

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan yang ideal bagi pertumbuhan bayi. Manfaat menyusui dan pemberian Air Susu Ibu (ASI) sangat luar biasa, menyelamatkan kehidupan. Menyusui merupakan cara pemenuhan kebutuhan nutrisi yang terbaik bagi bayi. Namun kenyataannya, produksi ASI tidak selalu lancar hal itu dapat menghambat dalam memenuhi kebutuhan nutrisi pada bayi. Menyusui sebuah ikhtiar yang paling sederhana, paling cerdas dan paling terjangkau untuk mendukung anak yang lebih sehat, keluarga yang lebih kuat dan pertumbuhan yang berkelanjutan (Pasaribu et al, 2023).

Salah satu kebijakan pemerintah dalam mendukung pemberian Air Susu Ibu dituangkan dalam PP No. 33 pasal 6 tahun 2012, bahwa setiap ibu yang melahirkan harus memberikan ASI Eksklusif kepada bayi yang dilahirkannya. Menyusui menurunkan risiko infeksi akut seperti diare, pnemonia, haemophilus influenza, meningitis dan infeksi saluran kemih (Faridah, 2019).

Penyebab ibu tidak dapat memberikan ASI eksklusif karena faktor keadaan gizi ibu, pengalaman atau sikap ibu terhadap menyusui, keadaan emosi, keadaan payudara, dan peran keluarga. Kelancaran produksi ASI dapat mendukung untuk meningkatkan keberhasilan ibu dalam pemberian ASI. Pada masa kehamilan kelancaran produksi ASI sudah dapat dipersiapkan dengan melakukan perawatan payudara dan mengkonsumsi makanan yang dapat membantu meningkatkan produksi ASI. Beberapa tahun terakhir ditemukan berbagai macam tumbuhan yang dapat membantu pengeluaran dan produksi ASI antara lain daun katuk dan temulawak (Riani, 2021).

Cara untuk melancarkan produksi ASI pada ibu nifas adalah dengan mengkonsumsi temulawak. Temulawak merupakan jamu tradisional yang dapat membantu melancarkan produksi ASI bagi ibu nifas. Temulawak juga mengandung zat aktif xanthorrhizol yang merupakan komponen khas minyak

atsiri dan zat aktif kurkumin merupakan bagian terbesar pigmen kuning yang terjadi dalam rimpang temulawak. Sedangkan pengeluaran ASI dikatakan lancar bila produksi ASI berlebihan yang ditandai dengan ASI akan menetes dan akan memancar deras saat diisap bayi dan merembes keluar melalui puting susu (Susanti, 2019).

Menurut studi terdahulu yang dilakukan Susanti, (2019) terdapat 18 ibu nifas yang sudah mengkonsumsi rebusan temulawak. Temulawak mengandung lemak, protein, serat kasar dan mineral (kalium, natrium, magnesium, zat besi) yang akan memperlancar produksi ASI dan kurkumin sebagai antioksidan. Kesimpulan dari studi ini ada pengaruh konsumsi temulawak oleh ibu nifas terhadap kelancaran produksi ASI.

Berdasarkan studi diatas diperlukan edukasi khusus pada ibu nifas yang baru melahirkan untuk memperlancar produksi ASI dengan mengkonsumsi rebusan temulawak. Salah satu media edukasi yang dapat digunakan yaitu *booklet*. *Booklet* adalah buku kecil yang berisi tulisan atau gambar atau keduanya tentang kesehatan yang ditunjukkan untuk sasaran yang dapat membaca. *Booklet* dinilai lebih efisien meningkatkan pengetahuan karena akan membantu responden mengingat setengah dari keseluruhan materi yang akan terlupa setelah disampaikan secara verbal lebih dari 5 menit waktu penyampaian informasi. Adapun kelebihan media *booklet* adalah Dapat digunakan sebagai media atau alat untuk belajar mandiri, dapat dipelajari isinya dengan mudah, mudah untuk dibuat, diperbanyak, dan disesuaikan, dapat dibuat secara sederhana dan biaya yang relatif murah (Katmawati et al., 2021).

Manfaat *booklet* antara lain bagi tenaga kesehatan khususnya bidan yaitu dapat digunakan sebagai media promosi kesehatan dan KIE. Adapun manfaat bagi masyarakat yaitu memberikan informasi, pengetahuan dan menambah wawasan bagi masyarakat mengenai manfaat air rebusan temulawak untuk kelancaran produksi ASI pada ibu nifas. Dari uraian diatas, penulis tertarik untuk membuat luaran berupa *booklet* dengan judul “Edukasi

Konsumsi Air Rebusan Temulawak Untuk Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Nifas Dengan Media *Booklet*".