

**PEMANFAATAN SARI JINTEN HITAM UNTUK  
MELANCARKAN ASI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya kebidanan  
pada Program Studi DIII Kebidanan**



**Oleh :**

**Yulita Eka Nabila**

A2019011

**PROGRAM STUDI DIII  
KEBIDANAN FAKULTAS ILMU  
KESEHATAN UNIVERSITAS  
'AISYIYAH SURAKARTA  
2022**

**PEMANFAATAN SARI JINTEN HITAM UNTUK  
MELANCARKAN ASI**

**Disusun untuk Memperoleh Gelar Ahli Madya kebidanan  
pada Program Studi DIII Kebidanan**



**Oleh :**

**Yulita Eka Nabila**

A2019011

**PROGRAM STUDI DIII  
KEBIDANAN FAKULTAS ILMU  
KESEHATAN UNIVERSITAS  
'AISYIYAH SURAKARTA  
2022**

## **PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR**

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tugas akhir dengan judul:

### **PEMANFAATAN SARI JINTEN HITAM UNTUK MELANCARKAN ASI**

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Kebidanan pada Program Studi DIII Kebidanan Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Tugas Akhir yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun Perguruan Tinggi atau Instansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan Tugas Akhir ini merupakan hasil plagiat atau jiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 18 April 2022



Yulita Eka Nabila  
A2019011

## PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yulita Eka Nabila

NIM : A2019011

Jenis Karya : Tugas Akhir

Judul : Pemanfaatan sari jinten hitam untuk *melancarkan ASI*

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Eksklusif Royalti-Free Right*) kepada Universitas 'Aisyiyah Surakarta atas tugas akhir saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media formatkan, mengelola dalam bentuk pengkalan data (*data base*), menawar dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Surakarta, 18 April 2022

Yang menyatakan



(Yulita Eka Nabila)

## PERSETUJUAN PEMBIMBING

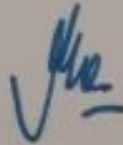
Tugas Akhir dengan judul :

### PEMANFAATAN SARI JINTEN HITAM UNTUK MELANCARKAN ASI

Dinyatakan telah disetujui untuk diajukan pada ujian sidang tugas akhir Program Studi D III Kebidanan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta,

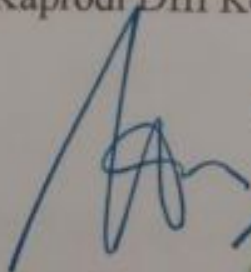
Pembimbing



Sri Kustiyati, SST., M.Keb  
NIDN. 0610077701

Mengetahui

Kaprodi DIII Kebidanan



Winarni, SSiT., MPH  
NIDN. 0622087101



## LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Tugas Akhir dengan judul :

### PEMANFAATAN SARI JINTEN HITAM UNTUK MELANCARKAN ASI

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Kebidanan pada Program Studi Diploma III Kebidanan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Laporan Tugas Akhir pada tanggal 18 April dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Laporan Tugas Akhir pada Program Studi Diploma III Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 18 April 2022

Mengesahkan

Penguji :

1. Sri Handayani, SSiT., M. Keb (.....) NIDN. 0627017401

2. Kamidah, SSiT., M. Kes (.....) NIDN. 0623077501


3. Sri Kustiyati, SST., M. Keb (.....) NIDN. 0610077701

Mengetahui

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

  
Sri Kustiyati, SST., M. Keb  
NIDN. 0610077701

Kaprodi DIII Kebidanan

  
Widiarni, SSiT., MPH  
NIDN. 0622087101



## PEMANFAATAN SARI JINTEN HITAM UNTUK MELANCARKAN ASI

**Yulita Eka Nabila, Sri Kustiyati**

Program Studi Diploma III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan

Email : [eyulita84@gmail.com](mailto:eyulita84@gmail.com)

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

### INTISARI

**Latar Belakang:** Jinten hitam (*Nigella sativa*) adalah anggota famili ranunculaceae yang memiliki bunga berwarna putih atau hijau pucat yang berubah menjadi hitam jika terkena udara. *Nigella sativa* atau dikenal juga dengan Blackseed (Inggris) atau Habbatussauda (Bedouin) adalah spesies tumbuhan berbunga asli Asia Barat Daya (Mukhtar, 2019). Tanaman ini mengandung minyak lemak (36,38%), protein, alkaloid, saponin, dan minyak esensial (0,1% - 2,5%). Komponen utama dari minyak lemak akan menjadi asam lemak tak jenuh, asam arakidat dan asam eicosadikenoat. Sementara minyak atsiri mengandung lebih banyak thymoquinone (27,8% - 57%), cymene (7,1% - 15,5%), carvacrol (5,8% - 11,6%), thymol (0,25% - 2,3%), terpineol (2,0% - 6,6%), dan longifolin (1,0% - 8,0%). Metode menggunakan jinten hitam ini akan diekstraksi menjadi ekstrak jinten hitam dalam bentuk kapsul supaya mempermudah para ibu untuk mengkonsumsinya. Cara mengkonsumsinya yaitu 1-2X sehari 1 kapsul sesudah makan. **Metode:** Penerapan tentang ekstraksi jinten hitam untuk melancarkan ASI melalui media poster. **Hasil:** Media yang dihasilkan Tugas Akhir berupa poster yang dapat didistribusikan secara langsung kepada masyarakat atau langsung kepada para ibu menyusui dan ibu nifas. **Kesimpulan:** Sebagai media promosi edukasi dan informasi bagi masyarakat khususnya pada ibu menyusui terkait pemanfaatan jinten hitam untuk melancarkan ASI.

**Kata Kunci:** Melancarkan ASI, Ekstraksi jinten hitam, poster

## PEMANFAATAN SARI JINTEN HITAM UNTUK MELANCARKAN ASI

**Yulita Eka Nabila, Sri Kustiyati**

Program Studi Diploma III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan

Email : [cyulita84@gmail.com](mailto:cyulita84@gmail.com)

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

### SUMMARY

**Background :** Black cumin (*Nigella sativa*) is a member of the ranunculus family that has white or pale green flowers that turn black when exposed to air. *Nigella sativa* or also known as Blackseed (English) or Black Seed (Bedouin) is a species of flowering plant native to Southwest Asia (Mukhtar, 2019). This plant contains fatty oils (3638%), protein, alkaloids, saponins, and essential oils (0,% -2.5%). The main components of fatty oils will be unsaturated fatty acids, arachidic acid and eicosadieonic acid. volatile contains more thymoquinone(27.8%-57%),cymene(7.1%-15.5%),carvacrol(5.8%-11.6%),tanethole(0.25% -2, 3%), terpineol (2.0%-6.6%), and longifolin (1.0%-8.0%). This method using black cumin will be extracted into black cumin extract in capsule form to make it easier for mothers to consume it. How to consume it 1-2 times a day 1 capsule after eating. **Method:** Application of black cumin extraction to launch breast milk through poster media. **Result:** The media produced by the Final Project is in the form of posters that can be distributed directly to the public or directly to breastfeeding mothers and postpartum mothers. **Conclusion :** As a media to promote education and information for the community, especially breastfeeding mothers regarding the use of black cumin to promote breastfeeding.

**Keywords:** *Promote breast milk, black cumin extraction, poster*



## KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr.Wb

Segala puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya yang telah melindungi serta membimbing penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Tugas Akhir. Tugas Akhir ini disusun untuk melengkapi sebagai syarat guna memperoleh gelar Ahli Madya Kebidanan pada Program Studi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas `Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan Tugas Akhir ini tidak akan terwujud tanpa keterlibatan bantuan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis perlu menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan setulus-tulusnya kepada para pihak yang membantu sehingga penulisan skripsi ini terlaksana dengan lancar, yakni kepada:

- a. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku Rektor Universitas `Aisyiyah Surakarta.
- b. Sri Kustiyati, SST., M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas `Aisyiyah Surakarta.
- c. Winarni, SSiT., MPH selaku Kaprodi Studi DIII Kebidanan Universitas `Aisyiyah Surakarta.
- d. Sri Kustiyati, SST., M.Keb selaku Dosen Pembimbing yang telah membimbing, meluangkan serta memberikan pengarahan, sehingga Tugas Akhir ini dapat terselesaikan.
- e. Dosen Universitas `Aisyiyah Surakarta yang telah memberikan bekal ilmu pengetahuan selama penulis menuntut ilmu di Universitas `Aisyiyah Surakarta.
- f. Karyawan beserta jajaran Universitas `Aisyiyah Surakarta yang telah membantu dan menyediakan sarana prasarana guna mendukung kelancaran Tugas Akhir.
- g. Bapak Siswanto dan Ibu Wartini selaku orang tua saya, yang tidak pernah lelah apalagi berhenti memberikan doa serta dukungan, baik secara moril maupun materil dalam pembuatan Tugas Akhir ini, serta adek saya Marcella Zahwa Nabilla dan Adhiba Nilam An Najwa.
- h. Teman teman seperjuangan Universitas `Aisyiyah Surakarta angkatan 2019 yang telah berjuang bersama-sama hingga saat ini.
- i. Kepada keluarga APOTEK DIAMANDA yang telah mengajarkan banyak ilmu dan menyemangati dalam penyusunan Tugas Akhir ini.
- j. Kepada teman-teman ku mbak Vina, Mas Taufiq, dan Ratih, atas dukungan dan saling menyemangati.

k. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa laporan Tugas Akhir ini masih jauh dari kesempurnaan karena kesempurnaan hanyalah milik ALLAH SWT. Hal ini disebabkan karena keterbatasan penulis sendiri sebagai manusia yang tidak luput dari kesalahan. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak untuk perbaikan dikemudian hari. Sehingga hasil penyusunan Tugas Akhir ini dapat bermanfaat untuk menambah pengetahuan bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Surakarta, 18 April 2022



Penulis