

Analysis of The Results of Ginger and Kencur Rice in Increasing Breast Milk Production

Epi Saptaningrum^{1*}, Cipto²⁾ Ajeng Titah Normawati³⁾
^{1,2,3} Prodi Keperawatan Blora, Poltekkes Kemenkes Semarang.

*Corresponding author : Epi Saptaningrum
Email: epiblora@gmail.com

Dikirim: 9 September 2022; Direvisi: 15 September, 2022; Diterima: 10 September 2022

ABSTRACT

Background: The period of breastfeeding is a period of development in the human life cycle, in which the mother experiencing postpartum lactation period that has been born. In the period of breastfeeding, postpartum mothers experience a variety of problems related to breastfeeding. One of the problems that often arise and are found in women during lactation ahead of today is about the production of milk. All women experience postpartum lactation future. Along with the development of technology and science, traditional medicine related to an increase in milk production is also not forgotten. **Objective:** This study aimed to determine differences in the effect of buffoonery and rice kencur to lactation in Blora district **Method:** This research was quasy Experiment and design research with post test only control group design. The population is postpartum mothers a number of 54 respondents were divided into three (3) groups: 18 respondents were given treatments concoction of ginger, 18 respondents were given treatments kencur herb rice and 18 respondents were not given treatments. **Results:** The analysis used is a statistical test of Kruskal-Wallis test. Giving temulawak and beras kencur equally affect the smoothness of breastfeeding on postpartum mother, but the most dominant influence on lactation on postpartum mother is the provision of beras kencur And sig: 0.00. Of the mean (average) and sig is <0.05, it can be interpreted that after being given a different treatment is true.

Keywords: *Temulawak; saffron-colored rice ; increased milk production*

Introduction (Pendahuluan)

Kita telah mengenal sejak lama tentang pemberian ASI (Air Susu Ibu). Tidak dapat disangkal lagi bahwa ASI (Air Susu Ibu) merupakan makanan alamiah dan makanan paling baik yang dapat diberikan ibu kepada bayinya. Komposisi ASI tidak dapat ditiru dengan pemberian susu formula, terutama kolostrum mengandung bermacam-macam faktor yaitu sel hidup yang menyerupai “sel darah putih” yang dapat membunuh kuman penyakit dan merupakan pencahar yang ideal untuk membersihkan zat yang tidak terpakai dari usus bayi yang baru lahir dan mempersiapkan saluran pencernaan makanan bayi bagi makanan yang akan datang. Disamping itu kolostrum juga lebih banyak mengandung protein dibandingkan dengan ASI matang (mengandung zat anti-infeksi 10-17 kali lebih banyak dibanding ASI yang matang) (Dinkes Pamekasan, 2016).

Menyusui adalah suatu proses alamiah. Walaupun demikian dalam lingkungan kebudayaan kita saat ini melakukan hal yang alamiah tidaklah selalu

mudah. Seiring dengan perkembangan zaman, terjadi pula tingkat ilmu pengetahuan dan teknologi yang demikian pesatnya, namun pengetahuan lama sering dilupakan seperti menyusui (Roesli Utami, 2010)

Kehidupan kota besar kita lebih sering melihat bayi diberi susu botol dari pada disusui oleh ibunya. Sementara di pedesaan, kita melihat bayi yang baru berusia 1 bulan sudah diberi pisang atau nasi lembut sebagai tambahan ASI.

Menyusui adalah suatu seni yang harus dipelajari kembali. Untuk keberhasilan menyusui tidak diperlukan alat-alat khusus dan biaya yang mahal. Yang diperlukan hanyalah kesabaran, waktu, sedikit pengetahuan tentang menyusui dan dukungan dari lingkungan terutama suami (Roesli Utami, 2010).

Menyusui akan menjamin bayi tetap sehat dan memulai kehidupannya dengan cara yang sehat secara fisik, tetapi juga lebih cerdas, mempunyai emosional yang stabil, perkembangan spiritual yang positif serta perkembangan sosial yang baik.

Perkembangan zaman berdampak pada sikap terhadap pemberian ASI termasuk memberikan ASI

esklusif atau ASI saja selama 6 bulan pertama sejak kelahiran bayi, dilanjutkan dengan ASI ditambah dengan makan pendamping, sampai bayi berusia 2 tahun. Bayi memiliki berbagai kendala untuk mendapatkan ASI sehingga angka kematian bayi juga meningkat. Hal ini lebih banyak dialami oleh ibu yang tidak keluar ASI ataupun kurangnya produksi.

Kemajuan IPTEK (Ilmu Pengetahuan dan Teknologi) di bidang kesehatan yang semakin pesat ternyata juga tidak bisa mengesampingkan penggunaan obat alami atau pengobatan herbal. Dibuktikan dengan produk herbal yang diproduksi oleh perusahaan jamu ataupun usaha rumahan (*home industry*) semakin banyak bermunculan. Sebagai negara penghasil tanaman obat terutama tanaman herbal, Indonesia berperan dalam program penggunaan ASI.

Program Penggunaan ASI adalah salah satu bagian dari program perbaikan menu makanan rakyat. Tujuannya adalah untuk berperan dalam mencegah kematian bayi dan anak, serta meningkatkan kualitas generasi penerus bangsa dimasa yang akan datang melalui perbaikan produksi ASI.

Upaya untuk mendapatkan bahan alami yang mungkin dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan tersebut, alternatif yang bisa digunakan adalah pemberian obat tradisional (jamu) misalnya ekstrak rimpang temulawak dan beras kencur (manfaat beras kencur, 2016). Masing-masing ekstrak rimpang yang bisa dibuat jamu tradisional tersebut dengan kandungan kimia yaitu minyak atsiri. Misalnya ekstrak rimpang temulawak dengan kandungan kimia yaitu minyak atsiri (3-12%) yang dapat meningkatkan sekresi air susu (Herbal temulawak, 2016)

Ekstrak rimpang-rimpang tersebut selain bahannya mudah didapat, bermanfaat dalam peningkatan ASI dan harganya pun terjangkau oleh masyarakat yang ekonominya menengah kebawah.

Berdasarkan survey pendahuluan di wilayah Kabupaten Blora didapatkan hal-hal sebagai berikut: menurut hasil wawancara peneliti dengan 10 ibu nifas, mereka menyatakan bahwa 6 orang menyatakan suka minum minuman tradisional yang berasal dari beras kencur, 4 orang menyatakan suka minum minuman tradisional dari temu lawak. Mereka melakukan hal tersebut dikarenakan mereka mengikuti nasehat orang tua yang secara turun temurun menyatakan bahwa minuman tradisional tersebut bisa meningkatkan kelancaran produksi ASI.

Methods (Metode)

Desain dari penelitian ini adalah *Post test only with non equivalent control group design*, dimana penelitian ini mencari perbedaan pengaruh pemberian temulawak dan beras kencur terhadap kelancaran produksi ASI.

Populasi : Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu nifas pada saat penelitian berlangsung yang diambil di wilayah kerja Puskesmas Tunjungan Kab. Blora . Jumlah populasi kurang lebih sejumlah 122 orang.

Sampel : Sampel terdiri dari bagian populasi terjangkau yang dapat dipergunakan sebagai subjek penelitian melalui *sampling* (Nursalam, 2011). Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *Minimal Sampel Size* (Lemeshow). Diambil sampel sebanyak 54 orang yang sesuai dengan kriteria inklusi, yang terbagi menjadi 3 kelompok yaitu 18 responden dengan pemberian ramuan temulawak, 18 responden dengan pemberian beras kencur dan 18 responden sebagai kelompok kontrol (tidak diberi treatment).

Variabel penelitian : Variabel penelitian adalah konsep yang mempunyai variasi nilai dimana minimal dapat dibedakan dalam dua atribut. Sedangkan menurut Arikunto (1998), variabel penelitian adalah objek penelitian/apa yang menjadi perhatian suatu penelitian. Variabel dalam penelitian ini antara lain: Sebagai perlakuan adalah : diberi temu lawak dan diberi beras kencur. Adapun Variabel yang diamati adalah : Volume ASI , Kualitas ASI, Bendungan ASI, Kolostrum, Kepuasan bayi dan Lama menyusui.

Tehnik/Metode Pengumpulan Data : Adapun langkah-langkah pengambilan data adalah sebagai berikut : dari jumlah populasi yang ada, dipilih yang sesuai dengan kriteria inklusi penelitian dan hasilnya digunakan sebagai sampel, mengajukan lembar permohonan menjadi responden dan responden menandatangani lembar persetujuan menjadi responden, membagi sampel yang ada menjadi 3 kelompok yaitu kelompok *treatment* (perlakuan) dan kelompok kontrol masing-masing kelompok adalah 18 orang. Nomer 1 – 18 diberikan temulawak sedangkan nomer 19 – 36 diberikan beras kencur dan nomer 37 -54 sebagai kelompok kontrol, mengawasi kelancaran ASI pada kelompok treatment dan control, disiapkan responden cadangan untuk menggantikan jika ada responden yang drop out, mengisi data yang telah diperoleh ke dalam lembar observasi kemudian diolah dengan komputer.

Instrument Penelitian /Alat Ukur Penelitian
Instrumen penelitian adalah alat yang akan digunakan untuk mengukur variabel penelitian dengan suatu metode tertentu (Nursalam, 2011). Instrumen yang digunakan untuk mengawasi kelancaran produksi ASI dalam penelitian ini adalah menggunakan lembar observasi yang telah ditentukan sebelumnya.

Pengolahan dan Analisis Data : Setelah data bersih diperoleh, data dimasukkan ke dalam komputer untuk dianalisis. Analisa data yang dilakukan disesuaikan dengan tujuan yang akan dicapai pada penelitian ini, analisa data adalah kategoril karena skala yang digunakan adalah ordinal (baik, cukup, kurang). Analisa yang digunakan adalah uji statistik *Kruskal-wallis Test*. Uji ini identik dengan Uji One Way Anova pada pengujian parametris, sehingga uji ini merupakan alternatif bagi uji One Way Anova apabila tidak memenuhi asumsi misal asumsi normalitas. Selain sebagai uji alternatif, kegunaan lain adalah sebagai perluasan dari uji Mann Whitney U Test, di mana kita ketahui bahwa uji tersebut hanya dapat digunakan pada 2 kelompok variabel dependen. Sedangkan Kruskal Wallis dapat digunakan pada lebih dari 2 kelompok misal 3, 4 atau lebih.

Results and Discussion (Hasil dan Pembahasan)

A. Results

Deskripsi Responden

Berdasarkan tabel 4.1 di bawah ini dapat dikemukakan bahwa sebagian besar ibu-ibu nifas yang diberi temu lawak, beras kencur dan kelompok control, terbanyak berumur 26 – 30 tahun sebanyak 26 responden (48,15%), berumur 31 – 35 tahun sebanyak 15 responden (27,78%) dan berumur 21 – 25 tahun sebanyak 13 responden (24,07%). Kondisi menunjukkan bahwa umur 26 – 30 tahun adalah usia yang produktif, sehingga sehingga produksi ASI yang dihasilkan cukup banyak.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Ibu Nifas Berdasarkan Umur.

No	Umur	Frekuensi	Prosentase (%)
1	21 – 25 tahun	13	24.07
2	26 – 30 tahun	26	48.15
3	31 – 35 tahun	15	27.78
Total		54	100

Dari tabel 1 menunjukkan bahwa dari 54 responden, berpendidikan SD dan SMP sebesar 46.30%, sedangkan 40.74 % berpendidikan SMA, dan hanya 12.96 % yang berpendidikan Akademi/PT. Kondisi sebenarnya menunjukkan bahwa pelaksanaan wajib

belajar 9 tahun sudah berhasil. Sehingga transformasi informasi mudah bagi ibu-ibu menyusui yang ada di pelosok desa.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Ibu Nifas Berdasarkan Pendidikan.

No	Pendidikan	Frekuensi	Prosentase (%)
1	SD-SMP	25	46.30
2	SMA	22	40.74
3	Akademi/PT	7	12.96
Total		54	100

Pada tabel 2 menunjukkan bahwa dari 54 responden, 10 responden (18,52%) adalah bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga, sebanyak 23 responden (42,59%) bekerja sebagai tani, 3 responden (5,56 %) bekerja sebagai PNS, 18 responden (33,33%) bekerja sebagai pedagang.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Ibu Nifas Berdasarkan Pekerjaan.

No	pekerjaan	jumlah	frekuensi (%)
1	IRT	10	18.52
2	Tani	23	42.59
3	PNS	3	5.56
4	Pedagang	18	33.33
Total		54	100

Pengaruh pemberian temu lawak dan beras kencur terhadap peningkatan produksi ASI ibu nifas 0 – 7 hari di Puskesmas Tunjungan Kabupaten Blora

Penelitian ini adalah penelitian *experimental* dengan subjek penelitian ibu-ibu nifas 0 – 7 hari. Terdapat 3 subjek penelitian yang masing-masing terdiri dari 18 ibu nifas yang diberi temu lawak, 18 ibu nifas yang diberi beras kencur dan 18 ibu nifas yang tidak diberi apapun (kelompok control) yang diamati pada hari ke-1, ke-3 dan ke-7. Variabel penelitian yang diamati pada penelitian ini meliputi : volume ASI, kualitas ASI, bendungan ASI, kolosterum, kepuasan bayi dan lamanya menyusui. Berikut ini hasil penelitian yang didapatkan dari analisa data :

a. Hasil penelitian volume ASI:

1) Hari ke-1

Nilai rata-rata secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel volume ASI hari ke-1 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 4.4 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa kisaran volume ASI kelompok control adalah 83,33, pemberian temu lawak adalah 88,88

dan pemberian beras kencur adalah 208,33 dengan nilai nilai sig : 0,00. Dari nilai mean (rata-rata) dan nilai sig yang < 0,05 tersebut, dapat diartikan bahwa setelah diberi perlakuan adalah berbeda.

Tabel 4 Nilai rata-rata, nilai minimum, nilai maksimum dan nilai sig. variabel volume ASI hari ke-1.

Perlakuan	Nilai mean	Nilai Minimum	Nilai Maksimum
Kelompok Kontrol	83.33	50.00	210.00
Pemberian Temulawak	88.88	60.00	100.00
Pemberian Beras Kencur	208.33	60.00	230.00

2) Hari ke-3

Nilai rata-rata secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel volume ASI hari ke-3 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 4.5 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa kisaran volume ASI kelompok control adalah 100.55, pemberian temu lawak adalah 231.11 dan pemberian beras kencur adalah 305.55. Dan nilai sig : 0,00. Dari nilai mean (rata-rata) dan nilai sig yang < 0,05 tersebut, dapat diartikan bahwa setelah diberi perlakuan adalah berbeda.

Tabel 5 Nilai rata-rata, nilai minimum, nilai maksimum dan nilai sig. variabel volume ASI hari ke-3

Perlakuan	Nilai mean	Nilai Minimum	Nilai Maksimum
Kelompok Kontrol	100.55	60.00	320.00
Pemberian Temulawak	231.11	100.00	330.00
Pemberian Beras Kencur	305.55	300.00	330.00

3) Hari ke-7

Nilai rata-rata secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel volume ASI hari ke-7 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 4.6 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa kisaran volume ASI kelompok control adalah 207.77, pemberian temu lawak adalah 307.77 dan pemberian beras kencur adalah 358.88. Dan nilai sig : 0,00. Dari nilai mean (rata-rata) dan nilai sig yang < 0,05 tersebut, dapat diartikan bahwa setelah diberi perlakuan adalah berbeda.

Tabel 6 Nilai rata-rata, nilai minimum, nilai maksimum dan nilai sig. variabel volume ASI hari ke-7.

Perlakuan	Nilai mean	Nilai Minimum	Nilai Maksimum
Kelompok Kontrol	207.7	100.00	330.00
Pemberian Temulawak	307.7	210.00	350.00
Pemberian Beras Kencur	358.8	330.00	380.00

b. Hasil penelitian tentang kualitas ASI, bendungan ASI, kualitas bendungan, kolostrum,kepuasan bayi dan lama menyusui

1) Hari ke-1

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kualitas ASI hari ke-1 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 4.7 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa dengan pemberian beras kencur, kualitas Asi lebih kental (17%) dibandingkan yang lain.

Tabel 7 variabel kualitas ASI hari ke-1.

	Kualitas ASI			total
	Ecer	Agak Ecer	Sangat Kental	
Kelompok Kontrol	13 (72%)	5 (28%)	0 (0%)	18
Pemberian Temulawak	1 (6%)	17 (94%)	0	18
Pemberian Beras Kencur	12 (66%)	3 (17%)	3 (17%)	18
TOTAL	26	25	3	54

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kualitas ASI hari ke-1 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 4.8 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa kolostrum dengan pemberian temlawak, kualitas kolostrum lebih kuning (72 %) dibandingkan yang lain, kontrol (23%) dan beras kencur (33%).

Tabel 8 variabel Bendungan ASI hari ke-1.

	Kualitas ASI			total
	Bening	Putih	Kuning	
Kelompok Kontrol	12 (66%)	2 (11%)	4 (23%)	18
Pemberian Temulawak	2 (11%)	3 (17%)	13 (72 %)	18
Pemberian Beras Kencur	9 (50%)	3 (17 %)	6 (33%)	18
TOTAL	23 (42%)	8 (14%)	23 (44%)	54

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kualitas bendungan ASI hari ke-1 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 4.9

dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa rata-rata bendungan Asi tidak mengalami kemerahan pada payudara, terutama pada pemberian beras kencur.

Tabel 9 variabel kualitas bendungan ASI hari ke-1.

	Kualitas ASI			total
	Tidak merah	kemerahan	kuning	
Kelompok Kontrol	17	0	4	18
Pemberian Temulawak	15	3	13	18
Pemberian Beras Kencur	18	0	6	18
TOTAL				54

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kolostrum hari ke-1 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 5.0 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa kolostrum lebih banyak berwarna kuning pada pemberian temulawak dan beras kuning.

Tabel 1.0 variabel kolostrum hari ke-1.

	Kolostrum			total
	jernih	Agak jernih	kuning	
Kelompok Kontrol	3	9	6	18
Pemberian Temulawak	0	0	18	18
Pemberian Beras Kencur	0	6	12	18
TOTAL				54

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kepuasan bayi hari ke-1 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 5.1 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa dari aspek kepuasan bayi, bayi tidur nyenyak lebih banyak terjadi pada pemberian temulawak dan beras kencur.

Tabel 11 variabel kepuasan bayi hari ke-1.

	Total		total
	rewel	Tidur nyenyak	
Kelompok Kontrol	13	5	18
Pemberian Temulawak	8	10	18
Pemberian Beras Kencur	8	10	18
TOTAL	29	25	54

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kepuasan bayi hari ke-1 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 5.2 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa dari aspek lama menyusui, bayi lebih lama menyusui pada pemberian beras kencur dan temulawak.

Tabel 12 variabel lama menyusui hari ke-1.

	Kepuasan bayi		total
	Bila menangis saja	Tiap 2 jam menyusui	
Kelompok Kontrol	13	5	18
Pemberian Temulawak	8	10	18
Pemberian Beras Kencur	8	10	18
TOTAL	29	25	54

2) Hari ke-3

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kualitas ASI hari ke-3 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 5.3 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa dengan pemberian beras kencur, kualitas Asi menjadi lebih kental dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Tabel 13 variabel kualitas ASI hari ke-3

	KuAlitas ASI			total
	Encer	Agak Encer	Sangat Kental	
Kelompok Kontrol	0	18	0	18
Pemberian Temulawak	0	14	4	18
Pemberian Beras Kencur	0	10	8	18
TOTAL				54

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kualitas ASI hari ke-3 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 5.4 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa kolostrum dengan pemberian temulawak, kualitas kolostrum lebih kuning dibandingkan yang lain, yaitukelompok kontrol dan beras kencur.

Tabel 14 variabel kualitas ASI hari ke-3

	KuAlitas ASI			total
	Bening	Putih	Kunin g	
Kelompok Kontrol	0	18	0	18
Pemberian Temulawak	0	8	10	18

Pemberian Beras Kencur	0	17	1	18
TOTAL	8			54
	23 (42%)	(14%)	23 (44%)	

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kualitas bendungan ASI hari ke-3 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 5.5 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa rata-rata bendungan Asi mengalami kemerahan pada payudara, terutama pada pemberian beras kencur.

Tabel 15 variabel kualitas bendungan ASI hari ke-3

	Kualitas ASI			total
	Tidak merah	keme rahan	kuning	
Kelompok Kontrol	14	4	0	18
Pemberian Temulawak	13	5	0	18
Pemberian Beras Kencur	18	0	0	18
TOTAL	54			54

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kolostrum hari ke-3 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 5.6 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa kolostrum lebih banyak berwarna kuning pada pemberian temulawak dan beras kuning.

Tabel 16 variabel kolostrum hari ke-3

	Kolostrum			total
	jernih	Agak jernih	kuning	
Kelompok Kontrol	2	12	4	18
Pemberian Temulawak	0	0	18	18
Pemberian Beras Kencur	0	1	17	18
TOTAL	54			54

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kepuasan bayi hari ke-3 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 5.7 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa dari aspek kepuasan bayi, pada hari ke-3 ini bayi sama-sama tidur nyenyak.

Tabel 17 variabel kepuasan bayi hari ke-3

	Kepuasan bayi		total
	rewel	Tidur nyenyak	
Kelompok Kontrol	2	16	18
Pemberian Temulawak	1	17	18
Pemberian Beras Kencur	0	18	18
TOTAL	54		54

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kepuasan bayi hari ke-3 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 5.8 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa dari aspek lama menyusui, ternyata pemberian beras kencur dan temulawak membuat bayi menjadi lama menyusu.

Tabel 18 variabel lama menyusui hari ke-3.

	Kepuasan bayi		total
	Bila menangis saja	Tiap 2 jam	
Kelompok Kontrol	8	10	18
Pemberian Temulawak	1	17	18
Pemberian Beras Kencur	0	18	18
TOTAL	9	45	54

3) Hari ke-7

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kualitas ASI hari ke-7 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 5.9 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa dengan pemberian beras kencur, kualitas Asi cenderung sangat kental (94,4%) dibandingkan yang lain.

Tabel 19 variabel kualitas ASI hari ke-7

	KuAlitas ASI			total
	Encer	Agak Encer	Sangat Kental	
Kelompok Kontrol	0	13	5	18
Pemberian Temulawak	0	16	2	18
Pemberian Beras Kencur	0	1 (5,6%)	17(94,4%)	18
TOTAL	54			54

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kualitas ASI hari ke-7 setelah diberi

perlakuan dapat dilihat pada tabel 5.9 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa kolostrum dengan pemberian temulawak, kualitas kolostrum lebih kuning dibandingkan yang lain, kontrol dan beras kencur.

Tabel 19 variabel Bendungan ASI hari ke-7

	Kualitas ASI			total
	Bening	Putih	Kuning	
Kelompok Kontrol	0	18	0	18
Pemberian Temulawak	0	9	9	18
Pemberian Beras Kencur	0	17	1	18
TOTAL				54

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kualitas bendungan ASI hari ke-7 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 6.0 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa bendungan Asi cenderung tidak mengalami kemerahan pada payudara.

Tabel 20 variabel kualitas bendungan ASI hari ke-7

	Kualitas ASI			total
	Tidak merah	kemerahan	kuning	
Kelompok Kontrol	18	0	0	18
Pemberian Temulawak	13	1	4	18
Pemberian Beras Kencur	18	0	0	18
TOTAL				54

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kolostrum hari ke-7 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 6.1 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa kolostrum masih cenderung berwarna kuning pada pemberian temulawak dan beras kuning.

Tabel 11 variabel kolostrum hari ke-7

	kolostrum			total
	Jernih	Agak jernih	kuning	
Kelompok Kontrol	4	11	3	18
Pemberian Temulawak	0	1	17	18

Pemberian				
Beras Kencur	0	4	14	18
TOTAL				54

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kepuasan bayi hari ke-7 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 6.2 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa dari aspek kepuasan bayi, bayi cenderung sama-sama tidur nyenyak.

Tabel 22 variabel kepuasan bayi hari ke-7

	Kepuasan bayi		total
	Rewel	Tidur nyenyak	
Kelompok Kontrol	1	17	18
Pemberian Temulawak	5	13	18
Pemberian Beras Kencur	0	18	18
TOTAL			54

Nilai secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel kepuasan bayi hari ke-7 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 6.3 dibawah ini. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa dari aspek lama menyusui, bayi cenderung lebih sering menyusui pada pemberian beras kencur.

Tabel 23 variabel lama menyusui hari ke-7.

	Lama menyusui			total
	Dibangun dulu baru nyusu	Bila menangis saja	Tiap 2 jam menyususu	
Kelompok Kontrol	2	2	14	18
Pemberian Temulawak	5	0	13	18
Pemberian Beras Kencur	0	0	18	18
TOTAL				54

A. Pembahasan

Hasil penelitian diatas yang meliputi variabel kualitas ASI, bendungan ASI , kolostrum, lama menyusui, dan kepuasan bayi menyusui, tampak bahwa dengan pemberian temulawak dan beras kencur cenderung lebih berkualitas, lebih lama menyusui, bendungannya tidak mengalami

kemerahan, kolostrum cenderung berwarna kuning dan bayi lebih puas menetek atau menyusui. Pembahasan ini hanya penulis bahas tentang volume ASI karena dari volume ASI inilah akan lebih jelas perbandingan atau perbedaan produksi ASI pada ibu nifas.

Berikut ini beberapa pembahasan terkait hasil penelitian diatas:

1. Hari ke-1

Nilai rata-rata secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel volume ASI hari ke-1 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 4.4. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa kisaran volume ASI kelompok control adalah 83,33, pemberian temu lawak adalah 88,88 dan pemberian beras kencur adalah 208,33 dengan nilai nilai sig : 0,00. Dari nilai mean (rata-rata) dan nilai sig yang < 0,05 tersebut, dapat diartikan bahwa setelah diberi perlakuan adalah berbeda.

Hasil uraian penelitian diatas, dapat diartikan bahwa :

- a. pemberian temu lawak berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI pada hari pertama.
- b. pemberian beras kencur berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI pada hari pertama.
- c. pemberian temu lawak dan beras kencur sama-sama mempengaruhi kelancaran ASI pada hari pertama, namun dilihat dari nilai mean (rata-rata) yang paling dominan berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI dengan pemberian beras kencur dengan nilai mean 208,33.

2. Hari ke-3

Nilai rata-rata secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel volume ASI hari ke-3 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 4.5. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa kisaran volume ASI kelompok control adalah 100.55, pemberian temu lawak adalah 231.11 dan pemberian beras kencur adalah 305.55. Dan nilai sig : 0,00. Dari nilai mean (rata-rata) dan nilai sig yang < 0,05 tersebut, dapat diartikan bahwa setelah diberi perlakuan adalah berbeda.

Hasil penelitian tersebut diatas, dapat diartikan bahwa :

- a. pemberian temu lawak berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI pada hari ke tiga.

- b. pemberian beras kencur berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI pada hari ke tiga.

- c. pemberian temu lawak dan beras kencur sama-sama mempengaruhi kelancaran ASI pada hari ke tiga, namun dilihat dari nilai mean (rata-rata) yang paling dominan berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI dengan pemberian beras kencur dengan nilai mean 305.55.

3. Hari ke-7

Nilai rata-rata secara deskriptif dari ke 3 perlakuan terhadap variabel volume ASI hari ke-7 setelah diberi perlakuan dapat dilihat pada tabel 4.6. Dari table tersebut dibawah ini tampak bahwa kisaran volume ASI kelompok control adalah 207.77, pemberian temu lawak adalah 307.77 dan pemberian beras kencur adalah 358.88. Dan nilai sig : 0,00. Dari nilai mean (rata-rata) dan nilai sig yang < 0,05 tersebut, dapat diartikan bahwa setelah diberi perlakuan adalah berbeda.

Hasil penelitian diatas, dapat diartikan bahwa :

- a. pemberian temu lawak berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI pada hari ke tujuh.
- b. pemberian beras kencur berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI pada hari ke tujuh.
- c. pemberian temu lawak dan beras kencur sama-sama mempengaruhi kelancaran ASI pada hari ke tujuh, namun dilihat dari nilai mean (rata-rata) yang paling dominan berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI dengan pemberian beras kencur dengan nilai mean 358.88.

Uraian hasil penelitian dan pembahasan diatas dari hari pertama, ke tiga dan ke tujuh pada ibu nifas, dapat disimpulkan bahwa :

- a. pemberian temu lawak berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas (0-7 hari) di Kabupaten Blora.
 - b. pemberian beras kencur berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas (0-7 hari) di Kabupaten Blora.
- pemberian temu lawak dan beras kencur sama-sama mempengaruhi kelancaran ASI pada ibu nifas (0-7 hari) di Kabupaten Blora, namun dilihat dari nilai mean (rata-rata) yang paling dominan berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI

Conclusion Kesimpulan

Uraian hasil penelitian dan pembahasan pada hari pertama, ke tiga dan ke tujuh pada ibu nifas, dapat disimpulkan bahwa : pemberian temu lawak berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas (0-7 hari) di Kabupaten Blora, pemberian beras kencur berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas (0-7 hari) di Kabupaten Blora, pemberian temu lawak dan beras kencur sama-sama mempengaruhi kelancaran ASI pada ibu nifas (0-7 hari) di Kabupaten Blora, namun dilihat dari nilai mean (rata-rata) yang paling dominan berpengaruh terhadap kelancaran produksi ASI dengan pemberian beras kencur.

Saran :

1. Bagi Masyarakat: Agar masyarakat menggunakan minuman tradisional beras kencur dalam upaya memperlancar ASI dan meningkatkan kesehatan Ibu dan Bayi. Bagi peneliti lain: Agar menggunakan wawasan, mengembangkan dan menggunakan hasil penelitian ini untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI sehingga bisa bermanfaat bagi dunia kesehatan. Bagi Institusi: Hendaknya lebih mensupport lagi tentang penelitian eksperimen dengan menaikkan anggaran dana penelitian sehingga penelitian bias berjalan dengan lancar..

References

- Afifah, Sfi, 2003, *Khasiat dan Manfaat Temulawak*, Jakarta.
- Departemen Kesehatan RI, 2001, *Manajemen Laktasi Buku Panduan Bagi Bidan dan Petugas Kesehatan di Puskesmas*, Jakarta.
- FKUI, 2008, *Manfaat ASI dan Menyusui*, Jakarta:FKUI
- Lanjart, P., 2010, *Sembuh Total Dengan Obat Herbal*, Yogyakarta.
- Nursalam. (2011) *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Mitayani. 2009. *Asuhan Keperawatan Maternitas*. Penerbit Salemba Medika, Jakarta.
- Roesli Utami, 2010. *Mengenal ASI Eksklusif*, Trubus Agriwidya, Jakarta
- Rahimsyah, 2010, *Pijat dan Jamu Tradisional*, Jakarta.

- <http://kb.123sehat.com/herbal/temulawak/>, 2013. *Temulawak*, didownload tanggal 25 Pebruari 2016
- <http://m.inilah.com/news/detail/1920063/temulawak-rimpang-berkhasiat-bagi-kesehatan>, 2016, *Temulawak Rimpang Berkhasiat Bagi Kesehatan*, diunduh tanggal 25 Pebruari 2016.
- <http://disehat.com/manfaat-beras-kencur-untuk-kesehatan/>. 2016, *Manfaat Beras Kencur Untuk Kesehatan*, diunduh tanggal 25 Pebruari 2016.
- Manfaat ASI Eksklusif, <http://bidanku.com/manfaat-asi-ekslusif>, 29 pebruari 2016, *Manfaat ASI Ekklusif*, diunduh tanggal 29 pebruari 2016.
- Dinas kesehatan kabupaten pamekasan, 2015, *Pentingnya ASI Eksklusif*, <http://dinkes.pamekasankab.go.id/index.php/berita/174-pentingnya-asi-ekslusif>, diunduh tanggal 29 Pebruari 2016.
- Adukasi ramuan herbal pelancar ASI, diunduh dari <http://baitulherbal.com/edukasi/edukasi-ramuan-herba-pelancar-asi/> pada tanggal 29 Pebruari 2016
- Analisisragam , diunduh dari <http://statistikceria.blogspot.co.id/2013/12/analisis-ragam-analysis-of-variance-anova-satui-arah-one-way.html> pada tanggal 29 November 2016
- Uji Kruskal –Wallis, diunduh dari <http://www.statistikian.com/2014/07/kruskal-l-wallis-h.html> pada tanggal 29 November 2016