

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PEMANFAATAN SAYUR BENING DAUN KELOR UNTUK  
MEMPERLANCAR PRODUKSI ASI MINGGU PERTAMA  
MASA NIFAS PADA NY.I UMUR 23 TAHUN P1A0Ah1  
DI BPM DURROTUL MUFIDAH  
SEMPOR KEBUMEN**

Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan  
Diploma III Kebidanan



**Disusun Oleh:  
ASRI PERDHANA DEWI  
NIM : B1301026**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
MUHAMMADIYAH GOMBONG  
TAHUN 2016**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**PEMANFAATAN SAYUR BENING DAUN KELOR UNTUK  
MEMPERLANCAR PRODUKSI ASI MINGGU PERTAMA  
MASA NIFAS PADA NY.I UMUR 23 TAHUN P1A0Ah1  
DI BPM DURROTUL MUFIDAH  
SEMPOR KEBUMEN**

Diajukan Untuk Memenuhi Jenjang Pendidikan  
Diploma III Kebidanan



**Disusun Oleh:  
ASRI PERDHANA DEWI  
NIM : B1301026**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
MUHAMMADIYAH GOMBONG  
TAHUN 2016**

**LEMBAR PERSETUJUAN**

**PEMANFAATAN SAYUR BENING DAUN KELOR UNTUK  
MEMPERLANCAR PRODUKSI ASI MINGGU PERTAMA  
MASA NIFAS PADA NY.I UMUR 23 TAHUN P1A0Ah1  
DI BPM DURROTUL MUFIDAH  
SEMPOR KEBUMEN**

Yang Dipersiapkan dan Disusun Oleh :

**Asri Perdhana Dewi**

**NIM : B1301026**

Telah disetujui pada tanggal : 22 Juni 2016

Pembimbing,

1. Kusumastuti, S.SiT, M.Kes
2. Durrotul Mufidah, Amd. Keb



Mengetahui,  
Ketua Program Studi DIII Kebidanan

  
(Hastin Ika Indriyastuti, S.SiT, MPH)

**LEMBAR PENGESAHAN**

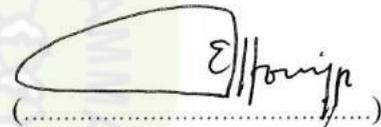
**PEMANFAATAN SAYUR BENING DAUN KELOR UNTUK  
MEMPERLANCAR PRODUKSI ASI MINGGU PERTAMA  
MASA NIFAS PADA NY.I UMUR 23 TAHUN PIA0Ah1  
DI BPM DURROTUL MUFIDAH  
SEMPOR KEBUMEN**

Yang Dipersiapkan dan Disusun Oleh :  
**Asri Perdhana Dewi**  
NIM : B1301026

Telah Dipertahankan di Depan Dewan Penguji  
Pada tanggal : 27 Juni 2016

Penguji :

1. Eka Novyriana, S.ST, MPH
2. Kusumastuti, S.SiT, M.Kes
3. Durrotul Mufidah, Amd. Keb

  
(.....)

  
(.....)

  
(.....)  


Mengetahui,  
Ketua Prodi DIII Kebidanan

  
Hastin Ika Indriyastuti, S.SiT, MPH

## LEMBAR PERNYATAAN

Dengan ini menyatakan bahwa dalam penulisan laporan karya tulis ilmiah dalam bentuk asuhan kehamilan tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk penelitian lain atau untuk memperoleh gelar kesarjanaan pada perguruan tinggi yang lain, dan sepanjang pengetahuan peneliti juga tidak terdapat karya orang lain atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Gombong, Juni 2016

Penulis



Asri Perdhana Dewi

## KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya kepada kita semua, sehingga atas izinNya penulis dapat menyelesaikan laporan karya tulis ilmiah. Laporan ini disusun untuk memenuhi tugas akhir semester VI sebagai syarat menempuh wisuda program studi Diploma III Kebidanan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.

Penyusunan laporan ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya bantuan, dari semua pihak. Untuk itu, pada kesempatan kali ini penyusun ingin mengucapkan terima kasih pada :

1. M. Madkhan Anis, S.Kep.Ns selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong
2. Hastin Ika Indriyastuti, S.SiT, M.PH selaku Ketua Prodi DIII Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong
3. Eka Novyriana, S.ST, MPH selaku Penguji 1 yang telah memberikan bimbingannya.
4. Kusumastuti, S.SiT, M.Kes yang telah memberikan kesempatan dan bimbingannya.
5. Durrotul Mufidah, Amd. Keb yang telah memberikan bimbingan di lahan praktik
6. Ny. I dan keluarga yang telah bersedia diberikan asuhan secara komprehensif.
7. Keluarga tercinta yang telah memberikan kasih sayang, doa, perhatian dan dukungan hingga saat ini
8. Rekan-rekan seperjuangan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong angkatan 2013, serta semua pihak yang tidak dapat kami sebutkan satu persatu yang telah membantu penyusunan laporan ini.

Penulis menyadari, bahwa dalam penyusunan laporan ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi sempurnanya laporan ini.

Gombong, Juni 2016

Penulis

**PEMANFAATAN SAYUR BENING DAUN KELOR UNTUK  
MEMPERLANCAR PRODUKSI ASI MINGGU PERTAMA  
MASA NIFAS PADA NY.I UMUR 23 TAHUN P1A0Ah1  
DI BPM DURROTUL MUFIDAH  
SEMPOR KEBUMEN<sup>1</sup>**

Asri Perdhana Dewi<sup>2</sup>, Kusumastuti, S.SiT, M.Kes<sup>3</sup>

**INTISARI**

**Latar Belakang:** Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan hasil sekresi kelenjar payudara ibu. ASI Eksklusif mengandung nutrisi terbaik dalam kualitas dan kuantitas pada saat pertumbuhan anak dari 0 – 6 bulan. Salah satu upaya untuk memperlancar produksi ASI yaitu dengan mengkonsumsi sayur bening daun kelor karena daun kelor mengandung senyawa fitosterol yang dapat mendorong sekresi hormon prolaktin untuk memproduksi ASI.

**Tujuan:** Mengetahui pemanfaatan sayur bening daun kelor untuk memperlancar produksi ASI pada minggu pertama masa nifas pada Ny.I umur 23 Tahun P1A0Ah1 di BPM Durrotul Mufidah, Amd. Keb di Desa Kenteng, Kecamatan Sempor, Kabupaten Kebumen.

**Metode Penelitian:** Jenis penelitian metode deskriptif kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Subjek penelitian ialah Ny.I umur 23 tahun P1A0Ah1. Metode pengolahan data dengan reduksi, penyajian data dan menarik kesimpulan.

**Hasil:** Pengeluaran ASI Ny.I menjadi lebih lancar dan berat badan bayi Ny.I naik 300 gram selama 3 hari. Hisapan bayi menjadi kuat, bayi tidur pulas, dan BAK bayi 6-8 kali serta BAB 2-3 kali sehari.

**Kesimpulan:** Daun Kelor bermanfaat untuk memperlancar produksi ASI pada minggu pertama masa nifas. Karena mengandung senyawa fitosterol yang dapat mendorong sekresi hormone prolaktin untuk memproduksi ASI.

**Kata Kunci:** Produksi ASI, Daun Kelor

**Kepustakaan:** 14 (2006-2016)

**Jumlah Halaman:** xi + 61 halaman + 8 tabel + 3 gambar + 12 lampiran

---

<sup>1</sup>Judul

<sup>2</sup>Mahasiswa Program Studi Diploma III Kebidanan

<sup>3</sup>Dosen Program Studi Diploma III Kebidanan STIKes Muhammadiyah Gombang

**SCIENTIFIC PAPER**  
**THE USE OF *Moringa Oleifa* SOUP TO ACCELERATE THE BREAST  
MILK PRODUCTION IN THE FIRST WEEK POST  
PARTUM OF MRS, I, A 23 YEAR-OLD POST PARTUM  
MOTHER WITH P1A0AH1 IN PRIVATE  
MIDWIFERY CLINC OF DURROTUL  
MUFIDAH AT SEMPOR,  
KEBUMEN<sup>1</sup>**  
**Asri Perdhana Dewi<sup>2</sup>, Kusumastuti, S.SiT, M.Kes<sup>3</sup>**

**ABSTRACT**

**Background:** Breast milk is a fluid secretion of mother's breast gland. Exclusive breast milk contains best quality and quantity for the growth of a child's brain beginning from 0 – 6 months. One of the efforts to accelerate the breast milk production is by consuming moringa soup. The reason is because moringa contains phytosterol that can stimulate the secretion of prolactin hormone to produce milk.

**Objective :** To examine the use of moringa soup to accelerate the production of breast milk during the first week post partum of Mrs. I, a 23 year-old post partum mother with P1A0Ah1 in private midwifery clinic of Midwife Durrotul Mufidah, Amd.Keb at Kenteng, Sempor, Kebumen.

**Method :** This scientific paper is a qualitative descriptive . Analyzing data was done by reducing data, presenting data, and drawing conclusions.

**Result :** The breast milk of Mrs. I flows out more fluently and the weight of her baby was increasing as many as 300 gram in 3 days. The baby's suck in the breastfeeding was strong. The baby could be fast asleep. The urination was 6-8 times and ty defecation was 2-3 times a day.

**Conclusion :** Moringa soup can help Mrs. I accelerate her breast milk production in the first week of her post partum. This is because moringa contains phytosterol stimulating prolactin hormone secretion to produce milk.

**Keywords:** Milk production, moringa soup

**Bibliography :** 20 literatures (2006-2015)

**Number of pages :** xi + 61 pages, 8 tables, 3 pictures, 12 attachment

---

<sup>1</sup>Title

<sup>2</sup>Student of Diploma III Program of Midwifery Dept

<sup>3</sup>Lecturer of Muhammadiyah Health Science Institute of Gombong

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	ii
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	iii
<b>HALAMAN LEMBAR PERNYATAAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN KATA PENGANTAR</b> .....	v
<b>HALAMAN INTISARI</b> .....	vi
<b>HALAMAN ABSTRACT</b> .....	vii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	viii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	ix
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	x
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xi
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang .....	1
B. Tujuan.....	4
C. Manfaat .....	5
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Tinjauan Teori.....	6
1. Teori Masa Nifas .....	6
2. Teori Laktasi dan Menyusui.....	15
3. Teori Daun Kelor.....	35
4. Ayat yang Menjelaskan Tentang ASI.....	45
B. Kerangka Teori.....	48
<b>BAB III METODE PENULISAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	49
B. Tempat Penelitian .....	50
C. Subjek .....	50
D. Instrumen .....	51
E. Teknik Analisa Data .....	52
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil.....	54
B. Pembahasan.....	56
C. Keterbatasan Penelitian.....	58
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan.....	59
B. Saran.....	60
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kunjungan Masa Nifas .....	9
Tabel 2.2 Perubahan Normal Uterus Selama Masa Nifas .....	12
Tabel 2.3 Perbedaan Lochia .....	15
Tabel 2.4 Kandungan Kolostrum, ASI transisi dan ASI Matur .....	27
Tabel 2.5 Cara Penyimpanan ASI .....	34
Tabel 2.6 Kandungan Fitokimia Daun Kelor Dalam Ekstrak Alkohol.....	42
Tabel 2.7. Kandungan Sitosterol dan Stigmaterol pada Daun Kelor.....	42
Table 4.1 Kenaikan Berat Badan Bayi.....	56



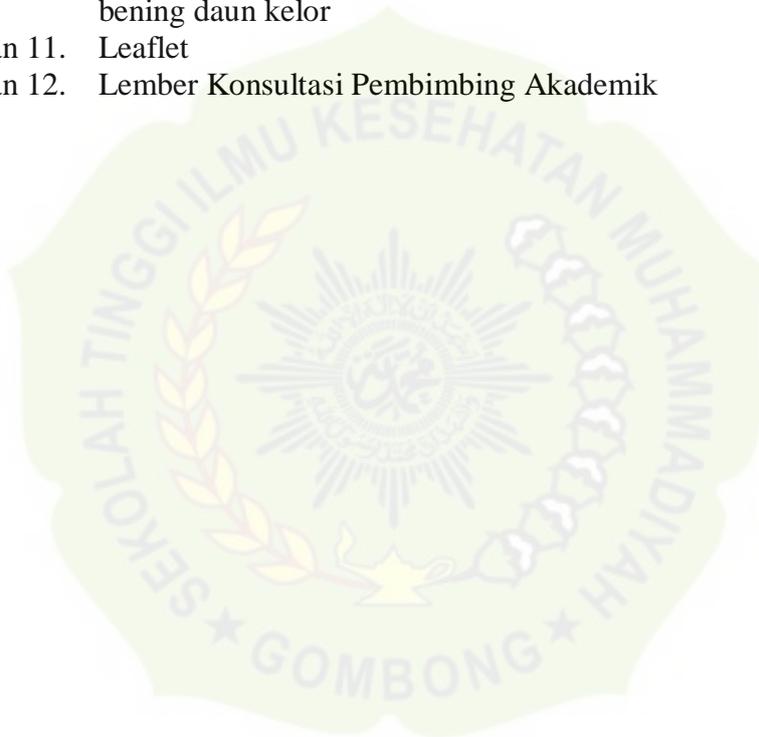
## DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 1.1 Inolusi Uterus .....	11
Gambar 1.2 Daun Kelor.....	35
Gambar 2.3 Krangka Teori.....	48



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Inform Consent
- Lampiran 2. Surat Pernyataan Bidan
- Lampiran 3. Identitas Keluarga
- Lampiran 4. Catatan Kesehatan Ibu Hamil
- Lampiran 5. Catatan Kesehatan Ibu Bersalin dan Bayi Baru Lahir
- Lampiran 6. Catatan Kesehatan Ibu Nifas
- Lampiran 7. Keterangan Lair
- Lampiran 8. KMS
- Lampiran 9. SOP cara membuat sayur bening daun kelor
- Lampiran 10. Lembar Observasi sebelum dan sesudah pemberian inovasi sayur bening daun kelor
- Lampiran 11. Leaflet
- Lampiran 12. Lember Konsultasi Pembimbing Akademik



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan hasil sekresi kelenjar payudara ibu. ASI Eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama 6 (enam) bulan, tanpa menambahkan dan / atau mengganti dengan makanan atau minuman lain. Setiap tahun terdapat satu sampai satu setengah juta bayi yang meninggal karena tidak diberi ASI. Survei demografi WHO (2007) menemukan bahwa pemberian ASI eksklusif selama 4 bulan pertama sangat rendah terutama di Afrika Tengah dan Utara, Asia dan Amerika Latin. WHO menganjurkan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama karena mampu menurunkan angka kematian dan kesakitan pada umumnya dibandingkan menyusui selama 4 bulan.

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2010 di Indonesia pemberian ASI baru mencapai 15,3% dan pemberian susu formula meningkat tiga kali lipat dari 10,3% menjadi 32,5%. Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012 menunjukkan bahwa hanya 27 % bayi umur 4-5 bulan mendapat ASI eksklusif (tanpa tambahan makanan atau minuman lain). Menurut SDKI 2012 pemberian ASI Eksklusif kepada bayi berusia 4-5 bulan lebih tinggi dibandingkan dengan hasil SDKI 2007 (masing-masing 27 % dan 17 %), terjadi peningkatan ibu menyusui hingga 10 % sejak pemberlakuan Peraturan Pemerintah (PP) No 33/2012 tentang Pemberian Asi Eksklusif.

Berdasarkan pemantauan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2005 rata-rata cakupan ASI Eksklusif di Jawa Tengah baru mencapai 27,49 %. Pada tahun 2006 rata-rata cakupan ASI Eksklusif di Jawa Tengah mengalami peningkatan sebesar 0,59 % dari tahun 2005 menjadi 28,08 %. Pada tahun 2007 rata-rata cakupan ASI eksklusif di Jawa Tengah telah mencapai 32,92 dari target yang diharapkan yaitu 80%. Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen tahun 2011, persentase pemberian ASI eksklusif 6 bulan, dengan rerata sebesar 49,5 %, lebih tinggi dibandingkan dari tahun 2010 sebesar 45,80% dan tahun 2009 sebesar 22,59% namun masih jauh dari target Standar Pelayanan Minimal (SPM) yaitu 80%. Berdasarkan survei yang dilakukan oleh badan penelitian dan pengembangan di bidang kesehatan, pada tahun 2002 didapatkan 46% ketidaklancaran ASI terjadi akibat perawatan payudara yang kurang, 25% akibat frekuensi menyusui yang kurang dari 8x/hari, 14% akibat BBLR, 10% akibat prematur, dan 5% akibat penyakit akut maupun kronis.

Nutrisi terbaik dalam kualitas dan kuantitas pada saat masa pertumbuhan otak yang terjadi dari 0 bulan sampai 6 bulan terkandung dalam ASI Eksklusif. Perkembangan otak anak dimulai sejak dalam kandungan sampai usia 3 tahun yang dikenal dengan periode emas, sehingga diperlukan pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan dan dapat diteruskan sampai anak berusia 2 tahun. Hal tersebut dikarenakan ASI mengandung protein, karbohidrat, lemak dan mineral yang dibutuhkan bayi dalam jumlah yang seimbang. Salah satu peneliti, Maria Iacovou (2006) mengemukakan asam lemak rantai panjang (*long chain fatty acids*) yang terkandung di dalam ASI

membuat otak bayi berkembang. Perkembangan dan pertumbuhan otak menentukan bagaimana tingkat kecerdasan manusia. Salah satu hasil dari pemberian ASI Eksklusif bermanfaat pada aspek kecerdasan yang merupakan satu dari empat faktor internal prestasi belajar seseorang.

Asupan makanan ibu menyusui ikut menentukan kualitas ASI-nya. Ada beberapa tanaman yang dipercaya baik secara turun-temurun maupun yang sudah terbukti uji keilmiahannya dalam meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI, misalnya daun katuk (*Sauropus androgynus*), klabet (*Trigonella graceum L.*) dan daun bangun-bangun (*Coleus amboinicus*, Lour), serta kelor (*Moringa Oleifera*). Ibu menyusui membutuhkan asupan zat besi yang cukup karena pada saat melahirkan ibu mengeluarkan darah banyak serta 50% kebutuhan zat besi janin berasal dari ibu. Selain itu zat besi yang berasal dari ASI diserap 100% oleh bayi, berbeda dengan susu sapi atau susu formula yang diserap hanya 50% dan 40%, sehingga ibu perlu menambah asupan zat besi untuk mengembalikan volume zat besi yang terserap oleh bayinya. Banyak alternatif untuk meningkatkan produksi air susu ibu salah satunya dengan mengkonsumsi sayur bening daun kelor. Mengonsumsi daun kelor diyakini dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Senyawa-senyawa alami di dalam daun mungil ini berkhasiat untuk mendorong sekresi hormon yang memerintah produksi susu dalam kelenjar payudara.

Bidan Praktek Mandiri (BPM) Durrotul Mufidah, Amd. Keb di Desa Kenteng, Kecamatan Sempor, Kabupaten Kebumen merupakan salah satu BPM yang membuka pelayanan persalinan 24 jam. Angka kunjungan

kehamilan selama bulan Februari 2016 sampai April 2016 mencapai 90 ibu hamil, persalinan normal mencapai 25 ibu bersalin. Dari 25 ibu nifas 10 diantaranya memiliki riwayat asi belum keluar setelah melahirkan.

Ny.I umur 23 tahun P<sub>1</sub>A<sub>0</sub>Ah<sub>1</sub> yang melakukan pemeriksaan nifas di BPM Durrotul Mufidah, Amd. Keb. Ny.I mengalami pengeluaran ASI yang belum lancar. Oleh karena itu penulis tertarik untuk memberikan asuhan kebidanan kepada Ny.I dengan inovasi “Pemanfaatan Sayur Bening Daun Kelor untuk Memperlancar Produksi ASI pada Minggu Pertama Masa Nifas”, penulis berharap inovasi ini dapat membantu mengatasi masalah-masalah yang muncul pada masa nifas terutama masalah pengeluaran ASI.

## **B. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini adalah mengetahui Pemanfaatan Sayur Bening Daun Kelor untuk Memperlancar Produksi ASI pada Minggu Pertama Masa Nifas pada Ny. I Umur 23 Tahun P<sub>1</sub>A<sub>0</sub>Ah<sub>1</sub> di BPM Durrotul Mufidah, Amd. Keb di Desa Kenteng, Kecamatan Sempor, Kabupaten Kebumen.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mampu mengetahui karakteristik ibu nifas dan respon bayi dalam pemberian ASI.
- b. Mampu mendiskripsikan pemanfaatan sayur bening daun kelor untuk memperlancar produksi ASI pada minggu pertama masa nifas.

- c. Mengetahui pengeluaran produksi ASI sebelum dan setelah dilakukan penerapan inovasi sayur bening daun kelor untuk memperlancar produksi ASI.

### **C. Manfaat**

1. Bagi Keluarga Ny.I

Menambah pengetahuan dan pengalaman bagi ibu untuk memperlancar produksi ASI menggunakan inovasi sayur bening daun kelor.

2. Bagi Bidan

Dapat memberikan pengalaman baru untuk memperlancar produksi ASI pada minggu pertama masa nifas dengan memberikan inovasi sayur bening daun kelor.

3. Bagi Penulis

Menambah ilmu pengetahuan dan keterampilan dalam asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan memanfaatkan daun kelor untuk meningkatkan produksi ASI agar dapat memberikan pelayanan yang bermutu tinggi.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Laporan ini dapat dijadikan sebagai tambahan pustaka bagi STIKes Muhammadiyah Gombong khususnya program studi DIII Kebidanan dalam memberikan asuhan kebidanan dengan menitikberatkan inovasi sayur bening daun kelor untuk memperlancar produksi ASI pada minggu pertama masa nifas.

## DAFTAR PUSTAKA

- WHO. 2007. *Situasi dan Analisis ASI Eksklusif*. [Diakses pada tanggal 18 Mei 2016, hari Rabu pukul 13.31 WIB  
[www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/.../infodatin-asi.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/.../infodatin-asi.pdf)]
- Riskesdas. 2010. Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar, Pencapaian Pemberian ASI [Diakses pada tanggal 1 Mei 2016, hari Minggu pukul 10.13 WIB  
[www.diskes.baliprov.go.id/files/.../RISKESDAS%202010.pdf](http://www.diskes.baliprov.go.id/files/.../RISKESDAS%202010.pdf)]
- SDKI. 2007. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia. [Diakses pada tanggal 2 Juni 2016, hari Kamis pukul 14.30 WIB [www.microdata.bps.go.id/SDKI](http://www.microdata.bps.go.id/SDKI) ]
- Dinkes. Jateng. 2006. Cakupan ASI Eksklusif. [Diakses pada tanggal 18 Februari 2016, hari Jumat, pukul 11.25 WIB  
[http://perpus.dinkesjatengprov.go.id/opac.php?modul=opac&act=view\\_cetak&awal=200&akhir=220&snext=0&enext=15&perpg=20](http://perpus.dinkesjatengprov.go.id/opac.php?modul=opac&act=view_cetak&awal=200&akhir=220&snext=0&enext=15&perpg=20)]
- Dinkes RI. 2010. Visualisasi Data Kesehatan Republik Indonesia. [Diakses pada tanggal 5 Mei 2016, hari Kamis, pukul 09.00 WIB  
<http://www.depkes.go.id>]
- Marmi, 2015. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Anggraeni, Y. 2010. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Yogyakarta : Pustaka Rihama
- Notoatmodjo, 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo, 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan –Ed. Rev-*. Jakarta: Rineka Cipta
- Saleha, S. 2009. *Asuhan Kebidanan pada masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika
- Savitri, A. 2016. *Tanaman Ajaib! Basmi Penyakit dengan TOGA ( Tanaman Obat Keluarga)*. Jakarta: Bibit Publisher
- Natalini Nova, Sitti Fatimah. 2014. Pemanfaatan Tanaman Kelor (*Moringa Oleifera*) untuk Meningkatkan Produksi ASI. WPPTI 20(3).  
<http://www.litbang.pertanian.go.id/berita/one/2159/>. Diakses tanggal 20 Februari 2016.
- Prawirohardjo, S. 2009. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka

Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen (Dinkeskab) 2014. Profil Kesehatan Kabupaten Kebumen tahun 2014.

<http://www.dinkeskabkebumen.ac.id/profil-kesehatan-kebumen>.

Diakses 12 Mei 2016 pukul 10.20 WIB



# LAMPIRAN



## INFORMED CONSENT

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Tri Puji Nugroho

Umur : 26 tahun

Alamat: Desa Kenteng RT 1 RW 1, Sempor, Kebumen

Adalah suami/keluarha dari :

Nama : Indah Sugesti

Umur : 23 tahun

Alamat: Desa Kenteng RT 1 RW 1, Sempor, Kebumen

Setelah mendapat penjelasan tentang, dari mahasiswa Prodi D III Kebidanan STIKes Muhammadiyah Gombang :

Nama : Asri Perdhana Dewi

NIM : B1301026

Menyatakan bersedia :

1. Memberikan informasi yang dibutuhkan dalam asuhan kebidanan
2. Bersedia menerima pemberian inovasi sayur bening daun kelor

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk dapat di gunakan sebagaimana mestinya.

Sempor, April 2016

Suami



Tri

Klien



Indah

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Durrotul Mufidah, Amd.Keb

Alamat : Kenteng, RT 3/RW 4, Sempor, Kebumen

Pemilik BPM : Durrotul Mufidah, Amd.Keb

Menyatakan bersedia / ~~tidak bersedia~~ untuk menerima mahasiswa atas nama Asri Perdhana Dewi guna mengambil 1 (satu) pasien untuk Karya Tulis Ilmiah di BPM yang saya kelola dari tanggal 22 Februari 2016-30 April 2016.

Demikian surat pernyataan ini di buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sempor, Februari 2016



Nomor Reg : ..... Nomor Urut : .....

Menerima Buku KIA

Tanggal : .....

Nama tempat pelayanan : .....

## IDENTITAS KELUARGA

**Nama Ibu** : Indah Sugast

Tempat/Tgl Lahir : Kebu. 18-4-1991 Agama : Islam

Pendidikan : Tidak sekolah/SD/SMP SMU/Akademi/Perguruan Tinggi\*

Golongan Darah : 0

Pekerjaan : Meyor RT

**Nama Suami** : TRI PUJI NUGROHO

Tempat/Tgl Lahir : Rilacap, 25-5-1990 Agama : Islam

Pendidikan : Tidak sekolah/SD/SMP SMU/Akademi/Perguruan Tinggi\*

Pekerjaan : -

Alamat rumah : Kunteng 2/3

Kecamatan : Sempor

Kabupaten/Kota : Kebumeh

No. telepon : .....

**Nama Anak** : .....

Tempat/Tgl Lahir : .....

\*Lingkari yang sesuai

DIISI OLEH PETUGAS KESEHATAN

Hari Pertama Haid Terakhir (HPHT), tanggal: 31.7.2015  
 Hari Taksiran Persalinan (HTP), tanggal: 7.5.2016  
 Lingkar Lengan Atas: 27 cm Tinggi Badan: 165 cm  
 Penggunaan kontrasepsi sebelum kehamilan ini: \_\_\_\_\_  
 Riwayat Penyakit yang diderita ibu: \_\_\_\_\_  
 Riwayat Alergi: \_\_\_\_\_

Tgl.	Keluhan Sekarang	Tekanan Darah (mmHg)	Berat Badan (kg)	Umur Kehamilan (minggu)	Tinggi Fundus (cm)	Letak Janin Kep/Sul/L	Denyut Jantung Janin / Menit
9/10/15	telat mens / siklus UTE 2x	130/107	58 kg	4+2	15gg	-	-
8/10/15	menstruasi / keluar	150	58 kg	10	6	-	170
3/11/15	t.a.k	130/90	58,5	13+4	16	6.000	153-155
28/10/15		120/80	61	21+4	21	6000	172
28/10/15	t.a.k	135/80	62,5	26	23	balok	170
28/10/15	t.a.k	110/70	61,5	30	25cm	kep 1	132
28/10/15	T.a.k	140/75	66	34	33	2	128
19/11/15	T.a.k	110/70	68,5	37+3	33	2	143-144
24/11/15	Keluar cairan bening / jalan lahir	140/70	68	38+2	33	2	138-140
25/11/15		130	-	-	-	-	-

Hamil ke: 1 Jumlah persalinan: 1 Jumlah keguguran: 0  
 Jumlah anak hidup: 1 Jumlah lahir mati: 0  
 Jumlah anak lahir kurang bulan: 0 anak  
 Jarak kehamilan ini dengan persalinan terakhir: 0  
 Status imunisasi TT: TT, X imunisasi TT terakhir: 0 [bulan/tahun]  
 Penolong persalinan terakhir: \_\_\_\_\_  
 Cara persalinan terakhir: [ ] Spontan / Normal [ ] Tindakan: \_\_\_\_\_  
 \*\*Beritanda [✓] pada kolom yang sesuai

Kaki Bengkak	Hasil Pemeriksaan Laboratorium	Tindakan (Terapi/TT/Fe Rutin, Umpan Balik)	Nasihat yang Disampaikan	Keterangan Tempat Pelayanan Nama Peneliti (Paraf)	Kapan Harus Kembali
0/+	Dl 27/12/16 TGO	26 minggu dr DSG	Adaptasi ke lingkungan - istirahat - pola makan	Pige Dharmasari	10/12/16
0/+	Ure urin positif	Cauplex Vitamin D	Perawatan: ke stn - hindari makan cepat - hindari makan lambat - hindari makan praktis	Bps Dharmasari	11/12/16
0/+	-	Vitamin Xc Kalsifon	Adaptasi / ke lingkungan - istirahat - pola makan	Bps Dharmasari	11/12/16
-/+	-11,5 UG konsent DGB	-	-	Bps Dharmasari	11/12/16
-/+	urin positif (+)	Vitamin Xc Calciferol	Adaptasi ke lingkungan - istirahat - pola makan	Bps Dharmasari	11/12/16
0/+	-	70 Vitamin Xc Calciferol	Perawatan ke stn - istirahat - pola makan	Bps Dharmasari	11/12/16
0/+	HB 11/20/16 Gestasi (+)	Vitamin Xc Calciferol	Perawatan ke stn - istirahat - pola makan	Bps Dharmasari	11/12/16
0/+	HB 11/20/16 Vt 12/16/16 Konsent (+)	Vitamin Xc Calciferol	Perawatan ke stn - istirahat - pola makan	Bps Dharmasari	11/12/16
-/+	-	-	-	Bps Dharmasari	11/12/16
-/+	-	-	-	Bps Dharmasari	11/12/16

**Ibu Bersalin**

Tanggal Persalinan: 25 April 2016 Pukul: 16.10 WIB  
 Umur Kehamilan: 38 1/2 minggu  
 Penolong persalinan: Dokter/Gidan  
 Cara Persalinan: Normal/Tindakan  
 Keadaan ibu: Sehat/Sakit/Pendarahan/Demam/Kejang/Lokhia berbau/Lain-lain  
 Keterangan tambahan: /Meninggal\*

\* Lingkari yang sesuai

**Bayi Saat Lahir**

Anak ke: 1 (Satu)  
 Berat Lahir: 3.500 gram  
 Panjang Badan: 48,5 cm  
 Lingkar Kepala: 34 cm  
 Jenis Kelamin: Laki-laki / Perempuan\*

Keadaan bayi saat lahir \*\*:

- Segera menangis
- Menangis beberapa saat
- Tidak menangis
- Seluruh tubuh kemerahan
- Anggota gerak kebiruan
- Seluruh tubuh biru
- Meninggal

Asuhan Bayi Baru Lahir \*\*:
 

- Inisiasi Menyusu Dini (IMD) dalam 1 jam pertama kelahiran bayi
- Suntikan Vitamin K1
- Salep mata antibiotika profilaksis
- Imunisasi HB0

Keterangan tambahan: .....

\* Lingkari yang sesuai

\*\* Beri tanda [ ✓ ] pada kolom yang sesuai

**RUJUKAN**

Tanggal/bulan/tahun: ..... Jam: .....  
 Dirujuk ke: .....  
 Sebab dirujuk: .....  
 Diagnosis sementara: .....  
 Tindakan sementara: .....  
 Yang merujuk: .....  
 .....

**UMPAN BALIK RUJUKAN**

Diagnosis: .....  
 Tindakan: .....  
 Anjuran: .....  
 Tanggal: .....  
 Penerima rujukan: .....

**RUJUKAN**

Tanggal/bulan/tahun: ..... Jam: .....  
 Dirujuk ke: .....  
 Sebab dirujuk: .....  
 Diagnosis sementara: .....  
 Tindakan sementara: .....  
 Yang merujuk: .....

**UMPAN BALIK RUJUKAN**

Diagnosis: .....  
 Tindakan: .....  
 Anjuran: .....  
 Tanggal: .....  
 Penerima rujukan: .....

## KETERANGAN LAHIR

No: .....

Yang bertanda tangan di bawah ini, menerangkan bahwa  
 Pada hari ini Senin tanggal 25 April 2016 Pukul 16.10 WIB  
 telah lahir seorang bayi/

Jenis Kelamin : Laki-laki (Empuan)  
 Jenis Kelahiran : Tunggal/Kembar 2/ Kembar 3/ lainnya \*  
 Kelahiran ke : (Satu)  
 Berat lahir : 3.500 gram  
 Panjang badan : 48,5 cm  
 di rumah/Rumah Bidan (Golides) Rumah Bersalin/Puskesmas/Rumah Sakit\*

alamat : Kenteng 3/4 Sempur, Kebumen  
 Diberi nama : .....

Dari Orang tua :  
 Nama Ibu : Ny. Indah Susesti Umur : 22 tahun  
 Pekerjaan : Mengurus Rumah Tangga (MRT)  
 KTP No. : .....  
 Nama Ayah : Ir. Tri Puji Nugroho Umur : 25 tahun  
 Pekerjaan : .....  
 KTP No. : .....  
 Alamat : Kenteng, 3/3  
 Kecamatan : Sempur  
 Kab/Kota : Kebumen

Saksi 1

Saksi 2

Sempur, tgl 25 April 2016  
 Penolong Persalinan

\*\*  
 Direktur Mufidah, Amel Keb

\* Isilah yang kosong  
 \*\* Tanda tangan, nama lengkap, dan asal pejabat, cetak terang  
 (tulis dengan jelas)

## KETERANGAN LAHIR

No: .....

Yang bertanda tangan di bawah ini, menerangkan bahwa  
 Pada hari ini Senin tanggal 25 April 2016 Pukul 16.10 WIB  
 telah lahir seorang bayi/

Jenis Kelamin : Laki-laki (Empuan)  
 Jenis Kelahiran : Tunggal/Kembar 2/ Kembar 3/ lainnya \*  
 Kelahiran ke : (Satu)  
 Berat lahir : 3.500 gram  
 Panjang badan : 48,5 cm  
 di rumah/Rumah Bidan (Golides) Rumah Bersalin/Puskesmas/Rumah Sakit\*

alamat : Kenteng 3/4 Sempur, Kebumen  
 Diberi nama : .....

Dari Orang tua :  
 Nama Ibu : Ny. Indah Susesti Umur : 22 tahun  
 Pekerjaan : Mengurus Rumah Tangga (MRT)  
 KTP No. : .....  
 Nama Ayah : Ir. Tri Puji Nugroho Umur : 25 tahun  
 Pekerjaan : .....  
 KTP No. : .....  
 Alamat : Kenteng, 3/3  
 Kecamatan : Sempur  
 Kab/Kota : Kebumen

Saksi 1

Saksi 2

Sempur, tgl 25 April 2016  
 Penolong Persalinan

\*\*  
 Direktur Mufidah, Amel Keb

\* Isilah yang kosong  
 \*\* Tanda tangan, nama lengkap, dan asal pejabat, cetak terang  
 (tulis dengan jelas)

CATATAN KESEHATAN IBU NIFAS

Tgl. Pukul	Keluhan sekarang	Tekanan Darah (mmHg)	Nadi /me- nit	Nafas /me- nit	Suhu (°C)	Kon- traksi Rahim	Perda- rahan	Warna, Jumlah, & bau Lochia
25/16	brsung fang di	120/80	84.	21	37 <sup>1</sup>	kenas	(+) 2-6 ml	(+) kental
		/						
		/						
		/						
		/						

Kesimpulan Akhir Nifas  
Keadaan Ibu \*\*\*:

Sehat  
 Sakit  
 Meninggal

Keadaan bayi \*\*:  Sehat  
 Sakit  
 Meninggal

Komplikasi nifas \*\*\*:

Perdarahan  
 Infeksi  
 Hipertensi  
 lain-lain

\*\* ber tanda / ✓ / pada kolom yang sesuai

CATATAN KESEHATAN IBU NIFAS

Buang Air Besar	Buang Air Kecil	Produksi ASI	Tindakan Pemberian Vit-A, Fe, Iodop, Rujukan Umpan Balik	Nasihat yang Disampaikan	Keterangan (Nama Pemeriksa, Tempat Pelayanan, Paraf)
(-)/+	(-)/+	(+) cukup	-Vit A 25000 IU -Fe 100 mg -Iodop 500 mcg -Rujukan Umpan Balik	-Berhenti menyusui -jangan pantiang -jangan minum vitamin cep.	PRD Konting
-/+	-/+				
-/+	-/+				
-/+	-/+				
-/+	-/+				

PELAYANAN KB IBU NIFAS

Tanggal/bulan/tahun	Tempat	Cara KB/kontrasepsi
25/16		0/0/0

KETERANGAN LAHIR

KETERANGAN LAHIR

No: .....

Yang bertanda tangan di bawah ini, menerangkan bahwa Pada hari ini Senin, tanggal 25 April 2016 Pukul 16.10 WIB telah lahir seorang bayi

Jenis Kelamin : Laki-laki (Perempuan)  
Jenis Kelahiran : tunggal/kembar 2/ kembar 3/lainnya \*  
Kelahiran ke : (satu)  
Berat lahir : 3.500 gram  
Panjang badan : 48,5 cm

di rumah/Rumah Bidan/Polindes/Rumah Bersalin/Puskesmas/Rumah Sakit\*

alamat : Kenteng 3/4 Sempor, Kebumen  
Diberi nama :

.....

Dari Orang tua :  
Nama Ibu : Ny. Indah Sugesti Umur: 22 tahun  
Pekerjaan : Mengurus Rumah Tangga (MRT)  
KTP No. :  
Nama Ayah : Tn. Tri Puji Nugroho Umur: 25 tahun  
Pekerjaan :  
KTP No. :  
Alamat : Kenteng 2/3  
Kecamatan : Sempor  
Kab/Kota : Kebumen

Saksi 1 :  
Saksi 2 : Sempor tgl 25 April 2016  
Penolong Bersalin :  
.....

.....  
\*\* Durrotul Muftikh, Amd.keb

\* Digali yang akurat  
\*\* Tanda tangan, nama lengkap, no. induk pegawai, nama instansi  
Lembar untuk ibu/buaya, digunakan untuk memperoleh akta kelahiran

KETERANGAN

KETERANGAN LAHIR

No: .....

Yang bertanda tangan di bawah ini, menerangkan bahwa Pada hari ini Senin, tanggal 25 April 2016 Pukul 16.10 WIB telah lahir seorang bayi

Jenis Kelamin : Laki-laki (Perempuan)  
Jenis Kelahiran : tunggal/kembar 2/ kembar 3/lainnya \*  
Kelahiran ke : (satu)  
Berat lahir : 3.500 gram  
Panjang badan : 48,5 cm

di rumah/Rumah Bidan/Polindes/Rumah Bersalin/Puskesmas/Rumah Sakit\*

alamat : Kenteng 3/4 Sempor, Kebumen  
Diberi nama :

.....

Dari Orang tua :  
Nama Ibu : Ny. Indah Sugesti Umur: 22 tahun  
Pekerjaan : Mengurus Rumah Tangga (MRT)  
KTP No. :  
Nama Ayah : Tn. Tri Puji Nugroho Umur: 25 tahun  
Pekerjaan :  
KTP No. :  
Alamat : Kenteng 2/3  
Kecamatan : Sempor  
Kab/Kota : Kebumen

Saksi 1 :  
Saksi 2 : Sempor tgl 25 April 2016  
Penolong Bersalin :  
.....

.....  
\*\* Durrotul Muftikh, Amd.keb

\* Digali yang akurat  
\*\* Tanda tangan, nama lengkap, no. induk pegawai, nama instansi  
Lembar untuk ibu/buaya, digunakan untuk memperoleh akta kelahiran

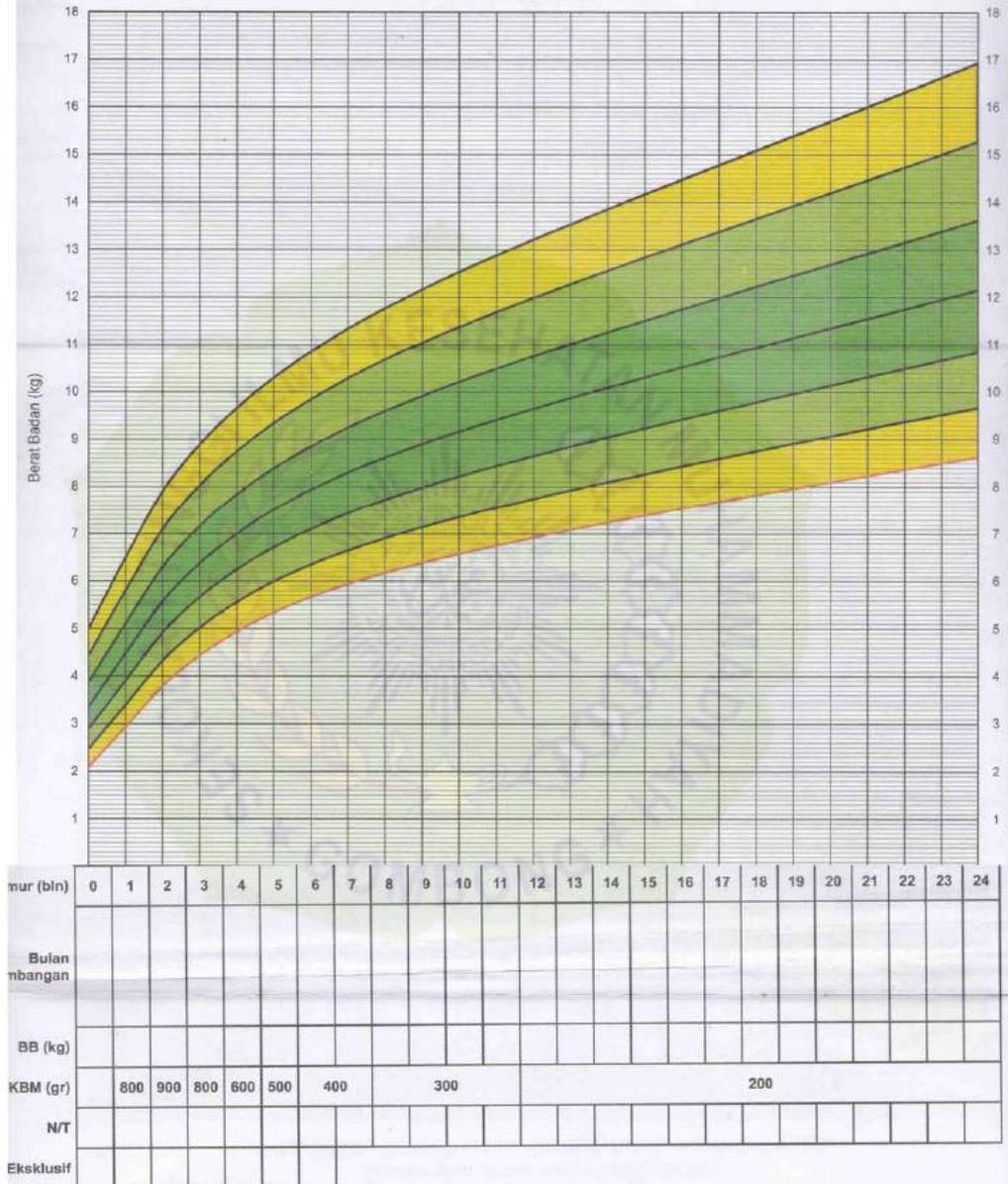


**KMS**  
KARTU MENUJU SEHAT  
Untuk Laki-Laki

Nama Anak : .....

Nama Posyandu : .....

Timbanglah Anak Anda Setiap Bulan  
Anak Sehat, Tambah Umur, Tambah Berat, Tambah Pandai



**NAIK (N)**  
Grafik BB mengikuti garis pertumbuhan atau  
Kenaikan BB sama dengan KBM  
(Kenaikan BB Minimal) atau lebih

**TIDAK NAIK (T)**  
Grafik BB mendatar atau menurun memotong garis pertumbuhan dibawahnya atau  
Kenaikan BB kurang dari KBM

**Rujuk ke petugas kesehatan bila tidak naik 2 kali berturut - turut atau BGM**

	<b>SOP CARA MEMBUAT SAYUR BENING DAUN KELOR UNTUK MEMPERLANCAR PRODUKSI ASI MINGGU PERTAMA AMSA NIFAS</b>
<b>INSTRUKSI KERJA</b>	
<b>PENGERTIAN</b>	Memberikan inovasi sayur bening daun kelor dengan menggunakan leaflet untuk memperlancar produksi ASI minggu pertama masa nifas.
<b>KEBIJAKAN</b>	Ibu 1 minggu post partum
<b>ALAT DAN BAHAN</b>	a) Alat : Alat 1) Panci 2) Baskom 3) Sendok Sayur 4) Cobek 5) Ulekan 6) Mangkok sayur b) Bahan 1) Air 600 ml 2) 100 gram daun kelor 3) Jagung manis 1 buah 4) Wortel 1 buah 5) Tomat 1 buah 6) Bawang merah 2 buah 7) Bawang putih 1 buah 8) Kencur 1 buah 9) Garam 1 sdt 10) Gula Pasir 1 sdt
<b>LANGKAH PEMBUATAN SAYUR BENING DAUN KELOR</b>	1. Langkah Pembuatan Sayur Bening Daun Kelor a) Pilih daun kelor yang masih muda, kemudian pisahkan daun kelor dengan batangnya. b) Kupas kulit wortel dan jagung manis lalu dipotong. c) Kupas bawang merah, bawang putih dan kencur lalu cuci bersih. d) Cuci bahan yang akan dimasak sampai bersih. e) Kemudian ambil air dididihkan dalam panci f) Setelah air mendidih, masukan irisan bawang merah, bawang putih, dan kencur yang sudah digeprek. Lanjutkan merebus sampai mengeluarkan aroma harum. g) Tambahkan wortel dan jagung manis, masak terus sampai kedua bahan ini menjadi empuk. h) Tambahkan tomat, garam, dan gula pasir, lanjutkan

	<p>memasak sampai mendidih.</p> <ul style="list-style-type: none"><li>i) Terakhir, masukan daun kelornya dan masak sampai lunak atau matang dengan api sedang.</li><li>j) Angkat dan sajikan.</li></ul>
	<p>2. Pelaksanaan</p> <p>Sayur bening dau kelor ini dilakukan untuk memperlancar produksi ASI .</p> <p>Sayur bening daun kelor ini bisa dimakan langsung bisa juga ditambah dengan nasi. Sayur bening daun kelor ini bisa dikonsumsi 1-2 kali setiap hari.</p>



**LEMBAR OBSERVASI SEBELUM DAN SESUDAH PEMBERIAN  
INOVASI SAYUR BENING DAUN KELOR**

1. Tabel Observasi

Hari Ke	BB Bayi	Ke-naikan BB Bayi	Frekuensi Menyusu	Hisapan Bayi Saat Menyusu	Istirahat Bayi	Elimina-si Bayi
1	3500 gram	Tetap	2 kali sehari	Lemah	sebentar	2 kali sehari
2	3500 gram	Tetap	2-3 kali sehari	Lemaah	Sebentar tidak anteng	2 kali sehari
3	3600 gram	100 gram	3 kali sehari	Mulai kuat	Sebentar, rewel	4 kali sehari
4	3700 gram	100 gram	4-5 kali sehari	Kuat	Mulai nyenyak	4 kali sehari
5	3700 gram	Tetap	5-6 kali sehari	Kuat	Cukup nyenyak	5 kali sehari
6	3900 gram	200 gram	6-8 kali sehari	Kuat	Cukup, nyenyak	5-6 kali sehari
7	4000 gram	100 gram	8 kali sehari	Kuat	Cukup, nyenyak, anteng	6-8 kali sehari

# Cara Memperbanyak

## Produksi

### ASI



**ASI, PASTI!**

*Pembiusuk setiap anak untuk mendapatkan manfaat ASI sejak dini*

Oleh:

**Asri Perdhana Dewi**

### Pengertian ASI

Air Susu Ibu (ASI) adalah cairan hasil sekresi kelenjar payudara ibu. ASI Eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama 6 bulan, tanpa menambahkan dan/mengganti dengan makanan/minuman lain.

### ❖ Manfaat ASI Bagi Bayi

1. ASI mengandung komponen perlindungan terhadap infeksi, mengandung protein yang spesifik untuk perlindungan terhadap alergi dan merangsang sistem kekebalan tubuh.
2. Komposisi ASI sangat baik karena mempunyai kandungan protei, karbohidrat, lemak dan mineral yang seimbang.
3. Bayi yang minum ASI mempunyai kecenderungan memiliki berat badan ideal.



### ❖ Manfaat ASI bagi Ibu

1. Membantu mempercepat pengembalian uterus ke bentuk semula dan mengurangi perdarahan post partum.
2. Menyusui secara teratur akan menurunkan berat badan secara bertahap karena pengeluaran energi untuk ASI dan proses pembentukannya akan mempercepat kehilangan lemak.
3. Pemberian ASI mudah karena tersedia dalam keadaan segar dengan suhu yang sesuai sehingga dapat diberikan kapan dan dimana saja.



## ❖ Hal-hal yang mempengaruhi produksi ASI :

1. Makanan.  
Makanan yang di konsumsi ibu menyusui sangat berpengaruh terhadap produksi ASI.
2. Ketenangan jiwa dan pikiran.  
Untuk memproduksi ASI yang baik, maka kondisi kejiwaan dan pikiran harus tenang. Keadaan psikologis ibu yang tertekan, sedih dan tegang akan menurunkan volume ASI.
3. Penggunaan alat kontrasepsi.  
Penggunaan alat kontrasepsi pada ibu menyusui, perlu diperhatikan agar tidak mengurangi produksi ASI.
4. Perawatan payudara.  
Perawatan payudara bermanfaat merangsang payudara mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin.
5. Anatomi payudara.  
Jumlah lobus dalam payudara juga mempengaruhi produksi ASI.
6. Faktor fisiologi.  
ASI terbentuk oleh karena pengaruh dari hormon prolaktin yang menentukan produksi dan mempertahankan sekresi air susu.

## 7. Pola istirahat.

Faktor istirahat mempengaruhi produksi dan pengeluaran ASI.

8. Faktor isapan anak atau frekuensi penyusuan.

Semakin sering bayi menyusui pada payudara ibu, maka produksi dan pengeluaran ASI akan semakin banyak.

## 9. Faktor Obat-obatan

Tidak semua obat dapat dikonsumsi oleh ibu menyusui, sebaiknya ibu menyusui hanya meminum obat atas instruksi dokter atau tenaga kesehatan.

## 10. Berat lahir bayi.

Bayi berat lahir rendah (BBLR) mempunyai kemampuan menghisap ASI yang lebih rendah dibanding bayi yang berat lahir normal (>2500 gr).

## 11. Umur kehamilan saat melahirkan.

Umur kehamilan dan berat lahir mempengaruhi produksi ASI. Hal ini disebabkan bayi yang lahir sangat lemah dan tidak mampu menghisap ASI secara efektif.

## 12. Konsumsi rokok dan alkohol.

Merokok dapat mengurangi volume ASI karena akan mengganggu hormon prolaktin dan oksitosin untuk produksi ASI.

## ❖ Usaha memperbanyak ASI

1. Tingkatkan frekuensi menyusui atau memompa atau memeras ASI.
2. Ibu harus dalam keadaan relaks.
3. Ibu mengkonsumsi makanan yang bergizi khususnya yang dapat meningkatkan produksi ASI seperti sayur katuk.
4. Lakukan perawatan payudara.



## ❖ Manfaat Daun Kelor

Menurut Natalini Nofa (2014) Kelor memiliki efek antioksidan, antikanker, antitumor, antibakteri, antiinflamatori dan juga anti karsinogenik. Untuk antioksidan, meminum air rebusan kelor dalam keadaan hangat akan meningkatkan pengaruh antioksidan. Kelor memiliki efek mendinginkan sehingga bermanfaat bagi penderita radang/kanker. Dalam daun kelor mengandung Fe 5,49 mg/100 gram dan juga fito-sterol yakni sitosterol 1,15 %/100 gram yang dapat merangsang peningkatan produksi ASI.

**LEMBAR KONSULTASI BIMBINGAN KTI  
PRODI DIII KEBIDANAN  
STIKES MUHAMMADIYAH GOMBONG**

Nama : Asri Pradhana Dewi  
 NIM : B1301026  
 Pembimbing I : Kusumastuti S. SiT., M. Kes  
 Pembimbing II : Durrotul Mufidah, Amd. Keb

No	Hari/Tanggal	Bahan Konsultasi	Catatan Pembimbing	Paraf
1		KTI Bab I – III	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perbaiki Latar Belakang</li> <li>• Penepatan Sumber</li> <li>• Perbaiki Kerangka Teori</li> <li>• Perbaiki Metode Penelitian</li> </ul>	 Kusumastuti, S.SiT., M. Kes
2		KTI Bab I – V	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revisi Latar Belakang</li> <li>• Tabahi Materi Tentang Teori</li> <li>• Penepatan Sumber</li> <li>• Revisi Metode Penelitian</li> <li>• Perbaiki Hasil dan Pembahasan Jangan Seperti Askeb</li> <li>• Perbaiki Kesimpulan</li> </ul>	 Kusumastuti, S.SiT., M. Kes
3		KTI bab I – V	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perbaiki Penulisan Judul</li> <li>• Revisi Latar Belakang</li> <li>• Revisi Kerangka Teori</li> <li>• Revisi Metode Penelitian</li> <li>• Revisi Hasil dan Pembahasan</li> <li>• Revisi Kesimpulan</li> </ul>	 Kusumastuti, S.SiT., M. Kes
4		KTI Bab I, IV dan V	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revisi Latar Belakang</li> <li>• Revisi Hasil dan Pembahasan</li> <li>• Revisi Kesimpulan</li> </ul>	 Kusumastuti, S.SiT., M. Kes
5		KTI Abstrak Bab IV dan V	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Perbaiki Abstrak</li> <li>• Penerapan Sumber</li> <li>• Revisi Metode Penelitian</li> </ul>	 Kusumastuti, S.SiT., M. Kes

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revisi Hasil dan Pembahasan</li> <li>• Revisi Kesimpulan</li> </ul>	
6		KTI Abstrak, Bab II, III, IV dan V	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revisi Abstrak</li> <li>• Kerangka Teori</li> <li>• Revisi Jenis Penelitian</li> <li>• Revisi Hasil dan Pembahasan</li> <li>• Revisi Kesimpulan</li> </ul>	 Kusumastuti, S.SiT., M.Kes
7		KTI Abstrak, Bab I, IV dan V	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Revisi Abstrak</li> <li>• Revisi Tujuan Khusus</li> <li>• Revisi Hasil dan Pembahasan</li> <li>• Revisi Kesimpulan</li> </ul>	 Kusumastuti, S.SiT., M.Kes
8		KTI Bab IV	Revisi Hasil dan Pembahasan	 Kusumastuti, S.SiT., M.Kes
9		KTI Bab I - V	ACC	 Kusumastuti, S.SiT., M.Kes

