

SERBUK MANIS DAUN PEPAYA MENGATASI MASALAH MENYUSUI TIDAK EFEKTIF PADA IBU *POST PARTUM*

Linanda Citra¹, Retno Lusmiati Anisah², Parmilah³

¹²³ Akademi Keperawatan Alkautsar Temanggung

Email: ¹linandacitra0@gmail.com, ²retno30kusuma@gmail.com,
³mila25774@gmail.com

Email Korespondensi: linandacitra0@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: *Post Partum* merupakan masa yang dimulai setelah lahirnya *placenta* serta janin dan berakhir sampai organ reproduksi pulih seperti sebelum melahirkan dan berlangsung sekitar 6 minggu dihitung dari awal lahirnya *placenta*. Menyusui tidak efektif merupakan kondisi bayi dan ibu mengalami kesukaran atau ketidakpuasan saat proses menyusui karena salah satu faktor yaitu ketidakadekuatan suplai ASI untuk menambah nutrisi pada bayi. Daun pepaya merupakan tumbuhan mengandung *galaktogogum* yang dapat memperlancar serta meningkatkan produksi ASI. Pemberian ASI di Indonesia 35,7% dari 50% target nasional, dan masih terbilang cukup rendah. Komplikasi jika tidak diberi ASI dapat menghambat tumbuh kembang bayi, IQ rendah, serta penyakit kuning. **Tujuan:** Mengetahui efektifitas pemberian serbuk manis daun pepaya untuk mengatasi masalah menyusui tidak efektif pada ibu *post partum*. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan study kasus, yaitu 2 responden ibu *post partum* yang mengalami masalah menyusui tidak efektif berhubungan dengan ketidakadekuatan suplai ASI. Metode yang digunakan yaitu observasi, wawancara, pemeriksaan fisik dan dokumentasi. **Hasil:** Serbuk manis daun pepaya terbuat dari serbuk daun pepaya 1 sendok makan dan madu 3 sendok makan, lalu diseduh air panas 100 ml, dan diminum satu kali sehari selama 4 hari. Setelah ibu *post partum* diberikan serbuk manis daun pepaya masalah menyusui tidak efektif teratasi dengan luaran status menyusui membaik. **Kesimpulan:** Pemberian serbuk manis daun pepaya ditambah madu, efektif untuk mengatasi masalah menyusui tidak efektif pada ibu *post partum*.

Kata kunci: Menyusui Tidak Efektif; *Post partum*; Serbuk Manis Daun Pepaya

SWEET POWDER OF PAPAYA LEAVES TO OVERCOME THE PROBLEM OF INEFFECTIVE BREASTFEEDING IN POSTPARTUM MOTHERS

ABSTRACT

Background: Post Partum is a period that begins after the birth of the placenta and the fetus and ends until the reproductive organs recover as before giving birth and lasts about 6 weeks from the beginning of the birth of the placenta. Ineffective breastfeeding is a condition in which babies and mothers experience difficulties or dissatisfaction during the breastfeeding process because one of the factors is the inadequacy of breast milk supply to increase nutrition in the baby. Papaya leaves are plants containing galaktogogum that can facilitate and increase breast milk production. Breastfeeding in Indonesia is 35.7% of the 50% national target, which is still quite low. Complications if not breastfed can hinder the growth and development of babies, stunting, low IQ, and jaundice. **Objective:** To determine the effectiveness of giving papaya leaf sweet powder to overcome problems following ineffectiveness in postpartum mothers. **Method:** This panelist uses a qualitative design with a case study approach. namely 2 respondents of postpartum mothers who experienced problems following ineffectiveness related to inadequate breast milk supply. The methods used are observation, interviews, physical examinations and documentation. **Results:** Papaya leaf sweet powder is made from 1 tablespoon of papaya leaf powder and 3 tablespoons of honey and then brewed 100ml of hot water, and drunk once a day for 4 days. After postpartum mothers were given sweet powder of papaya leaves, the problem of breastfeeding was not effectively solved with the outcome of breastfeeding status improving. **Conclusion:** The administration of sweet powder of papaya leaves plus honey, effective in overcoming breastfeeding problems is not effective in postpartum mothers.

Keywords: Ineffective Breastfeeding; Post partum; Papaya Leaf Sweet Powder

PENDAHULUAN

Post Partum merupakan masa yang dimulai setelah lahirnya *placenta* serta janin dan berakhir sampai organ reproduksi pulih seperti sebelum melahirkan dan

berlangsung sekitar 6 minggu dihitung dari awal lahirnya *placenta* (Yuli Amalia, 2023). ASI eksklusif merupakan air susu murni yang bayi dapat dari ibu tanpa menambahkan makanan lain kecuali vitamin, sirup atau suplemen dan juga obat-

obatan (Dompas, 2021). Angka pemberian ASI Eksklusif di Indonesia pada tahun 2017 yaitu 29,5% dan meningkat pada 2018 menjadi 35,7%. Target nasional adalah 50%, sehingga angka tersebut masih terbilang cukup rendah walaupun terdapat peningkatan pada tahun 2018, karena masih di bawah target nasional (Korompis, 2023).

Menyusui tidak efektif yaitu suatu kondisi dimana ibu dan bayi mengalami ketidak puasan atau kesukaran pada proses menyusui (PPNI, 2017). Daun pepaya menjadi salah satu penatalaksanaan nonfarmakologis untuk mengatasi masalah menyusui tidak efektif. Daun pepaya memiliki *laktagogum* dalam memperlancar dan meningkatkan produksi ASI. Daun pepaya mengandung mineral, enzim, vitamin, *kalium*, *alkaloid*, *tocophenol* dan *saponin* (Harahap, 2021). Daun pepaya di jadikan serbuk dan di tambah madu untuk dijadikan jamu yang bisa di konsumsi ibu *post partum*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas pemberian serbuk manis daun pepaya dalam mengatasi masalah ketidak efektifan menyusui. Hasil studi kasus untuk menambah pengetahuan tentang manfaat serbuk daun pepaya bagi ibu *post partum* yang mengalami masalah menyusui tidak efektif.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah

kualitatif dengan metode studi kasus. Data diambil dari 2 responden ibu *post partum* yang mengalami masalah menyusui tidak efektif. Variabel terikat pada studi kasus ini adalah menyusui tidak efektif dan variabel bebasnya pemberian serbuk manis daun pepaya. Instrumen dalam pengumpulan data menggunakan lembar pengkajian *post partum*, lembar pengkajian menyusui tidak efektif, dan lembar luaran status menyusui. Metode pengumpulan data berupa wawancara, observasi, pemeriksaan fisik dan dokumentasi. Pengolahan data dengan pendekatan proses asuhan keperawatan dimulai dari pengkajian, pengelompokan data, analisa data, penentuan masalah keperawatan, pembuatan rencana asuhan keperawatan serta tindakan pemberian serbuk manis daun pepaya sampai dengan evaluasi. Penyajian data berbentuk deskripsi dengan disertai bukti *check list* yang telah diisi oleh peneliti berdasarkan keluhan atau kondisi responden.

Penelitian dilakukan di rumah responden Dusun Balong, Desa Losari, Kecamatan Tlogomulyo, Kabupaten Temanggung. Serbuk manis daun pepaya diberikan setiap pagi jam 08.00 WIB selama 4 hari, dengan dosis 2 sendok makan serbuk daun pepaya, 3 sendok makan madu ditambah air panas 100 ml. Intervensi pada Ny. D dilakukan 6 Mei 2024 sampai dengan 9 Mei 2024 dan Ny.Y 10 Juni 2024 sampai dengan 13 Juni 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN PENELITIAN

Hasil pengkajian pada Ny. D yaitu: klien mengeluh ASI nya tidak lancar, belum keluar kolostrum, lelah, klien cemas karena tidak bisa menyusui bayinya, klien merasa payudara tidak terisi ASI. Pengkajian bayi Ny. D yaitu: bayi berusia 6 hari, bayi tidak menghisap secara terus menerus, bayi tampak sulit melekat pada payudara ibu, miksi bayi kurang dari 8x/ 24 jam, bayi tampak rewel saat disusui.

Responden yang kedua yaitu Ny.V, adapun hasil pengkajian yaitu: pengeluaran ASI tidak lancar, lelah, belum keluar kolostrum, payudara terlihat lembek, klien merasa payudara tidak terisi ASI. Pengkajian bayi Ny.V adalah: bayi berusia 4 hari, bayi tidak menghisap secara terus menerus, miksi bayi kurang dari 8x/ 24 jam, tampak rewel saat disusui, dan bayi sulit melekat pada payudara ibu.

Hasil pengkajian digambarkan pada tabel 1:

Tabel 1: Hasil Pengkajian Ibu *Post Partum*

Data Fokus	Ny.D		Ny.V	
	Ya	Tidak	Ya	Tidak
Apakah puting susu menonjol atau tidak	✓		✓	
Apakah pengeluaran ASI lancar		✓		✓
Apakah warna areola menggelap	✓		✓	
Apakah terjadi involusi uterus	✓		✓	

Apakah terdapat <i>lokhea</i>	✓	✓
Apakah ada pemulihan servik dan vagina	✓	✓
Apakah terjadi perubahan <i>musculoskeletal</i>	✓	✓

Pengkajian dilanjutkan dengan mengkaji masalah keperawatan menyusui tidak efektif pada kedua responden. Hasil pengkajian masalah keperawatan kedua responden menunjukkan masalah menyusui tidak efektif yang disebabkan oleh ketidakadekuatan suplai ASI. Dengan hasil rata-rata presentase tanda gejala mayor dan minor 88,8%. Hasil pengkajian dijelaskan pada tabel 2:

Tabel 2: Hasil Pengkajian Masalah menyusui tidak efektif

Tanda dan Gejala	Ny.D		Ny.V	
	Ya	Tidak	Ya	Tidak
Kelelahan maternal	✓			✓
Kecemasan maternal	✓		✓	
Bayi tidak mampu melekat pada payudara ibu	✓		✓	
ASI tidak menetes atau memancar	✓		✓	
BAK bayi kurang dari 8 kali dalam 24 jam	✓		✓	
Intake bayi tidak adekuat	✓		✓	
Bayi menghisap tidak terus menerus	✓		✓	
Bayi menangis saat disusui	✓		✓	
Bayi melekat	✓		✓	

pada putting payudara ibu				
Jumlah	9	0	8	0

Selain itu, peneliti melakukan pengkajian kriteria inklusi kedua responden seperti pada tabel 3:

Tabel 3: Hasil Pengkajian Kriteria Inklusi

Kriteria Inklusi	Ny.D		Ny.V	
	Y	Tida	Y	Tida
	a	k	a	k
Ibu <i>post partum</i> primipara	√		√	
Ibu <i>post partum</i> yang mempunyai bayi usia kurang dari 6 bulan	√		√	
Ibu <i>post partum</i> dengan umur 23-27 tahun	√		√	
Ibu <i>post partum</i> yang mempunyai masalah menyusui tidak efektif	√		√	
Ibu <i>post partum</i> yang suka dengan minuman serbuk daun pepaya	√		√	
Bersedia menjadi subjek studi kasus	√		√	

Berdasarkan hasil pengkajian, peneliti melakukan tindakan keperawatan berupa pemberian serbuk manis daun pepaya ditambah madu selama 4 hari dengan dosis 100 ml/ hari, untuk mengatasi masalah keperawatan menyusui tidak efektif pada ibu *post partum*.

Evaluasi dilakukan setiap hari setelah selesai tindakan pemberian serbuk manis daun pepaya. Evaluasi terakhir Ny. D tanggal 9 Mei 2024 dan Ny.V tanggal 13 Juni 2024. Evaluasi dilakukan selama 4 hari

menggunakan luaran status menyusui, dengan harapan status

No	Luaran Keperawatan	Ha ri ke-	Respond en 1 Ny.D					Responden 2 Ny.V				
			1	2	3	4	5	1 2	3	4	5	
1	Perlekatan bayi pada payudara ibu	1			V				V			
		2				V					V	
		3				V					V	
		4					V					V
2	Miksi bayi lebih dari 8x/24jam	1			V				V			
		2					V				V	
		3									V	
		4					V					V
3	Tetesan pancaran ASI	1			V				V			
		2				V					V	
		3					V					V
		4						V				V
4	Suplai adekuat	1			V				V			
		2			V						V	
		3				V					V	
		4					V					V
5	Bayi tidur setelah menyusui	1			V				V			
		2				V					V	
		3				V					V	
		4					V					V
6	Payudara ibu kosong setelah menyusui	1			V				V			
		2				V					V	
		3				V					V	
		4					V					V
7	Hisapan bayi	1							V			
		2									V	
		3				V						V
		4						V				V

Keterangan:

menyusui membaik setelah diberikan intervensi keperawatan.

Berdasarkan tabel 4 dibawah,

menunjukkan status menyusui kedua responden membaik setelah diberi serbuk instan daun pepaya ditambah madu selama 4 hari.

Hasil observasi tindakan dijelaskan pada tabel 4:

Tabel 4: Hasil Luaran Status Menyusui

No	Luaran Keperawatan	Hari ke-	Responden 1 Ny.D					Responden 2 Ny.V				
			1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1: Menurun 2: Cukup menurun 3: Membaik 4: Cukup meningkat 5: Meningkatkan												
8	Kelelahan maternal	1				V					V	
		2			V					V		
		3			V					V		
		4		V					V			
9	Kecemasan maternal	1				V				V		
		2								V		
		3			V					V		
		4		V						V		
10	Bayi rewel	1				V				V		
		2			V					V		
		3		V						V		
		4		V						V		
11	Bayi menangi setelah menyusui	1				V				V		
		2										
		3		V						V		
		4		V						V		
Keterangan: 1: Meningkatkan 2: Cukup meningkat 3: Sedang 4: Cukup Menurun 5: Menurun												

PEMBAHASAN

Identifikasi Responden

Kriteria Inklusi yang peneliti gunakan adalah ibu *post partum primipara* dan bayi usia <6 bulan dengan masalah menyusui tidak efektif. Untuk mendukung pemberian ASI secara optimal sebelum bayi berusia 6 bulan, nutrisi yang dibutuhkan sangat penting untuk tumbuh kembang bayi. ASI tidak memancar menjadi kriteria selanjutnya, kondisi ini dipengaruhi oleh beberapa hal seperti nutrisi kurang tercukupi, perawatan payudara yang kurang. Kurangnya informasi dipengaruhi oleh pendidikan ibu yang kurang, sehingga peluang ibu menerima informasi pentingnya manfaat ASI sangat rendah (Mandang, 2023). Kriteria inklusi dipilih dengan alasan produksi ASI dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, seperti faktor makanan yang dikonsumsi ibu, perawatan payudara selama hamil, hisapan bayi, pola istirahat tidur (Syari, 2022).

Masalah Menyusui Tidak Efektif Pada Ibu *Post Partum*

Menyusui tidak efektif adalah suatu kondisi di mana ibu dan bayi mengalami kesulitan atau ketidakpuasan pada saat proses menyusui (PPNI, 2017). Secara keseluruhan data yang diperoleh dari kedua responden sesuai dengan identifikasi masalah menyusui tidak efektif berdasarkan

(PPNI, 2017). Terdapat tanda dan gejala menyusui tidak efektif pada kedua responden yaitu, kelelahan maternal, kecemasan maternal, bayi tidak mampu melekat pada payudara ibu, ASI tidak menetes/memancar, BAK bayi <8x dalam 24 jam, intake bayi tidak adekuat, bayi menghisap tidak terus menerus, bayi menangis saat disusui, bayi melekat pada puting payudara ibu. Kedua responden tidak mengalami pembengkakan payudara belum keluar kolostrum. Kolostrum yang keluar menandakan bahwa payudara siap untuk memberikan ASI. Pengeluaran ASI yang lancar membuat bayi merasa senang dan puas setelah menyusui serta nutrisi bayi tercukupi (Walyani, 2022).

Pemberian Serbuk Manis Daun Pepaya

Daun pepaya mengandung *galaktogogum* yang dapat merangsang pelepasan hormon *oksitosin* dan *prolaktin* sehingga dapat memperlancar dan meningkatkan pengeluaran ASI, *laktogogum* mengandung *alkaloid*, *flavonoid*, *polivenol* serta *steroid* yang dapat meningkatkan sekresi pelepasan ASI, *laktogogum* berperan secara farmakologi dalam pembentukan hormon yang mendukung proses laktasi (Novi et al., 2020). Megacu pada penelitian sebelumnya (Harahap, 2021) intervensi pemberian serbuk manis daun pepaya dilakukan selama 4 hari dengan dosis 100ml setiap pagi hari. Sejalan dengan penelitian

(Nurjanah, 2023). Peneliti menggunakan serbuk daun pepaya dan juga madu. Madu merupakan bahan alami yang dihasilkan oleh lebah, Madu merupakan suplemen yang bermanfaat bagi kesehatan tubuh. Nutrisi pada madu berperan dalam memproduksi hormon *oksitosin* dan *prolaktin*, sehingga ASI pada ibu menyusui akan memancar (Wengi 2023).

Evaluasi

Peneliti menggunakan luaran status menyusui untuk menilai keberhasilan tindakan pemberian serbuk manis daun pepaya. Hasil pencapaian status menyusui kedua responden membaik dengan kriteria hasil yaitu, tetesan atau pancaran ASI meningkat, perlekatan bayi pada payudara ibu meningkat. Saat bayi menghisap puting ibu, maka akan terjadi stimulasi *neohormonal* pada areola ibu dan puting susu, stimulus ini akan terus berlanjut ke *hypophyse* melalui saraf vagus kemudian ke lobus anterior. Dari lobus akan menghasilkan hormone *prolactin* sampai masuk pada kelenjar penghasil ASI, kemudian hormone *oksitosin* akan mendorong pengeluaran ASI sehingga terjadi kontraksi sel-sel *mioepitel* untuk mengalirkan ASI melalui *alveoli* ke *ductus lactiferous*, sehingga terjadi kelancaran aliran ASI (Nurjanah, 2023). Miksi bayi kurang dari 8x/24jam meningkat, hisapan bayi meningkat, bayi tidur setelah menyusui meningkat, kecemasan maternal menurun, jika ibu dapat berinteraksi baik dengan bayinya,

maka akan memicu respons emosional, sehingga meningkatkan keadaan tenang senang dan meningkatkan *let down reflek*, serta merangsang pengeluaran ASI (Nurhayati, 2020). Kelelahan maternal menurun, bayi rewel menurun. sesuai dengan indikator kriteria hasil. Artinya status menyusui membaik setelah mengkonsumsi minuman serbuk manis daun pepaya selama 4 hari.

KESIMPULAN

1. *Post partum* merupakan masa setelah persalinan sampai terjadi perubahan pada sistem psikologi dan fisiologi serta perubahan hormon *oksitosin* dan *prolactin* pada saat proses produksi ASI. Pada masa ini akan muncul berbagai masalah saat proses menyusui, seperti menyusui tidak efektif.
2. Menyusui tidak efektif merupakan masalah keperawatan yang muncul pada ibu *post partum* dengan tanda gejala seperti kelelahan maternal, kecemasan maternal, bayi rewel, bayi menangis saat disusui, ASI tidak memancar/menetes.
3. Pemberian minuman serbuk manis daun papaya merupakan salah satu intervensi keperawatan yang memenuhi kebutuhan nutrisi ibu *post partum* yang mengalami masalah menyusui tidak efektif.
4. Mengonsumsi serbuk manis daun pepaya selama 4 hari

dengan dosis 100ml/hari efektif mengatasi masalah menyusui tidak efektif dibuktikan dengan status menyusui kedua responden membaik.

DAFTAR PUSTAKA

- Harahap. (2021). Efektivitas serbuk instan manis daun pepaya terhadap produksi ASI pada ibu nifas. Seminar Nasional Terapan Riset Inovatif (SENTRINOV) Ke-VII, 7(1), 537–545.
- Mandang, F. S. (2023). Efek Konsumsi Daun Pepaya (*Carica Papaya L*) Terhadap Peningkatan Produksi Air Susu Ibu Masa Nifas: Literatur Review. *Prosiding Seminar Nasional Dies Natalis Poltekkes Kemenkes Manado XXII TAHUN 2023*.
- Novi, R., Putri, A., Kurniati, D., & Novelia, S. (2020). HIJP : HEALTH INFORMATION JURNAL PENELITIAN Studi pengaruh pemberian tumis daun papaya (*Carica papaya L.*) terhadap produksi ASI dan peningkatan berat badan bayi. *Health Information Jurnal Penelitian*, 12(2). <https://myjurnal.poltekkeskdi.ac.id/index.php/HIJP>
- Nurhayati. (2020). PENGARUH PERAWATAN PAYUDARA IBU POST PARTUM TERHADAP KELANCARAN PENGELUARAN ASI PADA PRIMIPARA DENGAN BENDUNGAN ASI. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 42.
- Nurjanah, S. S. (2023). Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau dan Serbuk Daun Pepaya terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Nifas. 02(07), 776–784.

<https://doi.org/10.53801/oajjhs.v2i7.1>

42

- PPNI. (2017). *STANDAR DIAGNOSA KEPERAWATAN INDONESIA*. dewan pengurus pusat persatuan perawat indonesia.
- Syari. (2022). Faktor Yang Mempengaruhi Produksi ASI Pada Ibu Menyusui. *Materniti and Neonatal : Jurnal Kebidanan*, 10(1).
- Wengi Amara, Y. A. (2023). Pengaruh Penggunaan Madu Terhadap Ekskresi Kolostrum Pada Ibu Yang Baru Pertama Melahirkan. *Calory Journal: Medical Laboratory Journal Vol.1 No.3 September 2023, Vol.1*, 1–9.