

**PENGARUH PEMBERIAN JUS DAUN TORBANGUN DENGAN PENINGKATAN
PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS
DI PMB NY. N KOTA BEKASI TAHUN 2022**

Yeki Supriaten Aisyah¹

¹Politeknik Tiara Bunda

ABSTRACT

Background Back: Breast milk (ASI) is the most recommended food for babies at least during their first 6 months of life. Breast milk production can be increased by consuming it Torbangun leaves. Because it is believed to increase prolactin and oxytocin levels, and contains nutrients that can be used as raw materials for breast milk synthesis.

Objective Study : To determine the effect of giving decoction of Torbangun leaves on increasing breast milk in postpartum mothers.

Method Study : This research is a quantitative type with a pre-experiment design whose design uses the one group pretest-posttest design, because this research aims to compare the results of the intervention group pretest and intervention posttest , the sample taken by purposive sampling was 21 postpartum mothers who had given birth.

Results Research : The results of the paired sample t-test show a value of $p = 0.000 < \alpha = 0.05$, this means that there is an effect of giving boiled Torbangun leaves on breast milk production in postpartum mothers.

Conclusion : Based on the results of this study, it was found that there was an effect of giving boiled Torbangun leaves on increasing breast milk

Say Key: breast milk, decoction of Torbangun leaves

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang paling dianjurkan bagi bayi minimal saat kehidupan 6 bulan pertamanya. Kurangnya produksi ASI menjadi sebab utama seorang ibu secara dini menyetop pemberian ASI. Hal ini karena ibu merasa tidak mampu mencukupi jumlah ASI demi terpenuhinya kebutuhan bayi serta menyokong naiknya berat badan bayi yang akurat. Tidak diberikannya ASI eksklusif berakibat turunnya daya tahan tubuh bayi sehingga rawan infeksi utamanya pada sistem pencernaan. Oleh sebab itu, pemberian ASI eksklusif amat berpengaruh bagi tumbuh kembang bayi (Suja, 2020).

Ibu yang memberikan ASI eksklusif sampai dengan usia 6 bulan tanpa menambah atau menggantinya dengan makanan dan minuman lain, dapat memenuhi kebutuhan nutrisi dan membantu pertumbuhan serta perkembangan pada bayi. ASI merupakan makanan terpenting yang dibutuhkan bayi hingga bayi berusia 2 tahun. Pemberian ASI yang tidak eksklusif memiliki resiko kematian karena diare, selain itu dapat berdampak buruk bagi kesehatan bayi terutama pertumbuhan dan perkembangannya, serta sangat mempengaruhi kesehatan bayi. ASI eksklusif berperan penting dalam menurunkan Angka Kejadian Kematian Bayi (AKB) serta dapat menurunkan kejadian penyakit seperti gangguan kesehatan, infeksi pencernaan, infeksi saluran pernafasan, hingga infeksi pada telinga. Selain gangguan kesehatan yang disebabkan infeksi, bayi akan lebih rentan terkena penyakit non infeksi pada saat pertumbuhannya. Pemberian ASI eksklusif terbukti penting untuk perkembangan motorik bayi, semakin lama pemberian ASI eksklusif semakin optimal kemampuan bayi dalam mengembangkan kemampuan motoriknya. Salah satu Upaya yang dapat dilakukan untuk menurunkan angka kematian pada bayi dengan mengikuti program keluarga berencana (KB), ibu melakukan persalinan di fasilitas kesehatan, bayi yang mendapatkan imunisasi dasar, dan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif Perwiraningrum et al (2022).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2019, bayi yang memperoleh ASI eksklusif selama 6 bulan di seluruh dunia hanya sejumlah 38%. Sedangkan target WHO pemberian ASI eksklusif dengan target 100%, artinya 3 dari 5 bayi berumur 6 bulan tidak memperoleh ASI

eksklusif. Secara global, 74% anak mendapat ASI pada usia 12-15 bulan. namun jumlah tersebut berkurang jadi 46% ketika anak berumur 20-23 bulan. Di negara berkembang, kurang lebih 47-57% bayi umur kurang dari dua bulan serta 25-31% bayi umur 2-5 bulan umur ASI eksklusif (Ari, 2022).

Hasil dari Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2019 memaparkan jangkauan bayi yang mendapat ASI eksklusif secara nasional sejumlah 61,33%. Laporan Kinerja Departemen Kesehatan Tahun 2020 juga memaparkan persentase bayi kurang dari 6 bulan mendapat ASI eksklusif sejumlah 66,1%. Raih persentase bayi umur kurang dari 6 bulan yang mendapat ASI eksklusif saat tahun 2020 yakni 40% artinya telah mencukupi target (Apriyanti, 2022).

Prevalensi angka stunting di Provinsi Lampung berdasarkan Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) pada tahun 2022 sebesar 15,2%, yaitu lebih kecil jika dibandingkan dengan prevalensi stunting di Indonesia. Namun, ada beberapa Kabupaten di Lampung yang prevalensi stuntingnya lebih tinggi dibandingkan dengan prevalensi stunting di Provinsi Lampung, salah satunya adalah Kabupaten Lampung Barat.

Kabupaten Lampung Barat memiliki angka prevalensi stunting pada tahun 2022 yaitu sebesar 16,7%. Untuk lokus penanganan stunting di Kabupaten Lampung Barat tersebar di 6 Kecamatan dan 12 Desa. Selanjutnya prevalensi bayi usia 6-23 bulan yang mendapat ASI eksklusif di Provinsi Lampung berdasarkan SSGI 2021 adalah 51,1% mendapatkan ASI eksklusif, berarti prevalensi bayi yang mendapatkan ASI di Lampung lebih kecil jika dibandingkan dengan angka prevalensi di Nasional, yaitu 52,5% bayi usia 6-23 bulan yang mendapat ASI eksklusif. Berdasarkan data Rencana Strategi (Renstra) dari Dinas Kesehatan Kabupaten Lampung Barat, cakupan ASI Eksklusif menunjukkan peningkatan dari target sebelumnya yaitu dari 36% pada tahun 2017 menjadi 52,57% pada tahun 2022.

Berdasarkan hasil penelitian Simamora (2019) banyak faktor yang menyebabkan terjadinya keadaan stunting pada anak. Faktor penyebab stunting ini dapat disebabkan oleh faktor langsung maupun tidak langsung. Salah satu faktor langsung yang menyebabkan stunting adalah riwayat pemberian ASI eksklusif. Menurut pedoman pemberian

makan bayi dan anak pemberian ASI secara eksklusif adalah menyusui bayi secara murni. Anak yang tidak mendapatkan ASI eksklusif berisiko 2,6 kali lebih tinggi untuk terjadinya stunting pada usia 0- 6 bulan dan dua kali lebih besar pada usia 6 sampai 23 bulan (Kemenkes, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Sri Fajar Lestari (2020) mengenai Pemberian Jus Daun Torbangun Untuk Kesiapan Peningkatan Pemberian ASI Pada Ibu Postpartum Primipara, hasil menunjukkan adanya peningkatan terhadap produksi ASI dan berat badan bayi meningkat setelah dilakukan pemberian jus daun Torbangun.

Hasil penelitian Suyanti (2020) menunjukkan bahwa rata kecukupan ASI pada ibu menyusui kelompok eksperimen sebelum pemberian daun Torbangun sebesar 6,80 dan sesudah pemberian daun Torbangun 8,47.

Hasil penelitian Mariane W Dolang (2021) pemberian Air Rebusan daun Torbangun sangatlah berguna untuk peningkatan produksi ASI. Hal ini di lihat dari pengukuran yang di lakukan sebelum diberikan Air rebusan, Produksi ASI hanya berkisar 30 ml saja. Dan sesudah diberikan Rebusan air daun Torbangun produksi ASI menjadi meningkat yang dimana hanya 30 ml sekarang menjadi 60 – 80 ml.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan ibu nifas di desa Hanakau Kabupaten Lampung Barat bahwa dari 15 orang ibu nifas yang bersalin pada bulan januari 2024 sebanyak 10 orang ibu nifas belum mengetahui manfaat dari rebusan daun Torbangun sehingga mengalami Produksi ASI yang sedikit dan 5 orang ibu nifas sudah ada yang mengetahui manfaat dari daun Torbangun sehingga produksi ASI nya sudah cukup banyak.

Kesimpulan pemberian daun Torbangun terbukti efektif terhadap kecukupan Air Susu Ibu (ASI) pada ibu menyusui. Produksi ASI yang tidak cukup merupakan faktor penghambat yang paling umum menyebabkan berhentinya praktik pemberian ASI eksklusif. Salah satu upaya meningkatkan kecepatan produksi adalah melalui penggunaan farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan non farmakologi seperti pemberian rebusan daun Torbangun maka peneliti tertarik untuk meneliti "Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Torbangun

Terhadap Peningkatan ASI Pada Ibu Nifas di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023.

Metode

Penelitian ini berjenis kuantitatif dengan desain pre-experiment yang rancangannya menggunakan the one group pretest-posttest design, karena penelitian ini bertujuan untuk membandingkan hasil pretest kelompok intervensi dan posttest intervensi (Arikunto, 2013).

Hasil dan Pembahasan

A. Hasil Penelitian

1. Karakteristik responden berdasarkan usia

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Ibu nifas di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023

No	Karakteristik Usia	Frekuensi (n)	Presentasi (%)
1	<20	6	28,6
2	20-35	12	57,1
3	>35	3	14,3
	Total	21	100

Berdasarkan tabel 4.1 di atas terlihat bahwa dari 21 responden di PMB Ny. N Kota Bekasi, maka didapatkan data demografi dengan usia mayoritas adalah 20-35 tahun sebanyak 12 responden (57,1%).

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu nifas di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023

No	Karakteristik Pendidikan	Frekuensi (n)	Presentasi (%)
1	SD	2	9,5
2	SMP	3	14,3
3	SMA	10	47,6
4	PT	6	28,6
	Total	21	100

Berdasarkan tabel 4.2 di atas terlihat bahwa dari 21 responden di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023, maka didapatkan data demografi pendidikan mayoritas adalah SMA/ sederajat sebanyak 10 responden (47,6%).

Tabel 4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu nifas di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023

No	Karakteristik Pekerjaan	Frekuensi (n)	Presentasi (%)
1	PNS	3	14,3
2	P. SWASTA	5	23,8
3	IRT	13	61,9
	Total	21	100

Berdasarkan tabel 4.3 di atas terlihat bahwa dari 21 responden di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023, maka didapatkan data demografi pekerjaan mayoritas adalah ibu rumah tangga sebanyak 13 responden (61,9%).

Tabel 4.5 Produksi ASI Ibu nifas Sebelum Pemberian Daun Torbangun di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023

No	Karakteristik Sebelum	Frekuensi (n)	Presentasi (%)
1	ASI kurang	14	66,7
2	ASI cukup	7	33,3
3	ASI banyak	-	-
	Total	21	100

Berdasarkan hasil tabel 4.5 diatas terlihat bahwa produksi ASI pada Ibu Nifas sebelum pemberian rebusan daun Torbangun di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023 paling banyak produksi ASI nya kurang yakni 14 responden (66,7%).

Tabel 4.6 Produksi ASI Ibu nifas Sesudah Pemberian Daun Torbangun di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023

No	Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Presentasi (%)
1	ASI kurang	-	-
2	ASI cukup	-	-
3	ASI banyak	21	100
	Total	21	100

Berdasarkan hasil tabel 4.6 diatas terlihat bahwa produksi ASI pada ibu nifas sesudah pemberian rebusan daun Torbangun di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023 mayoritas produksi ASInya banyak yakni 21 responden (100%)

Tabel 4.7 hasil Uji Paired Sampel T-Test Produksi ASI pada Ibu nifas di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023.

Paired samples statistics							
		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean	Correlation	Sig (2-tailed)
Pair 1	Pretest	1,33	21	0,483	0,105	0,000	0,000
	Posttest	3,00	21	0,000	0,000		

Berdasarkan Tabel 4.7 dapat dijelaskan bahwa hasil pemberian daun Torbangun sebelum diberikan perlakuan pada kelompok intervensi diperoleh nilai rata-rata pretest 1,33 menjadi nilai rata-rata posttest pemberian daun Torbangun terhadap produksi ASI 3,00 sesudah diberikan rebusan daun Torbangun terhadap 21 responden. hasil uji paired sampel t-test menunjukkan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$, hal ini berarti H_0 ditolak H_a diterima artinya ada pengaruh pemberian rebusan daun Torbangun terhadap produksi ASI pada ibu nifas di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023.

B. Pembahasan

Penelitian tentang Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Torbangun terhadap Produksi ASI pada ibu nifas di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023 telah dilaksanakan dari. Responden pada penelitian ini adalah ASI pada ibu nifas di desa Hanakau sebanyak 21 responden dengan dengan desain pre-experiment yang rancangannya menggunakan the one group pretest-posttest design.

Pada bab ini akan dijelaskan pembahasan hasil penelitian yang meliputi karakteristik responden dan pengaruh pemberian rebusan daun Torbangun terhadap produksi ASI pada ibu nifas di desa Hanakau.

Analisa Univariat Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan lebih dari 50% umur responden penelitian ini adalah 20-35 tahun sebanyak 12 responden (57,1%). Menurut BKKBN rentan usia ini termasuk dalam kategori usia produktif yang ideal untuk hamil dan melahirkan bagi seorang wanita.

Berdasarkan hasil penelitian ini responden yang paling dominan adalah SMA/ sederajat sebanyak 10 responden (47,6%). Riwayat pendidikan dari seorang responden dapat pula menjadi indikator tingkat pengetahuan responden terhadap suatu masalah khususnya masalah produksi ASI pada Ibu Nifas dan bagaimana pemilihan solusi untuk setiap masalah produksi ASI yang dihadapi.

Pekerjaan responden mayoritas adalah ibu rumah tangga sebanyak 13 responden (61,9%). Riwayat pekerjaan dari seorang dapat pula menjadi indikator berhasil atau tidaknya peningkatan ASI eksklusif serta peningkatan produksi ASI pada Ibu Nifas. Jumlah Anak (Paritas)

Jumlah anak responden adalah mayoritas anaknya berjumlah 2 orang (48,6%). Paritas adalah keadaan wanita berkaitan dengan jumlah anak yang dilahirkan. Paritas anak ke-2 dan ke-3 merupakan paritas paling aman di tinjau dari kematian. Pada paritas tinggi lebih dari 3 mempunyai angka kematian maternal lebih tinggi. Maka oleh sebab itu, ibu-ibu yang sedang hamil anak pertama dan lebih dari anak ke-3 harus memeriksakan kehamilan sesering mungkin agar tidak beresiko terhadap kematian maternal.

Pada paritas rendah ibu-ibu hamil belum begitu mengerti tentang kehamilan dan pentingnya pemeriksaan kehamilan (Walyani,2015)

Analisa Bivariat

Produksi ASI pada Ibu Nifas Sebelum Pemberian Rebusan Daun Torbangun pada ibu nifas di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa produksi ASI pada ibu nifas di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023. Paling banyak produksi ASInya kurang yakni 14 responden (66,7%). Menurut peneliti banyaknya responden yang memiliki ASI kurang diakibatkan karena Ibu Nifas tidak langsung memberikan ASInya setelah bayi lahir karena kondisi ibu tidak memungkinkan untuk diberikan ASI langsung akibat kelelahan pada saat melahirkan dan menyusui pertama kali sehingga mempengaruhi produksi ASI selanjutnya dan ketidaktahuan ibu betapa pentingnya ASI pertama/ colostrum. Berdasarkan hasil penelitian ini responden yang paling dominan adalah SMA/ sederajat sebanyak 10 responden (47,6%). Riwayat pendidikan dari seorang responden dapat pula menjadi indikator tingkat pengetahuan responden terhadap pemberian ASI pertama sehingga masalah produksi ASI pada ibu nifas lebih teratasi jika pendidikannya tinggi.

Menurut Rosdianah dan Irmawati, 2021 Selain mengkonsumsi makanan sehat dan seimbang seperti sayuran hijau ditambah dengan mengkonsumsi ekstrak daun Torbangun sebanyak 2x200mg 14 hari dapat melancarkan ASI pada ibu disebabkan karena kandungan dari daun Torbangun yang mengandung protein, vitamin C, fosfor, kalsium, dan zat besi yang cukup tinggi, kemudian dengan kepatuhan ibu untuk memberikan ASI kepada bayinya secara on demand sehingga dengan adanya isapan bayi dapat merangsang hormon oksitosin dan prolactin untuk memproduksi ASI

Mengeluarkan ASI dengan memompa atau memerah dengan tangan, disaat tidak bersama anak. Kalau bayi masih tampak kurang puas juga, pompa ASI dan masukkan ke botol untuk diberikan ke bayi. Tapi sebenarnya penggunaan dot tidak dianjurkan paling tidak sampai usia bayi 6

bulan sebab dapat mengganggu perkembangan sistem saraf dan struktur tulang kepala. Jangan terlalu cepat memindahkan posisi menyusui dari payudara kiri ke kanan, dan sebaliknya. ASI yang keluar setelah 15 menit pertama justru banyak mengandung lemak yang dapat mengenyangkan bayi. Jangan lakukan posisi menyusui tiduran sampai ketiduran kalau ibu punya kebiasaan tidur, karena bayi bisa tertindih dan tidak bisa bernafas.

Makan makanan yang bergizi dan minum cairan yang cukup dapat meningkatkan produksi ASI seperti air putih, jus buah, susu rendah lemak, dan makanan yang berkuah, serta banyak mengkonsumsi sayuran hijau dan makanan laut dan juga makanan yang banyak mengandung protein nabati seperti tempe, tahu, dan kacang-kacangan. Daun Torbangun segar lebih cepat merangsang produksi ASI daripada suplemen seperti Pro ASI atau Lancar ASI, serta harga lebih ekonomis dan mudah didapatkan. Banyak manfaat ASI untuk bayi yaitu untuk kecerdasan dan daya tahan tubuhnya. Serta mengendalikan emosi dan pikiran ibu agar tenang dan tidak stress karna itu dapat membuat ASI mendadak kering. Yang terpenting adalah rasa percaya diri bahwa kita mampu untuk memberikan yang terbaik untuk bayi kita yaitu ASI.

Produksi ASI pada Ibu Nifas Sesudah Pemberian Rebusan Daun Torbangun di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa produksi ASI pada ibu nifas sesudah pemberian rebusan daun Torbangun di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023 mayoritas produksi ASInya banyak yakni 21 responden (100%). Banyaknya responden memiliki ASI yang banyak sesudah pemberian rebusan daun Torbangun dikarenakan daun Torbangun memiliki banyak vitamin dan zat besi pada daun Torbangun lebih tinggi daripada daun pepaya dan daun singkong. Daun Torbangun juga kaya vitamin (A, B1, dan C), protein, lemak dan mineral.

Selain itu daun dan akar Torbangun mengandung saponin, flavonoida, dan tanin. Ini sejalan dengan penelitian Suyanti dan Anggraeni (2020) menyatakan bahwa

pemberian daun Torbangun terbukti efektif terhadap kecukupan Air Susu Ibu (ASI) pada ibu menyusui, hal ini disebabkan karena Torbangun mengandung alkaloid dan sterol yang dapat meningkatkan kelancaran ASI. Selain itu daun Torbangun mengandung vitamin A, B1, C, tanin, saponin alkaloid papaverin.

Hubungan Pemberian Rebusan Daun Torbangun terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023

Hasil uji paired sampel t-test menunjukkan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$, hal ini berarti H_0 ditolak H_a diterima artinya ada pengaruh pemberian rebusan daun Torbangun terhadap produksi ASI pada ibu Nifas di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023.

Menurut asumsi peneliti kandungan yang terdapat pada rebusan daun Torbangun dapat melancarkan produksi ASI dengan meminum rebusan daun Torbangun dalam 1 minggu. Selain itu faktor dari makanan ibu juga sangat mempengaruhi peningkatan ASI serta frekuensi menyusui sesuai keinginan bayi (on demand), ketentraman jiwa dan pikiran yang tidak stres serta penggunaan alat kontrasepsi yang tepat untuk ibu menyusui.

Adanya pengaruh pemberian rebusan daun Torbangun terhadap produksi ASI sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa daun Torbangun dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas, dari 30 responden yang dibagi dua kelompok pada kelompok kontrol terdapat 5 ibu nifas (16.6%) yang pengeluaran ASInya lancar 10 responden (33.3%) yang tidak lancar, sebaliknya pada kelompok intervensi menunjukan 14 responden (46.6%) yang mengalami pengeluaran ASInya lancar sedangkan 1 ibu nifas (3.3%) yang tidak lancar. Pengujian menggunakan uji Chi square, dengan hasil Asymp. Sig. (2-tailed) $0.003 < \alpha 0.05$ atau 5% dengan demikian H_0 ditolak yang artinya ada hubungan pemberian sayur daun Torbangun terhadap kelancaran ASI pada ibu multipara di Puskesmas Caile Bulukumba (Triananinsi, Andryani, and Basri 2020)

Menurut Suyanti and Anggraeni (2020) penelitian quasi eksperimental dengan desain nonequivalent kontrol group design. Sampel dalam penelitian ini adalah 30 orang yang terdiri dari 15 kelompok eksperimen dan 15 kelompok kontrol. Dilakukan pada bulan Januari-Februari 2023. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Analisis univariat menggunakan distribusi tendensi sentral dan analisis bivariatnya menggunakan uji t berpasangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata kecukupan air susu ibu pada ibu menyusui kelompok eksperimen sebelum pemberian daun Torbangun sebesar 6,80 dan sesudah pemberian daun Torbangun 8,47. Hasil penelitian tersebut menyimpulkan bahwa pemberian daun Torbangun terbukti efektif terhadap kecukupan Air Susu Ibu (ASI) pada ibu menyusui.

Menurut Zhuliyani, Safirah, and Saryono (2021) Daun Torbangun merupakan salah satu jenis herbal galactagogue yang dipercaya dapat meningkatkan kadar prolaktin dan oksitosin, serta mengandung nutrisi yang dapat digunakan sebagai bahan baku sintesis ASI. Peningkatan volume ASI disebabkan oleh daun Torbangun yang mengandung senyawa fitokimia yaitu alkaloid (papaverin) dan sterol (fitosterol) yang dapat meningkatkan kadar prolaktin dan oksitosin, serta mengandung nutrisi yang dapat digunakan sebagai bahan baku sintesis ASI. 100 g daun Torbangun segar mengandung 79,8 g air, 7,6 g protein, 1,8 g lemak, 6,9 g karbohidrat, dan nilai energi 310 kJ. Daun Torbangun terbukti dapat meningkatkan kualitas ASI pada ibu menyusui.

Menurut asumsi peneliti peningkatan produksi ASI merupakan salah satu aspek penting yang harus diperhatikan, salah satunya adalah edukasi pemberian ASI eksklusif pada bayi. Agar ibu dan keluarga dapat mengetahui dengan memberikan ASI eksklusif pada bayi dapat memberikan pertahanan tubuh yang kuat dibandingkan dengan yang tidak mendapatkan ASI, selain itu ASI juga membentuk jaringan otak karena mengandung omega 3 untuk pematangan sel-sel otak.

Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI adalah makanan ibu. Makanan yang dimakan seorang

ibu yang sedang menyusui tidak secara langsung mempengaruhi mutu ataupun jumlah air susu yang dihasilkan. Unsur gizi dalam dalam 1 liter ASI setara dengan unsur gizi yang terdapat dalam 2 piring nasi ditambah 1 butir telur. Jadi, diperlukan energi yang sama dengan jumlah energi yang diberikan 1 piring nasi untuk membuat 1 liter. Apabila ibu yang sedang menyusui bayinya tidak mendapatkan tambahan makanan maka akan terjadi kemunduran dalam produksi ASI (Khasanah, 2013)

Kesimpulan

1. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa produksi ASI pada Ibu Nifas sebelum pemberian rebusan daun Torbangun di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023 paling banyak produksi ASI nya kurang yakni 14 responden (66,7%).
2. Produksi ASI pada ibu nifas sesudah pemberian rebusan daun Torbangun di di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023 mayoritas produksi ASI nya banyak yakni 21 responden (100%).
3. Hasil uji paired sampel t-test menunjukkan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$, hal ini berarti H_0 ditolak H_a diterima artinya ada pengaruh pemberian rebusan daun Torbangun terhadap produksi ASI pada ibu Nifas di PMB Ny. N Kota Bekasi Tahun 2023.

Ucapan Terima Kasih

Ucapan terima kasih terutama ditujukan kepada pemberi dana penelitian atau donatur. Ucapan terima kasih dapat juga disampaikan kepada pihak-pihak yang membantu pelaksanaan penelitian.

Daftar Pustaka

- Apriyanti, F., & Syahda, S. (2022). Analisa Hubungan Teknik Menyusui Dengan Kejadian Nipple Trauma Pada Ibu Menyusui Di Desa Laboi Jaya Wilayah Kerja UPT Puskesmas Laboy Jaya. *Jurnal Ners*, 6(1), 114–118.
- Arikunto S. 2013. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Ari Putri, A. H., Amalia, R., & Yunola, S. (2021). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada

- Bayi Usia 7-12 Bulan di Praktik Mandiri Bidan Fauziah Palembang Tahun 2021. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan. Buku Saku HASII Studi Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2021. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2021. Available from: <https://www.badankebijakan.kemkes.go.id/buku-saku-hasii-studi-status-gizi-indonesia-ssgi-tahun-2021/>
- Cunningham, et al. 2012 *Obtetri Williams*. Volume 1. Jakarta : EGC.
- Hidayat,A. Aziz Alimul. 2014. *Metode penelitian kebidanan dan teknik analisis data*. Jakarta :salemba medika.
- Kemenkes, R. I. (2020). *Kementerian Kesehatan RI: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.
- Meadow, (2012), *Asuhan Keperawatan Keluarga*, Jakarta, EGC.
- Notoatmodjo S, 2012. *Metedologi penelitian kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S., (2015), *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta, PT. Rineka Cipta.
- Nugroho, T. (2011). *ASI dan Tumor Payudara*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Prawiroharjo, S. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2014.
- Rencana strategi kerja (renstra) kabupaten lampung barat tahun 2017-2022
- Roesli, U., (2010), *Mengenal ASI Eksklusif*, Jakarta, PT Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara.
- Rosdianah, & Irmawati. (2021). Pemberian ekstrak daun Torbangun terhadap kelancaran asi pada ibu menyusui. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 7(2), 265–271.
- Santoso, (2014), *Torbangun Tumbuhan Multi KASlat*, Jakarta, Salemba Medika.
- Soetjiningsih, (2012), *ASI Petunjuk untuk Tenaga Kesehatan*, Jakarta, Buku Kedokteran.
- Suja, M. & Budiarti, I. (2022). Gambaran Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif pada Wanita 15-49 Tahun di Perkotaan Indonesia. *BIOGRAPH-I: Journal of Biostatistics and Demographic Dynamic*, 2(1), 48.<https://doi.org/10.19184/biograph-i.v2i1.30977>
- Sulaeman, R., Lina, P., Mas'adah, M., & Purnamawati, D. 2019. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Pengeluaran ASI*

- Pada Ibu Postpartum Primipara. *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(1), 10. <https://doi.org/10.32807/Jkp.V13i1.193>
- Suratmaja, (2017), *Asuhan Keperawatan Pada Anak*, Edisi 2, Jakarta, Sagung Seto.
- Sutanto Andina Vita, 2018. *Asuhan kebidanan nifas dan menyusui, teori dalam kebidanan profesional*, Yogyakarta
- Suyanti, Suyanti, and Kiki Anggraeni. 2020. "Efektivitas Daun Torbangun Terhadap Kecukupan Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui Di Bidan Praktek Mandiri (Bpm) Bd. Hj. Iin Solihah, S.St., Kabupaten Majalengka." *Journal of Midwifery*
- Tonasih &vianty mutya sari.(2019). *Asuhan kebidanan pada masa nifas dan menyusui*;buku ajar. Penerbit K-Media
- Triananinsi, Nurhidayat, Zelna Yuni Andryani, and Fasilah Basri. 2020. "The Correlation of Giving Sauropus Androgynus LeavesTo The Smoothness of Breast Milk In Multiparous Mother At Caile Community Health Centers." *Journal of Healthcare* 6(1): 12–20. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/3585>.
- Wijono dan Harsodjo, (2013), Pengaruh pemberian ekstrak daun Torbangun terhadap Ibu Hamil, *Prosiding Simposium Penelitian*: 30-42.
- Zhuliyani, Aditya Robby, Lutfiah Safirah, and Saryono. 2021. "Manfaat Daun Torbangun Untuk Meningkatkan Kualitas ASI Pada Ibu Menyusui." *Medsains* 7(01): 19–26.<http://www.tjyybjb.ac.cn/CN/article/downloadArticleFile.do?attachType=PDF&id=9987>.