

SKRIPSI

**PENGARUH KONSUMSI SAYUR DAUN KELOR (*Moringa
Oleifera*) TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI
PADA IBU POST PARTUM HARI KE 2
DI PMB WARTINI BANTUR**



OLEH

RISKA DWI SAPUTRI

NIM 196056AJ

**POLITEKNIK KESEHATAN RS. dr. SOEPRAOEN MALANG
PROGRAM STUDI DIV KEBIDANAN
2020**

SKRIPSI

PENGARUH KONSUMSI SAYUR DAUN KELOR (*Moringa Oleifera*) TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM HARI KE 2 DI PMB WARTINI BANTUR

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Menyelesaikan
Pendidikan Program Studi D-IV Kebidanan
Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang



OLEH
RISKA DWI SAPUTRI
NIM.19.6.056AJ

POLITEKNIK KESEHATAN RS. dr. SOEPRAOEN MALANG
PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
2020

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Riska Dwi Saputri
Tempat/Tanggal Lahir : Malang, 19 Maret 1998
NIM : 19.6.056AJ
Alamat : Perum Griya Sejahtera LPK III Blok H5 RT 26 RW
06 Kecamatan Wagir Malang

Menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul "pengaruh konsumsi sayur daun kelor (*Moringa Oleifera*) terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum hari ke 2" ini merupakan hasil karya sendiri dan dibuat untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi manapun.

Jika kemudian hari saya terbukti melanggar atas pernyataan tersebut di atas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, Oktober 2019



Riska Dwi Saputri
NIM 19.6.056AJ

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**"Pengaruh Konsumsi Sayur Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Terhadap Kelancaran
Produksi ASI Pada Ibu Post Partum hari ke 2 di PMB Wartini Bantur"**

Nama : Riska Dwi Saputri

NIM : 19.6.056AJ

Telah disetujui untuk Diajukan di Depan Tim Penguji

Tanggal: Desember 2019

Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

Anik Purwati, S.ST., MM., M.Kes

Ismiatun, S.ST., M.M

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

**"Pengaruh Konsumsi Sayur Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Terhadap Kelancaran
Produksi ASI Pada Ibu Post Partum hari ke 2 di PMB Wartini Bantur"**

Oleh:

Nama : Riska Dwi Saputri

NIM : 19.6.056AJ

Telah dipertahankan dan disetujui oleh Tim Penguji Pada Sidang Skripsi di
Program Studi Kebidanan Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang

Tanggal: Januari 2020

OLEH TIM PENGUJI:

1. dr. Zainal Alim, Sp.OG : ()
Penguji I
2. Anik Purwati, S.ST., MM., M.Kes : ()
Penguji II
3. Ismiatun, S.ST., M.M : ()
Penguji III

Malang, Januari 2020

Mengetahui,

Ketua Program Studi Kebidanan
Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen


Rani Safri, S.ST., M.Keb

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Riska Dwi Saputri
Tempat Tanggal Lahir : Malang, 19 Maret 1998
Jenis Kelamin : Perempuan
Kebangsaan/Suku : Indonesia/Jawa
Agama : Islam
Status Perkawinan : Belum Kawin
Alamat : Perum Griya Sejahtera LPK III Blok H5 RT 26
RW 06 Kecamatan Wagir Malang

Pendidikan : 1. SDN Tanjung Rejo 2
(Lulus Tahun Ajaran 2010)
2. SMP Negeri 9 Malang
(Lulus Tahun Ajaran 2013)
3. SMK Negeri 2 Malang
(Lulus Tahun Ajaran 2016)

Nama Keluarga :
- Ayah
Nama : Miskanan
Tempat Tanggal Lahir : Malang, 11 September 1962
Jenis Kelamin : Laki-laki
Kebangsaan/Suku : Indonesia/Jawa
Agama : Islam
Pekerjaan : PNS
Alamat : Perum Griya Sejahtera LPK III Blok H5 RT 26
RW 06 Kecamatan Wagir Malang

- Ibu
Nama : Kurotin
Tempat Tanggal Lahir : Malang, 19 Maret 1966
Jenis Kelamin : Perempuan
Kebangsaan/Suku : Indonesia/Jawa
Agama : Islam
Pekerjaan : Wiraswasta
Alamat : Perum Griya Sejahtera LPK III Blok H5 RT 26
RW 06 Kecamatan Wagir Malang

- Kakak
Nama : Wahyu Putra Pratama
Tempat Tanggal Lahir : Malang, 03 Februari 1996
Jenis Kelamin : laki-laki
Kebangsaan/Suku : Indonesia/Jawa
Agama : Islam
Pekerjaan : Swasta
Alamat : Perum Griya Sejahtera LPK III Blok H5 RT 26
RW 06 Kecamatan Wagir Malang

- Adik
Nama : Faradhina Desvitya Ashillah
Tempat Tanggal Lahir : Malang, 18 Desember 2010
Jenis Kelamin : Perempuan
Kebangsaan/Suku : Indonesia/Jawa
Agama : Islam
Pekerjaan : Pelajar
Alamat : Perum Griya Sejahtera LPK III Blok H5 RT 26
RW 06 Kecamatan Wagir Malang

Demikian Daftar Riwayat Hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Hormat Saya,



Riska Dwi Saputri
NIM 19.6.056AJ

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya, peneliti dapat menyelesaikan Proposal Skripsi dengan judul “Pengaruh Konsumsi Sayur Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum hari ke 2 di PMB Wartini Bantur” Sebagai persyaratan tugas akhir dalam menyelesaikan program pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan di Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang Program Studi Kebidanan. Juga sebagai referensi dalam bacaan di perpustakaan kampus dan dapat dipakai dalam pembuatan skripsi lain maupun penelitian skripsi bagi teman sejawat.

Peneliti mengakui keberhasilan penyelesaian Skripsi ini tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak. Oleh karena itu peneliti mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Letkol CKM Arief Effendi, S.MPh, S.H., S.Kep.Ners., MM., M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang.
2. Rani Safitri, S.ST., M.Keb, selaku Ketua Program Studi D-III Kebidanan Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang, yang telah memberikan pengarahan, masukan dan motivasi kepada penulis.
3. dr. Zainal Alim, Sp.OG selaku penguji I dalam sidang Skripsi.
4. Anik Purwati, S.ST., MM., M.Kes selaku pembimbing I dan penguji II yang telah membimbing peneliti dalam menyelesaikan Proposal Skripsi ini.
5. Ismiatun, S.ST., M.M, selaku pembimbing II dan penguji III yang telah membimbing peneliti dalam menyelesaikan Skripsi ini.
6. Kedua orang tua saya yang sangat saya sayangi atas segala doa, bimbingan dan dukungan.
7. Dan semua pihak yang telah banyak membantu sehingga penelitian ini selesai.

Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa penyusunan Skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, serta tidak luput dari segala kekurangan dan keterbatasan, oleh Karena itu saran dan kritik yang bersifat membangun sangat peneliti harapkan guna penyusun berikutnya. Semoga Skripsi ini memberikan banyak manfaat bagi kita semua.

Malang, November 2019

Peneliti

ABSTRAK

Saputri, Riska Dwi. 2020. Pengaruh Konsumsi Sayur Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Hari ke 2 di PMB Wartini Bantur. Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I Anik Purwati, SST., M.M., M.Kes, Pembimbing II Ismiatun, SST., M.M

Kelor (*Moringa Oleifera*) merupakan salah satu jenis tanaman obat multiguna. ASI adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, lactose dan garam organik yang disekresikan oleh kedua kelenjar payudara ibu sebagai makanan utama bagi bayi. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui pengaruh konsumsi sayur daun kelor (*Moringa Oleifera*) terhadap kelancaran produksi ASI.

Desain penelitian yang digunakan adalah *pre-eksperimental design* dengan rancangan *one group pretest posttest design*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 10 responden yang diambil dengan metode purposive sampling. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan lembar observasi uji analisis data uji wilcoxon. Hasil penelitian seluruhnya sebanyak 10 orang (100%) mengalami produksi ASI tidak lancar sebelum mengkonsumsi sayur daun kelor, setelah mengkonsumsi sayur daun kelor hampir seluruhnya sebanyak 8 orang (80%) berubah menjadi lancar setelah mengkonsumsi sayur daun kelor, sebagian kecil sebanyak 2 orang (20%) tidak lancar.

Dalam penelitian ini menggunakan uji wilcoxon dengan tingkat kesalahan 0.05. hasil uji statistik didapatkan nilai signifikan sebesar 0,005 Karena nilai p value ($0,005 < 0,05$), maka H_0 ditolak, artinya ada pengaruh konsumsi sayur daun kelor terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum hari ke 2 di PMB Wartini Bantur.

Kata kunci : Daun Kelor dan Kelancaran Produksi ASI



Abstract

Saputri, Riska Dwi. 2020. Effect of consumption of Moringa Oleifera Leaves Against Smooth ASI Production in Post Partum Mother Day 2 at PMB Wartini Bantur. Applied Midwifery Bachelor Study Program Health Polytechnic Hospital Dr. Soepraoen Malang. Advisor I Anik Purwati, SST., M.M., M.Kes, Advisor II Ismiatun, SST., M.M

Moringa Oleifera is one type of multipurpose medical plants. Breast milk is an emulsion of fat in a solution of protein, lactose and organic salt which is secreted by the two glands of the mother's breast as the main food for the baby. The purpose of this study was to determine the effect of consumption of Moringa Oleifera leaves to smooth milk production.

The research design used was pre-experimental design with one group pretest posttest design. The sample used in this study amounted to 10 respondents taken by purposive sampling method. Data is collected by using observation sheet test data analysis Wilcoxon test. The result of the study as many as 10 people (100%) experienced non-smooth milk production before consuming moringa leaf vegetables, after consuming moringa leaf vegetables almost entirely as many as 8 people (80.0%) turned out smoothly after consuming moringa leaf vegetables, a small portion of 2 people (20.0%) did not smoothly after consuming moringa leaf vegetables. whole study were 2 people (100%) experienced smooth milk production before consuming moringa leaf vegetables.

In this study using Wilcoxon test with an error rate of 0.05. the statistical test results obtained a significant value of 0.005 because the p value ($0,005 < 0,05$) means that H_0 is rejected, meaning that there is an effect of consumption of Moringa leaf vegetable on the smoothness of milk production in post partum mothers on day two at PMB Wartini Bantur.

Keywords: Moringa Leaves and Smooth ASI Production



DAFTAR ISI

Cover.....	i
Lembar Pernyataan	ii
Lembar Persetujuan	iii
Lembar Pengesahan	iv
Daftar Riwayat Hidup.....	v
Kata Pengantar.....	vii
Abstrak	viii
Daftar Isi	x
Daftar Gambar	xiii
Daftar Tabel.....	xiv
Daftar Arti Lambang dan Singkatan.....	xv
Daftar Lampiran.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat.....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Praktis.....	4
1.5 Penelitian Relevan.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Nifas	8
2.1.1 Pengertian	8
2.1.2 Perubahan Psikologis pada masa Nifas.....	9
2.1.3 Masalah yang Terjadi Pada Ibu Nifas.....	9
2.1.4 Langkah-langkah Menyusui yang Benar	10
2.2 Konsep Produksi ASI	11
2.2.1 Pengertian	12
2.2.2 Manfaat.....	12
2.2.3 Hormon-hormon Pembentuk ASI	15
2.2.4 Komposisi Gizi dalam ASI.....	16
2.2.5 Volume Produksi ASI	18

2.2.6 Upaya Perbanyak ASI.....	19
2.2.7 Tanda Bayi Cukup ASI.....	20
2.2.8 Makanan dan Nutrisi yang dapat Meningkatkan ASI	21
2.2.9 Tanda ASI Lancar	22
2.3 Konsep Daun Kelor.....	23
2.3.1 Pengertian	23
2.3.2 Manfaat.....	25
2.3.3 Cara Pemberian Sayur Bening Daun Kelor	26
2.3.4 Kandungan Daun Kelor.....	27
2.4. Pengaruh Pemberian Daun Kelor Terhadap Kelancaran Produksi ASI	28
2.5 Kerangka Konsep	28
2.6 Hipotesis.....	30
BAB III METODE PENELITIAN.....	31
3.1 Desain Penelitian.....	31
3.2 Kerangka Kerja.....	31
3.3 Populasi, Sampel, Sampling	33
3.3.1 Populasi.....	33
3.3.2 Sampel.....	33
3.3.3 Sampling.....	33
3.4 Variabel Penelitian.....	33
3.4.1 Variabel Bebas.....	34
3.4.2 Variabel Terikat.....	34
3.5 Definisi Operasional Variabel.....	34
3.6 Waktu dan Tempat Penelitian	35
3.6.1 Waktu Penelitian.....	35
3.6.2 Tempat Penelitian	35
3.7 Alat Pengumpulan Data	35
3.8 Metode Pengumpulan Data	35
3.8.1 Tahap Persiapan.....	35
3.8.2 Tahap Pelaksanaan	36
3.9 Instrumen Pengumpulan Data	36
3.10 Teknik Pengolahan Data.....	36
3.11 Teknik Analisa Data.....	38
3.12 Rencana Penelitian.....	39
3.13 Etika Penelitian	39

3.13.1 Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>)	39
3.13.2 Tanpa Nama (<i>Anonymity</i>)	40
3.13.3 Kerahasiaan (<i>Confidentiality</i>)	40
BAB IV HASIL PENELITIAN	41
4.1 Gambaran Lokasi Penelitian	42
4.2 Data Umum	42
4.2.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia	42
4.2.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan ..	42
4.2.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan	43
4.3 Data Khusus	44
4.3.1 Produksi ASI Sebelum Diberikan Sayur Daun Kelor	44
4.3.2 Produksi ASI Sesudah Diberikan Sayur Daun Kelor	44
4.3.3 Menganalisa Pengaruh Konsumsi Sayur Daun Kelor.....	45
4.4 Analisa Hasil	46
BAB V PEMBAHASAN	47
5.1 Pembahasan Hasil Penelitian	47
5.1.1 Mengidentifikasi Kelancaran Sebelum diberikan Sayur Daun Kelor .	47
5.1.2 Mengidentifikasi Kelancaran Sesudah diberikan Sayur Daun Kelor .	48
5.1.3 Menganalisa pengaruh konsumsi sayur daun kelor	49
5.2 Keterbatasan Penelitian	49
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	50
6.1 Kesimpulan	50
6.2 Saran	51
6.2.1 Bagi Institusi Pendidikan	51
6.2.2 Bagi Tempat Penelitian	51
6.2.3 Bagi Peneliti	51
6.2.4 Bagi Responden	51
Daftar Pustaka	

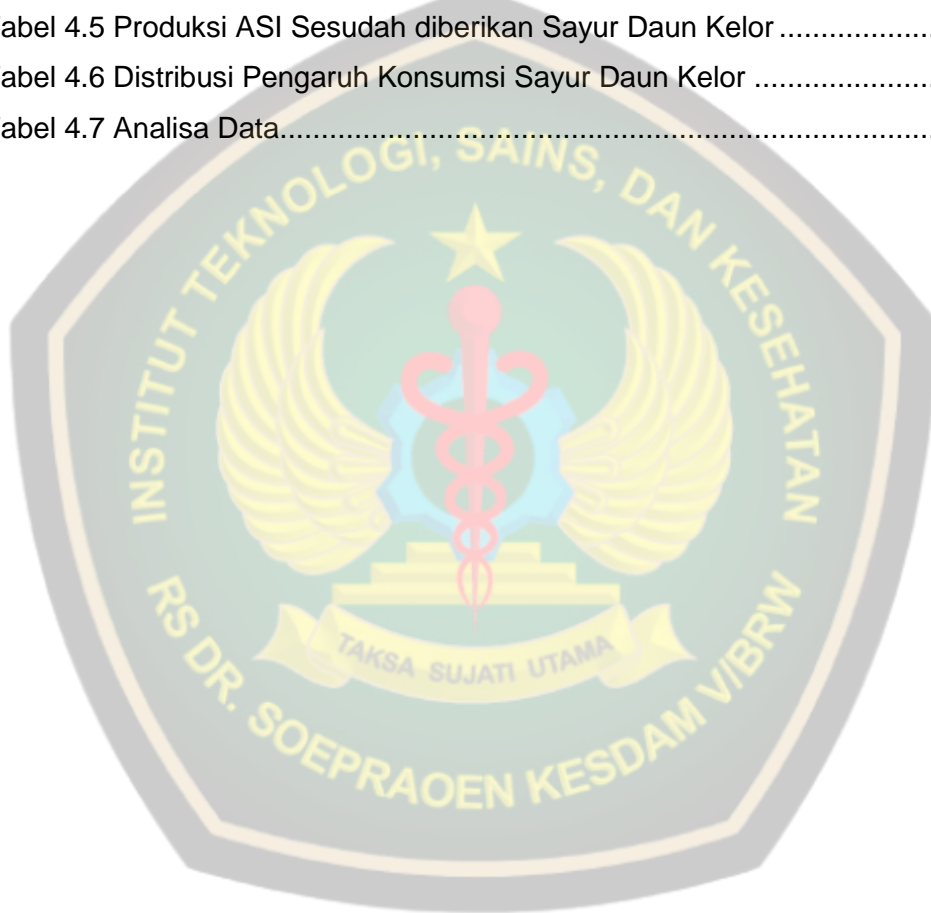
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Daun Kelor	23
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	29
Gambar 3.1 Kerangka Kerja	32



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Penelitian Relevan	6
Tabel 2.1 Komposisi Kandungan ASI.....	18
Tabel 2.2 Kandungan Daun Kelor	27
Tabel 3.1 Definisi Operasional Variabel	34
Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia	42
Tabel 4.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan	42
Tabel 4.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan	43
Tabel 4.4 Produksi ASI Sebelum diberikan Sayur Daun Kelor	44
Tabel 4.5 Produksi ASI Sesudah diberikan Sayur Daun Kelor	44
Tabel 4.6 Distribusi Pengaruh Konsumsi Sayur Daun Kelor	45
Tabel 4.7 Analisa Data.....	46



DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN

Arti Lambang dan Singkatan

Arti Lambang :

%	: Presentase
=	: Sama dengan
+	: Tambah
-	: Kurang
<	: Kurang dari
>	: Lebih dari
±	: Lebih kurang
.	: Titik
,	: Koma
“	: Tanda petik
/	: Atau
?	: Tanda Tanya
()	: Kurang buka tutup
-	: Sampai

Arti Singkatan :

Amd.Keb	: Ahli Madya Kebidanan
DepKes	: Departemen Kesehatan
dr	: Dokter
HPL	: <i>Human Placenta Lactogen</i>
Kaprodi	: Ketua Program Studi
M.Keb	: Magister Kebidanan
M.Kes	: Magister Kesehatan
M.M	: Magister Manajemen
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
No	: Nomor
Poltekkes	: Politeknik Kesehatan
PT	: Perguruan Tinggi
Riskesdas	: Riset Kesehatan Dasar
RS	: Rumah Sakit
S.H	: Sarjana Hukum

S.ST	: Sarjana Sains Terapan
S.Kep	: Sarjana Keperawatan
S.Kep, Ners	: Profesi Sarjana Keperawatan
Sp. OG	: Spesialis Obgyn
SD	: Sekolah Dasar
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMPH	: Sarjana Muda Fisioterapi
SMK	: Sekolah Menengah Kejuruan
SDKI	: Survey Demografidan Kesehatan Indonesia
WHO	: <i>World Health Organization</i>



DAFTAR LAMPIRAN

No	Judul Lampiran
Lampiran 1	Jadwal Penyusunan Proposal
Lampiran 2	Surat Pengantar Izin Penelitian
Lampiran 3	Surat Balasan Izin Penelitian
Lampiran 4	Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 5	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 6	Lembar SPO
Lampiran 7	Lembar Observasi Penelitian
Lampiran 8	Lembar Observasi
Lampiran 9	Master Sheet
Lampiran 10	Dokumentasi
Lampiran 11	Lembar Konsultasi Pembimbing 1
Lampiran 12	Lembar Konsultasi Pembimbing 2

