

BAB V

PEMBAHASAN

5.1 Pembahasan Hasil Penelitian

Pembahasan dari penelitian ini disajikan sesuai hasil penelitian dan hasil analisis tentang pengaruh konsumsi sayur daun kelor (*Moringa Oleifera*) terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum hari ke 2 di PMB Wartini Bantur.

5.1.1 Kelancaran produksi ASI sebelum diberikan sayur daun kelor (*Moringa Oleifera*) pada ibu post partum hari ke 2

Berdasarkan penelitian diketahui bahwa dari 10 responden sebagai kelompok intervensi sebelum diberikan sayur daun kelor (*Moringa Oleifera*). Seluruhnya responden mengalami produksi ASI tidak lancar yaitu sebanyak 10 orang (100.0%).

Pada ibu yang normal dapat menghasilkan ASI kira-kira 550-1000 ml setiap hari, menurut Ambarwati, Er (2010) jumlah ASI tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti makanan, penggunaan alat kontrasepsi, perawatan payudara, faktor isapan anak, dan istirahat.

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan produksi ASI baik adalah asupan makanan yang di makan oleh ibu semakin ibu tidak memenuhi asupan nutrisinya produksi ASI nya akan rendah sehingga kebutuhan ASI bayinya tidak terpenuhi dengan baik. Nutrisi yang kurang baik akan mempengaruhi produksi ASI, karena kelenjar pembuatan ASI tidak dapat bekerja dengan sempurna tanpa makanan yang cukup, perawatan payudara juga dapat menunjang kelancaran produksi ASI yang dilakukan secara teratur dan faktor istirahat ibu harus cukup ibu tidak mengalami

kelelahan fisik ataupun kelelahan psikologis. Kategori produksi ASI terbagi menjadi dua yaitu lancar dan tidak lancar.

5.1.2 Kelancaran produksi ASI sesudah diberikan sayur daun kelor (*Moringa Oleifera*) pada ibu post partum hari ke 2

Berdasarkan penelitian diketahui bahwa dari 10 responden sebagai kelompok intervensi sesudah diberikan sayur daun kelor (*Moringa Oleifera*). Hampir seluruhnya responden mengalami produksi ASI lancar yaitu sebanyak 8 orang (80.0%). Dan sebagian kecil responden mengalami produksi ASI tidak lancar yaitu sebanyak 2 orang (20.0%). Responden yang mengalami ASI tidak lancar disebabkan oleh faktor lain yaitu bayi sedang sakit.

Setelah dilakukan analisa data dengan menggunakan penghitungan *Wilcoxon* dapat diketahui dengan tingkat kesalahan 0,005 dengan nilai p value ($0,005 \leq 0,05$) maka H_0 ditolak atau H_1 diterima, maka terdapat perbedaan pengaruh signifikan antara sebelum dengan sesudah pemberian perlakuan berupa konsumsi sayur daun kelor. Hal ini berarti mengkonsumsi sayur daun kelor mampu memberikan pengaruh terhadap produksi ASI pada ibu post partum hari ke 2 di PMB Wartini Bantur. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Warjadin aliyanto (2008) yang menyatakan konsumsi sayur daun kelor lebih efektif untuk meningkatkan produksi ASI dibandingkan dengan konsumsi sayur papaya muda, karena daun kelor mengandung lagtagogum yang dapat meningkatkan produksi ASI.

kelor adalah tanaman super nutrisi. Kandungan nutrisi tersebar dalam seluruh bagian tanaman kelor dan seluruh bagian tanamannya dapat dikonsumsi, mulai dari daun, batang, bunga dan buah. Senyawa tersebut meliputi nutrisi, mineral vitamin dan asam amino. Selain itu kandungan bahan aktif yang ada dalam tanaman ini sangat banyak diantaranya adalah senyawa alkaloid, flavonoid, steroid, terpenoid, tannin, saponin, fitosterol yang mengandung

kampesterol, stigmasterol dan sitosterol yang bersifat lagtagogum yang dapat meningkatkan produksi ASI (Mutiara, 2011)

5.1.3 Pengaruh konsumsi sayur daun kelor (*Moringa Oleifera*) terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu post partum hari ke 2

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 10 responden, Seluruhnya sebanyak 10 orang (100.0%) mengalami produksi ASI tidak lancar sebelum mengkonsumsi sayur daun kelor (*Moringa Oleifera*), setelah mengkonsumsi sayur daun kelor (*Moringa Oleifera*) hampir seluruhnya sebanyak 8 orang (80.0%) berubah menjadi lancar setelah mengkonsumsi sayur daun kelor (*Moringa Oleifera*), sebagian kecil sebanyak 2 orang (25.0%) tidak lancar setelah mengkonsumsi sayur daun kelor (*Moringa Oleifera*).

Hasil analisa data statistic dengan menggunakan Uji Wilcoxon didapatkan pada pengujian pengaruh pemberian sayur daun kelor sebelum dan setelah pemberian perlakuan dengan tingkat kesalahan 0,005 dengan nilai p value ($0,005 \leq 0,05$) maka H_0 ditolak atau H_1 diterima, artinya terdapat pengaruh signifikan antara sebelum dengan sesudah pemberian perlakuan berupa konsumsi sayur daun kelor.

5.2 Keterbatasan Penelitian

Setelah melakukan penelitian, peneliti menemukan keterbatasan peneliti tidak dapat mengontrol faktor lain yang berpengaruh terhadap produksi ASI misalnya faktor psikologis ibu.