

PENGARUH KONSUMSI PIZZA JANTUNG PISANG TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI KLINIK PERMATA BUNDA

Winda Kurniawati¹⁾, Dr. Hj. Endah Wahyutri²⁾, Nursari Abdul Syukur³⁾

¹Mahasiswa Prodi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kaltim

²Dosen Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Kaltim

³Dosen Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes

Email: windakurniawati2702@gmail.com

ABSTRAK

Data cakupan ASI eksklusif di Kalimantan timur pada tahun 2020 sebesar 76,1%, data cakupan ASI di Puskesmas Tanah Grogot sebesar 78%, masih rendah dibandingkan dengan target ASI Kementerian Kesehatan yaitu 80%, data Puskesmas Tanah Grogot 2020. Metode penelitian ini adalah *Quasi Experiment* dengan desain penelitian *Nonequivalent Control Group Design*. Teknik sampling menggunakan *Purposive Sampling*. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 11 orang. Produksi ASI pada ibu menyusui sebelum diberikan Pizza Jantung Pisang rata-rata 99.09 ml, setelah diberikan pizza jantung pisang rata-rata 131.82 ml. Produksi ASI pada ibu menyusui sebelum diberikan pizza jantung pisang rata-rata 91.82 ml dan setelah hari ke 7 rata-rata 114.52 ml. Ada perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan Pizza Jantung Pisang pada ibu menyusui nilai p value 0,000. Ada perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan Pizza Jantung Pisang pada ibu menyusui nilai P value 0,000. Ada pengaruh Pizza Jantung Pisang terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui di Klinik Permata Bunda Paser dengan nilai p value 0,000 dimana produksi ASI pada kelompok yang diberikan Pizza Jantung Pisang lebih banyak 17,273 ml dibandingkan dengan kelompok yang tidak diberikan Pizza Jantung Pisang. Jantung pisang memiliki kandungan kalori, protein, lemak, karbohidrat, vitamin A, vitamin B1, vitamin C dan mineral seperti Fosfor, Kalsium dan Fe serta mestimulasi hormone oksitosin dan prolactin yang akan sangat membantu proses produksi ASI. Terdapat pengaruh yang signifikan terhadap produksi ASI sebelum dan sesudah mengkonsumsi Pizza Jantung Pisang. Saran: Tenaga kesehatan sebaiknya memberikan edukasi kepada ibu – ibu menyusui untuk banyak mengkonsumsi jantung pisang dalam menambah asupan gisi dan produksi ASI baik dalam bentuk olahan apapun.

Kata kunci: *Produksi ASI, Ibu Menyusui, Jantung Pisang*

ABSTRACT

Exclusive breastfeeding coverage in East Kalimantan in 2020 is 76.1%, the data breastfeeding coverage at Tanah Grogot Health Center is 78%, it is still low than Ministry of Health target that 80%, Tanah Grogot Health Center data 2020. This research method is a Quasi Experiment with a research design of Nonequivalent Control Group Design. The sampling technique used purposive sampling. The sample in this research amounted to 11 people. Results: Breast milk production in mothers' breastfeeding before being given Banana Heart Pizza was an average of 99.09 ml, then after being given banana heart pizza an average of 131.82 ml. Milk production in breastfeeding mothers before being given banana heart pizza was an average of 91.82 ml and after the 7th day an average of 114.52 ml. There is a difference in breast milk production before and after being given Banana Heart Pizza to nursing mothers with a P value of 0.000. There is an effect of Banana Heart Pizza on increasing breast milk production in mothers' breastfeeding at Permata Bunda Paser Clinic with a P value of 0.000 where the milk production in the group given Banana Heart Pizza is more than 17,273 ml compared to the group not given Banana Heart Pizza. Banana heart contains calories, protein, fat, carbohydrates, vitamin A, vitamin B1, vitamin C and minerals such as Phosphorus, Calcium and Fe and stimulates the hormones oxytocin and prolactin which will greatly assist the process of breast milk production. Conclusion: There is a significant effect on breast milk production before and after consuming Banana Heart Pizza. Health workers should provide education to nursing mothers to consume lots of banana blossoms for increasing their nutritional intake and breast milk production in any processed form.

Keywords: *Breast Milk Production, Mothers' Breastfeeding, Banana Heart*

PENDAHULUAN

Pemberian ASI merupakan salah satu landasan kesehatan perkembangan dan kelangsungan hidup anak (Karlsson et.al., 2019). Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung zat gizi yang sesuai untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya. Selain manfaat yang tampak ketika masih bayi, ASI juga berdampak hingga dewasa. Pada dewasa yang mendapat ASI eksklusif semasa bayi mempunyai resiko rendah terkena penyakit (hipertensi, kolesterol, obesitas, dan diabetes tipe 2) dan mempunyai kecerdasan lebih tinggi (Nurheti Yuliarti, 2010).

Rekomendasi *World Health Organization* (WHO) dalam pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif diberikan pada 6 bulan pertama kehidupan dan dilanjutkan dengan pemberian makanan pendamping ASI sampai 2 tahun atau lebih. Pada tahun 2025, *World Health Assembly*, memiliki target untuk meningkatkan angka pemberian ASI eksklusif pada 6 bulan pertama sebesar 50% karena saat ini angka pemberian ASI hanya 37% (WHO, 2017)

Berdasarkan data yang dikumpulkan *International Baby Food Action Network* (IBFAN 2014), Indonesia menduduki peringkat ketiga terbawah dari 51 negara di dunia yang mengikuti penilaian ketiga terbawah dari 51 negara di dunia yang mengikuti penilaian status kebijakan dan program pemberian makan bayi dan anak (*Infant-Young Child Feeding*) (Prasetyaningati, 2018).

Berdasarkan data Riskesdas 2018, angka cakupan ASI eksklusif nasional sebesar 66.02 %. Sedangkan dari data Dinas Kesehatan Provinsi Kalimantan Timur angka cakupan ASI eksklusif sebesar 71.08 %. Banyak hal yang bisa dilakukan ibu agar pengeluaran ASI menjadi lancar. Salah satunya adalah mengkonsumsi makanan yang dapat meningkatkan produksi ASI seperti sayuran kacang panjang, buncis, daun katuk, daun pepaya dan jantung pisang.

Jantung pisang merupakan bagian dari tanaman pisang yang sejenis tumbuhan yang mengandung *lactagogum*. *Lactagogum* memiliki potensi dalam menstimulasi hormon

oksitosin dan prolaktin yang efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI. Reflek prolaktin secara hormonal untuk memproduksi ASI, waktu bayi mengisap puting payudara ibu, terjadi rangsangan *neorohormonal* pada puting payudara dan areola ibu. Rangsangan ini diteruskan kehipofisis melalui *nervos vagus*, kemudian kelobus anterior. Dari lobus ini mengeluarkan hormon prolaktin, masuk keperedaran darah dan sampai pada kelenjar-kelenjar pembuat ASI. Kelenjar ini akan terangsang untuk menghasilkan ASI (Putri & Utami, 2020)

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian menggunakan eksperimen semu (*quasi eksperiment*) dengan desain penelitian yaitu *pre test post test non equivalent control group* dimana pada kedua kelompok dilakukan pengukuran awal (*pre test*) untuk melihat nilai awal responden sebelum diberikan perlakuan dan setelah diberikan perlakuan.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu menyusui yang melahirkan di Klinik Permata Bunda Kabupaten Paser Pada bulan Maret jumlah ibu menyusui yang tercatat sebanyak 32 ibu. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik *Purposive Sampling*. Jumlah sampel yang dibutuhkan adalah 11 ibu menyusui untuk kelompok kontrol dan 11 ibu menyusui untuk kelompok eksperimen. Total sampel yang diperlukan adalah 22 ibu menyusui yang diambil dari bulan Januari-Maret.

Variabel penelitian terdiri dari variable bebas dalam penelitian ini adalah konsumsi Pizza jantung pisang pada ibu menyusui dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah produksi ASI pada ibu menyusui. Uji analisis pada penelitian ini karena datanya tidak berdistribusi normal, maka dilakukan uji Mann Whitney

HASIL

1. Mengidentifikasi Karakteristik Responden (umur ibu, pendidikan, pekerjaan, paritas, bentuk putting susu, frekuensi menyusu, isapan bayi sera karakteristik bayi meliputi berat badan bayi, umur bayi dan IMD)

Tabel 1
Karakteristik Responden di Klinik Permata Bunda Paser Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Grogot tahun 2022

Karakteristik	Pizza Jantung Pisang		Tanpa Pizza Jantung Pisang	
	F	(%)	F	(%)
1. Umur Ibu	< 20 tahun	0	0	0
	20-35 tahun	10	90,9	9
	> 35 tahun	1	9,1	2
2. Paritas Ibu	Primipara	3	27,3	3
	Multipara	7	63,6	7
	Grandemulti	1	9,1	1
3. Pendidikan	SMP	2	18,2	1
	SMA	7	63,6	8
	PT	2	18,2	2
4. Pekerjaan	IRT	7	63,6	9
	PNS	4	36,4	2
5. Bentuk Putting Susu	Normal	9	81,8	10
	Tidak Normal	2	18,2	1
6. Frekuensi Menyusu	< 8 kali	2	18,2	1
	≥ 8 kali	9	81,8	10
7. Isapan Bayi	Lemah	1	9,1	1
	kuat	10	90,9	10
8. BB Lahir	2500-3000 gr	5	45,5	4
	3050-3500 gr	5	45,5	6
	3550-4000 gr	1	9,1	1
9. Umur Bayi	1 Hari	2	18,2	3
	2 Hari	4	36,4	4
	3 Hari	2	18,2	1
	4 Hari	3	27,3	3
10. IMD	IMD	9	81,8	9
	Tidak IMD	2	18,2	2
	Jumlah	13	100,0	13

Berdasarkan tabel pada kelompok yang diberikan pizza jantung pisang, hampir sebagian besar umur 20-35 tahun yaitu 10 orang (90,9%), multiparitas sebanyak 7 orang (63,6%), sebagian besar pendidikan SMA yaitu 7 orang (63,6%), pekerjaan IRT sebanyak 7 orang (63,6%), sebagian besar bentuk puting susu normal 9 orang (81,8%), Frekuensi Menyusu ≥ 8 kali sebanyak 9 orang (81,8%), isapan bayi kuat sebanyak 10 orang (90,9%), sedangkan data bayinya sebagian besar lahir antara 3050-3500 gr sebanyak 5 bayi (45,5%), umur bayi paling banyak 2 hari sebanyak 4 bayi

(36,4%) dan sebanyak 9 bayi (81,8%) dilakukan IMD.

Pada kelompok kontrol yang tidak diberikan pizza jantung pisang sebagian besar berumur antara 20-35 tahun yaitu 9 orang (81,8%), sebagian besar paritas multiparitas sebanyak 7 orang (63,6%), pendidikan SMA yaitu 8 orang (72,7%), pekerjaan sebagian besar IRT sebanyak 9 orang (81,8%), bentuk puting susu normal yaitu 10 orang (90,9%), frekuensi menyusu sebagian besar ≥ 8 kali yaitu 10 orang (90,9%), isapan bayi sebagian besar kuat yaitu 10 orang (90,9%), untuk data bayi sebagian besar berat lahir antara 3050-3500

sebanyak 6 bayi (54,5%), umur bayi 2 hari sebanyak 4 bayi (36,4%) dan dilakukan IMD sebanyak 9 bayi (81,8%).

2. Produksi ASI Sebelum dan Sesudah diberikan Pizza Jantung Pisang

Tabel 2

Hasil Data produksi ASI Pada Kelompok Yang Diberikan Pizza Jantung Pisang

Produksi ASI	Mean ± SD	Standar Error	Minimum-Maksimum
Sebelum diberikan pizza jantung pisang	99,09 (19,725)	5,947	60-120
Sesudah diberikan pizza jantung pisang	131,82 (21,826)	6,581	100-170

Berdasarkan hasil pengumpulan data produksi ASI sebelum diberikan pizza jantung pisang diperoleh data nilai rata-rata (mean) 99,09 ml nilai standar deviasi 19,725 ml, nilai standar error 5,947 ml nilai minimum 60 ml dan nilai maksimum 120 ml. Sedangkan produksi ASI setelah

diberikan pizza jantung pisang diperoleh data nilai rata-rata (mean) 131,82 ml, nilai standar deviasi 21,826 ml, nilai standar error 6,581 ml, nilai minimum 100 ml dan nilai maksimum 170 ml.

3. Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Tanpa diberikan Pizza Jantung Pisang

Tabel 3

Hasil Data produksi ASI Pada Kelompok Yang Tanpa Diberikan Pizza Jantung Pisang

Produksi ASI	Mean ± SD	Standar Error	Minimum-Maksimum
Sebelum diberikan pizza jantung pisang	91,82 (18,340)	5,530	60-120
Setelah diberikan pizza jantung pisang	114,55 (13,685)	4,126	90-130

Berdasarkan hasil pengumpulan data produksi ASI sebelum tanpa diberikan pizza jantung pisang diperoleh data nilai rata-rata (mean) 91,82 ml, nilai standar deviasi 18,340 ml, nilai standar error 5,530 ml nilai minimum 60 ml dan nilai maksimum 120 ml. Sedangkan produksi ASI setelah tanpa

diberikan pizza jantung pisang diperoleh data nilai rata-rata (mean) 114,55 ml, nilai standar deviasi 13,685 ml, nilai standar error 4,126 ml, nilai minimum 90 ml dan nilai maksimum 130 ml.

4. Uji Normalitas Data

Tabel 4

Uji Normalitas Data Produksi ASI

Produksi ASI	Nilai sig	α	Kesimpulan
Sebelum Diberikan pizza jantung pisang	0,236	0,05	Berdistribusi Normal
Sesudah Diberikan pizza jantung pisang	0,610	0,05	Berdistribusi Normal
Sebelum Tanpa Diberikan pizza jantung pisang	0,914	0,05	Berdistribusi Normal
Sesudah Tanpa Diberikan pizza jantung pisang	0,237	0,05	Berdistribusi Normal

Berdasarkan data di atas dapat dilihat bahwa nilai signifikan produksi ASI sebelum diberikan pizza jantung pisang (0,236), produksi ASI sesudah diberikan pizza jantung pisang (0,610), produksi ASI sebelum tanpa diberikan pizza jantung pisang (0,914) dan produksi ASI sesudah tanpa diberikan pizza jantung pisang

(0,237), seluruh data memiliki nilai signifikan $> \alpha$ 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa seluruh data berdistribusi normal dan dapat dilanjutkan ke statistik parametrik.

5. Perbedaan Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Diberikan Pizza Jantung Pisang

Tabel 5
Perbedaan Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Diberikan Pizza Jantung Pisang

Produksi ASI	Mean	Mean Difference	SD	t _{hitung}	P value
Sebelum	99,09	32,727	15,551	6,980	0,000
Sesudah	131,82				

Berdasarkan uji paired t test untuk melihat perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan pizza jantung pisang terdapat selisih 32,727, hasil uji statistik diperoleh hasil nilai p value $0,000 < \alpha 0,05$ yang menunjukkan bahwa Ho ditolak yang

artinya terdapat perbedaan produksi ASI pada Ibu menyusui di Klinik Permata Bunda wilayah kerja Puskesmas Tanah Grogot.

6. Perbedaan Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Tanpa Diberikan pizza jantung pisang

Tabel 6

Perbedaan Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Diberikan Pizza jantung pisang

Produksi ASI	Mean	Mean Difference	SD	t _{hitung}	P value
Sebelum	91,82	22,727	11,037	6,829	0,000
Sesudah	114,55				

Hasil uji paired t test untuk melihat perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah tanpa diberikan pizza jantung pisang terdapat selisih 22,727, hasil uji statistik diperoleh hasil nilai p value $0,000 < \alpha 0,05$ yang menunjukkan bahwa Ho ditolak yang artinya terdapat perbedaan produksi

ASI pada Ibu menyusui di Klinik Permata Bunda wilayah kerja Puskesmas Tanah Grogot.

7. Perbedaan produksi ASI antara yang Diberikan Pizza Jantung Pisang dengan Yang Tidak Diberikan Pizza Jantung Pisang

Tabel 7

Perbedaan produksi ASI antara Yang Diberikan Pizza Jantung Pisang dan Tanpa Pizza Jantung Pisang pada Ibu menyusui di Klinik Permata Bunda Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Grogot

Produksi ASI	Mean	Mean Difference	SD	t _{hitung}	P value
Diberi pizza jantung pisang	131,82	17,273	7,767	2,224	0,038
Tanpa pizza jantung pisang	114,5				

Berdasarkan hasil analisis menggunakan uji *independent t test* untuk melihat perbedaan produksi ASI antara yang diberikan pizza jantung pisang dengan yang tanpa diberikan pizza jantung pisang terdapat selisih 17,273 ml, hasil uji statistik diperoleh hasil nilai p value $0,038 < \alpha 0,05$ menunjukkan bahwa Ho ditolak yang artinya terdapat perbedaan produksi ASI antara yang diberikan pizza jantung pisang dengan yang tanpa diberikan pizza jantung pisang pada ibu menyusui di Klinik Permata Bunda Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Grogot.

rata-rata umur responden baik kelompok control maupun perlakuan berada pada periode reproduksi sehat.

Menurut Novita (2017) bahwa wanita terutama usia 25-35 tahun sangat berinisiatif melakukan kegiatan menyusui dibandingkan wanita usia > 35 tahun.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Lorenzo, dkk (2018) yang menjelaskan bahwa umur ibu berhubungan dengan perilaku menyusui, dimana ibu yang lebih tua cenderung malas menyusui dibandingkan dengan ibu yang lebih muda.

Berdasarkan paritas yang paling banyak adalah multiparitas baik kelompok control maupun perlakuan. Hal ini menjelaskan bahwa rata-rata ibu berada pada paritas yang baik untuk kehamilan yang sehat. Perbedaan produksi ASI masing-

PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden

Hasil penelitian menunjukkan usia yang paling banyak adalah usia 20-35 tahun. Dari hasil penelitian terlihat bahwasanya

masing responden berbeda, terlihat pada ibu yang baru melahirkan anak pertama jumlah ASI sangat sedikit dibandingkan dengan ibu yang sudah memiliki anak lebih dari 1, untuk produksi ASI pada multiparitas dan grandemulti tidak terlalu terlihat perbedaannya.

Pendidikan yang paling banyak adalah SMA baik kelompok control maupun perlakuan. Hal ini menjelaskan bahwa rata-rata ibu berada tingkat pendidikan menengah.

Kategori pekerjaan yang paling banyak adalah tidak bekerja atau IRT baik kelompok control maupun perlakuan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa produksi ASI pada ibu yang tidak bekerja lebih banyak karena ibu yang tidak bekerja dapat lebih memiliki waktu untuk tetap memberikan ASI sehingga dengan upaya dalam memberikan asupan ASI secara konsisten dapat meningkatkan produksi ASI.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2022) dimana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa karakteristik responden sebagian besar tidak bekerja atau IRT dimana rata-rata produksi ASInya banyak karena ibu cukup beristirahat dan tidak stres karena bekerja.

Dari bentuk puting susu sebagian besar responden memiliki puting susu normal. Kelainan bentuk puting yaitu bentuk puting datar (*flat*) dan puting yang masuk (*inverted*) dapat menyebabkan bayi kesulitan untuk menghisap payudara. Hal tersebut menyebabkan rangsangan pengeluaran hormon prolaktin terhambat dan produksi ASI pun terhambat (Suradi, 2004) Payudara yang tidak dihisap oleh bayi dapat mengakibatkan berhentinya produksi ASI (Suradi, 2014).

Frekuensi Menyusu menunjukkan sebagian besar bayi frekuensi menyusu ≥ 8 kali sehari baik pada ibu yang diberikan pizza jantung pisang ataupun yang tanpa diberikan pizza jantung pisang.

Hasil penelitian ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Leiwakabessy,(2020) yang menyatakan ada hubungan yang bermakna antara frekuensi menyusu dengan produksi ASI, hal ini dikarenakan semakin sering ibu memberikan

ASI pada bayinya maka semakin sering bayi menghisap puting susu ibu, dimana hisapan bayi akan merangsang hormone prolactin di hipofisis anterior yang bertugas untuk memproduksi ASI dan oksitosin di hipofisis posterior yang berfungsi untuk memancarkan ASI. Bayi harus disusui sesering mungkin, tanpa jadwal atau on demand, termasuk memberikan ASI di malam hari (Kemenkes RI, 2017).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Angriani et al, 2018) yang menyatakan bahwa ibu yang memiliki frekuensi menyusui yang baik memiliki peluang 2,438 kali produksi ASI lebih lancar dari pada ibu yang memiliki frekuensi menyusui kurang baik. Penelitian ini sejalan juga dengan penelitian (Erlinawati & Amir, 2019) yang menyatakan bahwa Bayi yang disusui dengan frekuensi sering berpengaruh positif pada kesehatan anak hal ini terlihat terjadi penambahan berat badan bayi.

Isapan Bayi menunjukkan sebagian besar kuat baik pada ibu yang diberikan pizza jantung pisang ataupun yang tanpa diberikan pizza jantung pisang.

Penelitian ini sejalan juga dengan penelitian (Romlah & Sari, 2019) menyatakan bahwa semakin sering isapan bayi dengan produksi ASI pada ibu menyusui. Rangsangan puting susu tidak hanya diteruskan sampai ke kelenjar hipofise anterior, tetapi juga ke kelenjar hipofise posterior (bagian belakang), yang menghasilkan hormon oksitosin. Semakin sering anak menghisap puting susu ibu, maka akan terjadi peningkatan produksi ASI.

Berat Badan Lahir menunjukkan sebagian besar bayi memiliki berat badan lahir antara 3050-3500gram baik pada ibu yang diberikan pizza jantung pisang ataupun yang tanpa diberikan pizza jantung pisang.

Berat lahir bayi berkaitan dengan kekuatan untuk mengisap, frekuensi dan lamanya penyusuan yang kemudian akan mempengaruhi stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin dalam memproduksi ASI (Haryono R, Setianingsih, 2014).

Umur Bayi menunjukkan sebagian besar bayi berusia 2 hari baik pada ibu yang diberikan pizza jantung pisang ataupun yang tanpa diberikan pizza jantung pisang. Hasil penelitian menemukan ibu berusia kurang

dari 1 minggu tetapi isapan bayi cukup kuat, hal ini menyebabkan asi dirangsang keluar dan ASAI menjadi lancar.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar bayi melakukan IMD baik pada ibu yang diberikan pizza jantung pisang ataupun yang tanpa diberikan pizza jantung pisang.

Bayi yang menyusui segera setelah lahir banyak memberikan manfaat, yaitu salah satunya dengan merangsang pengaliran ASI dari payudara ibu sehingga ASI matang dan melancarkan pengeluaran ASI pada ibu nifas.

2. Produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan pizza jantung pisang

Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan pizza jantung pisang produksi ASI ibu masih sedikit. Setelah itu dilakukan intervensi berupa pizza jantung pisang terhadap ibu dimana hasilnya produksi ASI mengalami peningkatan dimana produksi ASI yang diukur setelah pemberian 7 hari pada kunjungan rumah meningkat rata-ratanya menjadi 131,82 ml dengan jumlah produksi ASI minimal 100 ml dan produksi ASI maksimal 170 ml. Dengan demikian terlihat adanya kenaikan produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi.

Penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Iqmi (2020) dimana hasil analisis menunjukkan rata-rata produksi ASI sebelum diberikan konsumsi jantung pisang adalah 91,833cc dengan skor minimal 60cc dan maksimal 120cc dan rata-rata produksi ASI setelah dibeikan konsumsi jantung pisang adalah 112,500cc dengan nilai minimal 80cc dan nilai maksimal 145cc.

Setelah mengkonsumsi pizza jantung pisang tampak ibu post partum menjadi lebih bersemangat menyusui bayinya karena terlihat ASI begitu banyak keluar dan setelah menyusui, bayi tertidur lelap, bayi tidak terbangun-bangun saat tidur dan bayi tidak menangis saat terbangun tidur yang menandakan bahwa ASI nya cukup untuk bayi. Intervensi yang dilakukan diharapkan dapat membantu memperlancar produksi ASI setelah dilakukan intervensi.

3. Produksi ASI sebelum dan sesudah tanpa diberikan pizza jantung pisang

Perbedaan produksi ASI masing-masing responden berbeda antara 90 ml sampai 130 ml, perbedaan ini terlihat pada karakteristik yang berbeda, dimana pada ibu yang baru melahirkan anak pertama jumlah ASI sangat sedikit dibandingkan dengan ibu yang sudah memiliki anak lebih dari 1.

Penelitian ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Iqmi (2020) dimana pada kelompok kontrol rata-rata produksi ASI sebelum diberikan konsumsi jantung pisang adalah 91,167cc dengan skor minimal 60cc dan maksimal 120cc dan rata-rata produksi ASI setelah dibeikan konsumsi jantung pisang adalah 111,167cc dengan nilai minimal 85cc dan nilai maksimal 140cc.

Proses produksi ASI pada ibu post partum merupakan hal yang alamiah karena pada masa post partum terjadi proses laktasi. Pada saat melahirkan, hormon estrogen dan progesterone akan menurun dan hormon prolaktin akan lebih dominan sehingga terjadi sekresi ASI (Astutik, 2014).

Proses pembentukan ASI di mulai sejak awal kehamilan, ASI (Air Susu Ibu) di produksi karena pengaruh faktor hormonal, proses pembentukan ASI di mulai dari proses terbentuknya laktogen dan hormon-hormon yang mempengaruhi terbentuknya ASI, proses pembentukan laktogen dan hormon produksi ASI (Astutik, 2014).

Menurut peneliti menambahkan produksi ASI pada ibu nifas walaupun merupakan hal yang alamiah terjadi pada ibu post partum. Hal ini karena ada beberapa faktor yang turut mempengaruhi produksi ASI seperti faktor paritas atau jumlah anak, dimana ibu post partum yang memiliki anak lebih dari 1 pada hari pertama post partum ASInya lebih banyak keluar dibandingkan dengan ibu yang memiliki anak pertama demikian juga umur dimana ibu yang memiliki umur 20-35 tahun merupakan masa reproduksi sehat yang baik untuk produksi ASI.

4. Perbedaan sebelum dan sesudah konsumsi pizza jantung pisang terhadap Produksi ASI pada ibu menyusui di Klinik Permata Bunda Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Grogot

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian pizza jantung pisang mampu

meningkatkan produksi ASI lebih banyak dibandingkan dilihat dari peningkatan produksi ASI sebelum dan sesudah mengonsumsi pizza jantung pisang dengan selisih produksi ASI sebanyak 32,727 ml.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Iqmi (2020) dimana hasil penelitian diatas didapatkan hasil uji t independent didapat p value $0,026 < \alpha (0,05)$ artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Produksi ASI pada ibu nifas di BPM Wirahayu Panjang.

Jantung pisang merupakan bagian dari tanaman pisang yang dimanfaatkan untuk meningkatkan produksi ASI. Dipilihnya jantung pisang karena harganya murah dan untuk memperolehnya sangat mudah. Peningkatan produksi ASI dipengaruhi oleh adanya polifenol dan steroid di dalam jantung pisang yang mempengaruhi reflek prolaktin untuk merangsang alveoli yang bekerja aktif dalam pembentukan ASI. Peran oksitosin pada kelenjar susu adalah mendorong kontraksi sel-sel miopitel yang mengelilingi alveolus dari kelenjar susu, sehingga alveolus akan terdorong keluar menuju saluran susu, sehingga alveolus menjadi kosong dan memacu untuk sintesis air susu berikutnya (Lingga, 2018).

Menurut peneliti keberhasilan pemberian pizza jantung pisang selain dari kandungannya yang dapat meningkatkan produksi ASI, pengolahan jantung pisang dalam bentuk pizza merupakan hal yang baru dan ibu sangat menyukai pizza jantung pisang ini dan makan ini bukan hanya disukai oleh ibu menyusui tetapi disukai juga oleh keluarga sehingga meskipun ibu mengonsumsi pizza jantung pisang ini setiap hari, ibu mengatakan tidak pernah jenuh atau bosan untuk mengkonsumsinya.

5. Perbedaan sebelum dan sesudah tanpa konsumsi pizza jantung pisang terhadap Produksi ASI pada ibu menyusui di Klinik Permata Bunda Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Grogot

Hasil penelitian menunjukkan tanpa diberikan pizza jantung pisang juga terjadi kenaikan produksi ASI karena secara alamiah produksi ASI dapat mengalami peningkatan sejak hari pertama sampai hari

berikutnya. Karena setelah beberapa hari melahirkan terjadi proses laktogenesis III yaitu proses mengatur produksi air susu sebagaimana suplai susu di dalam payudara dikontrol oleh pengeluaran susu secara autokrin atau kontrol lokal.

Pada penelitian ini menunjukkan bahwa produksi ASI pada ibu nifas juga mengalami pertambahan antara yang produksi ASInya banyak dan sedikit yang dipengaruhi oleh umur dan paritas ibu menurut peneliti kelompok yang tidak mengonsumsi jantung pisang kenaikan produksi ASI tersebut disebabkan oleh konsumsi nutrisi ibu menyusui tersebut karena setiap hari ibu nifas tersebut ada yang mengonsumsi sayuran dan lauk pauk sehingga hal tersebut dapat mempengaruhi produksi ASI pada ibu menyusui.

6. Pengaruh konsumsi pizza jantung pisang terhadap Produksi ASI pada ibu menyusui di Klinik Permata Bunda Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Grogot

Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan produksi ASI antara yang mengonsumsi pizza jantung pisang dengan tanpa konsumsi pizza jantung pisang terhadap Produksi ASI pada ibu menyusui di Klinik Permata Bunda dengan nilai p value 0,000. Hal ini menjelaskan bahwa rata-rata produksi ASI pada kelompok yang diberikan pizza jantung pisang lebih tinggi dibandingkan dengan rata-rata produksi ASI tanpa konsumsi pizza jantung pisang dengan selisih produksi ASI sebanyak 17,273 ml.

Jantung pisang merupakan jenis tanaman yang mengandung laktagogum memiliki potensi dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan substansi lainnya paling efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI. Reflek prolaktin secara hormonal untuk memproduksi ASI, sewaktu bayi menghisap puting payudara ibu, maka dapat terjadi rangsangan neurohormonal pada puting susu dan areola ibu. Rangsangan ini dapat diteruskan ke hipofisis melalui nervus vagus, kemudian ke lobus anterio. Dari lobus ini, mengeluarkan hormon prolaktin dan masuk ke peredaran darah dan sampai pada kelenjar-kelenjar pembuat ASI. Kelenjar ini

dapat terangsang untuk menghasilkan ASI (Wahyuni, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Harismayanti (2018) dimana dari hasil uji statistik Wilcoxon Signed Ranks Test pada kelompok intervensi didapatkan hasil P value 0,003 artinya ada pengaruh konsumsi jantung pisang terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu masa nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Global Boliyohuto.

Menurut peneliti khasiat yang terkandung dalam jantung pisang merupakan zat yang sangat baik untuk meningkatkan produksi ASI, jantung pisang sangat mudah ditemukan dan mudah diolah menjadi makanan baik untuk disayur, dijadikan lalapan ataupun dijadikan salah satu bahan kue seperti halnya dalam penelitian mengolah bahan jantung pisang menjadi pizza yang diolah dengan bahan yang relatif murah sehingga setiap orang dapat membuat sendiri, pizza jantung pisang bukan hanya disukai oleh ibu menyusui tetapi ternyata juga disukai anak-anak dan anggota keluarga lainnya sehingga secara tidak langsung dapat meningkatkan gizi keluarga karena kandungan jantung pisang yang dapat memenuhi kebutuhan gizi keluarga

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Karakteristik responden pada kelompok yang diberikan pizza jantung pisang, sebagian besar berumur antara 20-35 tahun yaitu 10 orang (90,9%), paritas multiparitas sebanyak 7 orang (63,6%), pendidikan SMA yaitu 7 orang (63,6%), pekerjaan sebagian besar IRT sebanyak 7 orang (63,6%), bentuk putting susu normal 9 orang (81,8%), Frekuensi Menyusui ≥ 8 kali sebanyak 9 orang (81,8%), isapan bayi kuat sebanyak 10 orang (90,9%), sedangkan data bayinya sebagian besar lahir antara 3050-3500 gr sebanyak 5 bayi (45,5%), umur bayi paling banyak 2 hari sebanyak 4 bayi (36,4%) dan sebanyak 9 bayi (81,8%) dilakukan IMD. Pada kelompok kontrol yang tidak diberikan pizza jantung pisang sebagian besar berumur antara 20-35 tahun yaitu 9 orang (81,8%), sebagian besar paritas multiparitas sebanyak 7 orang (63,6%), pendidikan SMA yaitu 8 orang (72,7%), pekerjaan sebagian besar IRT sebanyak 9 orang (81,8%), bentuk

- putting susu normal yaitu 10 orang (90,9%), frekuensi menyusui sebagian besar ≥ 8 kali yaitu 10 orang (90,9%), isapan bayi sebagian besar kuat yaitu 10 orang (90,9%), untuk data bayi sebagian besar berat lahir antara 3050-3500 sebanyak 6 bayi (54,5%), umur bayi 2 hari sebanyak 4 bayi (36,4%) dan dilakukan IMD sebanyak 9 bayi (81,8%).
2. Produksi ASI pada ibu menyusui sebelum diberikan pizza jantung pisang rata-rata 99,09 ml, setelah diberikan pizza jantung pisang produksi ASI rata-rata 131,82 ml.
3. Produksi ASI pada ibu menyusui sebelum tanpa diberikan pizza jantung pisang rata-rata 91,82 ml setelah hari ke 7 tanpa diberikan pizza jantung pisang produksi ASI rata-rata 114,55.
4. Ada perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan Pizza Jantung Pisang pada ibu menyusui dengan nilai p value 0,000.
5. Ada perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah tanpa diberikan pizza jantung pisang pada ibu menyusui dengan nilai p value 0,000
6. Ada pengaruh pizza jantung pisang terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post partum di Klinik Permata Bunda Wilayah Kerja Puskesmas Tanah Grogot dengan nilai p value 0,000

Saran

1. Bagi Klinik Permata Bunda
Hasil penelitian ini sebaiknya direkomendasikan pada asuhan kebidanan pada ibu menyusui di Klinik Permata Bunda dengan pemberian pizza jantung pisang untuk meningkatkan produksi ASI.
2. Bagi Tenaga Kesehatan
Tenaga kesehatan memberikan edukasi dan informasi tentang pembuatan pizza jantung pisang untuk membantu mempercepat meningkatkan produksi ASI.
3. Bagi Peneliti
Penelitian ini merupakan pengetahuan dan pengalaman yang berharga dalam bidang penelitian khususnya produksi ASI melalui pemberian pizza jantung pisang.
4. Peneliti Selanjutnya
Penelitian ini dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya dengan Variabel-variabel yang berbeda dengan analisa data yang berbeda

DAFTAR PUSTAKA

- Aat agustini, m. K. (2019). *Promosi Kesehatan*. Deepublish.
- Astutik, r. Y. (2014). *Payudara dan Laktasi*. Salemba medika.
- Cahyono, b. (2017). *Pisang: usaha tani dan penanganan pascapanen* (b. Cahyono (ed.)). Kanisius, 2009.
- Febriyona, R., & Tuna, M. (2018). *Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi pada Ibu Masa Nifas*. Prosiding seminar nasional 2018 2015, 225–234.
- Handayani, S., Pratiwi, Y. S., & Fatmawati, N. (2017). *Hubungan Status Gizi Ibu Nifas dengan Produksi Asi*. 6, 32–40.
- Haryono R, Setianingsih, S. (2014). *Manfaat Asi Eksklusif Untuk Buah Hati Anda*. Gosyen Publishing.
- Karlsson, J. O., Garnett, T., Rollins, N. C., & Roos, E. (2019). *The Carbon Footprint of Breastmilk Substitutes in Comparison With Breastfeeding*. Journal of cleaner production, 222(may 2018), 436–445. <https://doi.org/10.1016/j.jclepro.2019.03.043>
- Kemendes R.I. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar*. Kementerian Kesehatan R.I, 53(9), 1689–1699.
- Ledy, Iqmy, O., & Lathifah, N. S. (2020). *Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas*. Universitas malahayati jalan pramuka, 9(1), 271112.
- Mulya, W. T., & Maita, I. (2021). *Jurnal Kebidanan Terkini* (current midwifery journal) peningkatan volume dan memperlancar asi dengan. 1, 113–118.
- Noviana, U. (2019). *Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Produksi Asi pada Ibu Nifas*. Jurnal ilmiah obgin : Jurnal Ilmiah Ilmu Kebidanan & Kandungan P-ISSN : 1979-3340 e-issn : 2685-7987, 11(1), 10–18. <https://doi.org/10.36089/job.v11i1.24>
- Nurheti.Y. (2010). *Keajaiban Asi-Makanan Terbaik Untuk Kesehatan, Kecerdasan dan Kelincahan Sikecil* (R. Diva (ed.)). Penerbit andi.
- Prasetyaningati. D. (2018). *Hubungan Faktor Kesehatan Ibu Postpartum Dengan Penyapihan Dini di Desa Sidorejo Kecamatan Pare Kabupaten Kediri*. Jurnal keperawatan vol 16 no 1, 16(1), 8–13.
- Roesli.U (2013). *Mengenal Asi Eksklusif*. Trubus agriwidya. [Http://66.96.240.35/slims/index.php?p=show_detail&id=3681](http://66.96.240.35/slims/index.php?p=show_detail&id=3681)
- Rosita.B. E. P. & t. (2006). *Membuat Dendeng Rendah Kolesterol dari Jantung Pisang*. Agromedia pustaka.
- Rudi.H. S. S. (2014). *Manfaat Asi Eksklusif Untuk Buah Hati Anda*. Gosyen publishing.
- Saleha. (2013). *Asuhan kebidanan pada masa nifas*. Salemba medika.
- Samanhudi.S., Widijanto.H., & Yunus.A. (2020). *Sosialisasi dan penyuluhan budidaya pisang dengan bibit hasil kultur*. Prima: journal of community empowering and services, 4(2), 59–63.
- Siregar.M.A. (2014). *Pemberian asi eksklusif dan faktor-faktor yang mempengaruhi*. Gizi, 20(4), 15–26.
- Tjahjani.E. (2014). *Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas*. Gria husada, 110, 41–46.
- Wati.N. H., & Muniroh. I. (2018). *Pengaruh Kelompok Pendukung Air Susu Ibu (kpa-asi) Terhadap Perilaku Pemberian Asi Eksklusif dan Status Gizi Bayi 6-12 Bulan*. Media Gizi Indonesia, 13(1), 33. <https://doi.org/10.20473/mgi.v13i1.33-40>
- Wulan.S., & BR. Girsang.D. M. (2020). *Pengaruh Jantung Pisang (musa paradisiaca l.) Terhadap Produksi Asi*. Jurnal riset hesti medan akper kesdam i/bb medan, 5(2), 83. <https://doi.org/10.34008/jurhesti.v5i2.194>