

BAB 5

PEMBAHASAN

5.1. Produksi ASI Pada Kelompok Ibu Nifas Yang Tidak Diberi Daun Kacang Panjang

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa pada kelompok kontrol hampir setengah responden memiliki produksi ASI dalam kategori normal dan turun yaitu 4 bayi (40%), sedangkan 2 responden dalam kategori naik yaitu 2 bayi (20%).

Menurut Haryono dan Setianingsih (2014) faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI terdiri atas faktor makanan (gizi) ibu, frekuensi menyusui, kondisi psikis ibu, penggunaan alat kontrasepsi dan perawatan payudara.

Dalam hasil penelitian terdapat 4 Ibu yang produksi ASInya turun. Produksi ASI yang turun ini dapat disebabkan karena ibu tidak mengkonsumsi makanan yang membantu meningkatkan produksi ASI. Berat badan bayi yang turun atau kenaikannya < 280 gram dalam 2 minggu. Berdasarkan hasil penelitian pada menunjukkan bahwa responden pada kelompok kontrol yang memiliki kategori ASI turun sebanyak 4 responden. Ditinjau dari usianya 3 responden berumur 20-35 tahun dan 1 responden >35 tahun. Wanita dengan usia 20-35 tahun mempunyai produksi ASI lebih banyak dari ibu-ibu yang usianya lebih dari 35 tahun. Wanita dengan usia 20-35 tahun mempunyai produksi ASI lebih banyak dari ibu-ibu yang usianya lebih dari 35 tahun. Usia 20-35 tahun adalah usia reproduksi sehat dan usia aman untuk kehamilan, persalinan, dan menyusui. Oleh karena itu rentang usia 20-35 tahun adalah masa reproduksi yang sangat baik dan

mendukung dalam pemberian ASI eksklusif. Umur yang kurang dari 20 tahun masih dianggap belum matang secara fisik, mental, dan psikologi dalam menghadapi kehamilan, persalinan serta pemberian ASI, sedangkan untuk umur yang lebih dari 35 tahun dianggap berbahaya, sebab alat reproduksi dan fisik ibu sudah jauh berkurang dan menurun (Sukriana et al., 2016). Sesuai dengan teori tersebut, maka ibu menyusui paling optimal di usia 20-35 tahun sehingga lebih mudah apabila diberikan intervensi sebagai salah satu bentuk upaya meningkatkan produksi ASI. Namun tak jarang ibu yang berada pada usia optimal pun dapat mengalami gangguan produksi ASI karena produksi ASI berhubungan dengan system hormonal yang sangat dipengaruhi oleh faktor psikis seperti stress. Maka kenaikan ini kurang dari normal yang dapat disebabkan karena faktor hormonal atau kurangnya isapan bayi, frekuensi menyusui dan dapat juga disebabkan karena kurangnya gizi makanan sehingga produksi ASI sedikit.

Produksi ASI juga dipengaruhi oleh faktor pendidikan ibu. **Berdasarkan hasil penelitian** menunjukkan bahwadari 4 responden yang memiliki kategori ASI turun 3 diantaranya dengan pendidikan SMP. Semakin tinggi pendidikan seseorang maka tuntutananya terhadap kualitas kesehatan akan semakin tinggi. Akan tetapi tingkat pendidikan seseorang tidak dapat dijadikan pedoman bahwa seseorang akan berhasil pada saat proses menyusui, namun informasi yang benar dan diterima tentang proses menyusui sebelumnya akan menentukan keberhasilan proses menyusui (Sukriana, 2018). Pendidikan tidak mempengaruhi produksi ASI secara langsung, akan tetapi dengan pendidikan yang tinggi semestinya ibu lebih dapat dengan mudah menggali dan menyerap informasi tentang bagaimana cara meningkatkan produksi ASI, bukan hanya berdiam saat ASI nya tidak

lancar. Setengah dari responden berpendidikan SMP yang tergolong pendidikan rendah sehingga kurang mempunyai kemampuan dalam menyerap informasi tentang kesehatan termasuk dalam hal upaya meningkatkan produksi ASI, sehingga ibu tidak melakukan tindakan untuk meningkatkan produksi ASI karena merasa bahwa ASI yang dikeluarkan sudah cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya.

Faktor selanjutnya yang mempengaruhi produksi ASI adalah pekerjaan ibu. Hasil penelitian pada Ibu yang tidak bekerja kemungkinan lebih sering memberikan ASI, sehingga produksi ASI meningkat. Semakin sering bayi menyusu pada payudara ibu, maka produksi dan pengeluaran ASI akan semakin banyak. Isapan dari mulut bayi akan menstimulus kelenjar hipotalamus pada bagian hipofisis posterior. Hipofisis anterior menghasilkan rangsangan (prolaktin) untuk meningkatkan pengeluaran hormon prolaktin untuk memproduksi ASI (Sukriana, 2018). Ibu yang tidak bekerja belum tentu selalu dapat memberikan ASI dengan lancar, karena ibu rumah tangga juga banyak pekerjaan rumah yang harus dilakukan dan juga merawat bayi sehingga menyebabkan kelelahan. Faktor kelelahan, stress, yang dialami ibu yang tidak bekerja juga dapat menurunkan produksi ASI. Apabila ibu kurang istirahat maka produksi ASI juga akan berkurang sehingga membutuhkan intervensi yang tepat untuk meningkatkan produksi ASI.

Dalam hasil penelitian terdapat 4 Ibu yang produksi ASInya normal. Produksi ASI yang normal ini dapat disebabkan karena ibu tidak mengkonsumsi makanan yang membantu meningkatkan produksi ASI dan ASI dibiarkan diproduksi secara normal oleh tubuh. Selain itu beberapa faktor yang mendukung agar produksi ASI ibu normal adalah, gizi/makanan ibu, frekuensi menyusi dan kondisi jiwa serta pikiran yang tenang. Dalam hasil penelitian terdapat 2 Ibu yang produksi ASInya naik meskipun tidak diberi

daun kacang panjang, hal ini dapat disebabkan karena banyak faktor, dapat disebabkan karena faktor nutrisi ibu yang baik, faktor psikologis ibu juga baik, ibu senang dan dalam kondisi bahagia pada saat menyusui bayinya. Selain dari faktor tersebut ada faktor yang secara tidak langsung dapat mempengaruhi seperti usia, pendidikan dan pekerjaan.

Produksi ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan memang tidak sebanyak produksi ASI pada hari-hari berikutnya, sehingga ibu yang tidak mengonsumsi makanan khusus untuk meningkatkan produksi ASI akan cenderung diproduksi secara normal atau turun karena rendahnya produksi ASI pada hari-hari pertama nifas. Bayi dianggap cukup mendapatkan ASI jika terdapat penambahan berat badan yang signifikan, bayi merasa puas dan kenyang setelah menyusui, kemudian bayi bisa tidur nyenyak selama 2-4 jam, dan bayi dapat buang air besar dengan frekuensi minimal tiga kali dalam sehari. Namun dalam penelitian ini, yang dijadikan parameter produksi ASI adalah kenaikan BB bayi dan frekuensi BAB bayi, karena makanan dan sumber nutrisi utama bayi adalah ASI, dari kenaikan berat badan bayi maka akan diketahui bahwa ASI sudah mencukupi kebutuhan bayi atau belum, bila produksi ASI sedikit, maka kenaikan berat badan bayi juga sedikit, begitu pula sebaliknya bila produksi ASI baik maka berat badan bayi akan cenderung naik. Akan tetapi pada ibu nifas yang tidak diberikan daun kacang panjang lebih banyak yang produksi ASInya normal dan turun, sedangkan yang meningkat hanya 2 orang.

Neonatus yang berat badannya tidak naik cukup banyak. Hal tersebut dikarenakan perubahan berat badan pada neonatus terjadi karena perpindahan cairan ekstrasel. Pengeluaran cairan ekstrasel yang berlebihan mengakibatkan berat badan turun pada minggu pertama. Penurunan berat badan berlebihan biasanya disebabkan oleh adanya asupan nutrisi yang

tidak adekuat sebagai akibat dari pasokan ASI tidak mencukupi.

Selain kenaikan berat badan, frekuensi BAB juga dapat dijadikan sebagai parameter produksi ASI, karena sistem pencernaan bayi belum sempurna seperti orang dewasa sehingga bayi masih sering buang air besar sesuai dengan banyaknya ASI yang dikonsumsi, maka semakin sering BAB dengan konsistensi non cair (lembek) maka semakin banyak ASI yang diminum oleh bayi yang diimplikasikan dengan semakin meningkatnya produksi ASI ibu.

Dari seluruh responden yang tidak diberi kacang panjang, hampir setengah dari responden yaitu 4 (40%) yang memiliki produksi normal dan turun, dan 2 (20%) naik. Dari banyaknya faktor yang mempengaruhi produksi ASI tersebut menyebabkan responden yang tidak diberi kacang panjang sebagai pelancar ASI memiliki kategori produksi ASI yang bervariasi yang cenderung normal dan turun. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak ada kesenjangan antara konsep teori dan hasil penelitian.

5.2. Produksi ASI Pada Kelompok Ibu Nifas Yang Diberi Daun Kacang Panjang

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa pada kelompok intervensi seluruh responden memiliki produksi ASI dalam kategori naik yaitu 10 responden (100%). Kenaikan produksi ASI tersebut dinilai dari indikator kenaikan BB bayi dan frekuensi BAB bayi. Produksi ASI lancar dapat diketahui dari indikator bayi yaitu meliputi BAK bayi sebanyak lebih dari 6 kali sehari dengan karakteristik urin berwarna kuning jernih, BAB bayi minimal 3 kali sehari dengan karakteristik BAB berwarna kuning keemasan, bayi tidur minimal 8 sampai 16 jam perhari dan BB bayi mengalami kenaikan

(Widyawaty & Fajrin, 2020). Daun kacang panjang memiliki potensi dalam menstimulasi hormon oksitoksin dan prolaktin seperti alkaloid, saponin, polifenol, steroid, flavonid dan substansi lainnya yang efektif dalam meningkatkan dan melancarkan produksi ASI. Daun kacang panjang yang akan digunakan dalam penelitian sebanyak 200 gram. Selain itu dalam setiap 100 gram daun kacang panjang mengandung energi sebesar 34 kilokalori, protein 4,1 gram, karbohidrat 5,8 gram, lemak 0,4 gram, kalsium 134 miligram, fosfor 145 miligram, dan zat besi 6 miligram. Selain itu di dalam Daun Kacang Panjang juga terkandung vitamin A sebanyak 5240 IU, vitamin B1 0,28 miligram dan C 29 miligram dan air 88,30 gram (Murtiana, 2011).

Beberapa ibu *post partum* tidak langsung mengeluarkan ASI setelah melahirkan karena pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan bermacam macam hormon yang berpengaruh terhadap pengeluaran oksitosin. Oleh sebab itu pada hari-hari pertama bayi lahir, frekuensi BAB bayi < 3 kali dalam sehari karena masih sedikitnya produksi ASI sehingga asupan nutrisi untuk bayi juga lebih sedikit. Pengeluaran hormon oksitosin selain dipengaruhi oleh isapan bayi juga dipengaruhi oleh reseptor yang terletak pada sistem duktus, bila duktus melebar atau menjadi lunak maka secara reflektoris dikeluarkan oksitosin oleh hipofise yang berperan untuk memeras air susu dari alveoli. Semua bayi mengalami kenaikan berat badan > 400 gram dalam 2 minggu. Hal ini dapat disebabkan karena ibu mengkonsumsi daun kacang panjang yang memiliki kandungan zat yang dapat meningkatkan produksi ASI sehingga frekuensi BAB bayi juga meningkat karena semakin banyaknya ASI yang diproduksi maka semakin banyak ASI yang diberikan pada bayi sehingga kenaikan berat badan dan frekuensi BAB naik secara signifikan. Hanya terdapat 1 bayi yang frekuensi BAB nya normal, hal ini disebabkan karena produksi ASI

peningkatannya tidak jauh lebih banyak dari 400 gram, yaitu 470 gram sehingga frekuensi BABnya juga mendekati ke arah normal dan kenaikan berat badannya juga mendekati normal.

Perbedaan kenaikan berat badan maupun frekuensi BAB bayi yang satu dengan yang lain dapat disebabkan karena banyaknya ASI yang diproduksi oleh ibu juga berbeda-beda tergantung dari sumber makanan lain yang dikonsumsi oleh ibu, atau dapat juga dipengaruhi oleh faktor yang tidak diteliti dalam penelitian ini seperti faktor psikologis ibu. Ibu yang kelelahan karena mengasuh bayi dan anaknya yang lain ataupun pekerjaan lain membuat produksi ASI ibu tidak sebanyak ibu yang tidak mengalami kelelahan maupun stress psikologis meskipun secara angka terdapat peningkatan yang lebih dari normal.

Selain beberapa faktor di atas, peneliti menganggap bahwa ada satu faktor yang dianggap sangat berpengaruh terhadap produksi ASI yaitu faktor psikologis ibu. Meskipun faktor ini tidak diteliti, namun selama melakukan penelitian, peneliti seringkali memperhatikan ekspresi wajah ibu saat menyusui, ibu tampak bersemangat untuk menyusui bayinya, mengusap bayinya dengan lembut dan membiarkan bayi menyusu sepuasnya hingga bayi melepaskan sendiri mulutnya dari payudara ibu. Semangat untuk menyusui inilah yang juga dapat membantu mendorong ibu untuk menyusui bayinya dan melakukan apapun untuk meningkatkan produksinya, salah satunya dengan menggunakan daun kacang panjang.

Dari seluruh responden yang diberi kacang panjang 10 (100%) responden mengalami peningkatan produksi ASI, Dari berbagai faktor yang mempengaruhi produksi ASI, menunjukkan bahwa ibu menyusui juga membutuhkan makanan yang dapat melancarkan ASI seperti daun kacang

panjang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada kesenjangan antara konsep teori dan hasil penelitian.

5.3. Perbedaan Produksi ASI Pada Kelompok Ibu Nifas Yang Tidak Diberikan Yang Diberi Daun Kacang Panjang

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa kategori produksi ASI pada kelompok pada kelompok kontrol hampir setengahnya normal dan turun yaitu 4 responden (40%), dan 2 responden (20%) naik. Sedangkan pada kelompok intervensi seluruhnya naik (100%). Hasil Uji Statistik Mann Whitney diketahui bahwa *p value* adalah 0,001 atau nilainya $< \alpha$ (0,05) sehingga H1 diterima yang artinya ada pengaruh daun kacang panjang terhadap produksi ASI pada ibu nifas di PMB Siti Nurcahyaningstih Murdijono, A.Md.Keb Kota Malang berdasarkan parameter kenaikan BB bayi dan frekuensi BAB bayi.

Berbagai substansi dalam daun lembayung memiliki potensi dalam menstimulasi hormone oksitosin dan prolaktin seperti Alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan substansi lainnya paling efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI. Refleks prolaktin secara hormonal untuk memproduksi ASI, waktu bayi mengisap puting payudara ibu, terjadi rangsangan neuro hormonal pada puting susu dan areola ibu. Rangsangan ini diteruskan ke hipofisis melalui nervos vagus, kemudian ke lobus anterior. Dari lobus ini akan keluar hormon prolaktin, masuk keperedaran darah dan sampai pada kelenjar-kelenjar pembuat ASI (Widyawaty & Fajrin, 2020).

Perbedaan produksi ASI antara ibu nifas yang tidak diberi daun kacang panjang dengan yang diberi daun kacang panjang adalah dimana produksi ASI ibu yang diberi daun kacang panjang lebih banyak dibandingkan ibu yang tidak diberi daun kacang panjang karena daun kacang panjang banyak mengandung zat yang mampu merangsang produksi hormon oksitosin dan prolaktin dalam memproduksi dan mengeluarkan ASI,

sementara ibu yang tidak diberi ASI hanya mengandalkan rangsangan hisapan puting oleh mulut bayi. Ibu yang diberi daun kacang panjang memiliki 2 stimulan untuk merangsang oksitosin dan prolaktin yaitu kandungan zat dalam daun kacang panjang ditambah dengan rangsangan isapan mulut bayi sehingga produksi ASI lebih banyak yang dibuktikan dengan kenaikan berat badan yang jauh lebih banyak dan frekuensi BAB yang lebih sering.

Secara teori produksi ASI ibu dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor langsung dan faktor tidak langsung yaitu jadwal menyusui, umur, paritas, dan faktor BB bayi. Salah satu faktor tidak langsung yaitu umur ibu. Dalam penelitiannya, peneliti dapat menyimpulkan bahwa faktor usia ini menunjukkan bahwa ibu yang berusia produktif (20-35 tahun) menunjukkan produksi ASI lebih baik dari pada yang berusia >35 tahun. Sedangkan faktor langsung yaitu perilaku menyusui, fisiologis, psikologis dan faktor gizi ibu. Menurut peneliti faktor fisiologis dapat dilihat dari kondisi tubuh ibu yang bugar ataupun kelelahan, sedangkan faktor psikologis dapat dilihat dari semangat ibu dalam menyusui dan faktor gizi ibu selain dari makanan pokok yang dikonsumsi ibu dapat ditambah dengan makanan yang dapat melancarkan ASI salah satunya daun kacang panjang. Dari penelitian ini, peneliti menyimpulkan bahwa daun kacang panjang dapat membantu meningkatkan produksi ASI ibu dan tidak ada kesenjangan antara teori dan hasil penelitian.

BAB 6

PENUTUP

1.1. Kesimpulan

1. Produksi ASI ibu nifas yang tidak diberi daun kacang panjang di PMB Siti Nurcahyaningsih Murdijono, A.Md.Keb Kota Malang menunjukkan bahwa hampir setengah responden mengalami memiliki produksi ASI dalam kategori normal dan turun yaitu 4 responden (40%), sedangkan 2 (20%) responden dalam kategori naik.
2. Produksi ASI ibu nifas yang diberi daun kacang panjang di PMB Siti Nurcahyaningsih Murdijono, A.Md.Keb Kota Malang menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami peningkatan produksi ASI yaitu 10 responden (100%).
3. Terdapat ada perbedaan produksi ASI pada kelompok ibu nifas yang tidak diberi dan yang diberi daun kacang panjang di PMB Siti Nurcahyaningsih Murdijono, A.Md.Keb Kota Malang yaitu kategori produksi ASI pada kelompok kontrol hampir setengahnya normal dan turun yaitu 4 responden (40%) dan 2 responden (20%) naik, sedangkan pada kelompok intervensi seluruhnya naik (100%). Hasil uji Mann Whitney berdasarkan parameter kenaikan BB bayi dan BAB bayi ($p\text{ value}=0,001$), sehingga H_1 diterima yang artinya ada pengaruh daun kacang panjang terhadap produksi ASI pada ibu nifas di PMB Siti Nurcahyaningsih Murdijono, A.Md.Keb Kota Malang

1.2. Saran

1.2.1. Bagi Responden

Melanjutkan untuk mengkonsumsi daun kacang panjang untuk meningkatkan produksi ASI pada semua ibu nifas yang tidak alergi

terhadap daun kacang panjang dengan harapan dapat mempertahankan atau dapat meningkatkan produksi ASI ibu.

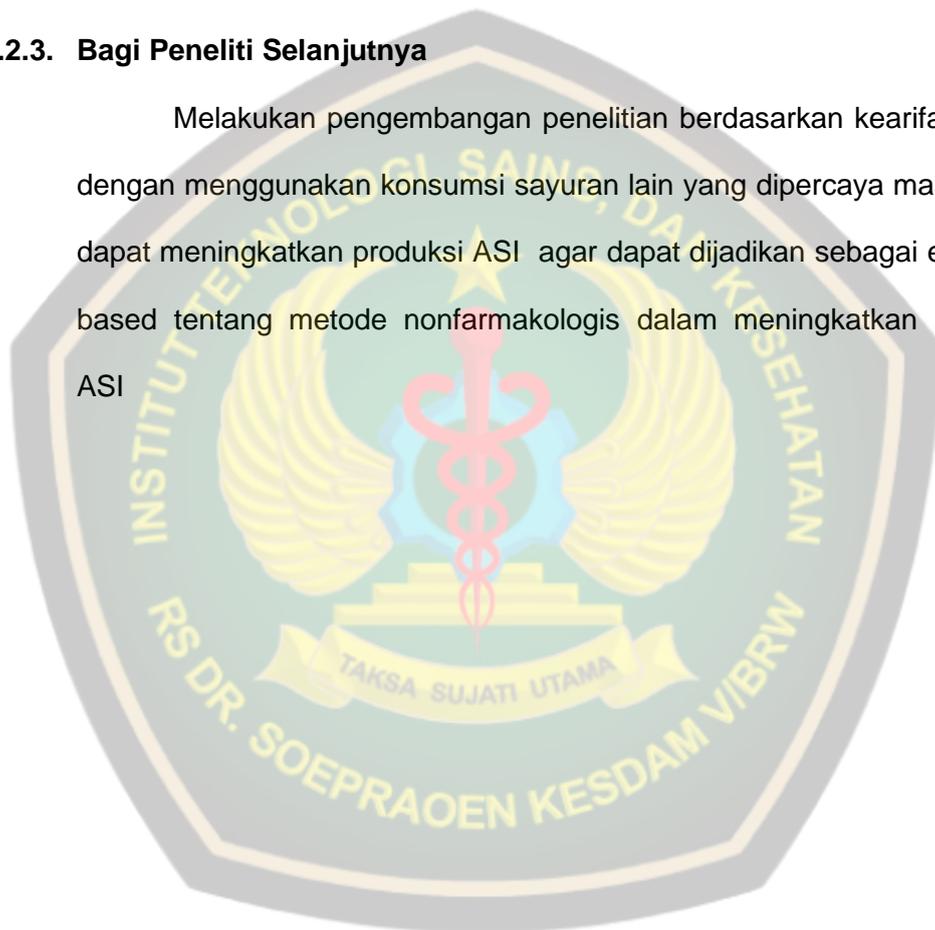
1.2.2. Bagi Tempat Penelitian

Melakukan penyuluhan kesehatan bekerja sama dengan Puskesmas kepada masyarakat dan menganjurkan masyarakat untuk mengkonsumsi daun kacang panjang terutama pada ibu nifas guna meningkatkan produksi ASI.

1.2.3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Melakukan pengembangan penelitian berdasarkan kearifan lokal dengan menggunakan konsumsi sayuran lain yang dipercaya masyarakat dapat meningkatkan produksi ASI agar dapat dijadikan sebagai evidence based tentang metode nonfarmakologis dalam meningkatkan produksi

ASI



DAFTAR PUSTAKA

- Andriana, Shinta Eri, dkk. 2008. *Ekstrak Etanol Daun Kacang Panjang (Vigna Sinensis L.) Sebagai Laktogogum Pada Tikus Putih (Rattus Norvegicus L.) Yang Menyusui*. Fakultas Biologi. (8) 1-3
- Atikah dan Eni. 2010. *Kapita Selekta ASI dan Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Dewi I, dkk. *Hubungan Ibu Tentang Teknik Menyusui dengan Prilaku Pemberian ASI Eksklusif*. 2016
- Djama, Nuzliati T. 2018. *Pengaruh Konsumsi Daun Kacang Panjang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui*. Jurnal Riset Kesehatan. (14) 6-10
- IDAI. 2016. *Laktogogue: Seberapa Besar Manfaatnya*. Available online [:http://www.idai.or.id](http://www.idai.or.id).
- Fitria, Fetty, dkk. 2017. *Analisis Sosial Budaya Dalam Pemberian Asi Pada Bayi Di Kecamatan Lawa Kabupaten Muna Barat*. Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat. (9) 1-16
- Irmayanti, 2011. *Tentang Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Tindakan Menyusui Yang Baik dan Benar Pada Ibu*
- Lailatul, Rizqinda, dkk. 2018. <file:///D:/SKRIPSI/YANG%20DIPAKAI/jurnal%20yang%20dipakai/87229EC3-D849-4F4E-934F-1FA3F5EFB33B.pdf> (Diakses 02-12-2020)
- Marmi. 2012. *ASI Saja Mama, Berilah Aku ASI Karena Aku Bukan Anak Sapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Manoel de Carvalho. 1982. *Milk intake and frequency of feeding in breast fed infants* Early <http://www.sciencedirect.com/science/article/pii/0378378282901347> (Diakses 18-11-2020)
- Mulyani, 2013. *Asi Dan Pedoman ASI Ibu Menyusui*, Yogyakarta : Nuha Medika
- Murtiana. T. 2011. *Pengaruh konsumsi daun katuk dengan peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu tahun 2011*. Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Bengkulu. Bengkulu.
- Nursalam, dkk. 2015. *Asuhan Keperawatan Bayi dan Anak*. Jakarta: Salemba Medika
- Walyani dan Purwoastuti. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Widyastuti, Kiky. 2014. *Pengaruh Konsumsi Sari Kacang Hijau Terhadap Produksi Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Dinoyo Malang*. Skripsi. Universitas Muhammadiyah Malang.

