

**PERBEDAAN PRODUKSI ASI SEBELUM DAN SESUDAH  
PEMBERIAN BUAH PEPAYA PADA IBU POSTPARTUM  
DI PUSKESMAS ARJASA**

**SKRIPSI**



**Oleh :  
RISKA DEVITA WARDANI  
NIM. 20050049**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
2024**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Perbedaan Produksi ASI Sebelum Dan Sesudah Pemberian Buah Pepaya Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Arjasa telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas dr. Soebandi pada :

Nama : Riska Devita Wardani

NIM : 20050049

Hari, Tanggal : Kamis, 27 Juni 2024

Program Studi : Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan

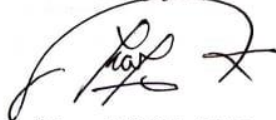
Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji  
Ketua Penguji,



**Gumiarti, S.ST., M.P.H.**  
NIDN. 4005076201

Penguji II,



**Kiswati, S.ST., M.Kes**  
NIDN. 4017076801

Penguji III,



**Dinar Perbawati, S.ST., M.Kes**  
NIDN. 0709059105

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas dr. Soebandi



**Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb**  
NIDN. 0719128902

# PERBEDAAN PRODUKSI ASI SEBELUM DAN SESUDAH PEMBERIAN BUAH PEPAYA PADA IBU POSTPARTUM DI PUSKESMAS ARJASA

## *DIFFERENCES IN BREAST MILK PRODUCTION BEFORE AND AFTER GIVING PAPAYA FRUIT TO POSTPARTUM MOTHERS AT ARJASA HEALTH CENTER*

Riska Devita Wardani<sup>1</sup>, Kiswati<sup>2</sup>, Dinar Perbawati<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Sarjana Kebidanan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi, Email: [riskdevita24@gmail.com](mailto:riskdevita24@gmail.com)

<sup>2</sup>Sarjana Kebidanan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi, Email: [kiswati.frq@gmail.com](mailto:kiswati.frq@gmail.com)

<sup>3</sup>Sarjana Kebidanan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi, Email: [dinarperbawatifw@gmail.com](mailto:dinarperbawatifw@gmail.com)

**Received:**

**Accepted:**

**Published:**

---

### **Abstrak**

Produksi ASI adalah proses pengeluaran dan pembentukan ASI. Stimulasi pada kelenjar payudara dapat menyebabkan produksi ASI meningkat atau menurun. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi produksi ASI adalah pola makan. Prevalensi produksi ASI kurang didunia sebanyak 19,4%, di Indonesia sebanyak 80%, di Jawa Timur sebanyak 100%, dan di Jember sebanyak 75%. Menurut studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti 3 dari 5 ibu postpartum yang menyusui memiliki produksi ASI kurang, faktor penyebabnya adalah kurangnya pemahaman ibu mengenai pentingnya asupan nutrisi yang tepat untuk meningkatkan produksi ASI. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah pemberian buah pepaya pada ibu postpartum di Puskesmas Arjasa. Metode penelitian menggunakan pre eksperimental dengan pendekatan *One Grup Pretest Posttest Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah 37 ibu postpartum. Jumlah sampel yang digunakan adalah 16 responden ibu postpartum menggunakan teknik *Accidental Sampling*. Instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner dan observasional. Analisa univariat menggunakan distribusi frekuensi dan analisa bivariat data dianalisis menggunakan Uji *Paired Sample T-test*. Hasil penelitian didapatkan sebelum pemberian buah pepaya jumlah rata-rata produksi ASI adalah 3118,75 dan sesudah pemberian buah pepaya jumlah rata-rata produksi ASI adalah 3346,88. Uji analisa didapatkan dengan nilai  $p \text{ value } 0,000 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima ini menunjukkan bahwa ada perbedaan signifikan dalam produksi ASI sebelum dan sesudah pemberian buah pepaya pada ibu postpartum di Puskesmas Arjasa. Ibu postpartum untuk meningkatkan produksi ASI dapat mengkonsumsi 600 gram buah pepaya tiga kali sehari selama tujuh hari.

**Kata Kunci:** Buah Pepaya; Produksi ASI; Ibu Postpartum