

**EFEKTIFITAS MENGGUNAKAN SAYUR JANTUNG
PISANG TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI
ASI PADA IBU MENYUSUI DI PMB I GUSTI
NGURAH MADE DWI IRAWATI,S.ST**



SKRIPSI

NI PUTU DEVI CICA MAHARANI

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

2023

**EFEKTIFITAS MENGGUNAKAN SAYUR JANTUNG
PISANG TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI
ASI PADA IBU MENYUSUI DI PMB I GUSTI
NGURAH MADE DWI IRAWATI,S.ST**

SKRIPSI

**Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan
Pada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali**

Oleh:

NI PUTU DEVI CICA MAHARANI

NIM. A1221109

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN
EFEKTIFITAS MENGGUNAKAN SAYUR JANTUNG PISANG
TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU
MENYUSUI DI PMB I GUSTI NGURAH MADE DWI
IRAWATI,ST

Diajukan Oleh:

NI PUTU DEVI CICA MAHARANI

A1221109

Badung, 13 Februari 2023

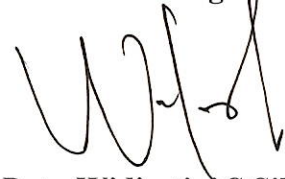
Telah Disetujui oleh Dosen Pembimbing

Pembimbing I



Bdn.Pande Putu Indah Purnamayanthi,S.ST.M.Kes
NIDN.0825068901

Pembimbing II



Dr.Luh Putu Widiastini,S.SiT.,M.Kes
NIDN.1126098501

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



Ni Putu Mirah Yunita Udayani,S.ST.,M.Keb
NIDN.0808068701

HALAMAN PENGESAHAN
PROPOSAL INI TELAH DI PERTAHANKAN DAN DI
SAHKAN DI DEPAN DEWAN PENGUJI SARJANA
KEBIDANAN SEKOLAH INGGI ILMU KESEHATAN BINA
USADA BALI

Tanggal : 20 Februari 2023

Yang terdiri dari:

Ketua Penguji




Bdn. I Gusti Agung Manik Karuniadi, S.ST., M.Kes
NIDN.0821098803

Penguji I



Bdn. Pande Putu Indah Purnamayanthi, S.ST., M.Kes
NIDN.0825068901

Penguji II



Dr. Luh Putu Widiastini, S.SiT., M.Kes
NIDN.1126098501

Mengetahui,
Program Studi Sarjana Kebidanan
Ketua



Ni Putu Mirah Yunita Udayani, S.ST., M.Keb
NIDN.0808068701

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
BINA USADA BALI
PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN DAN PROFESI BIDAN**

Skripsi, Januari 2023

Ni Putu Devi Cica Maharani

Efektifitas Mengonsumsi Sayur Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui di PMB I Gusti Ngurah Made Dwi Irawati,S.ST.

xiv + 51 + 7 tabel + 2 gambar + 11 lampiran

ABSTRAK

ASI (Air Susu Ibu) merupakan makanan terbaik untuk bayi. ASI memiliki kandungan yang baik yang tidak terdapat dalam susu formula. Peningkatan produksi ASI dapat dipengaruhi oleh makanan, contohnya adalah sayur dan buah, nutrisi yang baik bagi ibu menyusui akan memperlancar produksi ASI. Jantung pisang memiliki khasiat dan manfaat untuk kesehatan karena kandungan gizi dan vitamin yang ada didalamnya. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Efektifitas Mengonsumsi Sayur Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui.

Desain penelitian ini adalah desain *Quasi Experiment* rancangan *Non-Equivalent Control Grup Design*. Jumlah sampel sebanyak 30 ibu menyusui yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu 15 orang sebagai kelompok perlakuan dan 15 orang kelompok kontrol dengan Teknik *purposive sampling*. Data analisis dengan menggunakan uji *Mann Whitney*.

Hasil analisis uji *MannWhitney* didapatkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$) yang disimpulkan bahwa mengonsumsi sayur jantung pisang efektif terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui di PMB I Gusti Ngurah Made Dwi Irawati,S.ST.

Kata Kunci : Ibu menyusui, produksi ASI, sayur jantung pisang

Daftar Pustaka : 32 (2013 – 2021)

HEALTH INSTITUTION OF BINA USADA BALI
BACHELOR DEGREE OF MIDWIFERY AND PROFESSIONAL PROGRAM

Undergraduate Thesis, January 2023

Ni Putu Devi Cica Maharani

The Effectiveness of Consuming Banana Flower Vegetables on Increasing Breast Milk Production in Breastfeeding Mothers at Midwifery Independent Practice of I Gusti Ngurah Made Dwi Irawati, S.ST.

xiv + 51 + 7 tables + 2 pictures + 11 appendices

ABSTRACT

Breastmilk is the best food for babies. It contains nutrients that can not be found in formula milk. Food, such as vegetables and fruit, can influence increased milk production; good nutrition for breastfeeding mothers will facilitate milk production. Because of its nutritional content and vitamins, banana heart has health properties and benefits. The aim of this study was to determine the effectiveness of consuming banana flower vegetables on increasing breast milk production in breastfeeding mothers.

The design of this study was a Quasi Experiment design with Non-Equivalent Control Group Design. The total sample was 30 breastfeeding mothers who were divided into two groups, namely 15 respondents as the treatment group and 15 respondents as the control group using purposive sampling technique. Data analysis used the Mann Whitney test.

The results of the MannWhitney test analysis obtained a p value = 0.000 ($p < 0.05$) which concluded that consuming banana flower vegetables was effective in increasing milk production in breastfeeding mothers at Midwifery Independent Practice of I Gusti Ngurah Made Dwi Irawati, S.ST.

Keywords: Breastfeeding mothers, milk production, banana flower vegetable

Bibliography : 32 (2013 – 2021)

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ni Putu Devi Cica Maharani

Nim : A1221109

Jurusan : Sarjana Kebidanan

Judul Skripsi : Efektifitas Mengkonsumsi Sayur Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui di PMB I Gusti Ngurah Made Dwi Irawati,S.ST.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir saya ini adalah hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Mangupura, 13 Februari 2023



(Ni Putu Devi Cica Maharani)

KATA PENGANTAR

Om Swastiastu, Puja dan puji syukur saya panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa / Ida Hyng Widhi Wasa, karena atas Asung Kertha Waranugrahanya lah penulis dapat menyelesaikan skripsi Penelitian yang berjudul “Efektifitas Mengonsumsi Sayur Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui di PMB I Gusti Ngurah Made Dwi Irawati,S.ST” sebagai persyaratan untuk menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali.

Penulisan skripsi Penelitian ini merupakan salah satu upaya peneliti dalam mendukung upaya meningkatkan Produksi Asi pada Ibu Menyusui, sekaligus syarat menyelesaikan Pendidikan Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Usada Bali. Melakukan penelitian yang baik dan benar, serta melakukan perbaikan dalam rangka meningkatkan pelayanan Kebidanan di masa yang akan datang. Oleh karna itu, peneliti beserta para Bidan diharapkan terus menerus memperbaharui diri dengan keterampilan dan pengetahuan pelaksanaan pelayanan yang mengacu pada standar praktik dan kewenangan Bidan.

Penulis menyadari bahwa terselenggaranya skripsi penelitian ini tidak terlepas bantuan dari berbagai pihak, oleh karna itu pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan rasa hormat dan ucapan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dan terus memotivasi peneliti dalam menyelesaikan Skripsi penelitian ini. Peneliti mengucapkan terimakasih kepada yang Terhormat:

1. Dr.Ir.I Putu Santika,MM Selaku Ketua STIKES Bina Usada Bali.

2. Ibu Ni Putu Mirah Yunita Udayani,S.ST.,M.Keb selaku Ketua Program Studi Kebidanan Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Bina Usada Bali.
3. Ibu I Gusti Agung Manik Karuniadi,S.ST.,M.Kes selaku penguji utama dalam ujian skripsi dan yang telah membimbing dan selalu memberikan saran serta nasehat-nasehat sehingga skripsi penelitian ini dapat diselesaikan.
4. Ibu Bdn.Pande Putu Indah Purnamayanthi,S.ST.,M.Kes selaku Pembimbing I dalam Ujian skripsi dan yang telah membimbing dan selalu memberikan saran serta nasehat-nasehat sehingga skripsi penelitian ini dapat diselesaikan.
5. Ibu Dr.Luh Putu Widiastini,S.SiT.,M.Kes selaku Pembimbing II dalam Ujian skripsi dan yang telah membimbing dan selalu memberikan saran serta nasehat-nasehat sehingga skripsi penelitian ini dapat diselesaikan.
6. Seluruh Dosen serta staf STIKES Bina Usada Bali Jurusan Sarjana Kebidanan.
7. Keluarga dan teman – teman yang telah memberikan dukungannya.
8. Semua pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan laporan ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan. Untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun guna menyempurnakan penulisan di kemudian hari. Peneliti juga memohon maaf kepadasemua pihak atas kesalahan peneliti.

Akhir kata, peneliti berharap semoga skripsi ini dapat memberi manfaat dan motivasi bagi peneliti, calon-calon bidan, dan dunia kebidanan pada umumnya
Om Santhi,Santhi, Santhi Om

Badung, 23 Januari 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

LEMBAR JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
DAFTAR SINGKATAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Pengertian Air Susu Ibu (ASI)	7
B. Kandungan ASI	8
C. Produksi ASI	11
D. Volume Produksi ASI	12
E. Tanda Bayi Cukup ASI.....	15
F. Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Produksi ASI	15
G. Cara Meningkatkan Produksi ASI	17
H. Jantung Pisang Kepok	18
I. Kajian Empiris	22
J. Kajian Penelitian	26

BAB III KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI

OPERASIONAL

A. Kerangka Konsep	27
B. Hipotesis	27
C. Definisi Oprasional	28

BAB IV METODE PENELITIAN

A. Rencana Penelitian	29
B. Populasi Dan Sampel	30
C. Etika Penelitian	32
D. Alat Pengumpulan Data	32
E. Prosedur Pengumpulan Data	32
F. Pengolahan Data	34
G. Analisis Data	35
H. Pengolahan Data	36
I. Analisis Data.....	38

BAB V HASIL PENELITIAN

A. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	40
B. Analisis Deskriptif	40
C. Uji Normalitas.....	45
D. Analisis Infrensial	48

BAB VI PEMBAHASAN

A. Interpretasi Penelitian	49
B. Keterbatasan Penelitian.....	56
C. Implikasi Terhadap Pelayanan, Pendidikan, dan Penelitian	56

BAB VII PENUTUP

A. Kesimpulan	58
B. Saran	58

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

2.2 Volume Asi	14
3.1 Definisi Oprasional	28
5.1 Karakteristik responden berdasarkan Umur.....	41
5.2 Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan	42
5.3 Karakteristik responden berdasarkan Pekerjaan	43
5.4 Produksi ASI pada Ibu Menyusui Antara Kelompok Kontrol yang tidak mengonsumsi jantung pisang dan Kelompok Perlakuan Sebelum Diberikan Jantung Pisang.....	44
5.5 Produksi ASI pada Ibu Menyusui Antara Kelompok Kontrol yang tidak mengonsumsi jantung pisang dan Kelompok Perlakuan Sesudah Diberikan Jantung Pisang.....	45
5.6 Hasil Uji Normalitas	46
5.7 Efektifitas Mengonsumsi Sayur Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Menyusui di PMB I Gusti Ngurah Made Dwi Irawati,SST	47
5.8 Hasil uji <i>Mann Whitney</i> Efektifitas Mengonsumsi Sayur Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Menyusui	48

DAFTAR GAMBAR

2.1. Gambar Jantung Pisang (<i>musa paradisiacal</i>)	20
3.1. Gambar Kerangka Konsep Penelitian	27
4.1 Gambar Desain Penelitian.....	29

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Keterangan Lolos Etik
- Lampiran 2. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 3. SOP Pemberian Jantung Pisang
- Lampiran 4. SOP Cara Menggunakan Pompa ASI
- Lampiran 5. Proses Pengolahan Jantung Pisang
- Lampiran 6. Jadwal Penelitian
- Lampiran 7. Lembar Permohonan Sebagai Responden
- Lampiran 8. Lembar Persetujuan Sebagai Responden
- Lampiran 9. Lembar Observasi
- Lampiran 10. Dokumentasi
- Lampiran 11. Hasil Uji Statistik

DAFTAR SINGKATAN

ASI	: Air Susu Ibu
PMB	: Praktek Mandiri Bidan
SOP	: Standar Oprasional Prosedur
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
MI	: Mili Liter
BB	: Berat Badan

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, M. (2021). *Peranan Gizi dalam Siklus Kehidupan*. Kencana Prenada Media Group.
- Afifah, N., MS, A. A., W, A. L., Purnamasari, D., Hapsari, E., Devi, N., dan Ardiyani. (2013). *Inovasi dari Jantung Pisang (Musa spp)*. STIKes Kusuma Husada.
- Astawam. (2015). *Pangan Fungsional untuk Kesehatan yang Optimal*. Fakultas Teknologi Pertanian IPB.
- Astuti, H. (2020). Efektifitas Jantung Pisang Dan Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Desa Teluk Kiambang Wilayah Kerja Puskesmas Tempuling Kecamatan Tempuling Kabupaten Indragiri Hilir. *Selodang Mayang: Jurnal Ilmiah Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kabupaten Indragiri Hilir*, 6(1), 15–22. <https://doi.org/10.47521/selodangmayang.v6i1.142>
- Haryono, R., dan Setianingsih. (2014). *Manfaat ASI Eksklusif Untuk Buah Hati Anda*. Gosyen Publishing.
- Hutari, R. D. dan F. (Ed.). (2014). *Teori Kinerja dan Pengukurannya* (Ed.1, Cet.). Bumi Aksara.
- IDAI. (2013). *Air Susu Ibu dan Tumbuh Kembang Anak*. <https://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/air-susu-ibu-dan-tumbuh-kembang-anak>
- Iqmy, L. O., dan Lathifah, N. S. (2020). Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas. *Universitas Malahayati Jalan Pramuka*, 9(1), 271112.
- Istiqomah, S., Wulanadari, D., dan Azizah, N. (2015). Pengaruh Buah Pepaya Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Desa Wonokerto Wilayah Puskesmas Peterongan Jombang. *Jurnal EduHealth*, 5(2), 102–108.
- Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan. (2018). Kemenkes RI. In *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://doi.org/1> Desember 2013
- Manalu, A. B., Purba, T. J., Siagian, N. A., dan Yanti, M. D. (2021). Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui di Desa Candirejo Kecamatan Biru-Biru Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 6(3), 298–302. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol6.iss3.592>

- Monika, F. B. (2014). *Buku Pintar ASI dan Menyusui*. Neura Books.
- Mulya, W. T., dan Maita, L. (2021). Pemberian Jantung Pisang Pada Ibu Menyusui di PMB Mai Susandra, S. Tr. Keb Pekanbaru Tahun 2021. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(2), 113–118. <https://doi.org/10.25311/jkt/vol1.iss2.586>
- Nasrullah, M. J. (2021). Pentingnya Inisiasi Menyusu Dini dan Faktor yang Mempengaruhinya. *Jurnal Medika Utama*, 02(02), 439–447. <http://jurnalmedikahutama.com/index.php/JMH/article/view/144>
- Notoatmojo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan/Soekidjo Notoatmodjo. Rev. Jakarta: Rineka Cipta.*
- Paramata, N. R., Wulansari, I., dan Bolota, C. D. (2021). Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Boroko Kabupaten Bolaang Mongondow Utara. *Jambura Nursing Journal*, 3(1), 12–22. <https://doi.org/10.37311/jnj.v3i1.9823>
- Pudjiati, S. R. ., dan Masykouri, A. (2013). *Mengasah Kecerdasan di Usia 0-2 Tahun*. Dirjen PAUDNI.
- Rejeki, P. S. (2020). *Catatan Kami tentang ASI*. Oksana.
- Riani. (2017). Pengaruh Konsumsi Rebusan Jantung Pisang Terhadap Ekskresi Asi Pada Ibu Menyusui Di Desa Ranah Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2016. *Jurnal Ners*, 1(1), 117–124. <https://doi.org/10.31004/jn.v1i1.97>
- Rilyani, R., dan Wulandari, R. (2020). Konsumsi sayur jantung pisang terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu masa nifas. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 13(4), 358–364. <https://doi.org/10.33024/hjk.v13i4.1626>
- Sihombing, S. (2018). Hubungan pekerjaan dan pendidikan ibu dengan pemberian ASI eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Hinai Kiri tahun 2017. *Jurnal Bidan*, 4(1), 234018.
- Sinta, P., Salimo, H., dan Pamungkasari, E. P. (2017). Multilevel Analysis on the Biosocial and Economic Determinants of Exclusive Breastfeeding. *Journal of Maternal and Child Health*, 02(04), 356–370. <https://doi.org/10.26911/thejmch.2017.02.04.06>
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R dan D (Cetakan Ke)*. CV. ALFABETA.
- Sukmawati, Nugraha, A., Dwi, A., Amiatun, Apriliani, A. N., Ramdani, A., Nugraha, A., dan Yarsita, T. P. (2020). Intervensi Meningkatkan Produksi ASI: Literatur Review. *Maternity Care and Reproductive Health*, 3(4).
- Sukmawati, S. (2020). Peran Suami Dan Petugas Kesehatan Dalam Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Kota Madya Yogyakarta. *Bunda Edu-*

Midwifery Journal (BEMJ), 2(1), 1–9.

Suyanti, dan Supriyadi, A. (2013). *Pisang Budi Daya Pengolahan dan Prospek Pasar*. Penebar Swadaya.

Syahda, S., dan Finarti, Y. (2019). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Menyusui Dengan Kelancaran Asi Di Rsud Rokan Hulu. *Jurnal Doppler*, 3(1), 33–41.

Wahyuni, E., Sumiati, S., dan Nurliani, N. (2013). Pengaruh konsumsi jantung pisang batu terhadap peningkatan produksi ASI di wilayah puskesmas Srikuncoro, kecamatan Pondok Kelapa, Bengkulu Tengah. *Buletin Penelitian Sistem Kesehatan*, 15(4), 418–424.

Walyani, E. S. (2015). *Perawatan kehamilan dan menyusui anak pertama agar bayi lahir dan tumbuh sehat*. Pustaka Baru Press.

Walyani, E. S., dan Purwoastuti, E. (2017). *Asuhan Kebidanan: Masa Nifas dan Menyusui*. Pustakabaru Press.

Wiji, R. N. (2013). *ASI dan Pedoman Ibu Menyusui*. Nuha Medika.

Wulandari, F. I., dan Iriana, N. R. (2013). Karakteristik Ibu Menyusui yang Tidak Memberikan ASI Eksklusif. *Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informasi Kesehatan*, 3(2), 25–32.