

**PENGARUH REBUSAN JANTUNG PISANG TERHADAP
PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA MASA NIFAS
DI DESA PEMATANG TEBIH**

PROPOSAL SKRIPSI



**Disusun oleh :
YULIANA SARI
NIM : 2339015**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
2024**

**PENGARUH REBUSAN JANTUNG PISANG TERHADAP
PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA MASA NIFAS
DI DESA PEMATANG TEBIH**

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



Disusun oleh :
YULIANA SARI
NIM : 2339015

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
2024**

HALAMAN PERSETUJUAN

Proposal skripsi dengan judul “**PENGARUH REBUSAN JANTUNG PISANG TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA MASA NIFAS DI DESA PEMATANG TEBIH**” Telah disetujui sebagai proposal skripsi dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diseminarkan

Pasir Pengaraian, 22 Februari 2024

Menyetujui,

Pembimbing

Yuyun Bewelli Fahmi, SST, M.Keb

NIDN: 1008048704

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul

**“PENGARUH KONSUMSI REBUSAN JANTUNG PISANG TERHADAP
PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA MASA NIFAS DI DESA
PEMATANG TEBIH”**

Yang dipersiapkan dan dipertahankan oleh :

YULIANA SARI
NIM 2339015

Telah diuji Dan Dipertahankan dihadapan tim penguji skripsi pada tanggal 07
Agustus 2024 dan dinyatakan memenuhi syarat untuk
Diterima ketua penguji

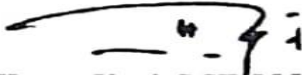
Ketua Penguji


Yuyun Beweli fahma, S.ST,M.Keb
NIDN. 1008048704

Penguji I


Andriana, M.Keb
NIDN.8808070018

Penguji II


Herma Yesti, S.ST, M.Keb
NIDN.1004028501

Disahkan Oleh :
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan


Rika Herawati, S.ST,M.Kes
NIDK. 8838260017

Disetujui Oleh :
Ketua Prodi Sarjana Kebidanan


Andriana, SST. M.Keb
NIDK. 8808070018

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL	v
DAFTAR SKEMA	vi
DAFTAR LAMPIRAN.....	vii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan masalah	4
C. Tujuan	4
D. Manfaat	4
BAB II	8
TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Tinjauan teori	8
1. Masa nifas	8
2. Produksi Air susu ibu (ASI).....	17
b. Manfaat Pemberian ASI Eksklusif.....	17
d. Kandungan ASI.....	19
3. Jantung pisang.....	23
4. Pengaruh jantung pisang terhadap peningkatan produksi ASI.....	25
B. Kerangka Teori	27
C. Kerangka Konsep.....	28
BAB III METODE PENELITIAN	29

A. Jenis Dan Desain Penelitian.....	29
B. Lokasi Dan Waktu Penelitian	29
C. Populasi Sampel, Dan Teknik Sampeling.....	30
D. Instrument/ Alat Penelitian Terdiri Dari:	31
E. Alur Penelitian	31
F. Metode pengolahan Dan Analisa Data.....	32
G. Etika Penelitian	33
BAB IV	35
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	35
A. Hasil.....	35
B. Pembahasan.....	38
BAB V	41
KESIMPULAN DAN SARAN	41
A. Kesimpulan	41
B. Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN SPSS	53

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Rencana Penelitian	29
Tabel 3.2 Definisi Operasional	31

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori	27
Skema 2.2. Kerangka Konsep	28

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 . Informed Consent	38
Lampiran 2. Lembar Observasi	39
Lampiran 3. Master Tabel	40
Lampiran 4. Angket Instrument Penelitian	41
Lampiran 5. Lembar Konsultasi.....	42
Lampiran 6. SOP	43

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama Lengkap :
Nim :
Tempat / Tanggal Lahir :
Agama :
Suku/kebangsaan :
Anak Ke :
Alamat Rumah :
No Handphone :
Email :
Riwayat Sekolah :

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

Data Orang Tua :
Nama Ayah :
Tempat/Tanggal Lahir :
Pekerjaan :

Nama Ibu :
Tempat/Tanggal Lahir :
Pekerjaan :

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT atas segala nikmat dan rahmat-Nya, telah memberikan kesehatan dan kekuatan lahir dan bathin kepada Penulis sehingga Penulis dapat menyelesaikan penulisan Proposal Penelitian ini dengan judul **“PENGARUH REBUSAN JANTUNG PISANG TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA MASA NIFAS DI DESA PEMATANG TEBIH”** dengan baik, Penulisan proposal ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Sarjana Strata Satu Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.

Selama proses penyusunan proposal penelitian ini, peneliti mendapat banyak bimbingan dan bantuan sejak awal sampai terselesainya proposal penelitian ini, untuk itu peneliti menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat kepada:

1. Bapak Dr. Hardianto, MPd. selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian yang memberikan kesempatan kepada Penulis untuk menimba ilmu di Universitas Pasir Penngaraian.
2. Bapak zulkifli, S.H.,M.H.,C.L.A selaku Wakil Rektor I Universitas Pasir Pengaraian.
3. Bapak Hidayat, S.E. M.M., CPHCM selaku Wakil Rektor II Universitas Pasir Pengaraian.
4. Ibu Rika Herawati, M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.
5. Ibu Andriana, SST., M.Keb selaku Ka. Prodi Sarjana Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian.

6. Ibu Yuyun Bewelli Fahmi,.M,.Keb selaku Pembimbing yang telah meluangkan pikiran dan perhatiannya untuk membimbing, memberikan pengarahan serta petunjuk kepada penulis dalam menyelesaikan Proposal Penelitian ini.
7. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian yang telah memberikan ilmu kepada penulis selama menempuh perkuliahan
8. Kedua orang tua tercinta atas do'a dan dukungannya dalam memberikan nasehat dan dukungan serta bantuan baik moril maupun materil.Serta kepada seluruh teman-teman seperjuangan mahasiswa S-1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.
9. Semua pihak yang tidak bisa peneliti sebutkan satu-persatu.

Proposal Penelitian ini masih ada kekurangan baik dari segi materi maupun teknik penulisan, maka untuk itu penulis mengharapkan kritik dan saran demi kesempurnaan proposal penelitian ini. Semoga proposal penelitian ini dapat memberi manfaat kepada Penulis dan kepada setiap pembaca, Amin.

Pasir Pengaraian, Januari 2024

Penulis

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PANGARAIAN
SKRIPSI, JUNI 2024

YULIANA SARI

Pengaruh Rebusan Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Masa
Nifas Di Desa Pematang Tebih

Universitas Pasir Pangarian
Jl. Tuanku tambusai Jl raya Kumu, Rambah Kec Rambah Hilir,
Kabupaten Rokan Hulu, Riau 28558, Indonesia

ABSTRAK

Masa nifas berlangsung mulai dari 6 jam postpartum, 6 hari dan 6 minggu atau berlangsung selama 6 minggu atau 2 hari, namun secara keseluruhan akan pulih dalam waktu 3 bulan. Selama masa nifas wanita akan mengalami beberapa perubahan pada tubuhnya yang bisa menyebabkan ASI tidak keluar pada masa nifas, banyak berbagai makanan yang bisa dikonsumsi untuk memperlancar ASI salah satunya jantung pisang yang memiliki manfaat bagi kesehatan yaitu memperlancar pencernaan, membantu diet, memperlancar peredaran darah, meningkatkan produksi sel darah merah, mencegah dan penuaan dini, meningkatkan produktivitas ASI dan mencegah kolesterol. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh jantung pisang terhadap peningkatan volume ASI pada masa nifas. Metode penelitian pra-eksperimen dengan pendekatan *one group pre test and post test*. Banyaknya sampel dalam penelitian ini adalah 10 orang ibu nifas dengan teknik *total sampling*. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data dalam penelitian ini adalah lembar observasi. Uji statistik dalam penelitian ini menggunakan uji *T-dependen*. Rata-rata volume ASI sebelum mengonsumsi jantung pisang (*pretest*) adalah 15,800 dan rata-rata volume ASI setelah mengonsumsi jantung pisang (*posttest*) adalah 113,00 didapat nilai *P value* = 0.000 yang artinya ada hubungan rebusan jantung pisang terhadap peningkatan volume ASI pada ibu nifas. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat bahwa mengonsumsi jantung pisang dapat meningkatkan pengeluaran ASI pada ibu nifas dan dapat dijadikan sebagai terapi alternatif.

Kata Kunci : Jantung Pisang, ASI, Masa Nifas

GRADUATE MIDWIFERY STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
PASIR PENGARAIAN UNIVERSITY
THESIS, JUNE 2024

YULIANA SARI

The Effect of Boiled Banana Hearts on Increasing Breast Milk Production During the
Postpartum Period in Pematang Tebih Village

Pasir Pangarian University
Jl. Tuanku tambusai Jl Raya Kumu, Rambah Subdistrict Rambah Hilir,
Rokan Hulu Regency, Riau 28558, Indonesia

ABSTRACT

The postpartum period lasts from 6 hours postpartum, 6 days and 6 weeks or lasts for 6 weeks or 2 days, but overall will recover within 3 months. During the postpartum period, women will experience several changes in their bodies which can cause breast milk not to come out during the postpartum period. There are many various foods that can be consumed to facilitate breast milk, one of which is banana blossom which has health benefits, namely improving digestion, helping with diet, improving blood circulation, increasing production of red blood cells, preventing premature aging, increasing breast milk productivity and preventing cholesterol. This research aims to determine the effect of banana blossoms on increasing breast milk volume during the postpartum period. Pre-experimental research method with a one group pre test and post test approach. The number of samples in this study was 10 postpartum mothers using a total sampling technique. The instrument used to collect data in this research was an observation sheet. The average volume of breast milk before consuming banana blossoms (pretest) was 15,800 and the average volume of breast milk after consuming banana blossoms (posttest) was 113.00, the P value = 0.000, which means there is a significant relationship. It is hoped that the results of this research can be a source of information for the public that consuming banana blossoms can increase breast milk production in postpartum mothers and can be used as an alternative therapy.

Keywords: Banana heart, breast milk, postpartum period