

Original Article*)

**Efektivitas Parem Kunyit Pada Payudara Ibu Menyusui Terhadap Kelancaran Produksi ASI
Di PMB L Kota Tangerang Tahun 2022***(The Effectiveness of Parem Turmeric on the Breasts of Breastfeeding Mothers for Smooth Milk Production at
PMB L Tangerang City in 2022)***Lenti Hernawati¹**¹*PMB Mandiri Bidan*

Email correspondent: lentihernawati@gmail.com

Abstract

Introduction: Exclusive breastfeeding that is still low can cause babies. Puskesmas Sangiang Tangerang City exclusive breastfeeding coverage in 2020 was 71,6%, meanwhile, in 2021 it decreased to 64,6%. One way to increase breast milk production is by using traditional medicine by giving turmeric parem while doing breast care with the ingredients in it, including rice, kencur, fenugreek seeds, moringa leaves, and turmeric. Knowing the effectiveness of turmeric parem on the breasts of nursing mothers on the smooth production of breast milk in PMB L Tangerang City in 2022.

Methods: This research is a quasi-experiment with a one-group pretest-posttest design method. The sample in this study were postpartum mothers who gave birth at PMB L, Tangerang City, on October 1-4 2022, with as many as 30 respondents using a total sampling technique.

Result: Data were analyzed using the Wilcoxon test with a 95% confidence level ($\alpha = 0,05$). The results of the univariate analysis showed that breast milk production before being given turmeric parem to breastfeeding mothers and after being given turmeric parem was mostly not smooth as much as 63,3%. The results of bivariate analysis obtained p-value = 0,000 < 0,005.

Discussion: There is the effectiveness of turmeric parem on the breasts of nursing mothers on the smooth production of breast milk. Breastfeeding mothers are expected to know and apply the breast care process using turmeric parem to increase breast milk production.

Keywords: turmeric parem, breastfeeding mothers, smooth milk production

Artikel

Disubmit (Received) : 06 December 2022

Diterima (Accepted) : 13 February 2023

Diterbitkan (Published) : 14 February 2023

Copyright: © 2023 by the authors. License DPOAJ, Jakarta, Indonesia. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)

Pendahuluan

Fenomena yang terjadi pada ibu melahirkan anak pertama mengalami masalah menyusui dengan ketidaklancaran keluarnya ASI, selain itu ibu sering mengeluhkan bayinya sering menangis atau menolak menyusu yang disebabkan oleh puting susu yang lecet sehingga tidak memberikan ASI pada bayinya.¹ Pemberian ASI dapat mengurangi angka kematian bayi. Sesuai dengan anjuran dari *World Health Organization* (WHO), menjelaskan bahwa dalam rangka menurunkan angka kesakitan dan kematian anak sebaiknya anak hanya disusui air susu ibu (ASI) sedikitnya pada usia enam bulan pertama.²

World Health Organization (WHO) tahun 2019 menyatakan bahwa cakupan pemberian ASI Eksklusif didunia hanya sekitar 38%. Angka ini masih jauh dari target cakupan ASI Eksklusif, sementara di negara berkembang hanya 39% ibu-ibu yang memberikan ASI Eksklusif. Sementara itu di Indonesia pemberian ASI eksklusif sebesar 66,06%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2020 yaitu 40%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Provinsi Nusa Tenggara Barat (87,33%), sedangkan persentase terendah terdapat di Provinsi Papua Barat (33,96%), (Kemenkes RI, 2021). Adapun Provinsi Banten tahun 2020 jumlah bayi yang diberi ASI Eksklusif sebesar 81,2%, hasil ini tidak jauh berbeda dengan Kabupaten Tangerang dimana didapatkan sebesar 71,6%.³ Berdasarkan data dari Puskesmas Sangiang Kota Tangerang cakupan ASI Eksklusif tahun 2020 sebesar 71,6%, sementara itu pada tahun 2021 mengalami penurunan menjadi 64,6%. Hal ini perlu mendapatkan perhatian agar pada tahun depan capaian ASI Eksklusif meningkat kembali.⁴

Ada beberapa penyebab rendahnya pemberian ASI Eksklusif, salah satu diantaranya adalah ibu merasa ASI-nya tidak mencukupi kebutuhan bayi. Sekitar 35% ibu menghentikan pemberian ASI secara eksklusif pada beberapa minggu *postpartum* karena merasa ASI kurang dan bayi merasa tidak puas.⁵ Apabila bayi tidak diberikan ASI Eksklusif maka dapat menimbulkan dampak buruk pada bayinya diantaranya adanya kejadian *stunting*, pertumbuhan dan perkembangan bayi kurang optimal dan masalah kesehatan lainnya pada bayi. Selain pada bayi, juga membawa dampak pada ibunya dimana membutuhkan biaya yang cukup banyak karena diperlukan biaya untuk membeli susu formula.⁶ Banyak cara yang dilakukan oleh ibu menyusui untuk meningkatkan kualitas ASI, salah satunya dengan menggunakan pengobatan tradisional. Ada lima jenis cara penggunaan obat tradisional yaitu: jamu untuk diminum, parem untuk dilulur, ditetes, disembur dan dioles.⁷ Saat ini, berbagai penelitian tentang tanaman obat yang sering dilakukan oleh para peneliti antara lain mencakup aspek budidaya, kandungan kimia dan efek farmakologis, serta pengaruh jamu dan zat lainnya. Namun, belum pernah dilakukannya penelitian mengenai jamu kaitannya dalam memperlancar produksi ASI untuk ibu yang menyusui.⁸

Parem merupakan bahasa Jawa sementara di Bali terkenal dengan sebutan boreh adalah bagian dari produk obat tradisional yang penggunaannya sebagai obat luar. Biasanya merupakan ramuan dari bahan beras dan kencur serta bahan lain yang berfungsi untuk menggosok badan.⁹ Penggunaan ramuan obat luar pada kulit disebut lulur berbahan rempah-rempah alami yang mampu untuk memperlancar peredaran darah, menghangatkan tubuh, serta mampu untuk mendetoksifikasi racun dalam tubuh. Parem juga digunakan untuk memperlancar produksi air susu ibu (ASI) oleh ibu yang sedang menyusui.¹⁰ Jenis tumbuhan yang banyak digunakan untuk membuat parem ada 5-6 jenis. Adapun beberapa bahan parem yang digunakan pada ibu menyusui diantaranya yaitu beras, kencur, biji kelabet, daun kelor dan kunyit.⁷

Beras kencur merupakan salah satu bahan dasar pada penggunaan obat tradisional. Kencur (*Kaempferia galanga* L.), rimpangnya digunakan sebagai bahan tunggal atau dicampur dengan beras membuat parem untuk memperlancar produksi ASI. Fungsi kencur dalam ramuan tradisional jamu jawa selain untuk memperlancar produksi ASI, juga sebagai penghangat tubuh serta mengurangi rasa sakit. Biji Kelabet (*Trigonella foenum-graecum* L.) berwarna coklat, kecil dan berbau harum. Biasanya digunakan sebagai bahan tunggal atau dicampur dengan bahan lain.¹¹ Nama lain kelabet fenugreek, berpotensi untuk obat herbal, bermanfaat sebagai antidiabetes, antioksidan, antiinflamasi dan analgesik, antikanker, antibakteri dan antifungal, antikatarak, antiaterogenik/antifertilitas, hipokolesterolemia, laksatif, estrogenik, dan lain-lain.¹² Selain manfaat di atas biji kelabet juga bermanfaat sebagai

galaktogoga yaitu meningkatkan produksi ASI. Karena biji mengandung: minyak lemak 20-30%, lender, trigonelin, nikotinamid, cholin, saponin, dan saponin steroid antara lain diosgenin (0,8-2,2%).¹³

Tanaman daun kelor merupakan bahan makanan lokal yang memiliki potensi untuk dikembangkan dalam kuliner ibu menyusui karena mengandung senyawa fitosterol yang berfungsi meningkatkan dan memperlancar produksi ASI (efek laktogogum). Secara teoritis, senyawa-senyawa yang mempunyai efek laktogogum diantaranya adalah sterol. sterol merupakan senyawa golongan steroid yakni, alkaloid, saponin dan flavanoid yang berfungsi meningkatkan dan memperlancar produksi ASI.¹⁴ Adapun mengenai Kunyit (*Curcuma domestica* L.) kaya dengan minyak atsiri yang dapat meningkatkan produksi ASI sehingga sering dimanfaatkan dalam bahan jamu pelancar ASI. Selain itu, kandungan zat gizi pada rimpang kunyit seperti karbohidrat, protein, vitamin C, kalium, serta fosfor, turut mencukupi kebutuhan gizi ibu menyusui.¹⁵

Kriswiyanti *et al* dalam penelitiannya dengan pemberian boreh dalam bahas abali atau pareng dalam bahasa jawa dapat meningkatkan produksi ASI, beberapa tanaman tradisional yang digunakan dalam pemberntukan boreh untuk meningkatkan produksi ASI diantaranya beras, kencur, biji kelabet, daun kelor dan kunyit.⁷ Penelitian lainnya dilakukan oleh Sumarni dalam penelitiannya mengenai praktik penggunaan herbal pada ibu menyusui beberapa tanaman yang digunakan untuk meningkatkan produksi ASI diantaranya beras, kencur dan kunyit.¹⁶ Sementara itu hasil penelitian Nurlela dalam penelitiannya terdapat pengaruh pemberian daun kelor terhadap produksi ASI.¹⁷

Masyarakat di daerah Sangiang sampai saat ini masih mempertahankan tradisi nenek moyang dengan memanfaatkan tumbuhan disekitar rumah untuk pengobatan, walaupun sebenarnya sudah banyak pelayanan kesehatan didaerah tersebut, tetapi tidak sedikit masyarakat menggunakan tumbuhan untuk pengobatan. Beberapa tumbuhan yang ada di daerah Sangiang yang suka digunakan untuk ibu menyusui diantaranya biji klabet, daun kelor dan kunyit. Adapun beras kencur itu merupakan bahan dasar bagi daerah setempat digunakan sebagai bahan jamu maupun parem. Adanya tradisi tersebut maka penggunaan obat-obat tradisional semakin memudahkan masyarakat disana dalam melakukan pengobatan khususnya untuk dirinya sendiri dan keluarga. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Parem Kunyit Pada Payudara Ibu Menyusui Terhadap Kelancaran Produksi ASI Di PMB L Kota Tangerang Tahun 2022.”

Metode

Metode pada penelitian ini menggunakan *quasy eksperiment* dengan desain penelitian *one-group pretest-posttest design* pada kelompok yang diberikan metode pemberian parem kunyit pada payudara ibu menyusui. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang melahirkan di PMB L Kecamatan Sangiang Kota Tangerang pada hari 1-4 pada bulan Oktober 2022 sebanyak 30 responden. Sampel dalam penelitian ini menggunakan *total sampling* yaitu seluruh ibu nifas yang melahirkan di PMB L Kecamatan Sangiang Kota Tangerang pada hari 1-4 pada bulan Oktober 2022 sebanyak 30 responden. Lalu disertai kriteria inklusi yaitu ibu nifas yang memiliki bayi baru lahir 1-4 hari, bayi lahir tunggal, produksi ASI kurang lancar jika hasil observasi dari 8 pertanyaan < 4, dan ibu nifas bersedia menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu ibu nifas yang memiliki bayi baru lahir 1-4 hari dengan riwayat penyakit menular seperti hepatitis dan HIV/AIDS, ibu yang mengalami kelainan psikologis dan penyakit kronis, puting susu tidak menonjol, dan bayi dalam keadaan sakit.

Penelitian ini menggunakan skala verbal dan numerik untuk mengetahui efektivitas parem kunyit pada payudara ibu menyusui terhadap kelancaran produksi ASI, Pengisian lembar kuesioner oleh peneliti dilakukan sebanyak dua kali, yaitu sebelum dan sesudah dilakukan pemberian parem kunyit pada payudara ibu menyusui. Lalu peneliti menggunakan metode pengumpulan data dengan mewawancarai responden setelah mendapatkan persetujuan dari responden untuk menjadi responden penelitian Setelah mendapatkan hasil responden pada pengisian lembar kuesioner peneliti melakukan pengolahan data dan analisa data. Data frekuensi dan rata-rata kelancaran produksi ASI sebelum diberikan parem kunyit pada payudara ibu menyusui diolah menggunakan analisis univariate,

sedangkan untuk menguji sebaran data *pre-test* dan *post-test* tersebut berdistribusi normal atau tidak dengan menggunakan Uji Normalitas. Apabila data tersebut berdistribusi normal $p\text{-value} > 0,05$ maka peneliti menggunakan uji *Paired T-Test* untuk melakukan analisis bivariate.

Hasil

Hasil penelitian ini dibagi atas dua bagian yaitu analisis univariate yaitu distribusi frekuensi kelancaran produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan parem kunyit pada payudara ibu menyusui di PMB L Kota Tangerang tahun 2022. Analisa bivariate yang digunakan adalah uji *uji paired t-test* dan *T-Test Independent* yaitu bagaimana efektivitas parem kunyit pada payudara ibu menyusui terhadap kelancaran produksi ASI di PMB I Kota Tangerang tahun 2022.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kelancaran Produksi ASI Sebelum Diberikan Parem Kunyit Pada Payudara Ibu Menyusui Di PMB L Kota Tangerang Tahun 2022

Produksi ASI	F	%
Lancar	11	36,7
Tidak lancar	19	63,3
Total	30	100

Sumber: hasil olahan data komputerisasi tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 diketahui bahwa kelancaran produksi ASI sebelum diberikan parem kunyit pada payudara ibu menyusui sebagian besar tidak lancar sebanyak 19 responden (63,3%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kelancaran Produksi ASI Sesudah Diberikan Parem Kunyit Pada Payudara Ibu Menyusui Di PMB L Kota Tangerang Tahun 2022

Produksi ASI	F	%
Lancar	27	90,0
Tidak lancar	3	10,0
Total	30	100

Sumber: Hasil Olahan Data Komputerisasi tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 diketahui bahwa kelancaran produksi ASI sesudah diberikan parem kunyit pada payudara ibu menyusui sebagian besar lancar sebanyak 19 responden (63,3%).

Tabel 3. Efektivitas Parem Kunyit pada Payudara Ibu Menyusui terhadap Kelancaran Produksi ASI di PMB L Kota Tangerang Tahun 2022

Kelompok	Produksi ASI				P-Value
	Lancar		Tidak Lancar		
	F	%	F	%	
Pre-test	11	36,7	19	63,3	0,000
Post-test	27	90,0	3	30,0	

Sumber: hasil olahan data komputerisasi tahun 2022

Hasil uji *Wilcoxon* diketahui nilai signifikansi *pre-test-post-test* sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan

sebelum dan sesudah pemberian parem kunyit pada payudara ibu menyusui terhadap kelancaran ASI di PMB L Kota Tangerang tahun 2022.

Pembahasan

Distribusi Frekuensi Kelancaran Produksi ASI Sebelum Diberikan Parem Kunyit Pada Payudara Ibu Menyusui Di PMB L Kota Tangerang Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa kelancaran produksi ASI sebelum diberikan parem kunyit pada payudara ibu menyusui sebagian besar tidak lancar sebanyak 19 responden (63,3%). Pada bulan terakhir kehamilan, kelenjar-kelenjar pembuat ASI mulai menghasilkan ASI.¹⁸ Bayi usia 0-6 bulan, dapat dinilai mendapat kecukupan ASI bila mencapai keadaan dimana ASI yang banyak dapat merembes keluar melalui puting, sebelum disusukan payudara terasa tegang, jika ASI cukup, setelah bayi menyusu bayi akan tertidur/tenang 3-4 jam, bayi BAK 6-8 kali per hari, bayi BAB 3-4 kali per hari, bayi paling sedikit menyusu 8-10 kali per hari, Ibu dapat mendengar suara menelan yang pelan ketika bayi menelan ASI, Ibu dapat merasakan rasa geli karena aliran ASI setiap kali bayi mulai menyusu, warna urin bayi kuning jernih pada 24 jam pertama bayi BAB yang berwarna hijau pekat, kental, dan lengket, yang dinamakan meconium.¹⁷ Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI terdiri atas faktor tidak langsung (jadwal menyusui, umur ibu, jumlah anak, puting susu) dan faktor langsung (IMD, frekuensi menyusui, psikologis dan fisiologis). Beberapa upaya untuk memproduksi ASI lebih banyak dan meningkatkan kualitas ASI.

Hasil penelitian sebelumnya dilakukan oleh Utami (2017) didapatkan rata-rata pada hasil *pretest* kelompok intervensi jumlah ASI yang dihasilkan 8,38 sedangkan hasil *posttest* jumlah ASI yang dihasilkan 18,19, hal ini menandakan bahwa responden setelah mendapatkan perawatan payudara produksi ASInya meningkat jika dibandingkan sebelum dilakukan perawatan payudara. Begitu juga dengan penelitian Baequny *et al* sebelum diberikan ramuan jamu (ramuan daun katuk, kunyit, lempuyangan, asem jawa) ditemukan produksi ASInya sedikit.⁸

Peneliti berasumsi adanya produksi ASI kurang lancar, hal ini disebabkan oleh karena kurangnya asupan makanan yang Ibu konsumsi sehingga ibu merasakan bahwa produksi ASI ibu berkurang, karena jika asupan makanan kurang maka kelenjar-kelenjar pembuat air susu dalam buah dada ibu tidak akan dapat bekerja dengan sempurna, dan akhirnya akan berpengaruh terhadap produksi ASI. Makanan yang bergizi dapat memberikan sumber energi dan peningkatan sekresi air susu, agar dapat meningkatkan ASI pada payudara ibu salah satu upaya agar ibu berhasil dalam memberikan ASI secara eksklusif yaitu, ibu yang sedang menyusui bayinya harus mendapat tambahan makanan untuk menghindari produksi ASI menurun. faktor lainnya karena sebelumnya ibu jarang menyusui bayinya dengan alasan bayinya masih tidur, sehingga semakin jarang menyusui maka semakin sedikit ASI yang diproduksi, faktor lainnya karena adanya kecemasan dan kelelahan yang ibu alami setelah melahirkan sehingga berpengaruh terhadap produksi ASI dan pengeluaran ASI.

Distribusi Frekuensi Kelancaran Produksi ASI Sesudah Diberikan Parem Kunyit Pada Payudara Ibu Menyusui Di PMB L Kota Tangerang Tahun 2022

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa kelancaran produksi ASI sesudah diberikan parem kunyit pada payudara ibu menyusui sebagian besar lancar sebanyak 19 responden (63,3%). Perawatan payudara merupakan salah satu usaha untuk memperbanyak ASI dengan melakukan pijatan atau masase untuk memberikan rangsangan pada otot-otot payudara/kelenjar air susu ibu untuk memproduksi ASI (Bahiyatun 2018). Pelaksanaan perawatan payudara setelah melahirkan dimulai sedini mungkin, yaitu 2-3 hari setelah bayi dilahirkan. Perawatan payudara dilakukan 2 kali sehari selama 10 menit (Astutik 2019). Parem digunakan untuk memperlancar produksi air susu ibu (ASI) oleh ibu yang sedang menyusui, mencegah aroma tidak sedap (amis), agar payudara tidak bengkak atau demam, menghilangkan pegal-pegal, dan aroma terapi untuk bayi.¹⁰

Sesuai dengan hasil penelitian Sihombing (2018) dengan pemberian ekstrak daun kelor yang dikemas dalam kapsul 200 mg kepada ibu menyusui dengan dosis diminum 2 kali sehari selama 2

minggu efektif untuk meningkatkan berat badan bayi. Frekuensi menyusui pada kelompok eksperimen 14-16 kali dan buang air kecil 10-12 kali per hari dan pada kelompok kontrol frekuensi bayi menyusui 6-8 kali per hari dan frekuensi buang air kecil 4-6 kali per hari. Angka ini menunjukkan bahwa produksi ASI pada kelompok yang diberi Kapsul ekstrak daun kelor lebih banyak daripada produksi ASI pada kelompok kontrol. Silalahi (2019) dalam penelitiannya membuktikan bioaktivitas rimpang kencur dapat merangsang hormon prolaktin sehingga memiliki keterkaitan yang sangat erat dengan produksi ASI, mencegah kelelahan, dan memulihkan kondisi tubuh.

Peneliti berasumsi adanya peningkatan kelancaran produksi ASI setelah diberikan parem kunyit, hal ini disebabkan oleh karena melalui pemberian parem yang dilakukan persamaan dengan perawatan payudara maka akan merangsang kelenjar-kelenjar ASI seperti produksi hormon prolaktin dan oksitosin. Gerakan selama melakukan perawatan payudara akan merangsang sel syaraf dalam payudara. Rangsangan tersebut akan disampaikan ke kelenjar hipofisis melalui kolumna spinalis. Kelenjar hipofisis dalam otak akan merespon dengan melepaskan hormon prolaktin dan oksitosin. Ditunjang dengan pemberian parem selain dapat meningkatkan produksi ASI juga digunakan untuk menghangatkan tubuh, mengurangi rasa nyeri sehingga menciptakan rasa nyaman yang berdampak pada peningkatan produksi ASI.¹⁹

Efektivitas Parem Kunyit Pada Payudara Ibu Menyusui Terhadap Kelancaran Produksi ASI Di PMB L Kota Tangerang Tahun 2022

Hasil uji *Wilcoxon* diketahui nilai signifikansi *pre-test-post-test* sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan sebelum dan sesudah pemberian parem kunyit pada payudara ibu menyusui terhadap kelancaran ASI di PMB L Kota Tangerang tahun 2022. Menurut Kriswiyanti *et al* jenis tumbuhan yang banyak digunakan untuk membuat parem ada 5-6 jenis. Adapun beberapa bahan parem yang digunakan pada ibu menyusui diantaranya yaitu beras, kencur, biji kelabet, daun kelor dan kunyit.⁷ Kunyit (*Curcuma domestica* L.) kaya dengan minyak atsiri yang dapat meningkatkan produksi ASI sehingga sering dimanfaatkan dalam bahan jamu pelancar ASI.¹⁵

Penggunaan beras putih (*Oryza sativa* L.) dalam lulur karena beras mengandung protein, vitamin, antioksidan, mineral dan air, yang dapat meningkatkan produksi kolagen yang berfungsi untuk meningkatkan elastisitas, meremajakan dan memutihkan kulit.²⁰ Fungsi kencur dalam ramuan tradisional jamu jawa selain untuk memperlancar produksi ASI, juga sebagai penghangat tubuh serta mengurangi rasa sakit.¹¹ Biji kelabet bermanfaat sebagai antidiabetes, anti oksidan, anti inflamasi dan analgesik, sebagai galaktogoga yaitu meningkatkan produksi ASI.¹² Karena biji mengandung: minyak lemak 20-30%, lender, trigunelin, nikotinamid, cholin, saponin, dan sapogenin steroid antara lain diosgenin (0,8- 2,2%). Tanaman kelor (*Moringa olifera*) memiliki kandungan *fitosterol* yakni alkaloid, saponin dan flavanoid berfungsi meningkatkan dan memperlancar produksi ASI pada ibu menyusui.²¹

Sesuai dengan hasil penelitian Silalahi membuktikan bioaktivitas rimpang kencur sebagai anti kanker, anti oksidan dan analgesik. Kencur termasuk dalam bahan alami yang dapat memperlancar peredaran darah, menghaluskan kulit, mengangkat sel kulit mati sekaligus mencerahkan kulit, menstimulasi hormon prolaktin sehingga memiliki keterkaitan yang sangat erat dengan produksi ASI, mencegah kelelahan, dan memulihkan kondisi tubuh.²² Adapun dalam penelitian Sihombing dengan pemberian ekstrak daun kelor yang dikemas dalam kapsul 200 mg kepada ibu menyusui dengan dosis diminum 2 kali sehari selama 2 minggu efektif untuk meningkatkan berat badan bayi. Frekuensi menyusui pada kelompok eksperimen 14-16 kali dan buang air kecil 10-12 kali per hari dan pada kelompok kontrol frekuensi bayi menyusui 6-8 kali per hari dan frekuensi buang air kecil 4-6 kali per hari. Angka ini menunjukkan bahwa produksi ASI pada kelompok yang diberi Kapsul ekstrak daun kelor lebih banyak daripada produksi ASI pada kelompok kontrol.²³

Baequny *et al* berdasarkan hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *Chi-Square* didapatkan nilai *p-value* (*Asymp. Sig. 2-sided*) sebesar 0,001 ($< 0,05$), sehingga berarti ada pengaruh kebiasaan minum jamu (ramuan daun katuk, kunyit, lempuyangan, asem jawa) dengan kandungan pada

ibu nifas terhadap produksi ASI. Kunyit mengandung senyawa kimia yang disebut kurkuminoid (kurkumin, desmetoksi-kumin, dan bisdesmetoksi-kurkumin). Kunyit juga mengandung minyak atsiri yang dapat meningkatkan produksi ASI.⁸ Begitu juga dengan penelitian Sumarni mengenai praktik penggunaan herbal pada ibu menyusui beberapa tanaman yang digunakan untuk meningkatkan produksi ASI beberapa diantaranya beras, kencur dan kunyit.¹⁶

Peneliti berasumsi berdasarkan hasil tersebut dapat diketahui bahwa pemberian parem kunyit yang dilakukan bersamaan dengan perawatan payudara efektif meningkatkan produksi ASI, hal ini disebabkan oleh karena adanya pemberian parem kunyit yang didalamnya berisi beras, kencur, biji kelabet, daun kelor dan kunyit dimana masing-masing memiliki fungsi yang dapat menyehatkan tubuh. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa beras menjadikan kulit menjadi bagus, kencur selain meningkatkan produksi ASI juga dapat menghangatkan tubuh sehingga menciptakan kenyamanan, biji kelabet sebagai antioksidan dan anti nyeri, daun kelor dan kunyit dapat meningkatkan produksi ASI karena kandungan *fitosterol* yakni alkaloid, saponin dan flavanoid berfungsi meningkatkan dan memperlancar produksi ASI pada ibu menyusui.

Kunyit dianggap sebagai galactagogue, yakni bahan yang bisa meningkatkan produksi ASI. Manfaat kunyit bagi ibu menyusui diantaranya meningkatkan daya tahan tubuh, menjaga kesehatan saluran cerna, mengatasi depresi pasca persalinan, menangkal radikal bebas, mengatur kadar kolesterol, mengurangi munculnya *stretch mark* dan meringankan peradangan sendi. Masyarakat di daerah Sangiang sampai saat ini masih mempertahankan tradisi nenek moyang dengan memanfaatkan tumbuhan disekitar rumah untuk pengobatan, salah satunya menggunakan parem kunyit, untuk itu, pengobatan tradisional ini sebaiknya dilestarikan, agar seluruh lapisan masyarakat dapat merasakan manfaatnya selain bisa digunakan untuk meningkatkan produksi ASI juga bisa digunakan untuk berbagai penyakit lainnya salah satunya pegal linu.

Makna Singkatan (Abbreviations)

AIDS	: Acquired Immunodeficiency Syndrome
ASI	: Air Susu Ibu
BAB	: Buang Air Besar
BAK	: Buang Air Kecil
HIV	: Human Immunodeficiency Virus
IMD	: Inisiasi Menyusu Dini
PMB	: Praktik Mandiri Bidan
WHO	: World Health Organization

Persetujuan Etik

Penelitian ini sudah lolos uji etik pada komisi uji etik UIMA dengan nomor: 2044/SI/S1.KEB/STIKES-AN/XI/2022.

Konflik Kepentingan

Menyatakan bahwa penelitian ini independen dari konflik kepentingan individu dan organisasi.

Pendanaan

Sumber dana yang digunakan dalam penelitian ini sepenuhnya bersumber dari dana pribadi peneliti.

Ucapan Terima

Terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu penelitian ini.

References

1. Perinasia. Manajemen Laktasi: Menuju Persalinan Aman Dan Bayi Lahir Sehat. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama: 2019.

2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Buku Saku Pemantauan Status Gizi Tahun 2018. Jakarta: 2019.
3. Dinas Kesehatan Provinsi Banten. Profil Kesehatan Provinsi Banten Tahun 2021. Banten: 2022.
4. Puskesmas Sangiang. Data Capaian ASI Eksklusif Tahun 2020-2021. Tangerang: 2022.
5. Elizabeth, Siwi W., Endang P. Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui. Yogyakarta: Pustaka Baru Press: 2019.
6. Anggraini Y. Asuhan Kebidanan Masa Menyusui. Yogyakarta: Pustaka Rihama: 2020.
7. Kriswiyanti E., Darsini NN., Hardini J., Ariwathi NP. Keanekaragaman Jenis Tumbuhan Bahan Ramuan “Boreh Basanbuat” Untuk Memperlancar Produksi Air Susu Ibu (ASI) Di Bali. *Metamorf Biology Science*. 2019; 8(2): 304-16.
8. Baequny A., Supriyo, Hidayati S. Efektivitas Minum Jamu (Ramuan Daun Katuk, Kunyit, Lempuyangan, Asem Jawa) Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas. *Pena J Ilmu Pengetah Dan Teknologi*. 2019; 30(1): 51-8.
9. Supardjo, Sudarsini. Warisan Intelektual Bidang Pengobatan Tradisional Dalam Naskah Racikan Boreh Saha Parem. *Karya Isks Pakoeboewono IX Jumentara*. 2021; 2(2): 130-53.
10. Hakim L. Etnobotani Dan Management Kebun, Pekarangan Rumah. *Ketahanan Pangan, Kesehatan Dan Agrowisata*. Malang: Penerbit Selaras Perum Pesona Griya Asri A-11 Malang: 2018.
11. Prawira A.E. Ramuan Pelancar Air Susu Ibu (Internet). 2019. Available From: <https://www.liputan6.com/health/read/2257963/ramuan-pelancar-air-susu-ibu>.
12. Herdiana Y. Potensi Biji Klabet (*Trigonella Foenum-Graecum L.*) Sebagai Alternatif Pengobatan Herbal. *Rev J Alfia Nursetiani*. 2020; 4(1): 26-36.
13. Isnawati A., Alegantina S., Widowati. L. Karakterisasi Ekstrak Etanol Biji Klabet (*Trigonella Foenum-Graecum L.*) sebagai Tanaman Obat Pelancar ASI. *Bul Penelitian Kesehatan*. 2018; 41(2): 103-10.
14. Alianto W., Rosmadewi. Efektifitas Sayur Pepaya Muda Dan Sayur Daun Kelor Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum. *J Kesehatan*. 2019; 10(1): 84-91.
15. Setiaputri KA. Apakah Jamu Pelancar ASI Manjur Dan Aman (Internet). 2020. Available From: <https://hellosehat.com/author/karnita>.
16. Sumarni. Praktik Penggunaan Herbal Pada Ibu Menyusui Di Kelurahan Karangklesem Purwokerto Selatan Purwokerto. *Viva Medikal J Kesehatan, Kebidanan Dan Keperawatan*. 2019; 12(1).
17. Nurlela D. Pengaruh Pemberian Daun Kelor Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Tigaraksa Kabupaten Tangerang. *Universitas Nasional*: 2021.
18. Proverawati A. Kapita Selektasi ASI Dan Menyusui. Yogyakarta: Nuha Medika: 2019.
19. Prasetyono D. Buku Pintar ASI Eksklusif. Yogyakarta: Diva Press: 2019.
20. Kristina NN., Syahiddan, Fatimah S. Pengaruh Air Kelapa Terhadap Multipikasi Tunas in Vitro, Produksi Rimpang, Dan Kandungan Xanthorrhizol Temulawak Di Lapangan. *J Litri*. 2018; 18(3).
21. Kurniasih. Khasiat Dan Manfaat Daun Kelor. Yogyakarta: Pustaka Baru: 2019.
22. Silalahi M. Kencur (*Kaempferia Galanga*) Dan Bioaktivitasnya. *J Pendidikan Informasi Dan Sains*. 2019; 8(1): 127-42.
23. Sihombing MA. Efektifitas Kapsul Ekstrak Daun Kelor Terhadap Kecukupan ASI Pada Bayi Kurang Dari 6 Bulan Ditinjau Dari Berat Badan Bayi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sri Padang Kota Tebing Tinggi. *Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan*: 2018.

*) Original Article

--- ISJNMS ---