

# PENGARUH SIMPLISIA DAUN PEPAYA TERHADAP KECUKUPAN ASI PADA BAYI USIA 0-6 BULAN DI DESA PURBA TUA KECAMATAN PADANGSIDIMPUAN TENGGARA TAHUN 2021

Maryam Latifah Harahap<sup>1</sup>, Rahma Juliani Siregar<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Dosen Akademi Kebidanan Darmais Padangsidimpuan

Email: [maryamlatifahharahap@gmail.com](mailto:maryamlatifahharahap@gmail.com)

<sup>2</sup>Prodi S-1 Ilmu Kesehatan Masyarakat, STIKes Darmais Padangsidimpuan

email: [rahmajuliani@gmail.com](mailto:rahmajuliani@gmail.com)

## ABSTRACT

Breast milk contains high nutrients and substances that are useful for the needs of optimal growth and development needed by babies. Its high nutritional content and the presence of immune substances in it make breast milk the main and most perfect source of food for babies. Breast milk contains substances for development, intelligence, immune substances (prevents various diseases), can establish love between mother and baby, delay pregnancy, reduce the risk of breast cancer, and is a special happiness for mothers (Linda, 2019). One of the factors that causes a lack of breastfeeding is less milk production. Problems in the mother are inverted nipples, mastitis or breast abscess, swollen breasts, and sore nipples. In infants, generally it is an error in lactation management, which causes a decrease in breast milk production (lack of breast milk syndrome) (Kumala, Rini, 2017). Papaya leaf simplicia contains alkaloids that are useful for breastfeeding mothers in facilitating breast milk. Because the content can stimulate the release of breast milk (Kurnia, 2018). The purpose of this study was to find out how the Effect of Papaya Leaf Simplicia (*Carica Papaya L*) on the Adequacy of Breastfeeding in Infants Age 0-6 Months in PurbaTua Village, Southeast Padangsidimpuan District in 2021. Types The research used was experimental research with a prettestposttest only control group design. Using purposive sampling with the number of respondents as many as 16 people, namely the experimental group respondents as many as 8 people and the control group as many as 8 people. Based on the results of the study, it showed that there was an effect of papaya leaf simplicia (*Carica Papaya L.*) on the adequacy of breast milk in infants aged 0-6 months in PurbaTua Village, Southeast Padangsidimpuan District in 2021 with  $p\text{-value} = 0.028 < 0.05$ . This study is expected to be useful for midwifery services and the development of midwifery science in using papaya leaf extract as an alternative to facilitate breastfeeding so that breastfeeding is sufficient. It is recommended for postpartum mothers, in order to get sufficient milk output, they can use alternatives to consume papaya leaf simplicia (*Carica Papaya L*) during breastfeeding.

**Keywords:** Papaya leaves, Adequacy of breast milk, Breastfeeding mothers

## 1. PENDAHULUAN

ASI mengandung gizi dan zat yang tinggi yang berguna untuk kebutuhan pertumbuhan dan perkembangan yang optimal yang diperlukan oleh bayi. Kandungan gizinya yang tinggi dan adanya zat kebal didalamnya membuat ASI menjadi

sumber makanan utama dan paling sempurna untuk bayi (Linda, 2019).

ASI mengandung zat untuk perkembangan, kecerdasan, zat kekebalan (mencegah dari berbagai penyakit), dapat menjalin cinta kasih antara ibu dengan bayi, menunda kehamilan, mengurangi resiko kanker payudara, serta merupakan

kebahagiaan tersendiri bagi ibu (Linda, 2019).

Pemberian ASI tidak hanya menguntungkan bayi, tapi juga dapat menyelamatkan keuangan keluarga disaat krisis global seiring dengan meningkatnya harga susu formula (Linda, 2019).

Dampak tidak diberikan ASI terhadap bayi adalah bertambahnya kerentanan terhadap penyakit baik ibu dan bayi. Dengan menyusui dapat mencegah 1/3 kejadian infeksi saluran pernapasan, atas kejadian diare dapat turun 50%, dan penyakit usus parah pada bayi prematur dapat berkurang kejadiannya sebanyak 58%. Pada ibu, risiko kanker payudara juga dapat menurun 6-10% (Ninditya, Fadhila, 2016).

Bayi yang tidak mendapatkan ASI memiliki risiko kematian tiga hingga empat kali lebih besar. Pada awal kelahiran, ASI ibu secara otomatis akan memproduksi dengan sendirinya. Sebagian wanita mengalami pembengkakan payudara karena tidak menyusui anaknya (Yasmine, 2017). Menurut *United Nation Childrens Fund* (UNICEF) menyebutkan bukti ilmiah yang dikeluarkan oleh *Jurnal Pediatrics* pada tahun 2010. Terungkap data di duniaibu yang tidak menyusui bayinya karena mengalami masalah menyusui sekitar 17.230.142 jutajiwa yang terdiri dari puting susu lecet 56,4%, Bendungan payudara 36,12%, dan mastitis 7,5% (Damar, 2012).

Menurut Meihartati (2015) di Amerika Serikat persentase perempuan menyusui yang mengalami Bendungan ASI rata-rata mencapai 87,05 % atau sebanyak 8242 ibu nifas dari 12.765 orang, pada tahun 2014 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 7198 orang dari 10.764 orang dan pada tahun 2015 terdapat ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 6543 orang dari 9.862 orang.

Menurut data *Association of Southeast Asian Nations (ASEAN)* pada tahun 2014 disimpulkan bahwa presentase cakupan

kasus bendungan ASI pada ibu nifas di negara Filipina tercatat 107.654 ibu nifas, pada tahun 2015 terdapat ibu nifas yang mengalami bendungan ASI sebanyak 95.698 (66,87%) ibu nifas, serta pada tahun 2016 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 76.543 (71,10%) (Risneni, 2015).

Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2008-2009 menunjukkan bahwa 55% ibu menyusui mengalami mastitis dan puting susu lecet, kemungkinan hal tersebut disebabkan karena teknik menyusui yang salah (Risneni, 2015).

Temuan para peneliti dari institut pada bulan April hingga juni 2012 di Indonesia tentang masalah-masalah menyusui. Para peneliti menemukan 22,5% mengalami puting susu lecet, 42% ibu mengalami bendungan ASI 6,5% ibu mengalami abses payudara yang disebabkan oleh kesalahan ibu dalam menyusui bayinya (Bambang, 2012).

Berdasarkan profil kesehatan Provinsi Sumatera utara (2017), cakupan persentase bayi yang diberi ASI Eksklusif di Sumatera Utara dari tahun 2012-2017 cenderung meningkat, kecuali pada tahun 2016 ada penurunannya sangat drastis sebesar 16.09% dari capaian tahun 2015. Capaian tahun 2017 sebesar 45,31% telah mencapai target nasional yaitu 40%. Terdapat dari beberapa kabupaten/kota dengan pencapaian  $\geq 40\%$ , yaitu Humbang Hasundutan (53,52%), Dairi (47,29%), Karo (47,05%), Tapanuli Selatan (45,97%), Nias Selatan (45,90%), Deli Serdang (43,93%), Padang Lawas (42,73%), dan Mandailing Natal (40,28%) Terdapat 2 kabupaten dengan pencapaian  $<10\%$  yaitu Padang Lawas Utara (9,30%), dan Nias Utara (7,86%).

Laporan Dinas Kesehatan Kota Padangsidimpuan tahun 2016 pada profil Kesehatan Kota Padangsidimpuan menunjukkan bahwa bayi yang diberikan ASI Eksklusifusia 0-6 bulan yaitu sebanyak

7,6 % dari 4,623 bayi (Profil Kesehatan Dinkes Kota Padangsidimpuan, 2016).

Salah satu faktor yang menjadi penyebab kurangnya pemberian ASI yaitu produksi ASI kurang. Banyak faktor yang menyebabkan kelancaran ASI yang kurang yaitu masalah pada ibu dan bayi. Masalah pada ibu yaitu puting susu terbenam, mastitis atau abses payudara, payudara bengkak, dan puting susu lecet. Pada bayi umumnya adalah kesalahan pada tata laksana laktasi, yang menyebabkan penurunan produksi ASI (sindrom ASI kurang) (Kumala, Rini, 2017).

Faktor utama yang mempengaruhinya adalah faktor hormonal, yaitu : Hormon Prolaktin yang berperan dalam produksi ASI dan Hormon Oksitosin yang berperan merangsang keluarnya ASI, adanya isapan bayi yang merangsang puting susu dan kalangan payudara akan merangsang ujung – ujung saraf sensoris yang berfungsi sebagai reseptor mekanik. Rangsangan ini dilanjutkan ke hipotalamus melalui medulla spinalis hipotalamus akan menekan pengeluaran faktor – faktor yang menghambat sekresi prolaktin dan sebaliknya merangsang pengeluaran faktor – faktor yang memacu sekresi prolaktin. Faktor – faktor yang memacu sekresi prolaktin akan merangsang hipofise anterior sehingga keluar prolaktin. Hormon ini merangsang sel – sel alveoli yang berfungsi untuk membuat air susu (Kumala, Rini, 2017).

Hasil survey awal yang dilakukan peneliti pada tanggal 17 – 19 April 2021 di Desa Purba Tua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara, Peneliti bertemu dengan 10 orang ibu menyusui bayi usia 0-6 bulan yang diantaranya 8 orang ibu dengan produksi ASI kurang yaitu 2 orang ibu yang memberikan ASI dengan tambahan susu formula, 3 orang ibu yang tidak memberikan ASI sama sekali karena ASI sedikit dan pengeluaran tidak lancar, dan 3

orang ibu yang menggantikan pemberian ASI dengan memberikan nasi tim. Peneliti juga menemukan 2 orang ibu menyusui bayi usia 0-6 bulan dengan ASI cukup dan bayi dengan berat badan kurang.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana Pengaruh Simplisia Daun Pepaya (*Carica Papaya L*) Terhadap Kecukupan ASI Pada Bayi Usia 0-6 Bulan di Desa Purba Tua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Tahun 2021.

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian Eksperimen dengan desain penelitian Prettest posttest only control group desain. Menggunakan purposive sampling dengan jumlah responden sebanyak 16 orang yaitu responden kelompok eksperimen sebanyak 8 orang dan kelompok control sebanyak 8 orang.

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Purba Tua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara. Penelitian direncanakan bulan Januari 2021 – Juni 2021 di Desa Purba Tua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Tahun 2021.

Data yang dikumpulkan terdiri dari data primer dan data sekunder, sebagai berikut (Hatmawan, Riyanto, 2020):

### 1) Data Primer

Diperoleh dengan wawancara langsung responden yaitu ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulandi Desa Purba Tua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara tentang pemberian ASI.

### 2) Data Sekunder

Diperoleh dari Rekam Medik Desa Purba Tua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara tentang jumlah ibu menyusui dan data-data lainnya yang berkaitan dengan penelitian ini. Selain itu, jenis data sekunder yang berkaitan juga dikumpulkan dari data Kemenkes RI,

Profil Kesehatan Sumatera Utara, Dinas kesehatan Padangsidimpuan.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian yaitu Analisa *univariat* digunakan untuk mengetahui disporposi deskriptif tentang kecukupan ASI. Dan analisa *bivariate* Jenis analisis ini digunakan untuk melihat dua hubungan variabel yaitu variabel pengaruh (bebas) dan variabel terpengaruh (tidak bebas) (Sodik, 2015). Dalam menganalisis data secara *bivariate*

dilakukan uji normalitas data. Dalam penelitian ini jumlah sampel sebanyak 18 responden, dan uji yang dilakukan menggunakan *Kolmogrov-Smirnov* dan didapatkan nilai *p* berdistribusi normal. Maka dilakukan *uji t test independen* untuk mengetahui Pengaruh Simplisia Daun Pepaya Terhadap Kecukupan ASI Pada Bayi Usia 0-6 Bulan di Desa Purba Tua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Tahun 2021.

### 3. HASIL

**Tabel 1**  
**Hasil Karakteristik Responden**

Indikator	Kategori	Kontrol		Eksperimen	
		Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
Umur	< 20 tahun	0	0,0	0	0,0
	21-35 tahun	8	100,0	8	100,0
	> 35 tahun	0	0,0	0	0,0
	<b>Total</b>	8	100,0	8	100
Status Paritas	Primipara	2	25,0	4	50,0
	Secundipara	3	37,5	2	25,0
	Multipara	3	37,5	2	25,0
	<b>Total</b>	8	100,0	8	100,0

**Tabel 2**  
**Peningkatan Berat Badan Bayi pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol**  
*Descriptive Statistics*

Kelompok	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pretest Eksperimen	8	2900	7100	4650,00	1492,840
Posttest Eksperimen	8	3300	7600	5125,00	1508,784
Pretest Kontrol	8	3000	7000	4687,50	1438,687
Posttest Kontrol	8	3300	7400	5037,50	1444,138
Valid N (listwise)	8				

**Tabel 3**  
**Rangkuman Hasil Uj-t Peningkatan Berat Badan Bayi Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Data	Varians	T hitung	Df	Prob.	Keterangan
Peningkatan Berat Badan Bayi	Homogen	0,118	14	0,028	Prob. < 0,05 = Signifikan

#### 4. PEMBAHASAN

##### 1. Kecukupan ASI Berdasarkan Berat Badan pada Bayi Usia 0-6 Bulan sebelum diberikan Simplisia Daun Pepaya

Hasil penelitian berdasarkan karakteristik responden menunjukkan bahwa seluruh responden pada kelompok eksperimen mayoritas berumur 21-35 tahun sebanyak 18 orang (100,0%). Berdasarkan indikator status paritas dari kelompok control responden dengan Status paritas Primi para sebanyak 2 orang (25%), secun dipara 3 orang (37,5%), dan multipara 3 orang (37,5 %). Dari kelompok eksperimen primi para sebanyak 4 orang (50%), secun dipara 2 orang (25%), dan multipara 2 orang (25%).

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa Mayoritas responden berat badan bayi sebelum penelitian yaitu 2500-5000 gram sebanyak 5 orang (62,5%), minoritas dengan berat badan 5100-7500 gram sebanyak 3 orang (37,5%).

##### 2. Kecukupan ASI Berdasarkan Berat Badan pada Bayi Usia 0-6 Bulan sesudah diberikan Simplisia Daun Pepaya

Menurut asumsi peneliti, berdasarkan hasil penelitian di Desa Purba Tua Kecamatan Padangsidempuan Tenggara pada ibu menyusui yang peningkatan berat badan bayinya 500-1000 gram cenderung disebabkan oleh karena teratur mengkonsumsi simplisia daun pepaya (*carica papaya L.*) dan frekuensi menyusui

10-12 kali sehari karena tercukupinya produksi ASI. Frekuensi menyusui dan mengkonsumsi simplisia daun pepaya (*carica papaya L.*) sangat efektif dalam peningkatan berat badan bayi. Karena semakin sering bayi menyusui semakin baik produksi ASI sehingga terjadi kecukupan ASI pada bayi yang menimbulkan peningkatan berat badan bayi. Setelah penelitian selama 15 hari dimana sebelum dan sesudah penelitian dilakukan pengukuran berat badan bayi, yang menyebabkan ada 6 bayi yang mengalami peningkatan 500-1000 gram.

##### 3. Perbedaan Kecukupan ASI Pada Bayi Usia ≤6 Bulan Dengan Pemberian Simplisia Daun Pepaya Dan Tidak Diberikan Simplisia Daun Pepaya

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pemberian simplisia daun pepaya (*carica papaya L.*) dan tanpa diberikan simplisia daun pepaya (*carica papaya L.*) di Desa Purba Tua Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Tahun 2021, dengan  $p\text{-value} = 0,028 < 0,05$ . Diperoleh nilai mean pada kelompok eksperimen sebesar 5125,00 dan kelompok control sebesar 5037,50, nilai tersebut berarti rata-rata kelompok eksperimen sebesar 5125,00 dan kelompok control sebesar 5037,50. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kelompok eksperimen lebih tinggi dibanding kelompok kontrol yang berarti kelompok eksperimen memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan berat badan bayi. Artinya bahwa simplisia daun pepaya (*carica papaya L.*) lebih efektif dalam



meningkatkan Kecukupan ASI pada Bayi Usia 0-6 Bulan.

## 5. SIMPULAN

Hasil penelitian dengan menggunakan uji independen t test didapatkan p value = 0,028 (p value < 0,05) berarti Ho ditolak, yang artinya ada pengaruh simplisia daun pepaya (*Carica Papaya L.*) terhadap kecukupan ASI pada bayi usia 0-6 bulan di Desa Purba Tua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Tahun 2021. Dapat disimpulkan bahwa simplisia daun pepaya (*carica papaya L.*) sangat efektif dalam meningkatkan Kecukupan ASI pada Bayi Usia 0-6 Bulan.

## 6. REFERENSI

- Arianti, L. Aprilia, R. & Riyalni. (2019). *Wellness And Healthy Magazine. Pengaruh Pemberian Sayur Daun Pepaya Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Nifas*, 2 (1), Pp. 2-3.
- Eka, N. & Lakhsmi, D. (2019). *Tidak Bisa Menyusui?.* Jakarta Selatan : Noura Books.
- Hatmawan, A.A. & Riyanto, S. (2020). *Metode Riset Penelitian Kuantitatif Penelitian Di Bidang Manajemen, Teknik, Pendidikan dan Eksperimen.* Yogyakarta : Deepublish.
- Jayantika, T.G.N.A. (2018). *Panduan Penelitian Eksperimen Beserta Analisis Statistik Dengan SPSS.* Yogyakarta : Deepublish.
- Kumala, F. & Rini, S. (2017). *Panduan Asuhan Nifas Dan Evidence Based Practice.* Yogyakarta : Deepublish.
- Kurnia, R. (2018). *Fakta Seputar Pepaya.* Indonesian : Bhuana Ilmu Populer.
- Linda, E. (2019). *ASI Eksklusif.* Cilacap : Yayasan Jamiul Fawaid.
- Mufdlilah. (2017). *Kebijakan Pemberian ASI Eksklusif : Kendala Dan Komunikasi.* Yogyakarta : Nuha Medika.
- Noor, J. (2017). *Metodologi Penelitian Skiripsi, Tesis, Disertasi, dan Karya Ilmiah Edisi pertama.* Jakarta : Kencana.
- Novelia, S. Putri, A.R.N. & Kurniati, D. (2020). *Health Information Jurnal Penelitian. Studi pengaruh Pemberian Tumis Daun Pepaya (Carica Papaya L.) Terhadap Produksi ASI dan Peningkatan Berat Badan Bayi*, 12 (2), Pp. 142.
- Pamuji, B.S.E. (2020). *Hypnolactation Meningkatkan Keberhasilan Laktasi Dan Pemberian Asi Eksklusif.* Jawa Tengah : Pustaka Rumah Cinta.
- Sari, V.M. & Tonasih. (2019). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui.* Yogyakarta : K-Media.
- Sodik, M.A & Sitoyo, S. (2015). *Dasar Metodologi Peneitian.* Yogyakarta : Literasi Media Publishing.
- Wahyuningsih, S. (2019). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Post Partum Dilengkapi Dengan Panduan Persiapan Pratikum Mahasiswa Keperawatan.* Yogyakarta : Deepublish.
- Wulandari, P. & Kustriyani, M. (2019). *Buku Ajar Post Partum, Menyusui Dan Cara Meningkatkan Produksi ASI.* Jawa Timur : CV. Qiara Media.
- Profil Anak Indonesia Tahun 2018 melalui <https://www.kemenpppa.go.id/lib/uploads/list/74d38-buku-pai-2018.pdf>, (Diakses 12 November 2021, 14.26).
- Profil Kesehatan Dinas Kesehatan Kota Padangsidimpuan 2016 melalui [Http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL\\_KAB\\_KOTA\\_2016/1277\\_Sumut\\_Kota\\_Padang\\_Sidempuan\\_2016.pdf](Http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KAB_KOTA_2016/1277_Sumut_Kota_Padang_Sidempuan_2016.pdf), (Diakses 22 Maret 2021, 11.13).
- Profil Kesehatan Indonesia 2018 melalui [https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profilkesehatanindonesia/PROFILKESEHATAN\\_N20181.pdf](https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profilkesehatanindonesia/PROFILKESEHATAN_N20181.pdf).

Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2017 Melalui [http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL\\_KES\\_PROVINSI-2017/02-Sumut-2017.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KES_PROVINSI-2017/02-Sumut-2017.pdf), (Diakses 22 Maret 2021, 11.41).

**DOKUMENTASI**  
Pembuatan Simplisia daun Pepaya  
(*Carica Papaya L.*)

1. pengambilan Bahan Baku



2. Sortasi Basah



3. Penimbangan Awal



4. Pencucian



5. Pengeringan





6. Sortasi Kering



7. Penimbangan akhir



8. Pembuatan serbuk dan pengepakan simplisia







Gambar 2 Pemberian Simplisia



Gambar 3. Penimbangan berat badan responden

