktin. Tujuan penelitian untuk menganalisa pengaruh pemberian sari kurma terhadap kelancaran ASI. Jenis penelitian ini adalah pre eksperimen dengan one group pretest-posttest design, yang dilaksanakan pada bulan april 2022 dengan alat ukur lembar observasi, sampelnya sebanyak 30 ibu menyusui dengan menggunakan teknik total sampling. Data dianalisis menggunakan uji statistik sample paired T-test. Hasil penelitian diperoleh data mayoritas responden berusia 20-23 tahun sebanyak 23 orang (76,7%), ASI tidak lancar didapatkan nilai 6,53. Hasil uji statistik sample paired T test pengaruh pemberian sari kurma terhadap kelancaran ASI didapatkan skor antara sebelum dan sesudah perlakuan mean 5,30 dengan nilai signifikan 0,000 ($p < 0,05$). Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa pemberian sari kurma terhadap kelancaran ASI di PMB Ny Y Desa Sladi dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Sari Kurma dengan manfaat salah satunya memperlancar produksi ASI, maka ibu menyusui sangat di anjurkan untuk mengkonsumsi sari kurma sesuai takaran yang telah di tentukan, agar produksi ASI lancar dan bayi tetap mendapatkan nutrisi alamiah

Kata Kunci : Sari Kurma, Kelancaran ASI

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu sangat penting bagi bayi dan banyak mengandung zat colostrum sehingga dapat membunuh bakteri dan virus. Produksi ASI yang sedikit menjadi masalah utama para ibu yang menyusui, selain masalah puting susu tenggelam atau datar, payudara bengkak, bayi enggan menyusui karena teknik yang kurang benar atau bayi yang berlidah pendek (Dewi, 2013). Beberapa tahun belakangan ditemukan berbagai macam tumbuhan yang mengandung galaktogogus dapat membantu pengeluaran dan produksi ASI daun katuk, fenugreek dan kurma. Galaktogogus dapat menginduksi laktasi dengan menekan antagonis reseptor dopamin sehingga terjadi peningkatan produksi prolaktin (Gabay, 2015) sedangkan susu khusus ibu menyusui harganya terlalu mahal bagi warga desa, dan tidak semua ibu menyukai.

Berdasarkan data dari Kabupaten / Kota diketahui bahwa cakupan bayi yang mendapat ASI Eksklusif di Jawa Timur tahun 2020 sebesar 61,0 %. Cakupan tersebut mengalami penurunan dibandingkan dengan tahun 2019 (68,2%) (Profil Kesehatan, Dinkes, Jawa timur, 2020). Berdasarkan pengambilan data awal pada tanggal 15 Februari 2022 di PMB Ny.Y Desa Sladi Pasuruan, diperoleh 12 ibu menyusui mengatakan 4 ibu menyusui ASInya lancar karena mengkonsumsi sayur daun katuk, 3 ibu menyusui ASI nya tidak lancar karena sibuk bekerja, 3 ibu menyusui ASI nya lancar karena mengkonsumsi susu kedelai, dan 2 ibu menyusui ASI nya lancar karena mengkonsumsi sari kurma.

Dampak produksi menyusui yang tidak signifikan dapat mengakibatkan kurangnya asupan gizi untuk anak-anak sehingga nutrisi tambahan diperlukan dalam bentuk susu formula untuk memenuhi kebutuhan gizi pada bayi (Yulinda, 2017). Dampak bagi bayi yang tidak diberikan ASI yaitu bertambahnya kerentanan terhadap penyakit seperti ISPA, diare, batuk, pilek, dan akan meningkatkan angka kesakitan dan kematian anak (Risksdas, 2018). Upaya dalam meningkatkan produksi ASI telah banyak dilakukan dengan berbagai cara. Salah satunya adalah dengan cara mengkonsumsi suplementasi produksi ASI berupa sari kurma. Mineral dalam buah kurma yang salah satunya adalah potasium yang dapat menghalangi reseptor dopamin, dan kemudian merangsang pelepasan prolaktin. Kurma juga memiliki kandungan protein yang dapat meningkatkan produksi ASI dengan meningkatkan metabolisme glukosa untuk sintesis laktosa

2. TUJUAN PENELITIAN

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa pengaruh pemberian sari kurma terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif yaitu pre-eksperimen dengan one group pretest dan posttest Design yang dilaksanakan pada bulan april 2022 dengan alat ukur lembar observasi, sampelnya sebanyak 30 ibu menyusui dengan menggunakan teknik *total sampling*. Data dianalisis menggunakan uji statistik *sample paired T-test*.

4. HASIL PENELITIAN

a. Karakteristik responden

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
20-23	23	76,7
24-26	4	13,3
27-30	3	10,0
Pendidikan		
SMA	29	96,7
SMP	1	3,3
Pekerjaan		
IRT	18	60,0
Wiraswasta	5	16,7
Swasta	7	23,3
Perawatan Payudara		
Ya	3	10,0
Tidak	27	90,0
Konsumsi Pelancar ASI		
Ya	5	16,7
Tidak	25	83,3
Total	30	100

Sumber : Data penelitian, 2022

Dari tabel di atas menunjukkan sebagian besar responden berusia 20-23 tahun (76,7 %), sebagian besar berpendidikan SMA (96,7%), Sebagian besar bekerja sebagai IRT (60%), Sebagian besar tidak melakukan perawatan payudara (90%), Tidak Minum pelancar ASI (83,3%)

b. Deskripsi data kelancaran ASI responden sebelum perlakuan

Tabel 2 Distribusi data skor pretest Kelancaran

N	Mean	Stad Deviasi	Sig
30	6,53	1,332	0,059

Sumber : Data penelitian, 2022

Dari tabel diatas menunjukkan hasil analisis statistik skor sebelum perlakuan dengan nilai mean 6,53. Data tersebut menunjukkan bahwa ASI Lancar

c. Deskripsi data kelancaran ASI responden sesudah perlakuan

Tabel 3 Distribusi data kelancaran ASI responden sesudah perlakuan

N	Mean	Stad Deviasi	Sig
30	11,37	2,684	0,124

Sumber : Data penelitian, 2022

Dari tabel diatas menunjukkan analisa data statistik skor sesudah perlakuan dengan nilai mean 11,37. Data tersebut menunjukkan bahwa ASI Lancar

d. Hasil uji normalitas

Tabel 4 Hasil uji normalitas dengan menggunakan saphiro wilk skor Pengaruh pemberian sari kurma terhadap Kelancaran ASI sebelum dan sesudah diberikan sari kurma

Kelompok Kontrol	N	Mean	SD	Sig
Sebelum perlakuan	30	6,53	1,332	0,059
Sesudah Perlakuan	30	11,37	2,684	0,124

Sumber : Data penelitian, 2022

Tabel 4 Hasil uji normalitas dengan menggunakan saphiro wilk diperoleh nilai signifikan sebelum 0,059 dan nilai signifikan sesudah perlakuan 0,124 yang menunjukkan data berdistribusi normal ($\text{sig} > 0,05$)

e. Pengaruh pemberian sari kurma terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui sebelum dan sesudah diberikan sari kurma

Tabel 5 Hasil uji statistik paired sampel T Test pengaruh pemberian sari kurma terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui sebelum dan sesudah diberikan sari kurma

Kelompok Sari Kurma	Kelancaran ASI				Total (%)
	Lancar		Tidak Lancar		
	N	%	N	%	
Sebelum	8	27	22	73	100
Sesudah	19	63	11	37	100

Sumber : Data penelitian, 2022

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa sebelum diberikan sari kurma sebagian besar tidak lancar 22 (73%) ibu menyusui dan setelah diberikan sari kurma sebagian besar lancar 19 (63%) ibu menyusui, secara statistik signifikan ($p < 0,05$) dengan nilai signifikan 0,000, sehingga kesimpulannya ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui.

5. PEMBAHASAN

Berdasarkan data tabel hasil analisis Kelancaran ASI Pada Kelompok Sari Kurma didapatkan perubahan Sebagian besar Yang tidak diberikan sari kurma 73% tidak lancar dan Setelah Diberikan Sari Kurma 63% ASI lancar. Hasil uji beda Paired sampel T Test terdapat hasil ($\rho = 0,000$) $<$ ($\alpha = 0,05$) bisa disimpulkan jika terdapat pengaruh pemberian sari kurma terhadap kelancaran ASI.

Sari Kurma sangat bermanfaat bagi ibu menyusui karena kandungan Kalsium dan Zat Besi yang tinggi, berfungsi untuk meningkatkan produksi ASI (Rimawati, dkk 2020). Penggunaan Sari kurma diberikan dalam 14 hari dan di dalam 1 hari mengkonsumsi dua kali 2 sendok makan maka dapat meningkatkan kelancaran ASI yang di lihat dari BAK bayi minimal 6-8 kali sehari. Hal ini sesuai dengan penelitian novi dkk (2019) kelompok sari kurma didapatkan adanya perubahan sebelum diberikan perlakuan berupa pemberian sari kurma hampir seluruh dari responden kelancaran ASI nya tidak lancar (80%) jumlah responden setelah pemberian sari kurma sebagian besar kelancaran ASI nya lancar (70%). Hasil uji beda Wilcoxon terdapat hasil ($\rho = 0,004$) $<$ ($\alpha = 0,05$) bisa disimpulkan jika terdapat pengaruh pemberian sari kurma terhadap kelancaran ASI

6. KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan didapatkan beberapa kesimpulan penelitian sebagai berikut :

- a. Kelancaran ASI Ibu Menyusui sebelum diberikan sari kurma sebagian besar tidak lancar
- b. Kelancaran ASI Ibu Menyusui sesudah diberikan sari kurma sebagian besar lancar
- c. Terdapat Pengaruh Pemberian sari kurma terhadap kelancaran ASI Ibu menyusui di PMB Ny Y Desa Sladi Pasuruan

7. DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, V. N. L., & Sunarsih, T. (2011). Asuhan kebidanan pada ibu nifas. Jakarta: Salemba Medika, 198.
- Gabay, M. P. (2002). Galactogogues: medications that induce lactation. *Journal of Human Lactation*, 18(3), 274-279.
- Prianti, A. T., & Eryanti, R. (2020). Efektivitas Pemberian Sari Kurma Terhadap Kelancaran Produksi ASI Ibu Post Partum Di RSKDIA Siti Fatimah Makassar. *Jurnal Antara Kebidanan*, 3(1), 11-20.
- Putriningtyas, N. D., & Hidana, R. (2016). Pemberian Sari Kurma pada Ibu Menyusui Efektif Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-5 Bulan (Studi di Kota Semarang). *Medika Respati: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 11(3).
- Hidana, R., Muis, S. F., & Kartasurya, M. I. (2016). Pengaruh Pemberian Sari Kurma pada Ibu Menyusui Eksklusif terhadap Status Gizi Bayi Usia 0-5 Bulan (Doctoral dissertation, Universitas Diponegoro).
- Nirmalasari, K. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin dan Pemberian Sari Kurma Terhadap Kelancaran ASI Ibu Post Partum di RSUD Syarifah Ambami Rato Ebu Bangkalan (Doctoral dissertation, Stikes Ngudia Husada Madura).
- Nirmalasari, K. (2021). Pengaruh Pijat Oksitosin dan Pemberian Sari Kurma Terhadap Kelancaran ASI Ibu Post Partum di RSUD Syarifah Ambami Rato Ebu Bangkalan (Doctoral dissertation, Stikes Ngudia Husada Madura).