

**KONSUMSI DAUN KACANG PANJANG UNTUK
MENINGKATKAN PRODUKSI ASI**

KARYA TULIS ILMIAH



KHANSA QORINA ALYA

A2016023

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
'AISYIYAH SURAKARTA
2019**

**KONSUMSI DAUN KACANG PANJANG UNTUK
MENINGKATKAN PRODUKSI ASI**

KARYA TULIS ILMIAH

**Disusun untuk memperoleh Gelar Ahli Madya Kebidanan pada
Program Studi D III Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Surakarta**



KHANSA QORINA ALYA

A2016023

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
'AISYIYAH SURAKARTA
2019**

PERNYATAAN KEASLIAN KTI

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KTI dengan judul:

KONSUMSI DAUN KACANG PANJANG UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Kebidanan pada Program Studi Diploma III Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Surakarta yang bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari KTI yang sudah dipublikasikan dan atau yang pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Kebidanan dilingkungan STIKES 'Aisyiyah Surakarta maupun diperguruan tinggi atau instansi manapun. Apabila dikemudian hari penulisan KTI ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKES 'Aisyiyah Surakarta.



Surakarta, 13 Mei 2019

Khansa Qorina Alya
NIM. A2016023

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIKES 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Khansa Qorina Alya

NIM : A2016023

Jenis Karya : KTI

Judul : "KONSUMSI DAUN KACANG PANJANG UNTUK
MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI"

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non Exclusive Royalty- Free Right) kepada STIKES 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada di dalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan, STIKES 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/mengelola, mengelola dalam bentuk pangkalan data (data base), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.



nyatakan

(Khansa Qorina Alya)

NIM. A2016023

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

KONSUMSI DAUN KACANG PANJANG UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI DI DESA JUNGKE, KARANGANYAR

Dinyatakan telah disetujui pada ujian akhir proposal Program Studi Diploma III
Kebidanan 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 13 Mei 2019

Pembimbing 1



Kamidah, M.Kes

NIDN. 0623077501

Pembimbing 2



Rita Riyanti, M.Kes

NIDN. 0624068803

Mengetahui

Kepala Prodi DIII Kebidanan



Endang Sri Wahyuni, M.Keb

NIDN. 0614028002

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

KONSUMSI DAUN KACANG PANJANG UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Kebidanan pada Program Studi Diploma III Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.
KTI ini telah diujikan pada sidang hasil KTI pada tanggal 13 Mei 2019 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai KTI pada Program Studi Diploma III Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 13 Mei 2019

Mengesahkan,

Penguji : 1. Kamidah, M.Kes

NIDN. 0623077501

2. Rita Riyanti, M.Kes

NIDN. 0624068803

3. Lely Firrahmawati, M.Keb


NIDN. 0616128203

()
()
()

Mengetahui

Ketua Program Studi DIII Kebidanan




Endang Sri Wahyuni, S.ST, M.Keb

NIDN. 0614028002

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT karena dengan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Konsumsi daun kacang panjang untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui di Desa Jungke, Karanganyar” sesuai waktu yang telah ditentukan. Adapun Karya Tulis Ilmiah ini disusun untuk memenuhi syarat guna mencapai gelar Ahli Madya Kebidanan pada program Studi Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.

Pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu, membimbing, dan mengarahkan sehingga dapat menyelesaikan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini dengan baik, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan kemudahan sehingga Karya Tulis Ilmiah ini bisa terselesaikan
2. Riyani Wulandari, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Ketua STIKES ‘Aisyiyah Surakarta
3. Endang Sri Wahyuni, SST, M.Keb selaku Ketua Program Studi Kebidanan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta
4. Kamidah, M.Kes selaku pembimbing 1 yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pengetahuan, pengarahan serta koreksi selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah
5. Rita Riyanti, M.Kes selaku pembimbing 2 yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan, pengetahuan, pengarahan serta koreksi selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah
6. Semua dosen dan karyawan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta
7. Ayah dan ibu yang selalu mendoakan saya, memberikan dukungan dan semangat. Terima kasih atas kasih sayang yang tulus kalian dan berkat kalian putrimu bisa sampai disini
8. Seluruh keluarga besar yang tulus memberikan doa, dukungan, materi, mental dan spiritual

9. Rekan-rekan seperjuangan angkatan 2016 yang selalu mendukung dan membantu dalam menyelesaikan penulisan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini
10. Ibu nifas di Desa Jungke, Karanganyar yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini
11. Semua pihak yang terkait yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah membantu dalam penulisan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam Karya Tulis ini, karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari pembaca. Penulis berharap Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat dan dapat menambah referensi bagi pembaca

Wassalamu'alaikum Wr.Wb

ABSTRAK

KONSUMSI DAUN KACANG PANJANG UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI DESA JUNGKE KARANGANYAR

Khansa Qorina Alya (2019)

Diploma III Kebidanan STIKES 'Aisyiyah Surakarta

Kamidah, M.Kes¹, Rita Riyanti, M.Kes².

Kata Kunci: Daun kacang panjang, Produksi ASI, Ibu Menyusui

Latar Belakang: Produksi ASI adalah proses pembentukan ASI oleh kelenjar payudara. Bahan makanan yang dapat membantu menstimulasi hormon produksi ASI yaitu daun kacang panjang. **Tujuan:** Mendeskripsikan hasil pemberian daun kacang panjang untuk meningkatkan produksi ASI. **Metode:** Metode yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Subjek penelitian adalah dua ibu menyusui nifas hari ke-10. Penyajian data diolah dari hasil observasi dan wawancara. Penelitian ini dilakukan pada bulan April 2019 dengan memberikan daun kacang panjang 200 gram setiap hari selama 7 hari. **Hasil:** Produksi ASI sebelum mengkonsumsi daun kacang panjang masih kurang, setelah mengkonsumsi daun kacang panjang produksi ASI meningkat yang ditandai oleh frekuensi menyusui sudah ≥ 10 kali yaitu 11 dan 12 kali/24 jam, BAK bayi ≥ 6 kali yaitu 9 dan 8 kali/24 jam, bayi tampak tenang. **Kesimpulan:** pemberian daun kacang panjang dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

ABSTRACT

LONG BEAN LEAF CONSUMPTION TO INCREASE ASI PRODUCTION IN BREASTFEEDING MOTHER IN VILLAGE JUNGKE KARANGANYAR

Khansa Qorina Alya (2019)

Midwifery Diploma III STIKES 'Aisyiyah Surakarta

Kamidah, M.Kes1, Rita Riyanti, M.Kes2.

Keywords: Long bean leaves, breast milk production, breastfeeding mother

Background: Breast milk production is the process of breastfeeding by the breast glands. Foods that can help stimulate the production of ASI hormones, namely long bean leaves. Objective: To describe the results of giving long bean leaves to increase milk production. Method: The method used is descriptive research. The research subjects were two mothers breastfeeding postpartum on the 10th day. Presentation of data is processed from the results of observations and interviews. This research was conducted in April 2019 by giving 200 gram long bean leaves every day for 7 days. Results: Breast milk production before consuming long bean leaves is still lacking, after consuming long bean leaves the milk production increases which is indicated by the frequency of breastfeeding already ≥ 10 times, 11 and 12 times / 24 hours, baby BAK bayi 6 times, 9 and 8 times / 24 hour, baby looks calm. Conclusion: administration of long bean leaves can increase milk production in nursing mothers.

DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL BELAKANG	ii
PERNYATAAN KEASLIAN KTI.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	v
PENGESAHAN PENGUJI.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
DAFTAR SINGKATAN	xiii
DAFTAR ISTILAH	xiv

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	2
C. Tujuan Penelitian.....	2
1. Tujuan Umum.....	2
2. Tujuan Khusus.....	2
D. Manfaat Penelitian	3

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Air Susu Ibu (ASI)	4
1. Pengertian ASI	4
2. Macam-macam ASI.....	4
3. Manfaat ASI	5
4. Volume ASI.....	6
5. Produksi ASI	7
6. Tanda Kecukupan ASI	7
7. Tanda Bayi Kurang ASI.....	8
8. Faktor Yang Mempengaruhi Produksi ASI.....	8
9. Kandungan ASI	9
B. Menyusui	10
1. Pengertian.....	10
2. Manfaat Menyusui.....	10
3. Nutrisi Ibu Menyusui.....	10
4. Masalah dalam Menyusui.....	11
C. Daun Kacang Panjang.....	12
1. Nama Latin.....	12
2. Pengertian.....	12

3. Kandungan	12
4. Manfaat Daun Kacang Panjang.....	13
D. Kerangka Teori	14
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Rancangan Penelitian.....	15
B. Subyek Penelitian	15
C. Definisi Operasional	15
D. Tempat dan Waktu Penelitian.....	15
E. Pengumpulan Data.....	16
F. Pengolahan Data	16
G. Etika Penelitian	17
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	19
B. Pembahasan.....	22
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	26
B. Saran.....	26

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Kerangka Teori

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Tabel 4.1 Hasil Observasi Sebelum

Tabel 4.2 Hasil Observasi Sesudah

Tabel 4.3 Hasil Perbandingan Sebelum dan Sesudah

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent

Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 3 Lembar Observasi

Lampiran 4 Ceklist Pengolahan Sayur Bening Daun Kacang Panjang

DAFTAR SINGKATAN

ASI	Air Susu Ibu
KEMENKES	Kementerian Kesehatan
BAK	Buang Air Kecil
IBI	Ikatan Bidan Indonesia
WHO	World Health Organization

DAFTAR ISTILAH

Kolostrum	Cairan kental yang pertama kali dikeluarkan oleh puting Susu
Laktasi	Keseluruhan proses menyusui mulai dari ASI diproduksi sampai proses bayi menghisap dan menelan
Premature	Kelahiran yang terjadi sebelum minggu ke-37 atau perkiraan lahir lebih awal
Kolostrum	Cairan kental yang pertama kali dikeluarkan oleh puting susu
Makronutrien	Nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh dalam jumlah besar
Mikronutrien	Nutrisi yang dibutuhkan oleh tubuh dalam jumlah kecil
Oksitosin	Hormon ini mengencangkan otot halus dalam rahim saat melahirkan dan setelahnya
Postpartum	Masa sesudah persalinan dan kelahiran bayi, plasenta, serta selaput yang diperlukan untuk memulihkan kembali organ kandung seperti sebelum hamil dengan waktu kurang lebih enam minggu
Progesteron	Hormon pada wanita yang berperan penting terhadap pengaturan ovulasi dan menstruasi
Prolaktin	Suatu hormon yang disekresi oleh grandula pituitari
Informed consent	Persetujuan sebelum dilakukan intervensi