

# Pengaruh Konsumsi Daun Pepaya Terhadap Kelancaran Produksi ASI dan Kenaikan Berat Badan Bayi di RSUD Jatipadang Tahun 2023

Ita Herawati<sup>2</sup>, Rahayu Khairiah<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Departement of Midwifery, STIKes Abdi Nusantara, Jakarta, Indonesia

Article Info	Abstrak
<p><b>Kata Kunci: Konsumsi Daun Pepaya, Kelancaran Produksi ASI, Kenaikan Berat Badan</b></p> <p>Dikirim : 5 September 2021                      Direvisi : 10 September 2021                      Diterima : 10 September 2021</p> <p> Ita Herawati   itaherawati@gmail.com  </p>	<p>Rendahnya cakupan ASI eksklusif dapat ditimbulkan oleh berbagai macam faktor, salah satunya adalah faktor produksi ASI yang tidak maksimal, sehingga banyak bayi yang kebutuhan nutrisinya kurang karena ibu tidak dapat memberikan ASI maksimal yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi bayi. Salah satu solusi untuk mengatasi hal tersebut yaitu dengan mengkonsumsi daun pepaya yang bermanfaat untuk membatu kelancaran pengeluaran ASI. Adapun tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh konsumsi daun pepaya terhadap kelancaran produksi ASI dan peningkatan berat badan bayi di RSUD Jati Padang tahun 2023. Penelitian ini menggunakan Metode Quasy Eksperiment dengan desain one group pretest-posttest design. Penelitian dilakukan pada seluruh ibu menyusui di RSUD Jari Padang pada bulan Oktober 2023 sebanyak 56 orang menggunakan tehnik Accidental Sampling. Adapun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa data yang diperoleh dengan nilai <math>P\text{-value} = 0,000 &lt; \alpha = 0,05</math> maka <math>H_0</math> ditolak dan <math>H_a</math> di terima yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan pada pengaruh mengkonsumsi daun pepaya pada Ibu menyusui terhadap kenaikan berat badan bayi di RSUD Jati Padang. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa pemberian tumis daun pepaya dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar usulan agar para bidan dapat memberikan edukasi bagi ibu menyusui mengenai manfaat mengkonsumsi daun pepaya untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI.</p>
	<p><i>This is an open access article under the <a href="#">CC BY-SA</a> license.</i></p> 

## 1. Pendahuluan

United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) tahun 2020 melaporkan bahwa cakupan rata-rata pemberian ASI eksklusif di dunia pada bayi usia

0-6 bulan hanya mencapai 38%. Sedangkan pemberian ASI eksklusif di negara berkembang dapat mencegah kematian balita sebesar 90% akibat diare dan infeksi saluran pernapasan akut (UNICEF, 2020). Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2018, menyebutkan adanya peningkatan angka cakupan ASI eksklusif di Indonesia, yaitu dari 42% pada SDKI 2013 meningkat menjadi 52% pada SDKI 2018, namun peningkatan tersebut masih jauh dari target nasional yang ditentukan oleh Kementerian Kesehatan yaitu sebesar 80%. Pemberian ASI yang tidak optimal memberi dampak terhadap terjadinya kematian akibat infeksi neonatal 45%, skematian akibat diare 30%, dan akibat infeksi saluran pernafasan pada balita 18% (Kemenkes RI, 2020). Menurut Dinas Kesehatan DKI Jakarta tahun 2021 DKI Jakarta memiliki persentase pemberian air susu ibu (ASI) eksklusif terendah di pulau Jawa pada 2021, menurut laporan Badan Pusat Statistik (BPS). Persentasenya pemberian ASI eksklusif di ibu kota mencapai 65,63%. Angka ini menurun 5,23 poin dibandingkan tahun sebelumnya. Pada 2020, persentase pemberian ASI eksklusif 70,86%. Persentase pemberian ASI eksklusif di DKI Jakarta pada 2021 bahkan lebih rendah dari 2019 yang sebesar 68,08%. Rendahnya cakupan ASI eksklusif dapat ditimbulkan oleh berbagai macam faktor, salah satunya adalah faktor produksi ASI yang tidak maksimal, sehingga banyak bayi yang kebutuhan nutrisinya kurang karena ibu tidak dapat memberikan ASI maksimal yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi bayi. Penyebabnya adalah karena asupan nutrisi ibu yang kurang baik, menu makanan yang tidak seimbang, dan juga mengkonsumsi makanan yang kurang teratur (Tjahjani, 2018). Dampak dari ASI yang tidak lancar membuat ibu berpikir untuk mengambil langkah berhenti menyusui dan menggantinya dengan susu formula. Dampak lain dari produksi ASI yang tidak lancar adalah dapat menghambat proses pemberian ASI secara eksklusif pada bayi sampai usia 6 bulan, sehingga cakupan pemberian ASI tidak terpenuhi. Bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif dapat mempengaruhi tumbuh kembangnya dan melindunginya dari berbagai penyakit (Roesli, 2019). Produksi ASI suatu proses pembentukan ASI yang melibatkan hormon prolaktin dan hormon oksitosin, pada saat melahirkan hormon progesteron dan estrogen akan menurun dan hormon prolaktin akan lebih dominan sehingga terjadi sekresi ASI. masalah yang ditimbulkan dari ibu menyusui adalah produksi ASI yang tidak maksimal, sehingga banyak bayi yang kebutuhan nutrisinya tidak terpenuhi karena ibu tidak dapat memberikan ASI maksimal yang sesuai dengan kebutuhan nutrisi bayi. karena asupan nutrisi ibu, menu makanan yang tidak seimbang, dan juga mengonsumsi makanan yang tidak teratur sehingga produksi ASI tidak mencukupi untuk diberikan pada bayi (Wahyuni, 2018).

Upaya dalam meningkatkan produksi dan pemberian ASI yang sudah banyak dilakukan berdasarkan hasil kajian adalah konseling, disamping itu ada juga pendampingan oleh keluarga dan hipnolaktasi. Hasil kajian menunjukkan bahwa konseling atau penyuluhan/edukasi tentang pemberian ASI eksklusif menjadi upaya

yang paling banyak dilakukan. Asuhan kebidanan yang sering diterapkan pada ibu menyusui dalam melancarkan ASI adalah dengan melakukan perawatan payudara, pijatan payudara dengan lembut, memberi kompres hangat pada payudara, mengurangi stres, serta memerah atau memompa ASI minimal 3 jam sekali untuk meningkatkan produksi ASI (Husanah, 2020). Memperlancar produksi ASI bisa dilakukan secara farmakologi salah satunya dengan mengkonsumsi suplemen seperti Moloco+B12, Lactaman, Asifit, Lancar ASI, BlackMore Pregnancy and Breastfeeding Gold, dll. Beberapa suplemen mungkin memiliki efek samping bagi ibu dan ada kemungkinan bahan-bahan herbal dari suplemen tersebut juga dikonsumsi oleh bayi melalui air susu. Jika mengkonsumsi suplemen memiliki efek samping bagi ibu dan bayi ada beberapa saran yang perlu diperhatikan para ibu yang sedang memberikan ASI pada bayi, yaitu mengkonsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan yang dapat meningkatkan volume ASI (Soetiarso, 2017). Sayur sayuran tersebut terbukti mampu meningkatkan volume air susu ibu. Selain sayur-sayuran tersebut, buah-buahan yang mengandung banyak air akan membantu ibu menghasilkan ASI yang berlimpah, seperti melon, semangka, pear, dan banyak lagi buah-buahan berair lain yang sangat baik dikonsumsi ibu menyusui (Kappara M, 2018). Salah satu tanaman yang dapat meningkatkan produksi ASI adalah daun pepaya. Ekstrak daun pepaya sudah lama dan melalui beberapa penelitian memang bermanfaat untuk meningkatkan produksi ASI (Dwi Putra, 2019). Menurut Ulfatun Khasanah 2021, dalam penelitiannya disebutkan bahwa, nanopartikel daun pepaya (*Carica Pepaya L*) dapat dijadikan sebagai alternatif dalam meningkatkan produksi ASI, Mengkonsumsi kapsul nanopartikel daun pepaya (*Carica Pepaya L*) 458 mg per hari selama 7 hari terbukti meningkatkan produksi air susu ibu (Ulfatun Khasanah 2021). Khasiat daun pepaya untuk ibu menyusui berasal dari kandungan zat yang mampu merangsang aktivasi prolaktin dan meningkatkan kadarnya. Dengan begitu, prolaktin dalam tubuh Mama dapat bekerja maksimal untuk merangsang pertumbuhan kelenjar susu dan produksi ASI. Hormon prolaktin berperan dalam proses produksi ASI, protein, lemak, karbohidrat, kalsium, fosfor, energi, zat besi, vitamin A, vitamin B1, vitamin C, Fosfor, air kandunagn inilah yang membuat daun pepaya melancarkan ASI dengan berperan mencukupi asupan nutrisi. Komposisi zat aktif dalam daun pepaya antara lain Vitamin B1 0,15 mg, Vitamin A 18250 SI, vitamin C 140 mg, protein 8,0 gram, kalori 79 kal, lemak 2 gram, kalsium 353 mg, hidrat Arang 11,9 gram, besi 0,8 mg, fosfor 63 mg, air 75,4 gram, kautsuk, paparotin, karposit, karpain, enzim Papain dan lain-lain. Reflek prolaktin secara hormonal untuk memproduksi ASI, waktu bayi menghisap puting payudara ibu, terjadi rangsangan neorohormonal pada puting susu dan areola ibu. Rangsangan ini diteruskan ke hipofisis melalui nervus vagus, kemudian ke lobus anterior. Dari lobus ini akan mengeluarkan hormon prolaktin, masuk ke peredaran darah dan sampai pada kelenjar-kelenjar pembuat ASI. Kelenjar ini terangsang untuk menghasilkan ASI (Fahmi, 2019). Tak hanya itu, dalam dunia kesehatan, daun pepaya adalah salah satu daun yang memiliki banyak manfaat untuk

kesehatan tubuh manusia. Manfaat daun pepaya meliputi peningkatan sistem kekebalan tubuh, peradangan berkurang, detoksifikasi tubuh, dan meningkatkan kesehatan pencernaan.

Berdasarkan study pendahuluan yang telah dilakukan di RSUD Jati Padang melalui wawancara terhadap 10 orang ibu postpartum dan didapatkan 6 orang diantaranya memiliki masalah kelancaran produksi ASI. Keenam orang tersebut mengatakan bahwa ASI mereka sedikit dan tidak lancar baik saat dihisap oleh bayinya maupun saat dipompa, sehingga bayi terus menangis dan ibu terpaksa menghentikan pemberian ASI secara eksklusif dan beralih ke susu formula. Saat ditanya apakah pernah mengkonsumsi daun pepaya untuk memperlancar ASI mereka mengatakan belum pernah mengkonsumsinya dalam bentuk olahan apapun. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh konsumsi daun pepaya terhadap kelancaran produksi ASI dan peningkatan berat badan bayi di RSUD Jatipadang Tahun 2020”. Sejauh penelusuran yang dilakukan, belum pernah ditemukan pada penelitian yang sama, namun ada beberapa penelitian terdahulu yang dapat dijadikan acuan: Penelitian Dahliana (2021) yang berjudul “Efektivitas daun kelor terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Simpang Mamplam Bireuen”. Metode penelitian: Quasy eksperimen, dengan rancangan penelitian pre and posttest control group design. Hasil: ada perbedaan bermakna perubahan produksi ASI dilihat dengan peningkatan berat badan bayi antara kelompok diberikan daun kelor dengan tidak diberikan daun kelor dengan nilai  $P= 0.000$  ( $p>0,05$ ). Penelitian Mariene W. Dolang (2021) yang berjudul “Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk Terhadap Produksi ASI Pada Ibu menyusui”. Pre ekperimental design dengan rancangan one group pretest – posttest. Terdapat pengaruh pemberian rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Suli yang dilihat dari pengukuran yang dilakukan sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun katuk terjadi peningkatan produksi ASI. Penelitian Yuli Amalia (2023) yang berjudul “Efektivitas konsumsi daun pepaya terhadap peningkatan produksi ASI pada Ibu menyusui”. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kualitatif melalui pendekatan cross sectionall dengan metode penelitian Pral- Eksperimentall design. Penelitian Ulfatun Khasanah tahun 2021 yang berjudul “Efektifitas suplementasi nanopartikel daun pepaya (carica pepaya I) sebagai alternatif layanan kebidanan dalam meningkatkan produksi air susu ibu (ASI)” Uji yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji Paired T-test dan uji Independent Test. Kebaruan dalam penelitian ini adalah meneliti efektifitas jantung pisang dalam rangka peningkatan produksi ASI dan kelancaran ASI yang dimana belum pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya.

## **2. Metode**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah quasi experiment atau eksperimen semu. Penelitian quasi experiment merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari “sesuatu” yang dikenakan pada subjek selidik (Notoatmodjo, 2018). Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah one group pretest-posttest design, yang tidak menggunakan kelompok kontrol. Pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah pemberian perlakuan selesai. Penelitian ini dilakukan di RSUD Jati padang. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Oktober 2020. Penelitian ini menggunakan dua kriteria sampel yaitu Kriteria Inklusi dan Eksklusi.

### 3. Hasil

**Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan, Paritas di RSUD Jatipadang Tahun 2020**

No	Variabel	Frekuensi	%
1	Umur		
	<20 tahun	7	12.5
	20-35 tahun	47	83.9
	>35 tahun	2	3.6
	Total	56	100
2	Pendidikan		
	Rendah	35	62.5
	Menengah	19	33.9
	Tinggi	2	3.6
	Total	56	100
3	Paritas		
	Primipara	35	62.5
	Multipara	19	33.9
	Grandemultipara	2	3.6
	Total	56	100

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa mayoritas responden berumur 20-35 tahun sebanyak 47 orang (83,9%), umur > 35 tahun sebanyak 2 orang (3,6%) dan umur < 20 tahun sebanyak 7 orang (12,5%). Berdasarkan pendidikan mayoritas responden berpendidikan Rendah sebanyak 35 orang (62,5%), sedangkan berpendidikan menengah sebanyak 19 orang (33,9%), dan pendidikan tinggi sebanyak 2 orang (3,6%). Berdasarkan paritas mayoritas primipara sebanyak 35 orang (62,5%), multipara sebanyak 19 orang (33,9%), sedangkan paritas grandemultipara sebanyak 2 orang (3,6%).

**Tabel 2. Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Postpartum Sebelum Mengonsumsi Susu Kedelai di RSUD Jatipadang Tahun 2020**

No	Kelancaran ASI	Pretest (Sebelum Mengonsumsi Daun Pepaya)	
		N	%

1	Kurang Lancar	20	35.7
2	Lancar	36	64.3
	Total	56	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 diketahui bahwa kelancaran ASI sebelum mengkonsumsi daun pepaya, didapatkan data terbesar adalah ibu yang kurang lancar produksi ASI nya, yaitu sebesar 20 orang (35,7 %) sedangkan yang melaporkan produksi ASI lancar sebesar 36 orang (64,3 %).

**Tabel 3. Rata-Rata Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Menyusui Sesudah Mengonsumsi Daun Pepaya di RSUD Jatipadang Tahun 2020**

No	Kelancaran ASI	Pretest (Sesudah Mengonsumsi Daun Pepaya)	
		N	%
1	Kurang Lancar	5	8.9
2	Lancar	51	91.1
	Total	56	100

Berdasarkan hasil penelitian pada table 3 diketahui bahwa kelancaran ASI setelah mengkonsumsi daun pepaya, didapatkan data terbesar adalah ibu yang kurang lancar produksi ASI nya, yaitu sebesar 5 orang (8,9 %) sedangkan yang melaporkan produksi ASI lancar sebesar 51 orang (91,1 %).

**Tabel 4. Kenaikan Berat Badan Bayi Sebelum Mengonsumsi Daun Pepaya di RSUD Jatipadang Tahun 2020**

No	Kenaikan BB Bayi	Pretest (Sebelum Mengonsumsi Daun Pepaya)	
		N	%
1	Tidak Meningkatkan	16	28.5
2	Meningkat	40	71.4
	Total	56	100

Berdasarkan hasil penelitian pada table 4 diketahui bahwa kenaikan berat badan bayi sebelum mengkonsumsi daun pepaya, didapatkan data terbesar adalah berat badan bayi yang meningkat sebesar 40 (71,4 %) sedangkan yang melaporkan berat badan bayi yang tidak meningkat 16 (28,5).

**Tabel 5. Kenaikan Berat Badan Bayi Sesudah Mengonsumsi Daun Pepaya di RSUD Jatipadang Tahun 2020**

No	Kenaikan BB Bayi	Pretest (Sesudah Mengonsumsi Daun Pepaya)	
		N	%
1	Tidak Meningkatkan	4	7.2
2	Meningkat	52	92.8
	Total	56	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5 diketahui bahwa kenaikan berat badan bayi sesudah mengkonsumsi daun pepaya, didapatkan data terbesar adalah berat badan bayi yang meningkat sebesar 52 (92,8 %) sedangkan yang melaporkan berat badan bayi yang tidak meningkat 4 (7,2 %).

**Tabel 6. Hasil Uji Normalitas Kolmogorov-Smirnov**

No	Produksi ASI	P Value	$\alpha=5\%$	Keterangan
1	Sebelum	0.055	Lebih Besar	Normal
2	Sesudah	0.067	Lebih Besar	Normal

Berdasarkan Tabel 6 didapatkan hasil bahwa hasil uji normalitas dengan menggunakan Kolmogorov-Smirnov ditemukan angka sig. lebih besar dari 0,05. Berdasarkan hasil uji normalitas ternyata data berdistribusi normal. Adanya data yang berdistribusi normal, maka metode yang digunakan yaitu metode statistik parametrik dengan menggunakan uji paired simple t test.

**Tabel 7. Pengaruh Konsumsi Daun Pepaya terhadap Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Menyusui di RSUD Jatipadang Tahun 2020**

No	Kelancaran Produksi ASI	Rata-Rata	Selisih	P Value
1	Sebelum	3.30	3.70	0.000
2	Sesudah	7.00		

Hasil uji paired simple t test diketahui nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh konsumsi daun pepaya terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di RSUD Jati Padang Tahun 2023.

**Tabel 8. Pengaruh Konsumsi Daun Pepaya terhadap Peningkatan BB Bayi di RSUD Jatipadang Tahun 2020**

No	Peningkatan BB Bayi	Rata-Rata	Selisih	P Value
1	Sebelum	3.30	3.70	0.000
2	Sesudah	7.00		

Hasil uji paired simple t test diketahui nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh konsumsi daun pepaya terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di RSUD Jati Padang Tahun 2023.

**Tabel 9. Pengaruh Konsumsi susu kedelai terhadap Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Postpartum dan Peningkatan BB bayi di RSUD Jatipadang Tahun 2020**

No	Variabel	Peningkatan BB Bayi			P value	
		Tidak Meningkat	Meningkat	Total		
1	Kelancaran ASI	Tidak Lancar	16	2	18	0.000
			88.8%	11.2%	100.0%	
2	Lancar		3	35	38	
			7.9%	92.1%	100.0%	
Total			19	37	56	
			33.9%	66.1%	100.0%	

Hasil uji paired simple t test diketahui nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh konsumsi daun pepaya terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di RSUD Jati Padang Tahun 2023.

#### **4. Pembahasan**

##### **Identifikasi Kelancaran Asi Ibu Sebelum dan Sesudah Mengkonsumsi Daun Pepaya**

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.2 diketahui bahwa kelancaran ASI sebelum mengonsumsi daun pepaya, didapatkan data terbesar adalah ibu yang kurang lancar produksi ASInya, yaitu sebesar 20 orang (35,7 %) sedangkan yang melaporkan produksi ASI lancar sebesar 36 orang (64,3 %). Setelah mengonsumsi daun pepaya, diketahui bahwa kelancaran ASI setelah mengonsumsi daun pepaya, didapatkan data terbesar adalah ibu yang kurang lancar produksi ASInya, yaitu sebesar 5 orang (8,9 %) sedangkan yang melaporkan produksi ASI lancar sebesar 51 orang (91,1 %). Data ini menunjukkan bahwa mengonsumsi daun pepaya dapat meningkatkan kelancaran asi pada Ibu menyusui. Hal tersebut ditandai dengan meningkatnya jumlah Ibu menyusui yang meyakini bahwa dirinya dapat memberikan ASI Eksklusif secara benar pada bayinya. Daun pepaya memiliki sejumlah komponen mineral yang dapat menunjang produksi pengeluaran ASI ibu. Mineral mangan dan kalium dapat membantu peningkatan produksi ASI melalui mekanisme hormone prolaktin dan oksitosin yang berperan besar pada pembentukan dan pengeluaran ASI pada ibu menyusui. (Wijayanti, et al., 2019). Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh 2 hormone yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI. Prolaktin berkaitan dengan nutrisi ibu, semakin asupan nutrisinya baik maka produksi ASI yang dihasilkan juga banyak. Makanan yang dikonsumsi ibu menyusui sangat berpengaruh terhadap produksi ASI. Apabila makanan yang ibu makan cukup gizi dan pola makan yang teratur maka produksi ASI akan berjalan dengan lancar (Marni, 2019).

##### **Mengidentifikasi Kenaikan Berat Badan Bayi Sebelum Mengonsumsi Daun Pepaya**

Diketahui bahwa kenaikan berat badan bayi sebelum mengonsumsi daun pepaya, didapatkan data terbesar adalah berat badan bayi yang meningkat sebesar 40 (71,4 %) sedangkan yang melaporkan berat badan bayi yang tidak meningkat 16 (28,5). Pada penelitian ini untuk meningkatkan kelancaran ASI pada ibu menyusui dengan melihat kenaikan berat badan bayi yaitu dengan upaya dilakukannya pemberian daun pepaya. Kandungan lactagogum pada daun pepaya merupakan zat yang dapat meningkatkan dan melancarkan produksi ASI, selain itu zat saponin dan alkaloid pada daun pepaya juga dapat mempengaruhi hormone prolactin sehingga berfungsi dalam meningkatkan kelancaran proses pengeluaran ASI. Daun pepaya diketahui mempunyai

nutrisi tinggi seperti kandungan enzim -enzim, vitamin A, B, C, dan E, Asam pantotemat dan asam folat, mineral seperti magnesium dan potasium, serta serat pangan (Isiqomah et al, 2019).

Hal serupa dilakukan penelitian oleh soleh (2022) dengan penelitian ekperimental menggunakan quasi eksperimental dan dilakukann pendekatan penelitian one group pre test and post test designe. Dildalam penelitian ini didapatkan hasil jumlah ASI sebelum diberikan daun pepaya pada ibu menyusui pada klompok intervensi rata-rata 178,57 cc, sedangkan kelompok kontrol rata- rata yaitu 194,29 cc, setelah diberikan daun papaya padan ibu menyusui pada klompok intervensi rata-rtaa di hari petsma yaitu 191,42 cc sedangkan kelompok kontrol rata- rata di hari petama yaitu 194,29 cc.

### **Mengidentifikasi Kenaikan Berat Badan Bayi Setelah Mengonsumsi Daun Pepaya**

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5 diketahui bahwa kenaikan berat badan bayi sesudah mengonsumsi daun pepaya, didapatkan data terbesar adalah berat badan bayi yang meningkat sebesar 52 (92,8 %) sedangkan yang melaporkan berat badan bayi yang tidak meningkat 4 (7,2 %). Hasil dari penelitian menyebutkan bahwa setelah pemberian daun pepaya terdapat peningkatan berat badan bayi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukann oleh Warjidin (2018) bahwa peningktan produksi ASI dipengaruhi adanya polipenol dan asteroid yang mempengaruhi reflex prolaktin untuk merangsang alveolus yang bekerja aktif dalam pembentukan ASI juga mempengaruhi hormon oksitosin yang akan membuat ASI mengalir lebih deras dibandingkan dengan sebelum mengonsumsi daun pepaya. Penelitian oleh Ipni Wildan (2021) di dapatkan hasil bayi yang mengalami kenaikan berat badan sesudah di berikan daun pepaya kepada ibu menyusui berjumlah 13 orang. Sedangkan bayi yang tidak mengalami peningkatan berat badan sebanyak 2 orang. Maka dapat disimpulkann ada pengaruh efektivitas daun pepaya terhadap peningkatan bear badan bayi.

### **Mengidentifikasi Pengaruh Pemberian Daun Pepaya pada Ibu menyusui Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi di RSUD Jati Padang**

Perbedaan berat badan bayi sebelum dan sesudah diberikan daun pepaya memiliki hasil yang signifikan, berdasarkan hasil peneliian berat badan bayi sebelum diberikan intervensi ( daun pepaya ) menunjukkan nilai 0 % yang artinya tidak ada respon yang meneglami berat badan bayi dalam batas normal dari total 56 responden dan setelah di beriakn intervensi didapatkan hasil hamper seluruh responden mengalami kenaikn berat badan bayi dengan jumlah kenaikan > 200 gr, artinya terjadi kenaikan berat badan bayi setelah diberikan daun pepaya. Hasil uji wilcoxon signed rank test kenaikan berat badan bayi sebelum dan sesudah mengonsumsi daun pepaya pada ibu menyusui. Berdasarkan data yang diperoleh dengan nilai P-value = 0,000 <  $\alpha$

= 0,05 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  di terima yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan pada pengaruh mengkonsumsi daun pepaya pada Ibu menyusui terhadap kenaikan berat badan bayi di RSUD Jati Padang. Kandungan kimia daun pepaya mengandung pelipenol dan steroid. Peningkatan produksi ASI dipengaruhi oleh pelipenol dan steroid yang mempengaruhi reflex prolaktin untuk merangsang alveolus yang bekerja aktif dalam pembentukan ASI juga mempengaruhi hormon oksitosin yang akan membuat ASI mengalir lebih deras dibandingkan dengan sebelum mengkonsumsi daun pepaya. Kelancaran produksi. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Muhartono et al, 2019 menunjukkan bahwa rata-rata produksi asi sblum mengkonsumsi daun pepaya adalah 5,7 kali dengan standar defiasi 0,8131 dan rata-rata setelah mengkonsumsi faun pepaya adalah 9,75 kali dengan standar defiasi 0,78640. Apat disimpulkan bahwa ada perbedaan rata-rata produksi aSI sebelum dan sesudah mengkonsumu daun pepaya.

## 5. Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan hasil penelitian maka dapat disimpulkan bahwa: Sebelum mengkonsumsi daun pepaya, didapatkan data terbesar adalah ibu yang kurang lancar produksi ASI nya, yaitu sebesar 20 orang (35,7 %) sedangkan yang melaporkan produksi ASI lancar sebesar 36 orang (64,3 %). Setelah mengkonsumsi daun pepaya, diketahui bahwa kelancaran ASI setelah mengkonsumsi daun pepaya, didapatkan data terbesar adalah ibu yang kurang lancar produksi ASI nya, yaitu sebesar 5 orang (8,9 %) sedangkan yang melaporkan produksi ASI lancar sebesar 51 orang (91,1 %). Diketahui bahwa kenaikan berat badan bayi sebelum mengkonsumsi daun pepaya, didapatkan data terbesar adalah berat badan bayi yang meningkat sebesar 40 (71,4%) sedangkan yang melaporkan berat badan bayi yang tidak meningkat 16 (28,5). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa berat badan bayi setelah mengkonsumsi daun pepaya di RSUD Jati Padang bahwa didapatkan data terbesar adalah berat badan bayi yang meningkat sebesar 52 (92,8 %) sedangkan yang melaporkan berat badan bayi yang tidak meningkat 4 (7,2 %). Ada pengaruh mengkonsumsi daun pepaya terhadap kelancara asi pada ibu menyusui di RSUD JATI PADANG tahun 2023, dimana hasil uji t menunjukkan nilai sig. < 0,05. Ada pengaruh mengkonsumsi daun pepaya terhadap kenaikan berat badan bayi di RSUD Jati Padang adalah terjadi kenaikan berat badan bayi sebelum dan sesudah mengkonsumsi daun pepaya pada ibu menyusui. Berdasarkan data yang diperoleh dengan nilai P- value = 0,000 <  $\alpha$  = 0,05 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  di terima yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan pada pengaruh mengkonsumsi daun pepaya pada Ibu menyusui terhadap kenaikan berat badan bayi di RSUD Jati Padang.

## 6. Daftar Pustaka

- Khasanah. 2019. Buku saku Manajemen Laktasi. Jakarta: Badan penerbit IDAI Kappara.
2019. Sehat dengan herbal warisan nenek moyang penumpas segala penyakit. Penerbit; Media Ilmu Abadi.
- Astutik, Yuli Reni. (2018). Payudara dan Laktasi Edisi 2. Jakarta: Salemba Medik
- Aprilia, Y. (2018) Hipnostetri : Rileks, Nyaman, dan Aman Saat Hamil & Melahirkan. Jakarta: Gagas Media.
- Budiarti, Tri. (2017). Efektivitas Pemberian Paket “Sukses ASI” terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui di Depok Jawa Barat. Tesis tidak diterbitkan. Depok: Program Pasca Sarjana Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/08/02/dki-jakarta-miliki-persentase-pemberian-asi-eksklusif-terendah-di-pulau-jawa>
- Fetrisia, W., & Yanti, Y. (2019). Pengaruh Acupresure Point for Lactation Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 41–46. <https://doi.org/10.35730/Jk.V10i1.383>
- Hapsari, A. (2018). Buku pintar ASI eksklusif. Jakarta: salsabila pustaka alkautsar group
- Husanah, E., (2020), Asuhan Kebidanan Pada Ny P dengan Masalah Produksi ASI Melalui Terapi Kurma, *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, Vol. 11, No.1, 71-77.
- Kemendes RI, (2020). Cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2019. Kemendes RI: Jakarta.
- Mardiyansih, E. a. al (2018) ‘Efektifitas Kombinasi Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI’, FIK Universitas Indonesia, Jakarta.
- Mas’adah (2018) ‘Tehnik Meningkatkan dan Memperlancar Produksi ASI pada Ibu Post Sectio Caesaria’, *Jurnal Kesehatan Prima*, Vol 9 No 2(1495–1505).
- Notoatmodjo, S. (2018) Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Roesli, U. (2019). Mengenal Asi Eksklusif. Trubus Agriwidya.
- Soetjningsih, (2018). Tumbuh Kembang Anak. Jakarta: EGC.
- Soetiarso, L., (2018), Makanan Tambahan Untuk Kelancaran ASI Pada Ibu, Badan Penerbit IDAI, Jakarta.
- dr. Jessica florencisa Sp.PK (2022) <https://www.klikdokter.com/ibu-anak/ibu-menyusui/konsumsi-daun-pepaya-bisa-bikin-asi-melimpah>.
- UNICEF, (2020). Pekan Menyusui Dunia: UNICEF dan WHO menyerukan Pemerintah dan Pemangku Kepentingan agar mendukung semua ibu menyusui di Indonesia selama COVID-19. <https://www.who.int/indonesia/news/detail/03-08-2020-pekan-menyusui-dunia-unicef-dan-who-menyserukan-pemerintah-dan-pemangku-kepentingan-agar-mendukung-semua-ibu-menyusui-di-indonesia-selama-covid-19>.
- Diakses tgl 26/11/2020
- William, dkk (2019) ‘Demperidone Untuk Meningkatkan Pengeluaran ASI’, CDK-238/Vo, p.<http://www.kalberned.com/portals>.
- Harvard. T.H. Chan School of Public Health 2021. The Nutrition Source. Bananas. Everyday Health. 2021. Banana Health Benefits You Might Not Know About. *Journal of Ethnopharmacology*. Diakses pada 2022. Aqueous extract of Carica papaya leaves exhibits anti-tumor activity and immunomodulatory effects. *Pakistan Journal of Biological Sciences*. Diakses pada 2022. Anti-proliferation and Apoptosis Induction of Aqueous Leaf Extract of Carica papaya L. on Human Breast Cancer Cells MCF-7.

Jurnal Kebidanan. Diakses pada 2022. PEMBERIAN JUS DAUN PEPAYA BAGI IBU MENYUSUI YANG BEKERJA TERHADAP PENINGKATAN KADAR HORMON PROLAKTIN DAN BERAT BADAN BAYI DI TANGERANG.

Dermatology Practical & Conceptual. Diakses pada 2022. Diet and hair loss: effects of nutrient deficiency and supplement use.

BMC Complementary Medicine and Therapies. Diakses pada 2022. Hypoglycemic effect of Carica papaya leaves in streptozotocin- induced diabetic rats.

International Journal of Current Microbiology and Applied Sciences. Diakses pada 2022. Formulation, nutrient and microbial analysis of papaya leaves and guava incorporated RTS beverage.

Biogenic Amines. Diakses pada 2022. Papaya preparation (Caricol®) in digestive disorders.