



PEMBERIAN SARI KURMA UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI DI PMB DINCE SAFRINA PEKANBARU TAHUN 2021

Meilin Fitri Insani¹⁾, Risa Pitriani, ²⁾

Program Studi DIII Kebidanan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru

¹⁾meilinftriinsani22@gmail.com ²⁾risapitriani@htp.ac.id

Histori artikel

Received:
10 Februari 2022

Accepted:
26 Maret 2022

Published:
27 April 2022

Abstrak

ASI yang sedikit dapat disebabkan oleh beberapa faktor salah satunya yaitu faktor menyusui dan kurangnya pengetahuan ibu. Karena ketika ibu jarang menyusui maka semakin berkurangnya produksi ASI. Asuhan ini bertujuan untuk mengetahui manfaat dalam memberikan sari kurma untuk meningkatkan produksi ASI. Sari kurma merupakan sumber vitamin dan mineral yang baik untuk ibu menyusui dan bayinya. Nutrisi yang terkandung pada cairan ini antara lain karbohidrat, serat, vitamin B6, kalium, kalsium, magnesium, selenium, zat besi, dan tembaga sari kurmadapat menggantikan tenaga ibu yang terkuras saat melahirkan sari kuma juga dapat memperlancar produksi ASI ibu post partum, sehingga ibu menyusui dapat memenuhi kebutuhan bayi selama 6 bulan pertama kehidupan. Metode yang dipakai yaitu dengan pendekatan manajemen kebidanan kemudian didokumentasikan dalam bentuk SOAP. Pengambilan kasus dilaksanakan dengan mendatangi PMB Hj. Dince Safrina SST, MKM Jl. Limbungan RT.03 RW.10 Kel.Limbungan Kec.Rumbai Pesisir Kota Pekanbaru. Selanjutnya penulis mencari pasien ibu nifas dengan produksi ASI sedikit. Selanjutnya penulis melakukan kontak pertama dengan pasien dan membuat kesepakatan dengan pasien. Setelah itu pasien setuju dengan kesepakatan yang telah dibuat. Asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan sari kurma untuk meningkatkan produksi ASI selama 3 kali kunjungan. Evaluasi asuhan kebidanan yang diberikan pada pasien dengan mengkonsumsi sari kurma sebanyak 2 sendok makan pagi dan sore hari selama 7 hari, setelah diberikan asuhan ibu mengalami penambahan produksi ASI dari \pm 10 ml menjadi 70 ml pada hari ke 7 asuhan. Diharapkan kepada ibu nifas tetap mengkonsumsi sari kurma untuk meningkatkan produksi ASI.

Kata Kunci : Ibu Nifas, Sari Kurma, Produksi ASI

Latar Belakang

Periode masa nifas (*puerperium*) adalah periode waktu selama 6-8 minggu setelah persalinan. Proses ini dimulai setelah selesainya persalinan dan berakhir setelah alat-alat reproduksi kembali seperti keadaan sebelum hamil. Selama masa pemulihan tersebut berlangsung, ibu akan banyak mengalami perubahan fisik yang bersifat fisiologis dan banyak memberikan ketidaknyamanan pada awal postpartum, yang tidak menutup kemungkinan untuk menjadi patologis bila tidak diikuti dengan perawatan yang baik. Masa ini merupakan masa yang cukup penting bagi tenaga kesehatan untuk selalu melakukan pemantauan karena pelaksanaan yang kurang maksimal dapat menyebabkan ibu mengalami berbagai masalah, bahkan dapat berlanjut pada komplikasi masa nifas, seperti sepsis puerperalis. Jika ditinjau dari penyebab kematian ibu, infeksi merupakan penyebab kematian terbanyak nomor dua setelah perdarahan sehingga sangat tepat jika para tenaga kesehatan memberikan perhatian yang tinggi pada masa ini. Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan yang diciptakan khusus yang keluar langsung dari payudara seorang ibu untuk bayi, ASI merupakan makanan bayi paling sempurna, praktis, murah dan bersih karena langsung diminum dari payudara ibu. ASI mengandung semua zat gizi dan cairan yang dibutuhkan bayi untuk memenuhi kebutuhan gizi di 6 bulan pertamanya. Jenis ASI terbagi menjadi 3 yaitu kolostrum, ASI peralihan dan ASI mature. Kolostrum sudah mulai ada kira-kira pada hari ke-2 atau ke-4 setelah kelahiran bayi dan kolostrum berubah menjadi ASI yang matur kira-kira 15 hari sesudah bayi lahir. Kolostrum mengandung zat kekebalan 10-17 kali lebih banyak dari susu matang (matur) (Yusrina & Rukmini Devy, 2016).

Mengacu pada target 2019 di Provinsi Riau untuk menghitung presentasi bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif 0-6 bulan yang datang dan tercatat dalam register pencatatan/KMS, yang dilakukan setiap bulan di Posyandu namun frekuensi laporan dilakukan setiap 6 bulan sekali. Dapat dilihat, cakupan bayi yang diberi ASI eksklusif sampai usia 6 bulan di Provinsi Riau di tahun 2018 yaitu 32 % dan 35 % belum mencapai target yang ditetapkan yaitu 47% Kabupaten yang sudah mencapai target adalah siak (54%) dan Pekanbaru (48%) cakupan bayi yang di beri ASI eksklusif 6 bulan di Provinsi Riau di tahun 2018-2019 yaitu 35% dan 75% cakupan ini sudah mencapai target yang di tetapkan 47%. Kabupaten yang mencapai target adalah Kabupaten Rokan Hilir yakni 35%. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Ani prianti Ada upaya alamiah yang dapat meningkatkan produksi ASI yaitu dengan mengkonsumsi sari kurma. Hasil penelitian menunjukkan Berdasarkan hasil pemberian sari kurma terhadap peningkatan produksi ASI ibu postpartum yaitu pemberian sari kurma terdiri dari 30 orang 15 orang (50%) yang diberikan sari kurma dan 15 orang (50%) yang tidak diberikansari kurma. Kelancaran produksi ASI sebanyak 30 orang. Terdapat 19 orang (63,3%) yang memiliki produksi ASI lancar dan 11 orang (36,7%) yang memiliki produksi ASI tidak lancar. Adapun efektifitas pemberian sari kurma terhadap kelancaran produksi ASI ibu post partum ($p= 0,023$) < ($\alpha = 0,05$). Disarankan kepada Ibu menyusui agar lebih banyak mengkonsumsi sari kurma sebagai pelancar produksi ASI (Ani T Prianti, Rahayu Eryanti. K, 2020).

Sari kurma yang diberikan sebanyak 2 sendok makan pada pagi dan sore hari selama 7 hari. Dengan demikian, setelah dilakukan pemberian sari kurma selama 7 hari, didapatkan bahwa ada penambahan

produksi ASI dari \pm 10 ml menjadi 70 ml.

Kurma merupakan buah dari tanaman phoenix dactylifera yang memiliki biji dengan satu tembaga. Kurma banyak mengandung karbohidrat, lemak, protein, berbagai mineral dan vitamin serta kandungan serat yang cukup tinggi. Kurma berfungsi sebagai pangan fungsional, kurma sebagai bahan makanan paku yang dimasukkan dalam golongan buah buahan yang satuan penukar 50 kalori, 10 gram protein dan 10 gram karbohidrat, satuan penukar kurma setara sebanyak 100 gram yang setara 314 kalori. kadar besi dan kalsium yang dikandung buah kurma matang sangat mencukupi dan penting sekali dalam proses pembentukan air susu ibu. Kadar zat besi dan kalsium yang dikandung buah kurma dapat menggantikan tenaga ibu yang terkuras saat melahirkan atau menyusui. melahirkan atau menyusui. Keunggulan dari buah kurma yaitu didalam buah kurma terkandung banyak vitamin A yang baik untuk produksi ASI, ASI juga berkualitas dan kaya vitamin untuk si kecil (Hidana, 2018).

Metode

Studi kasus ini menggunakan metode deskriptif observasional dengan pendekatan Continuity Of Care diberikan pada ibu Nifas Ny. L di PMB Dince Safrina SST, MKM dari 24 April 2021 – 30 April 2021. Subyeknya Ny. L Umur 29 tahun G1P0A0. Jenis data primer. Cara pengumpulan data anamnesa, observasi, pemeriksaan dan dokumentasi. Analisa data dengan membandingkan antara data yang diperoleh dengan teori yang ada.

Hasil

a. Kajian Pertama

Kajian pertama dilakukan pada Ny.L postpartum 3 Hari pada tanggal 23 April 2021 pukul 10.00 WIB. Data subjektif Ny.L usia 29 th, Ibu mengatakan ASI nya sedikit dan bayi rewel saat menyusui pola makan ibu baik, ibu menyusui setiap 2 jam sekali. Ibu sering terbangun dimalam hari untuk menyusui bayinya, ibu merasa setiap kali anaknya menyusu bayi rewel dan seperti tidak puas. Pada pengumpulan data subjektif ditemukan Keadaan umum ibu baik dan kesadarannya Composmentis, Tekanan darah: 120/80 mmHg, Denyut nadi:80x/menit, Pernapasan:22x/menit, Suhu: 36,6 °C, Kelopak mata : Bersih, Konjungtiva: Merah, Muda Sclera: Tidak Ikterik, Putting susu : menonjol, Rasa nyeri: Tidak ada, Kebersihan:baik, VolumeASI:10ml, Varises: Tidak ada, Oedema pada kaki : Tidak ada, volume susu: 10 MI

b. Kajian Kedua

Ibu mengatakan ASI nya sudah mulai lancar, ibu rutin mengkonsumsi sari kurma padi dan sore hari. Kajian kedua dilakukan pada Ny. L pada tanggal 27 april 2021 pukul 10:00 wib, Pada pengumpulan data objektif ditemukan Keadaan umum ibu baikdankesadarannya Composmentis, TD: 110/80 mmHg, nadi: 82x/menit, Pernapasan: 22x/menit, Suhu: 36,7 °C,.FU:3 jari dibawah pusat, Payudara: teraba keras, ASI: 40 ML

c. Kajian Ketiga

Kajian ketiga dilakukan pada Ny.L pada tanggal 30 Maret 2021 pukul 10.00 WIB, ibu mengatakan Ibu mengatakan ASI nya banyak dan melimpah, ibu sering menyusui bayinya, ibu mengatakan rutin mengkonsumsi sari kurma setiap pagi dan sore hari.

Pada pengumpulan data objektif ditemukan keadaan umum ibu baik, tekanan darah 110/80 mmHg, pernafasan 22x/i, nadi 80x/i, suhu 36,7°C, TFU: tidak teraba.

Pembahasan

Pembahasan ini ditulis dengan maksud memberikan penjelasan khusus mengenai tinjauan kasus yang telah dijabarkan agar didapatkan suatu pemecahan masalah dan kesenjangan yang ada dan akhirnya dapat ditarik sehingga dapat digunakan sebagai tindak lanjut dalam penerapan asuhan kebidanan yang tepat, efektif serta efisien pembahasan ini akan dibahas setiap kajian dari kunjungan serta mengevaluasi hasil dari kunjungan tersebut.

Dalam pelaksanaan asuhan kebidanan ini, data subjektif yang di temukan pada pengkajian ini selaras dengan teori yang ditemukan. Pada kunjungan pertama ibu mengatakan cemas terhadap bayi nya ibu sudah sering menyusui bayi nya akan tetapi Asi yang keluar sedikit. Dalam hal ini menurut (Yuliatul et al., 2014) yang mengatakan salah satu masalah utama yang kerap dialami oleh seorang ibu ketika menyusui adalah Produksi ASI yang sedikit, ASI memang terkadang bisa keluar lebih lama, ini merupakan hal yang wajar dan tidak perlu di cemaskan. Dalam beberapa hari pertama tubuh ibu akan menghasilkan kolostrum, yaitu ASI pertama yang berwarna kekuningan dan bertekstur encer. Kolostrum sebenarnya sudah diproduksi tubuh sejak masa kehamilan. Kolostrum mengandung zat kekebalan tubuh atau antibodi yang sangat baik untuk melindungi tubuh bayi dari bakteri dan virus penyebab penyakit. Kolostrum juga berfungsi dapat membantu bayi belajar menyusu. Selama 3-4 hari setelah kolostrum keluar, payudara akan mulai terasa lebih kencang, ini merupakan pertanda bahwa kolostrum sudah berubah menjadi ASI.

Pada kunjungan kedua postpartum hari ke 7 yaitu setelah 3 hari kunjungan pertama . Ibu mengatakan rutin mengkonsumsi sari kurma pagi dan sore hari. Ibu mengatakan ASI sudah mulai lancar. Dalam hal ini menurut (T.Prianti et al., 2020) Buah kurma mengandung zat besi dan kalsium. Selain itu sari kurma pun merupakan sumber vitamin dan mineral yang baik untuk ibu menyusui dan bayinya. Nutrisi yang terkandung antara lain karbohidrat, serat, vitamin B6, kalium, kalsium, magnesium, selenium, zat besi, dan tembaga sari kurma dapat menggantikan tenaga ibu yang terkuras saat melahirkan sari kuma juga dapat memperlancar produksi ASI ibu post partum, sehingga ibu menyusui dapat memenuhi kebutuhan bayi selama 6 bulan pertama kehidupan.

Pada kunjungan ke tiga postpartum hari ke 10 setelah kunjungan kedua ibu mengatakan ASI nya banyak dan melimpah. Ibu mengatakan sering menyusui bayi nya. Ibu mengatakan rutin mengkonsumsi sari kurma pada waktu pagi dan sore hari. Menurut penelitian (Putriningtyas & Hidana, 2016). Pengeluaran ASI dikatakan lancar bila produksi ASI berlebihan yang di tandai dengan ASI akan menetes dan akan memancar deras saat di hisap bayi.

Menurut penelitian yang dilakukan (Modepeng et al., 2021) *didapatkan* hasil peneliti bahwa ibu

menyusui yang memakan 10 buah kurma per hari mengalami peningkatan produksi ASI sebanyak 11 %.

Kesimpulan

Dari data yang telah dikumpulkan, saat penulis mendapat persetujuan pasien bahwa akan dilakukan pemeriksaan dan pemberian Sari Kurma untuk meningkatkan produksi ASI, analisa yang didapat yaitu P1A0, KU ibu baik dan ASI yang keluar sedikit . Penatalaksanaan yang diperlukan yaitu memperlancarkan ASI dengan mengkonsumsi sari kurma dan sudah dilakukan selama 7 hari dengan 3 kali kunjungan. Setelah itu, penulis melakukan evaluasi dan hasil yang didapatkan adalah ASI Ny. L berhasil mengumpulkan ASI sebanyak 70 ml dihari ke 3 asuhan.

Daftar Pustaka

- Ani T Prianti, Rahayu Eryanti. K, R. (2020). Efektivitas Pemberian Sari Kurma Terhadap Kelancaran Produksi Asi Ibu Post Partum Di Rskdia Siti Fatimah Makassar. *Jurnal Antara Kebidanan*, 3(1), 11–20.
- Hidana, R. (2018). Pengaruh Pemberian Sari Kurma Pada Ibu Menyusui Eksklusif Terhadap Status Gizi Bayi Usia 0-5 Bulan Di Kota Semarang. *Hearty*, 6(1). <https://doi.org/10.32832/hearty.v6i1.1253>
- Modepeng, T., Pavadhgul, P., & Bumrungpert, A. (2021). *The Effects of Date Fruit Consumption on Breast Milk Quantity and Nutritional Status of Infants*. 16(11), 909–914. <https://doi.org/10.1089/bfm.2021.0031>
- Putriningtyas, N. D., & Hidana, R. (2016). Pemberian Sari Kurma Pada Ibu Menyusui Efektif Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-5 Bulan. *Medika Respati*, 11(3), 65–74. <https://medika.respati.ac.id/index.php/Medika/article/view/115/110>
- T.Prianti, A., Eryanti, R., & Rahmawati. (2020). Efektivitas Pemberian Sari Kurma Terhadap Kelancaran Produksi ASI Ibu Post Partum Di RSKDIA Siti Fatimah Makasar. *Jurnal Antara Kebidanan*, 3(1). <https://ojs.abdinusantara.ac.id/index.php/antarakebidanan/article/view/131/117>
- Yuliatul, R., Kiswati, & Mudawamah, S. (2014). Hubungan Teknik Menyusui dengan Terjadinya Lecet Puting Susu pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Desa Tamansari Kecamatan Mumbulsari Kabupaten Jember. *Jurnal Kesehatan Dr.Soebandi*, 3(2), 158–161. <http://journal.stikesdrsoebandi.ac.id/index.php/jkds/article/view/48>
- Yusrina, A., & Rukmini Devy, S. (2016). Faktor Yang Mempengaruhi Niat Ibu Memberikan Asi Eksklusif Di Kelurahan Magersari, Sidoarjo. *Journal Promkes*, 4(1), 11–21. <https://e-journal.unair.ac.id/PROMKES/article/view/5802/3711>