

## Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Kelancaran Produksi ASI Ibu Nifas Di PMB Hernita, AMD.KEB Bandar Lampung

Ananda Primata Beuty  
Univrsitas 'Aisyiyah Surakarta

Enny Yuliaswati  
Univrsitas 'Aisyiyah Surakarta

Alamat: Jl. Kapulogo No.3 Pajang Laweyan Surakarta  
[anandapbeauty@gmail.com](mailto:anandapbeauty@gmail.com)

**Abstract.** *Background: The coverage of infants receiving exclusive breastfeeding in Lampung Province in 2020 is 70.1%, which is still below the expected target of 80%. One of the foods that can facilitate the production of breast milk is dates, dates contain galactogogues which are capable of inducing lactation with dopamine pressure, resulting in an increase in prolactin production. Dates contain a hormone similar to the hormone oxytocin, which is a hormone produced by the neurohypophysia so that it stimulates the mammary glands to produce breast milk. Objective: To determine the effect of giving dates on the smooth production of breast milk in postpartum mothers. Methods: This type of research is a Quasy Experiment Design with a Non Equivalent Control Group Design study with a sample of 40 subjects. The instruments used in this study were SOP sheets for giving dates and observation sheets for signs of assessing the smoothness of breastfeeding. The intervention of giving dates was given 7 eggs per day which were consumed for 4 days. Results: All respondents before being given treatment experienced breastfeeding difficulties as many as 20 respondents (100%) and after being given the date palm treatment the respondents were in the smooth category as many as 18 respondents (90%). Conclusion: There is an Effect of Giving Dates on the Smooth Production of Breast Milk for Postpartum Mothers.*

**Keywords:** *Dates, Smooth Breastfeeding*

**Abstrak. Latar Belakang:** Cakupan bayi mendapatkan ASI Eksklusif di Provinsi Lampung tahun 2020 sebesar 70,1% dimana angka ini masih di bawah target yang diharapkan yaitu 80%. Salah satu makanan yang dapat memperlancar produksi ASI yaitu buah kurma, buah kurma mengandung *galactogogues* yang mampu dalam proses induksi laktasi dengan tekanan dopamin, sehingga terjadi peningkatan produksi prolaktin. Buah kurma mengandung hormone yang mirip hormon oksitosin, yakni hormon yang dihasilkan neurohipofisia sehingga memacu kelenjar air susu untuk memproduksi ASI. Tujuan: Mengetahui pengaruh pemberian buah kurma terhadap kelancaran produksi asi pada ibu nifas. Metode: Jenis penelitian ini adalah *Quasy Eksperimen Design* dengan rancangan penelitian *Non Equivalent Control Group Design* dengan sampel 40 subjek. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar SOP pemberian buah kurma dan lembar observasi tanda-tanda penilaian kelancaran ASI. Intervensi pemberian buah kurma diberikan 7 butir per hari yang dikonsumsi selama 4 hari. Hasil: Seluruh responden sebelum diberikan perlakuan mengalami 'ketidaklancaran ASI sebanyak 20 responden (100%) dan sesudah diberikan perlakuan buah kurma responden berada dalam kategori lancar sebanyak 18 responden (90%). Kesimpulan: Terdapat Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Kelancaran Produksi ASI Ibu Nifas .

**Kata Kunci:** Buah Kurma, Kelancaran ASI

## LATAR BELAKANG

Pencapaian target ASI eksklusif masih sangat sulit dicapai secara maksimal yang disebabkan oleh beberapa hal diantaranya gangguan atau ketidاكلancaran produksi ASI (Sulistyoningsih, 2011). Di Indonesia, bayi yang telah mendapatkan ASI eksklusif sampai usia enam bulan adalah sebesar 66,1% pada tahun 2020. Sedangkan cakupan bayi mendapatkan ASI Eksklusif di Provinsi Lampung tahun 2020 sebesar 70,1% dimana angka ini masih di bawah target yang diharapkan yaitu 80% (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2020).

Kelancaran produksi ASI dapat mendukung untuk meningkatkan keberhasilan ibu dalam pemberian ASI. Macam-macam yang dapat dilakukan untuk merangsang pengeluaran ASI antara lain dengan memberikan perawatan payudara, mengonsumsi makanan bergizi seperti makanan yang mengandung *galactagogue*. Beberapa tahun terakhir di temukan berbagai macam tumbuhan mengandung *galaktogogus* yang dapat membantu pengeluaran dan produksi ASI salah satunya adalah buah kurma. *Galaktogogus* dapat merangsang laktasi dengan menekan antagonis reseptor dopamin sehingga terjadi peningkatan produksi prolaktin. (Gabay, 2020).

Dampak bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif secara penuh sampai pada usia 6 bulan pertama kehidupan memiliki resiko diare akut lebih sering terjadi pada bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif (74,3%) dibandingkan dengan bayi yang mendapat ASI eksklusif (26,5%). Resiko tersebut 30 kali lebih besar dari pada bayi yang diberi ASI secara penuh dan bayi tidak diberikan ASI eksklusif, memiliki risiko kematian lebih besar karena terjadinya malnutrisi (Depkes RI, 2019). Dampak tidak memberikan ASI tidak hanya pada bayi tetapi juga terjadi pada ibu. Ibu yang tidak memberikan ASI dapat mengalami bendungan ASI yang apabila dibiarkan dapat menimbulkan mastitis (Nugroho, 2019).

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti penulis tertarik mengambil penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Kelancaran Produksi ASI Ibu Nifas Di PMBHernita, Amd.Keb Bandar Lampung”

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah *Quasy Eksperiment Design* dengan rancangan penelitian *Non Equivalent Control Group Design* dengan. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar SOP pemberian buah kurma dan lembar observasi tanda-tanda penilaian kelancaran ASI. Intervensi pemberian buah kurma diberikan 7 butir per hari yang dikonsumsi selama 4 hari. Penelitian ini dilakukan di PMB Hernita, Amd.Keb Bandar Lampung pada bulan Maret – Juni 2023. Sampel berjumlah 40 subjek yang memiliki masalah ketidaklancaran produksi ASI. Analisa Data pada penelitian ini menggunakan uji pengaruh *wilcoxon* dan metode analisis menggunakan uji *Mann-Withney*.

## HASIL

### Analisa Univariat

**Tabel 1 Distribusi Karakteristik Responden di PMB Hernita AMd.Keb Bandar Lampung**

| No      | Karakteristik Responden | Jumlah | Persentase |
|---------|-------------------------|--------|------------|
| Umur    |                         |        |            |
| 1       | < 20 tahun              | 0      | 0%         |
|         | 20-35 tahun             | 31     | 77,50%     |
|         | > 35 tahun              | 9      | 22,50%     |
| Jumlah  |                         | 40     | 100%       |
| Paritas |                         |        |            |
| 2       | Primipara               | 12     | 30%        |
|         | Multipara               | 28     | 70%        |
| Jumlah  |                         | 40     | 100%       |

Berdasarkan tabel diatas dijelaskan bahwa umur responden di PMB Hernita, AMd.Keb adalah sebagian besar berumur 20-35 tahun sebanyak 77,5% yaitu 31 orang. Berdasarkan paritas, responden mayoritas adalah multipara dengan jumlah 70% yaitu 28 orang dan primipara 30% yaitu 12 orang.

**Tabel 2 Produksi ASI ibu nifas di PMB Hernita A.Md.Keb BandarLampung  
Kelompok perlakuan sebelum dan sesudah diberikan buah kurma kelompok  
kontrol sebelum dan sesudah tidak diberikan buah kurma**

| Produksi<br>ASI Pre Test | Perlakuan |       | Kontrol |       |
|--------------------------|-----------|-------|---------|-------|
|                          | f         | %     | f       | %     |
| Tidak lancar             | 20        | 100,0 | 20      | 100,0 |
| Lancar                   | 0         | 0,00  | 0       | 0,00  |
| Post Test                |           |       |         |       |
| Tidak lancar             | 2         | 10,0  | 14      | 70,0  |
| Lancar                   | 18        | 90,0  | 6       | 30,0  |

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa produksi ASI pada kelompok perlakuan pre test seluruhnya tidak lancar yaitu 20 responden (100,0%) dan post test mayoritas lancar sebanyak 18 responden (90,0%). 2 responden mengalami tidak lancar dikarenakan tidak mengkonsumsi buah kurma sesuai SOP yang sudah dianjurkan. Produksi ASI pada kelompok kontrol pre test didapati seluruhnya tidak lancar sebanyak 20 (100,0%) dan post test mayoritas tidak lancar yaitu sebanyak 14 responden (70,0%).

### Analisa Bivariat

**Tabel 3 Uji *Wilcoxon* Pengaruh pemberian buah kurma terhadap produksi ASI ibu  
nifas di PMB Hernita A.Md.Keb Bandar Lampung**

| Produksi ASI          | Perlakuan | Kontrol   | <i>Sig 2-tailed</i> |
|-----------------------|-----------|-----------|---------------------|
|                       | Post Test | Post Test |                     |
| Rata-rata             | 8,45      | 4,1       |                     |
| Minimal               | 3         | 2         |                     |
| Maksimal              | 10        | 7         | 0,000               |
| Z                     | -3.750    | -3.750    |                     |
| <i>Std. Deviation</i> | 1.791     | 1.518     |                     |

Berdasarkan analisis data menggunakan SPSS, didapatkan hasil *sig 2-tailed* bernilai 0,000. Karena nilai 0,000 lebih kecil dari 0,05 maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang artinya. Ada perbedaan rata-rata hasil pemberian buah kurma pada hasil PostTest sehingga dapat dikatakan ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap kelancaran produksi ASI ibu nifas di PMB Hernita Amd.Keb Bandar Lampung. Pada kelompok yang diberi perlakuan buah kurma diketahui 20 sampel yang di uji statistic mendapatkan hasil *sig 2 tailed* 0,000 yang berarti  $<0,05$  maka ada pengaruh pemberian buah kurma pada kelancaran produksi ASI ibu nifas.

w

**Tabel 4 Perbedaan kelancaran produksi ASI antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol**

| Variabel       | N  | Ranks     |              |                     |
|----------------|----|-----------|--------------|---------------------|
|                |    | Mean Rank | Sum of Ranks | <i>Sig 2 tailed</i> |
| grup perlakuan | 20 | 27.05     | 541.00       | 0,000               |
| grup control   | 20 | 13.95     | 279.00       |                     |
| Total          | 40 |           |              |                     |

Berdasarkan table 4 menggunakan uji *Mann Withney* didapatkan hasil dari kelompok perlakuan dan kelompok kontrol diketahui *Sig 2 tailed* 0,000  $<0,05$  yang berarti ada perbedaan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Maka dari itu didapatkan hasil bahwa pemberian buah kurma lebih efektif untuk memperlancar produksi ASI dibanding dengan yang tidak diberi buah kurma.

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian diperoleh bahwa dari 40 responden yang diteliti, terdapat 31 responden (77,5%) dalam rentang usia *reproduktif* (16-35 tahun) dan terdapat 9 orang (22,5%) yang berusia  $>35$  tahun. Hal ini didukung oleh teori yang dikemukakan Arini H (2012), bahwa umur menentukan kesehatan maternal karena berkaitan dengan kondisi kehamilan, persalinan, masa nifas, dan menyusui. Usia kurang dari 20 tahun masih belum matang secara fisik, mental, dan psikologi dalam menghadapi kehamilan, persalinan, nifas, menyusui, dan merawat bayinya.

Berdasarkan segi paritas diperoleh data ibu nifas memiliki paritas 70% ibu multipara yaitu 28 orang dan 30% ibu primipara yaitu 12 orang. Menurut Oliveira dan Caemlo (2017) pengalaman menyusui mempengaruhi pemberian ASI, ibu yang belum memiliki pengalaman menyusui akan mengalami kesulitan dalam menghadapi hambatan selama memberikan ASI. Menurut Ekstrom et al ibu multipara mempunyai periode lebih panjang dalam memberikan ASI pada bayinya dibandingkan dengan ibu primipara yang biasanya lebih banyak memberikan susu formula pengganti ASI dikarenakan produksinya yang terlambat. Pengalaman ibu melahirkan dan menyusui dapat meningkatkan produksi ASI menjadi tidak terhambat.

Produksi ASI pada kelompok perlakuan pre test yang dilakukan peneliti didapatkan hasil seluruhnya tidak lancar sebanyak 20 responden (100,0%) dan post test mayoritas lancar sebanyak 18 responden (90,0%). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Melina Agustina, Ike Ate Yuviska, Ratna Dewi Putri dan Yulidiana Evayantii (2022) berjudul “Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas” dengan hasil menunjukkan ada pengaruh pemberian buah kurma pada kelompok perlakuan sebelum intervensi sebesar 68,67 ml dan setelah intervensi sebesar 80,00 ml. Diketahui ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap produksi ASI ibu nifas di BBP Nurhasanah Str.Keb.

Produksi ASI pada kontrol pre test seluruhnya tidak lancar yaitu sebanyak 20 responden (100,0%) dan post test didapatkan hasil tidak lancar ada 14 responden (70,0%). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Melina Agustina, dkk pada tahun 2022 berjudul “Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas” dapat dilihat bahwa responden yang tidak mengonsumsi buah kurma tidak mengalami peningkatan pada kelancaran ASI nya.

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui dari 20 sampel yang diberikan intervensi menggunakan buah kurma dengan hasil uji statistik *sig 2-tailed* 0.000 yang berarti  $<0.05$  maka ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas. Pada kelompok kontrol yang tidak diberikan buah kurma diketahui 20 sampel yang di uji statistik mendapatkan hasil *sig 2-tailed* 0,936 yang berarti  $>0.05$  maka tidak ada pengaruh pada kelompok kontrol yang tidak diberikan buah kurma. Maka dari hasil kedua kelompok didapatkan bahwa pemberian buah kurma dapat memperlancar produksi ASI pada hasil uji *Wilcoxon*.

Hal ini sejalan dengan penelitian Melina Agustina,dkk tahun 2022. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata produksi ASI sebelum intervensi sebesar 68.33 ml, rata-rata produksi ASI setelah intervensi sebesar 105.00. ml sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata produksi ASI sebelum intervensi yaitu sebesar 68,67 ml dan rata-rata produksi ASI setelah intervensi adalah sebesar 80.00 ml. Diketahui ada Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas di BBP Nurhasanah, Str,KebBandar Lampung Tahun 2019.

Buah Kurma mengandung zat besi, protein, serat, glukosa, vitamin, biotin, niasin, asam folat dan mineral yang salah satunya adalah potassium yang dapat menghalangi reseptor dopamine dan merangsang pelepasan prolaktin, dengan adanya prolaktin yang tinggi maka produksi ASI akan meningkat. Kurma juga memiliki kandungan protein yang dapat meningkatkan produksi ASI dengan meningkatkan metabolisme glukosa untuk sintesis *laktosa*, dengan produksi ASI yang meningkat dapat mencegah produksi ASI yang terlambat.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

1. Seluruh responden sebelum intervensi buah kurma sebanyak 20 ibu nifas pada kelompok perlakuan dan 20 ibu nifas pada kelompok kontrol mengalami ketidaklancaran produksi ASI.
2. Seluruh responden sesudah intervensi buah kurma sebanyak 18 ibu nifas mengalami kelancaran produksi ASI pada kelompok perlakuan dan 14 ibu nifas pada kelompok kontrol tidak mengalami kelancaran pada produksi ASI nya.
3. Ada Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Kelancaran Produksi Asi Ibu Nifas

### **Saran**

Buah Kurma dapat dijadikan alternatif untuk meningkatkan produksi ASI

## DAFTAR REFERENSI

- Aminah, S., & Purwaningsih, W. (2019). Perbedaan Efektifitas Pemberian Buah Kurma Dan Daun Katuk Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui Umur 0-40 Hari Di Kota Kediri. *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, 3(1), 37-43.
- Asih, Yusari, Risneni. 2018. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Jakarta: TIM.
- Dewi, Vivian Nanny Lia., Sunarsih, Tri. 2018. *Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Salemba Medika: Jakarta.
- Gabay, M. P. 2020. *Galactogogues: medications that induce lactation*. *Journal of Human Lactation*, 18(3), 274-279.
- Hammad. 2018. *Khasiat kurma*. Solo: Aqwamedia.
- Halimatus Saidah, Dewi Kartika Sari (2019). Perbedaan Efektifitas Pemberian Buah Kurma Dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Ibu Menyusui 0-6 Bulan. *Jurnal Skripsi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Kadiri*
- Haryani, Sulistyoningsih., dkk., 2019. Kampanye Terbuka “Asi Saja Sampai Usia 6 Bulan” Sebagai Upaya Pemenuhan Gizi Pada Bayi Di Dusun Gunung Kawung Desa Cikunir Kecamatan Singaparna Kabupaten Tasikmalaya Tahun 2019.
- Melina Agustina, dkk tahun 2022. Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *Journal Of Community Health Issues*, April 2021 Volume 1, No: 1-5
- Mortel, M., & Mehta, S. D. (2019). Systematic review of the efficacy of herbal galactogogues. *Journal of Human Lactation*, 29(2), 154-162.
- Nurjanah, P., & Mawarti, R. (2015). *Hubungan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) dengan Onset Laktasi pada Ibu Postpartum di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Yogyakarta* (Doctoral dissertation, STIKES'Aisyiyah Yogyakarta).
- Prianti, A. T., & Eryanti, R. (2020). Efektivitas Pemberian Sari Kurma Terhadap Kelancaran Produksi Asi Ibu Post Partum Di Rskdia Siti Fatimah Makassar. *Jurnal Antara Kebidanan*, 3(1), 11-20
- Yulinda, Dwi, Imroatul Azizah. 2017. *Pengaruh Sari Kurma Terhadap Prolaktin Dan Pengeluaran ASI pada Ibu Postpartum Di BPM Pipin Heriyanti Yogyakarta Tahun 2017*. *Media Ilmu Kesehatan*. 6 (3). 195-198. (<https://ejournal.unjaya.ac.id/index.php/mik/article/view/196>) diunduh tanggal 3 Agustus 2020.