

SKRIPSI

PENGARUH MENGONSUMSI BUAH PEPAYA TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI BAYI USIA 0-6 BULAN DI DESA PASIR UTAMA KEC. RAMBAH HILIR KAB. ROKAN HULU

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



SEVINA HERAWATI
NIM : 2139051

PROGRAM STUDI SI KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
2024

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap : Sevina Herawati
Nim : 2139051
Tempat/Tanggal Lahir : Pekanbaru, 14 September 2002
Agama : Islam
Suku/Kebangsaan : Jawa
Anak ke : 2 (dua)
Alamat Rumah : Desa Pasir Utama
RT.022 RW. 005 Kecamatan Rambah Hilir, Kabupaten
Rokan Hulu Provinsi Riau
No. HP : 082282538832
Riwayat Sekolah :
1. TK Mawar, lulusan tahun 2009
2. SDN 012 Rambah Hilir 2015
3. SMPI Sunan Gunung Jati Jawa Timur tahun 2018
4. MA Darul Hikmah Pekanbaru tahun 2021
Data Orang Tua :
Nama Ayah : Heri Kuswanto
Tempat Tanggal Lahir : Kediri, 14 Desember 1974
Pekerjaan : Wiraswasta
Nama Ibu : Darmiatun
Tempat Tanggal Lahir : Kediri, 05 Mei 1980
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul **"PENGARUH MENGKONSUMSI BUAH PEPAYA TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI BAYI USIA 0-6 BULAN DI DESA PASIR UTAMA KECAMATAN RAMBAH HILIR KABUPATEN ROKAN HULU"** telah disetujui sebagai skripsi dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diseminarkan

Pasir Pengaraian, 12 November 2024

Menyetujui,

Pembimbing



Bdn. Henv Sepduwiana, SST.,M.Kes
NIDN: 8879250017

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH MENGONSUMSI BUAH PEPAYA TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI BAYI USIA 0-6 BULAN DIDESA PASIR UTAMA KECAMATAN RAMBAH HILIR KABUPATEN ROKAN HULU

Skripsi

Disusun Oleh :
Sevina Herawati
NIM.2139051

Diujikan Dalam Sidang Skripsi
Pada Tanggal 12 November 2024
Mengetahui
Ketua Penguji



Bdn. Heny Sepduwiana, SST.,M.Kes
NIDN.8879250017

Penguji I



Rika Herawati, SST.,M.Kes
NIDN.8878260017

Penguji II



Eka Yuli Handayani, SST.,M.Kes
NIDN.1024098801

Disahkan Oleh :
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Ns. Romy Wahyuni, S.Kep.,M.Kes
NIDN.1017068404

Disetujui Oleh :
Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan



Bdn. Andria, M.Biomed
NID.1008058607

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Sevina Herawati
NIM : 2139051
Program Studi : Sarjana Kebidanan
Judul Skripsi : PENGARUH MENGKONSUMSI BUAH PEPAYA
TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA
IBU MENYUSUI BAYI USIA 0-6 BULAN DI DESA
PASIR UTAMA KECAMATAN RAMBAH HILIR
KABUPATEN ROKAN HULU

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alih tulis atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri, Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan sendiri.

Pasir Pengaraian, 12 November 2024

Yang Membuat Pernyataan



SEVINA HERAWATI

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan hidayah-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Pengaruh Mengonsumsi Buah Pepaya Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Menyusui ASI Eksklusif Di Posyandu Bayi Balita Desa Pasir Utama”.

Peneliti menyadari adanya kekurangan dalam penulisan proposal penelitian ini, oleh karena itu peneliti mengharapkan kritikan dan saran yang membangun untuk kesempurnaan skripsi.

Proposal ini diajukan untuk memenuhi syarat dalam menyelesaikan Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian. Dalam penyusunan proposal penelitian ini, peneliti banyak mendapat bantuan dari beberapa pihak oleh sebab itu peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Hardianto, MPd selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian yang memberikan kesempatan kepada Penulis untuk menimba ilmu di Universitas Pasir Pengaraian.
2. Zulkifli, SH,MH,CLA Selaku Wakil Rektor I Universitas pasir Pengaraian yang memberikan kesempatan kepada penulis untuk menimba ilmu di Universitas Pasir Pengaraian.
3. Hidayat, SE,MM,CLA Selaku Wakil Rektor II Universitas Pasir Pengaraian.
4. Ns.Romy Wahyuni,S.Kep,M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.
5. Bdn.Andria,M.Biomed selaku Ka. Prodi Sarjana Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian.

6. Bdn. Heny Sepduwiana, SST., M.Kes selaku Pembimbing yang telah meluangkan pikiran dan perhatiannya untuk membimbing, memberikan pengarahan serta petunjuk kepada penulis dalam menyelesaikan Skripsi Penelitian ini.
7. Bdn. Rika Herawati, SST., M.Kes selaku penguji I yang telah meluangkan waktu dan pengetahuannya untuk memberikan pengarahan dalam menyelesaikan Skripsi ini.
8. Eka Yuli Handayani, SST., M.Kes selaku penguji II telah meluangkan waktu untuk memberikan pengarahan dalam menyelesaikan Skripsi ini
9. Seluruh Dosen dan Staf Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian yang telah memberikan ilmu kepada penulis selama menempuh perkuliahan
10. Bagi ibu menyusui yang ikut serta dalam penelitian di Desa Pasir Utama yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini
11. Cinta pertama dan panutanku, Ayahanda Heri Kuswanto dan pintu surgaku Ibunda Darmiatun. Terimakasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih yang di berikan. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka mampu senantiasa memberikan yang terbaik, tak kenal lelah mendoakan serta memberikan perhatian dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai meraih gelar sarjana. Semoga bapak dan mamak sehat, panjang umur dan bahagia selalu aamiin.
12. Kepada cinta kasih kedua saudara kandung saya, kakak kandung saya Dila

Maitasari S.Pd dan Adek kandung saya Farhan Haris Ramadhan. Terimakasih atas segala do'a, usaha dan support yang telah diberikan kepada saya dalam proses pembuatan Skripsi ini.

13. Serta kepada seluruh teman-teman dan sahabat seperjuangan mahasiswa S-1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian angkatan 2021 yang sudah bersama-sama menemani dan berjuang.
14. Terakhir terimakasih untuk diri saya sendiri, apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Terimakasih karena terus berusaha dan tidak menyerah, serta senantiasa menikmati setiap prosesnya. Terimakasih sudah bertahan.

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

Pasir Pengaraian, 13 Agustus 2024

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Tinjauan Teori	7
B. Kerangka Teori	26
C. Kerangka Konsep	27
D. Hipotesis	27
BAB III METODE PENELITIAN	29
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	29
B. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling.....	29
C. Ruang lingkup penelitian	31
D. Variabel penelitian	31
E. Definisi operasional	31
F. Jenis Data.....	32
G. Teknik Pengumpulan Data.....	32
H. Instrumen Penelitian	32
I. Pengolahan Data.....	32
J. Analisis Data.....	33
K. Etika Penelitian	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	35
A. Hasil.....	35
1. Analisis Univariat	35
2. Analisis Bivariat	36
3. Pembahasan	37
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	40
A. Kesimpulan	40
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA.	42
LAMPIRAN	44

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	6
Tabel 3.1 Rencana Penelitian.....	29
Tabel 3.2 Kandungan Gizi Pada Pepaya.....	30
Tabel 3.3 Definisi Operasional	35

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.2 Kerangka Teori.....	26
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SOP Pemberian Buah Pepaya

Lampiran 2 Lembar Konsultasi Bimbingan Skripsi

Lampiran 3 Lembar *Informed Consent*

Lampiran 4 Lembar Kusioner

Lampiran 5 Master Tabel

Lampiran 6 Surat Izin Penelitian

Lampiran 7 Surat Balasan Izin Penelitian

Lampiran 8 Surat Selesai Penelitian

Lampiran 9 Hasil Olah Data *SPSS*

Universitas Pasir Pengaraian
Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Skripsi, Oktober 2024

Sevina Herawati
2139051

**Pengaruh Mengkonsumsi Buah Pepaya Terhadap Kelancaran Produksi ASI
Pada Ibu Menyusui Bayi Usia 0-6 Bulan Di Desa Pasir Utama Kecamatan
Rambah Hilir Kabupaten Rokan Hulu**

xi + 77 Hal, 4 Tabel, 9 Lampiran

ABSTRAK

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif merupakan nutrisi yang tepat untuk bayi usia 0-6 bulan. Cakupan ASI Eksklusif di Indonesia sejak saat ini pada tahun 2022 belum mencapai target yang memuaskan. Salah satu penyebab kegagalan tersebut adalah produksi ASI yang tidak lancar. Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh hormon prolactin dan oksitosin, sedangkan hormon prolactin begitu erat dengan jenis nutrisi yang dikonsumsi. Salah satu jenis nutrisi yang dapat meningkatkan volume ASI adalah buah pepaya, karena buah pepaya mengandung lactogogum yang dapat memperlancar ASI. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh mengkonsumsi buah pepaya dalam meningkatkan volume ASI pada ibu menyusui. Penelitian ini bersifat *pra-experiment* dengan rancangan penelitian *one group pre-test dan post-test design*. Sampel yang digunakan berjumlah 15 orang. Metode penelitian ini menggunakan pengukuran volume ASI sebelum dan sesudah mengonsumsi buah pepaya sebanyak 600 gram pemberian dalam 7 hari. Data dianalisis melalui uji *t-dependent*. Hasil analisis uji T didapatkan $p\text{ value } 0,000 < 0,05$ sehingga hasil penelitian dapat disimpulkan terdapat pengaruh mengkonsumsi buah pepaya terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui bayi usia 0-6 bulan di Desa Pasir Utama. Dengan demikian dapat diharapkan bermanfaat dan menambah informasi dan bahan masukan dalam upaya meningkatkan informasi serta mutu pelayanan kesehatan serta membuat ibu menyusui termotivasi untuk mengkonsumsi buah pepaya untuk kelancaran ASI.

Kata kunci: Ibu Menyusui, Kelancaran ASI, Buah Pepaya

Daftar Pustaka : 17 (2020-2023)
Pasir Pengaraian University

**Bachelor of Midwifery, Faculty of Health Sciences
Thesis, October 2024**

**Sevina Herawati
2139051**

**The Effect of Consuming Papaya Fruit on the Smoothness of Breast
Milk Production in Mothers Breastfeeding Babies Aged 0-6 Months in
Pasir Utama Village, Rambah Hilir District, Rokan Hulu Regency**

xi + 77 Pages, 4 Tables, 9 Appendices

ABSTRACT

Providing exclusive breast milk (ASI) is the right nutrition for babies aged 0-6 months. Exclusive breastfeeding coverage in Indonesia from now on in 2022 has not yet reached a satisfactory target. One of the causes of this failure is poor breast milk production. The production and release of breast milk is influenced by the hormones prolactin and oxytocin, while the hormone prolactin is closely related to the type of nutrition consumed. One type of nutrition that can increase breast milk volume is papaya, because papaya contains lactogogum which can facilitate breast milk. The aim of this research was to determine the effect of consuming papaya in increasing the volume of breast milk in breastfeeding mothers. This research is a pre-experiment with a one group pre-test and post-test design. The sample used was 15 people. This research method uses measurements of breast milk volume before and after consuming 600 grams of papaya fruit in 7 days. Data were analyzed via t-dependent test. The results of the T test analysis showed that the p value was $0.000 < 0.05$, so that the research results could be concluded that there was an effect of consuming papaya on the smoothness of breast milk in mothers breastfeeding babies aged 0-6 months in Pasir Utama Village. In this way, it is hoped that it will be useful and add information and input materials in an effort to improve information and the quality of health services and motivate breastfeeding mothers to consume papaya for smooth breastfeeding.

Keywords: *Breastfeeding Mothers, Smooth Breastfeeding, Papaya Fruit*

Library List: *17 (2020-2023)*

