

Hubungan Konsumsi Buah Pepaya Saat Hamil Dengan Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bontonompo 1 Kab. Gowa

The Relationship Between Papaya Consumption During Pregnancy and Smooth Breast Milk Production in Postpartum Mothers in the Work Area of UPT Puskesmas Bontonompo 1, Gowa Regency

Yudiarsi Eppang¹, Evi Kusmayanti², Astri Yuliani³, Suhartini⁴

¹³Program Studi DIV Kebidanan Stikes Graha Edukasi Makassar

²Program Studi Ilmu Keperawatan Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar

⁴Program Studi DIII Kebidanan Stikes Graha Edukasi Makassar

*Correspondence: Yudiarsi Eppang, Email: waves.yudiarsi08@gmail.com

Received: 1 Juli 2024 ○Revised: 31 Juli 2024 ○Accepted: 01 Agustus 2024

ABSTRAK

Latar Belakang: Pemberian air susu ibu pada bayi merupakan metode makanan yang terbaik. Cakupan ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bontonompo 1 masih di bawah target, ini disebabkan kelancaran ASI tidak mencukupi. Laktagogum merupakan zat yang dapat meningkatkan kelancaran ASI, dimana buah laktagogum terdapat pada buah pepaya.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan konsumsi buah pepaya saat hamil dengan kelancaran ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bontonompo 1.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan pendekatan Cross Sectional. Sampel penelitian ini berjumlah 48 responden yang diambil menggunakan teknik purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bontonompo 1 Kab.Gowa. Analisis data yang dilakukan adalah analisis bivariat menggunakan uji Mann-Whitney.

Hasil: Hasil penelitian menggunakan uji Mann-Whitney untuk 2 kelompok terdapat nilai p value $0.000 < 0,05$ yang berarti ada hubungan konsumsi buah pepaya saat hamil dengan kelancaran ASI pada ibu nifas.

Kesimpulan: Ada hubungan konsumsi buah pepaya saat hamil dengan dengan kelancaran ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bontonompo 1.

Kata kunci: Buah Pepaya, Ibu Nifas, Kelancaran ASI

ABSTRACT

Background: Breastfeeding is the best feeding method for infants. The coverage of exclusive breastfeeding in the Upt Puskesmas Bontonompo 1 work area remains below target due to insufficient milk production. Lactagogum, a substance found in papaya, is known to enhance breast milk production.

Objective: This study aims to investigate the relationship between papaya fruit consumption during pregnancy and smooth breastfeeding in postpartum mothers in the Upt Puskesmas Bontonompo 1 work area.

Research Method: This study is an observational study with a cross-sectional approach. The sample consisted of 48 respondents selected using purposive sampling based on inclusion criteria in the work area of UPT Puskesmas Bontonompo 1, Gowa Regency. Data analysis was conducted using bivariate analysis with the Mann-Whitney test.

Results: The Mann-Whitney test results showed a p value $0.000 < 0,05$, indicating a significant relationship between papaya fruit consumption during pregnancy and smooth breastfeeding in postpartum mothers.

Conclusion: There is a significant relationship between papaya fruit consumption during pregnancy and smooth breastfeeding in postpartum mothers in the Upt Puskesmas Bontonompo 1 work area.

Keywords: Papaya fruit, Postpartum mothers, Smooth breast

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) dan United Nations of Children's Fund (UNICEF) dalam strategi global pemberian makanan pada bayi 2 dan anak menyatakan bahwa pencegahan kematian bayi dapat dilakukan dengan pemberian makanan yang tepat yaitu pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan kehidupan dan pengenalan makanan pendamping ASI (MP-ASI) yang aman dan bergizi pada usia 6 bulan bersamaan dengan pemberian ASI lanjutan hingga usia 2 tahun atau lebih (WHO, 2020). World Health Organization (WHO) pada tahun 2020 juga menyatakan bahwa angka pemberian ASI eksklusif pada bayi usia dibawah 6 bulan sebesar 44 %, dimana angka ini masih kurang dari target pada tahun 2030 yaitu sebesar 50%. Masih rendahnya angka pemberian asi eksklusif akan mempengaruhi

tumbuh kembang anak kedepannya (Maryam, Ghita, Sulfikar, & BN, 2024). Pemberian ASI eksklusif dapat menjadi langkah awal dalam mengentaskan masalah gizi di dunia. Pada tahun 2020 WHO menyatakan bahwa sebanyak 45 juta anak dibawah 5 tahun mengalami malnutrisi yang meningkatkan risiko kematian anak hingga 12 kali lipat (WHO, 2020).

Secara nasional, cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2021 yaitu sebesar 56,9%. Angka tersebut sudah melampaui target program tahun 2021 yaitu 40%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Provinsi Nusa Tenggara Barat (82,4%), sedangkan persentase terendah terdapat di Provinsi Maluku (13,0%). Terdapat lima provinsi yang belum mencapai target program tahun 2021, yaitu Maluku,

Papua, Gorontalo, Papua Barat, dan Sulawesi Utara. Provinsi Sulawesi Selatan berada di peringkat 4 tertinggi yaitu 70,5% (Profil Kesehatan Indonesia, 2021). Cakupan presentase pemberian ASI Eksklusif bayi usia kurang dari 6 bulan untuk provinsi Sulawesi Selatan tahun 2022 yaitu 75,88% jumlah ini menurun dibandingkan pada tahun 2021 yaitu 76,43% (Badan Pusat Statistik Sulawesi Selatan, 2023). Dari data awal yang di laksanakan diruang nifas Upt Puskesmas Bontonompo 1 dengan periode bulan januari sampai desember 2021 sebanyak 177 ibu nifas, periode bulan januari sampai bulan desember 2022 sebanyak 115 ibu nifas dan periode bulan januari sampai bulan oktober 2023 sebanyak 95 ibu nifas. Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Hubungan Konsumsi buah pepaya saat hamil dengan kelancaran ASI pada ibu nifas Di wilayah kerja Upt Puskesmas Bontonompo 1”.

METODE

Metode penelitian ini adalah observasional dengan pendekatan Cross Sectional. Penelitian Cross Sectional adalah studi yang mempelajari dinamika hubungan atau korelasi antara factor-faktor resiko dengan dampak, pendekatan yang dilakukan adalah dengan observasi atau pengumpulan data sekaligus pada kondisi waktu tertentu (point time approach). Tiap-tiap subjek penelitian hanya diobservasi satu kali saja dan rentang waktu ukur dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek pada saat penelitian. Subjek penelitian tidak harus diamati pada waktu yang sama. Desain ini dapat mengetahui dengan jelas mana yang jadi proses dan outcome, serta kejelasan korelasi hubungan sebab akibat.(Yuandari, 2017)

Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja Upt Puskesmas Bontonompo 1 Kabupaten Gowa pada bulan Desember Tahun 2023. Populasi dalam penelitian ini yaitu jumlah seluruh ibu nifas di wilayah kerja Upt Puskesmas Bontonompo 1 pada bulan Agustus sampai dengan Oktober 2023 sebanyak 95 orang ibu nifas, Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dengan metode purposive sampling. Sampel diambil dengan berdasarkan pada pertimbangan tertentu yang di buat oleh peneliti berdasarkan kriteria yaitu ibu nifas yang menyusui ASI, peneliti kemudian mendapatkan sebanyak 48 sampel setelah dihitung menggunakan rumus Slovin.

HASIL

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Bontonompo I Tahun 2023

Usia	F	%
15-20	9	19%
21-25	10	21%
26-30	14	29%
31-35	7	14%
36-40	8	17%
Total	48	100 %

Sumber data primer, 2023

Berdasarkan (tabel 1) di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bontonompo I Tahun 2023 menunjukkan bahwa dari 48 ibu nifas yang menjadi responden, terdapat yang paling banyak usia 26-30 tahun yaitu 14 responden (29%), disusul dengan usia 21-25 tahun sebanyak 10 responden (21%), usia 15-20 tahun berjumlah 9 responden (19%), dan usia 36-40 tahun berjumlah 8 responden (17%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan pendidikan Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bontonompo I Tahun 2023

Pendidikan	F	%
SD	6	13%
SMP	16	33%
SMA	22	46%
S1	4	8%
Total	48	100 %

Sumber data primer, 2023

Berdasarkan (tabel 2) di Wilayah Kerja Puskesmas Upt Bontonompo I Tahun 2023 menunjukkan bahwa dari 48 ibu nifas yang menjadi responden paling banyak pada tingkat pendidikan SMA berjumlah 22 (46%) responden, kemudian disusul dengan tingkat pendidikan SMP berjumlah 16 (33%) responden, Tingkat Pendidikan SD berjumlah 6 (13%) responden, dan yang memiliki pendidikan S1 terdapat 4 (8%) responden

Tabel 3. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan pekerjaan Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bontonompo I Tahun 2023

Pekerjaan	F	%
IRT	41	85%
Swasta	2	4%
Honorar	5	11%
Total	48	100%

Sumber data primer, 2023

Berdasarkan (tabel 3) di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bontonompo I Tahun 2023 menunjukkan bahwa dari 48 pekerjaan responden yang banyak yaitu pekerjaan IRT sebanyak 41 (85%) responden, kemudian terdapat juga 5 (11%) yang berkerja sebagai Honorar dan adapun 2 (4%) responden yang berkerja sebagai swasta.

Tabel 4. Distribusi karakteristik reponden berdasarkan yang Komsumsi buah pepaya Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bontonompo I Tahun 2023

Kelancaran ASI	F	%
Lancar	33	94%
Tidak Lancar	2	6%
Total	35	100 %

Sumber data primer, 2023

Berdasarkan (tabel 4) di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bontonompo I Tahun 2023 menunjukkan bahwa dari 35 ibu nifas yang menjadi responden yang komsumsi buah pepaya yang mengalami kelancaran ASI sebanyak 33 (94%) responden dan yang tidak lancar terdapat 2 (6%) responden.

Tabel 5. Distribusi karakteristik reponden berdasarkan yang tidak Komsumsi buah pepaya Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bontonompo I Tahun 2023

Kelancaran ASI	F	%
Lancar	2	15 %
Tidak Lancar	11	85 %
Total	13	100 %

Sumber data primer, 2023

Berdasarkan (tabel 5) di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bontonompo I Tahun 2023 menunjukkan bahwa dari 13 ibu nifas yang menjadi responden yang tidak komsumsi buah pepaya yang mengalami kelancaran ASI sebanyak 2 (15%) responden dan yang tidak lancar terdapat 11 (85%) responden.

Tabel 6. Hubungan Konsumsi Buah Pepaya Dengan Kelancaran ASI Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bontonompo I Tahun 2023

Komsumsi Buah Pepaya	Kelancaran ASI						p- value
					Total		
	Lancar		Tidak lancar				
	F	%	F	%	F	%	
Ya	33	94%	2	6%	35	100 %	α=0,05 p=0,000
Tidak	2	15 %	11	85%	13	100 %	
Total	35	53%	13	47 %	48	100%	

Sumber : Output Spss 2023

Berdasarkan (tabel 6) di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Bontonompo I menunjukkan bahwa jumlah ibu yang mengomsumsi buah pepaya sebanyak 35 ibu nifas, terdapat 33 (94%) yang mengalami kelancaran ASI sedangkan terdapat 2 (4%) ibu nifas yang tetap tidak lancar ASI nya. Kemudian dari tabel tersebut juga menunjukkan yang tidak komsumsi buah pepaya sebanyak 13 ibu nifas terdapat 2 (15%) ibu nifas atau responden yang mengalami kelancaran ASI dan yang tetap tidak mengalami kelancaran ASI sebanyak 11 (85 %)

responden. Hasil analisis statistik menggunakan Uji Mann-Whitney menghasilkan nilai P value= 0.000, sehingga di dapatkan $p < 0.05$ yang artinya H_0 di tolak dan H_a di terima atau terdapat hubungan responden yang mengkonsumsi buah pepaya terhadap kelancaran ASI.

PEMBAHASAN

Penelitian di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Bontonompo I menunjukkan bahwa dari 35 ibu nifas yang mengonsumsi buah pepaya saat hamil, 33 ibu mengalami kelancaran ASI dan 2 ibu tidak. Hal ini terkait dengan rendahnya pendidikan dan kurangnya pengetahuan tentang ASI eksklusif, yang menyebabkan ibu jarang menyusui bayinya. Faktor predisposisi seperti usia, pendidikan, pengetahuan, motivasi, sikap, dan kepercayaan juga memengaruhi keberhasilan ASI eksklusif (Talib, Ghita, & Sulfikar, 2024).

Beberapa ibu tidak menyusui eksklusif karena informasi yang kurang, pengenalan susu formula oleh bidan, dan pengaruh iklan. Dari 13 ibu yang tidak mengonsumsi pepaya, 11 ibu tidak mengalami kelancaran ASI, sementara 2 ibu yang mencari cara lain untuk melancarkan ASI, seperti mengonsumsi jantung pisang, mengalami kelancaran ASI. Jantung pisang mengandung laktagogum yang dapat meningkatkan produksi ASI.

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa konsumsi makanan yang mengandung laktagogum, seperti jantung pisang, dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Misalnya, penelitian oleh Hutabarat, (2020) menemukan bahwa konsumsi jantung pisang secara signifikan meningkatkan frekuensi produksi ASI. Hasil penelitian tersebut menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI dengan p-value $0,000 < 0,05$, yang berarti hipotesis nol (H_0) ditolak. Studi lain oleh Joharmi, Atika, & Juliana, (2020) juga mengidentifikasi bahwa konsumsi jantung pisang berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI dengan hasil serupa.

Meskipun beberapa penelitian telah menunjukkan efek positif dari konsumsi jantung pisang terhadap produksi ASI, masih terdapat kesenjangan penelitian terkait dengan pengaruh buah pepaya sebagai laktagogum dalam meningkatkan kelancaran ASI. Belum banyak penelitian yang secara khusus meneliti hubungan antara konsumsi buah pepaya selama kehamilan dengan kelancaran ASI pada ibu nifas. Penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan menyelidiki apakah buah pepaya memiliki efek serupa seperti jantung pisang dalam meningkatkan produksi dan kelancaran ASI, mengingat buah pepaya juga mengandung zat laktagogum. Dengan demikian, penelitian ini tidak hanya memperkaya literatur tentang laktagogum tetapi juga memberikan alternatif lain bagi ibu hamil untuk meningkatkan produksi ASI mereka melalui konsumsi buah pepaya.

KESIMPULAN

Pengkajian pada kasus Tn.A didapatkan keluhan Berdasarkan penelitian di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Bontonompo I tahun 2023, ditemukan bahwa konsumsi buah pepaya berhubungan dengan kelancaran ASI. Dari 48 responden, 35 mengkonsumsi pepaya dan 33 di antaranya mengalami kelancaran ASI, sementara dari 13 responden yang tidak mengkonsumsi pepaya, hanya 2 yang mengalami kelancaran ASI. Uji Mann-Whitney menunjukkan $p=0,000$, yang berarti ada hubungan signifikan antara konsumsi pepaya dan kelancaran ASI.

Saran dari peneliti adalah: 1) Petugas kesehatan disarankan untuk memberikan penyuluhan tentang pentingnya ASI eksklusif dan konsumsi buah pepaya. 2) Responden diingatkan tentang manfaat pepaya untuk ASI. 3) Penelitian selanjutnya diperlukan untuk memperluas pengetahuan tentang manfaat pepaya. 4) Ibu nifas disarankan untuk rutin mengkonsumsi pepaya guna meningkatkan produksi ASI.

REFERENSI

- Ainun Mardhiah, S., & Sabariana. (2021). *Pengolahan pepaya muda (Carica papaya L) menjadi abon*. Jurnal Pendidikan, Sains, dan Humaniora, Pendidikan Kimia Universitas Serambi Mekkah.
- Andina Vita Susanto, A. (2021). *Asuhan kebidanan nifas dan menyusui*. Pustaka Baru Press.
- Astutik, R. Y. (2019). *Buku ajar asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui*. Trans Info Media.
- Bayu Pratama Putra, Dkk. (2014). *Medical review BAR obstetrics*.
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Sulawesi Selatan*. BPS.
- Desti Nataria, S., & Oktiarini, S. (2017). *Peningkatan produksi ASI dengan konsumsi buah pepaya*. Jurnal Kesehatan Prima Nusantara Bukit Tinggi, 9(1), Januari 2018.
- Ely Tjahjani. (2021). *Pengaruh konsumsi jantung pisang terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas*. Jurnal Akademik Kebidanan Griya Husada, Maret 2021.
- Esti Yuandari, & Rahman, R. T. A. (2017). *Metodologi penelitian dan statistik*. In Media.
- Hutabarat, V.-. (2020). *Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Delitua*. Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro, 3(1), 27–34. <https://doi.org/10.36656/jpk2r.v3i1.360>
- Joharmi, J., Atika, A., & Juliana, J. (2020). *PENGARUH KONSUMSI JANTUNG PISANG TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI KLINIK MURNIATI KISARAN*. Jurnal Kebidanan, 155–162.
- Noviana Sari, E. (2018). *Asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui*. Salemba Media.
- Mantasia. (2017). *Asuhan kebidanan III (NIFAS)*. Erlangga.
- Maemunah. (2017). *Asuhan kebidanan nifas III*. In Media.
- Maryam, S., Ghita, D., Sulfikar, A., & BN, I. R. (2024). *The Relationship Of Prolonged Party In Particular Women And The Incident Of Neonatorum Asphyxia At Rskdia Pertiwi, Makassar City*. Indonesian Journal of Nursing and Health Care, 1(1: Februari), 9–12.
- Nurjanah, S. N., & et al. (2020). *Asuhan kebidanan postpartum dilengkapi dengan asuhan kebidanan post secio caesarea*. PT. Refika Aditama.
- Noviana. (2020). *Pengaruh pemberian buah papaya terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Bontomarannu Kabupaten Takalar Tahun 2020* (Skripsi). Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Megarezky Makassar.
- Prawirohardjo, S. (2014). *Ilmu kebidanan*. P.T Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Profil Kesehatan Indonesia. (2021). *Jumlah bayi yang mendapatkan ASI eksklusif*.
- Sasongkawati, R. (2014). *Buah sakti penghancur penyakit*. Indoliterasi.
- Sella Natasya Khuzaima. (2021). *Pengaruh buah pepaya terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di PMB Kota Bengkulu tahun 2021* (Skripsi). Prodi DIV Kebidanan Politeknik Kesehatan Bengkulu.
- Sherly Dea Amanda. (2022). *Pengaruh pemberian sayur buah pepaya untuk kelancaran ASI ibu nifas* (Skripsi). Prodi DIII Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjungkarang.
- Siti Khotimah. (2018). *Asuhan kebidanan masa nifas dan menyusui*. In Media.
- Susanti Elmi. (2021). *Pengaruh pemberian buah pepaya muda terhadap kecukupan produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja UPTD Puskesmas Tapung I*. Jurnal Kesehatan STIKES Al Insyirah Pekanbaru.
- Talib, S. A., Ghita, D., & Sulfikar, A. (2024). *Factors Influencing The Incident Of Perineal Rupture In Makassar City Hospital*. Indonesian Journal of Nursing and Health Care, 1(1: Februari), 4–8.
- WHO, (2020). *World Health Statistics*, World Health Organization.