

Jurnal Inovasi Kesehatan Masyarakat	Vol. 3 No. 1	Edition: November 2021 – Mei 2022
	<a href="http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JIKM">http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JIKM</a>	
Received: 20 Februari 2022	Revised: 13 April 2022	Accepted: 20 Mei 2022

## **PENGARUH DAUN PEPAYA TERHADAP KECUKUPAN ASI PADA IBU NIFAS DIKLINIK CITRA MARENDAL**

**Nurul Aini Siagian**

Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua  
Jalan Besar Deli Tua, No, 77 Kecamatan Deli Tua Kab. Deli Serdang  
Email: [nurulsiagian92@gmail.com](mailto:nurulsiagian92@gmail.com)

### ***Abstract***

*This study aims to determine the characteristics of respondents where there is sufficient breast milk in postpartum mothers at clinic Citra Marindal. To determine the effect of providing adequate breast milk before being given papaya leaves at clinic Citra Marindal. To find out there is an effect of sufficient breast milk after being given papaya leaves at clinic Citra Marindal. To find out the effect of giving papaya leaves to breast milk adequacy in clinic Citra Marindal. This type of research is a type of quantitative research. This type of quantitative research is research by obtaining data in the form of numbers or qualitative numbers. The population observed by the researchers in this study were all post partum mothers in clinic Citra Marindal, as many as 15 respondents. Univariate analysis and bivariate analysis. The results of the research data before being given papaya leaves showed that the respondents' characteristics were sufficient, namely 6 people (40%) and the results of the respondents' characteristics were less, namely 9 people (60%). Based on the data after being given papaya leaves, the results of the characteristics of the respondents were Good, namely as many as 4 respondents (26.7%) and the results of the characteristics of respondents were Enough, namely as many as 11 people (73.3%). The results of the Wilcoxon statistical test on the effect of papaya leaves on the adequacy of breast milk in postpartum mothers obtained the results of p value (.000) < (0.002), then  $H_a$  accepted  $H_o$  was rejected and it could be concluded that there was an effect of papaya leaves on the adequacy of breast milk in postpartum mothers.*

**Keywords : Papaya Leaves, Adequate Breastfeeding, Postpartum Mother**

## **1. PENDAHULUAN**

Masa nifas adalah masa dimulai beberapa jam sesudah lahirnya plasenta sampai 6 minggu setelah melahirkan. Masa nifas dimulai setelah kelahiran plasenta dan berakhir ketika alat-alat kandungan kembali seperti keadaan sebelum hamil yang berlangsung kira-kira 6 minggu. Waktu masa nifas yang paling lama pada wanita umumnya adalah 40 hari, dimulai sejak melahirkan atau sebelum melahirkan yang disertai tanda-tanda kelahiran (Rahmatullah, 2016)

Menyusui adalah suatu proses yang alamiah dan merupakan suatu seni yang harus dipelajari kembali, karena menyusui sebenarnya tidak saja memberikan kesempatan kepada bayi untuk tumbuh menjadi manusia yang sehat secara fisik saja tetapi juga lebih cerdas, mempunyai emosional yang stabil, perkembangan spiritual yang positif serta perkembangan social yang lebih baik (Roesli, 2013).

Lancarnya ASI seorang ibu sangat dipengaruhi oleh factor psikologi. Penyebab ASI tidak lancar bisa jadi dikarenakan ibu khawatir dan stress berakibat kurangnya produksi ASI ibu. Ibu harus berfikir positif dan senang agar produksi ASI ibu tidak terganggu, karena ASI merupakan sumber nutrisi yang sangat diperlukan bayi untuk perkembangan otak bayi. (Proverawati, 2010 dalam Jurnal Anggorowati, Fita Nuzulia, 2013).

Terlambatnya IMD merupakan salah satu penyebab kegagalan menyusui. Tidak keluarnya ASI

mengakibatkan ibu merasa ASI nya tidak mencukupi. (Mathur, Chitranshi, Mathur, Singh, & Bhalla, 1992; Sim, Hattingh, Sherriff, & Tee, 2015).

Beberapa factor yang menyebabkan tidak tercukupinya ASI yaitu kurangnya hisapan bayi dikarenakan puting payudara kecil (Hillervik-Lindquist, 1991; Lee & Kelleher, 2016).

Pemberian ASI yang tidak memuaskan menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan bayi terhambat dan salah satu penyebab stres pada ibu menyusui. Salah satu pendekatan untuk mengatasinya adalah dengan mengonsumsi daun pepaya yang mengandung laktagog pada ibu menyusui yang berguna untuk membantu kelancaran proses menyusui.

Penelitian ini membuktikan pengaruh daun pepaya terhadap produksi ASI pada ibu menyusui. Sifat penelitian adalah eksperimen semu dalam dua kelompok (sebelum dan sesudah terapi). Penelitian yang dilakukan adalah uji normalitas (Shapiro-Wilk), analisis deskriptif non parametrik, dan uji distribusi frekuensi untuk data yang diperoleh (Wilcoxon Signed-Rank Test).

Terdapat perbedaan yang cukup besar ( $p = 0,000$ ) pada perlakuan sebelum dan sesudah penggunaan daun pepaya tumis dalam produksi ASI ibu menyusui, sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian daun pepaya tumis dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Penelitian ini

diharapkan dapat menjadi dasar bagi pengusulan agar bidan dapat memberikan edukasi kepada ibu menyusui tentang manfaat tumis daun pepaya dan cara pengolahannya untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI.

Cakupan perilaku ibu terhadap pemberian kolostrum yang diberikan semua di Indonesia mencapai 85,3% sedangkan yang dibuang sebagian 8,9% dan yang dibuang seluruhnya sebanyak 5,8%. Cakupan perilaku ibu di Provinsi Sumatera Utara terhadap pemberian kolostrum yang diberikan semua sebanyak 72,8%, sedangkan yang dibuang sebagian sebanyak 11,5% dan yang dibuang seluruhnya sebanyak 8,5% (Rikesdas,2013).

Beberapa cara untuk meningkatkan produksi ASI yaitu dengan cara sederhana dengan memberikan ramuan-ramuan tradisional. Pepaya merupakan salah satu tanaman yang dipercaya dapat meningkatkan produksi ASI ibu. Ekstrak daun pepaya sudah lama diketahui dapat meningkatkan produksi ASI terbukti dari beberapa penelitian yang telah dilakukan (Dwi Putra,2019).

Daun pepaya memiliki kandungan vitamin yang sangat dibutuhkan oleh ibu dan bayi untuk pertumbuhan dan kesehatan. Beberapa kandungan yang terdapat pada daun pepaya yaitu seperti lemak tinggi, vitamin, kalsium, protein tinggi, dan zat besi yang berfungsi untuk meningkatkan haemoglobin dalam darah meningkat, metabolisme juga

meningkat sehingga sel otak berfungsi dengan baik. Disamping itu kandungan yang tak kalah penting yang dimiliki daun pepaya yaitu enzim papain dan kalium dimana fungsi dari enzim tersebut yaitu untuk memecah protein dan kalium berfungsi sebagai kebutuhan kalium ibu selama menyusui (Turlina,2015).

Ibu yang menyusui membutuhkan minimal 480 kkal per hari untuk memberikan ASI secara eksklusif kepada bayinya karena proses menyusui akan memberikan beban metabolik pada proses fisiologis ibu, sehingga ibu sangat membutuhkan tambahan nutrisi untuk meningkatkan produksi ASI agar peran ibu dalam memberikan ASI eksklusif terpenuhi atau tercapai (Schwarz, McClure, & Tepper, 2010).

Agar ASI Ibu yang menyusui lancar ibu dapat dibantu juga dengan mengonsumsi tumbuhan yang mengandung galaktogogue, contoh galaktogogue yang sudah dilakukan penelitian dan berhasil menambah produksi ASI adalah daun pepaya. Peneliti tertarik dengan penggunaan daun pepaya dalam meningkatkan produksi ASI, karena menurut penelitian Setyono dkk tahun 2016 daun pepaya merupakan salah satu galaktogogue yang mengandung quersetin yang dapat mengaktifkan hormon prolaktin.

Berdasarkan data WHO (*World Health Organisation*) untuk tahun 2017 AKI di Indonesia mencapai 228/100.000 kelahiran hidup. Angka ini jauh lebih tinggi dibandingkan Vietnam

(59/100.000) dan Cina (37/100.000). Ini menempatkan Indonesia sebagai salah satu negara dengan AKI tertinggi asia, tertinggi ke-3 di kawasan ASEAN dan salah satunya adalah infeksi yang hampir 50%, infeksi yang dimaksud salah satunya infeksi perineum (Kemenkes, 2017).

Hasil Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017, AKI yang berkaitan dengan (kehamilan, persalinan dan nifas) sebesar 359 per 100.000 kelahiran hidup. Angka ini masih cukup tinggi jika dibandingkan dengan Negara-negara tetangga dikawasan ASEAN. Pada tahun 2016, ketika AKI di Indonesia mencapai 228 per 100.000 kelahiran hidup, AKI di Singapura hanya 6 per 100.000 kelahiran hidup, Brunai Darusalam 33 per 100.000 kelahiran hidup, Filipina 112 per 100.000 kelahiran hidup, serta Malaysia dan Vietnam sama-sama mencapai 160 per 100.000 kelahiran hidup, kasus yang sering dijumpai salah satunya infeksi perineum yang tidak di rawat dengan baik dan benar (Profil Kesehatan Indonesia, 2017).

Buah yang kaya antioksidan, vitamin, mineral, dan enzim ini berkhasiat melancarkan buang air besar dan diet. Selain buahnya, daun pepaya juga bisa dikonsumsi dan diolah menjadi menu masakan yang khas dari berbagai daerah di Indonesia, Selain lezat kala dimasak, manfaat daun pepaya juga penting untuk kesehatan manusia. Namun sayang, tak banyak yang mengetahui khasiatnya

Banyak wanita setelah melahirkan diproduksi lebih sedikit dari jumlah ASI yang dibutuhkan. Penyebabnya karena gizi kurang seimbang. Prestasi menyusui kecil memerlukan upaya untuk meningkatkan kualitas dan kuantitasnya ekstrak daun pepaya berkalori tinggi dan berprotein merupakan salah satu alternatif. Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian ekstrak daun pepaya terhadap kecukupan ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Gondang Kabupaten Sragen. metode: Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret 2016 dengan jenis penelitian eksperimental dengan desain penelitian static group comparassion / posttest only control group design. Sampel penelitian diperoleh dengan cara purposive sampling.

Penelitian ini menggunakan sampel 32 responden yang masing-masing 16 responden untuk kelompok intervensi dan kontrol. Instrumen yang digunakan untuk mengukur kecukupan ASI adalah lembar observasi. Pengumpulan data dilakukan oleh peneliti dan data yang diperoleh dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan mann whitney.

Penelitian Setyono tahun 2016 dalam mengembangkan serbuk daun pepaya dan jahe merah yang ditambahkan gula merah, bubuk kayu manis, garam, daun pandan, dan air yang diproses menjadi serbuk yang diberikan pada ibu menyusui lalu dinilai warna, aroma, dan teksturnya. Pada penelitian lain

mengatakan bahwa dengan memberikan memberikan serbuk daun pepaya pada ibu yang menyusui akan memberikan pengaruh positif terhadap kelancaran ASI pada ibu (Turlina, 2015)

*Carica Papaya* merupakan nama latin dari Daun Pepaya yang merupakan bagian dari tanaman Pepaya, memiliki nama Latin *Carica Papaya*. Tanaman ini membentuk pohon kecil setinggi 2-10 meter. Tangkai daun berongga dengan panjang 50-100 cm. Biasanya daun pepaya muncul dibagian tengah ujung batang. Batang tegak lurus berongga dan tidak bercabang, tetapi dapat dibuat bercabang. Daun berbentuk tunggal menjari 5-9 bagian. (Qurrota & Laily, 2011)

Pada daun pepaya memiliki kandungan senyawa alkaloid carpain, vitamin B, vitamin C, vitamin E serta mineral Zn, Ca, Fe, K, Na, dan Mg, dehydrocarpaine I, dehydrocarpaine II, carpinine, pseudocarpaine. (Anitha et al., 2018; Yogiraj, Goyal, & Chauhan, 2015).

Jus daun papaya memiliki profil fitokimia yang mengatakan secara farmakologis memiliki senyawa phyto yang aktif seperti alkaloid, fenolik, flavonoid dan juga, asam amino. (S, 2015). Diperlukan Studi lebih lanjut dapat dilakukan pada konstituen ini untuk mengidentifikasi dan mengisolasi bioconstituent paling aktif yang menghubungkan senyawa-senyawa tersebut dalam peningkatan hormon prolaktin.

Sudah banyak penelitian menjelaskan bahwa daun pepaya memiliki beberapa khasiat untuk pengobatan, diantaranya adalah sebagai antibakteri, cepatnya penyembuhan luka, meningkatkan kontraksi Rahim, sebagai diuretik, anti jamur, dapat berfungsi sebagai kontrasepsi, anti tumor dan anti koagulan. Sedangkan penyakit-penyakit yang dapat diatasi dengan menggunakan tanaman daun pepaya diantaranya yaitu seperti penghambat pertumbuhan sel sepeerti malaria, kanker, liver, penyakit demam berdarah dan penyakit saluran pencernaan (Anitha et al., 2018, Yogiraj et al., 2015).

Ibu yang mengkonsumsi jus daun papaya akan mengalami peningkatan jumlah produksi ASI sehingga kekentalan ASI juga akan berkurang ASI akan menjadi bening dan encer (foremilk). Hal ini diasumsikan karena daun papaya bisa menyebabkan berkurangnya lemak pada ASI ibu. Kandungan lemak yang tinggi dimiliki oleh ASI yang kental sedangkan ASI yang mengandung laktosa dan protein dipastikan ASI nya encer dan bening (WHO, 2009).

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian dalam penelitian ini yaitu jenis penelitian kuantitatif. Jenis penelitian kuantitatif merupakan penelitian dengan memperoleh data yang berbentuk angka atau kualitatif yang diangkakan (Notoadmodjo, 2018). Desain dalam penelitian ini yaitu menggunakan desain *Quasi Eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest - posttest*

*design*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh daun pepaya terhadap kecukupan ASI pada ibu post partum di Klinik Citra Marindal. Lokasi penelitian ini dilakukan di Klinik Citra Marindal. Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti. Populasi yang diamati peneliti dalam penelitian ini adalah seluruh ibu post partum yang ada Klinik Citra Marindal, yaitu sebanyak 15 responden. Sampel dalam penelitian ini menggunakan *quota sampling* yaitu sebanyak 15 responden yang ada di Klinik Citra Marindal.

Data primer adalah data yang diperoleh dengan cara kunjungan kelokasi penelitian dengan mengobservasi responden secara langsung. Data sekunder merupakan data yang meliputi gambaran umum jumlah sampel yang diperoleh dari di Klinik Citra Marindal

Untuk mendeskripsikan masing- masing variable diperlukan analisis univariat yang dipergunakan untuk menguji masing- masing variable dan hasil yang diperoleh akan diinterpretasikan. Analisa deskripsi pada penelitian ini mendeskripsikan atau menjelaskan intensitas pemberian daun pepaya sebelum maupun sesudah diberikan perlakuan.

Untuk mengetahui pengaruh antara kedua variable yaitu independen dan dependen diperlukan analisis bivariate. Untuk membuktikan adanya hubungan dan pengaruh yang signifikan antara variabel bebas dengan

variabel terikat digunakan analisis *Wilcoxon*, dimana analisis bivariate dalam penelitian ini yaitu pengaruh daun pepaya terhadap kecukupan ASI pada ibu nifas.pada baas kemaknaan perhitungan statistic p value (,002). Apabila hasil perhitungan menunjukkan nilai  $p < p$  value (,002) maka dikatakan ( $H_0$ ) ditolak ( $H_a$ ) diterima, artinya kedua variabel secara statistik mempunyai hubungan yang signifikan.

### 3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang penulis lakukan dari bulan Mei sampai Juni 2021 yaitu Pengaruh Daun Pepaya Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Nifas di Klinik Citra Marendal, dengan jumlah responden 15 orang ibu nifas, maka hasil dari penelitian yang diperoleh dan ditampilkan dalam tabel sebagai berikut

**TABEL 4.1.**  
Distribusi Frekuensi Responden di Klinik Citra Marendal.

NO	Karakteristik Responden	Jumlah	
		F	%
<b>Umur</b>			
1	< 20 tahun	1	6,7
2	20-35 tahun	12	80
3	> 35 tahun	2	13,3
<b>Jumlah</b>		<b>15</b>	<b>100</b>
<b>Pendidikan</b>			
1	SD	1	6,7
2	SMP	1	6,7
3	SMA	13	86,7
<b>Jumlah</b>		<b>15</b>	<b>100</b>

<b>Pekerjaan</b>			
1	IRT	11	73,3
2	Swasta	4	26,7
<b>Jumlah</b>		<b>15</b>	<b>100</b>

  

<b>Paritas</b>			
1	Primipara	4	26,7
2	Multipara	11	73,3
<b>Jumlah</b>		<b>15</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4.1. distribusi frekuensi berdasarkan umur didapatkan hasil bahwa mayoritas responden memiliki golongan umur 20-35 tahun yaitu sebanyak 12 orang (80%) dan minoritas responden memiliki umur <20 tahun yaitu 1 orang (6,7%).

Distribusi frekuensi berdasarkan pendidikan didapatkan hasil bahwa mayoritas pendidikan responden pada kategori SMP yaitu sebanyak 1 orang (6,7%) dan minoritas pendidikan responden pada kategori SMA yaitu sebanyak 13 orang (86,7%). Distribusi Frekuensi Berdasarkan pekerjaan maka didapatkan hasil bahwa mayoritas pekerjaan responden memiliki pekerjaan IRT yaitu sebanyak 11 orang (73,3%) dan minoritas responden memiliki pekerjaan swasta yaitu sebanyak 4 orang (26,7%). Distribusi frekuensi berdasarkan paritas didapatkan hasil bahwa mayoritas paritas responden pada kategori primipara yaitu sebanyak 4 orang (26,7%) dan minoritas paritas responden pada kategori multipara yaitu sebanyak 11 orang (73,3%).

**TABEL 4.2.**

Distribusi Frekuensi produksi asi sebelum pemberian daun pepaya pada ibu menyusui.

<b>NO</b>	<b>(Pretest)</b>	<b>Jumlah</b>	
		<b>F</b>	<b>%</b>
1	Cukup	6	40
2	Kurang	9	60
<b>Jumlah</b>		<b>15</b>	<b>100</b>

Tabel 4.2. Berdasarkan data univariat sebelum diberikan daun pepaya didapatkan hasil karakteristik responden cukup yaitu sebanyak 6 orang (40%) dan hasil karakteristik responden kurang yaitu sebanyak 9 orang (60%).

**TABEL 4.3.**

Distribusi Frekuensi produksi asi sesudah pemberian daun pepaya pada ibu menyusui.

<b>NO</b>	<b>(Posttest)</b>	<b>Jumlah</b>	
		<b>F</b>	<b>%</b>
1	Baik	4	26,7
2	Cukup	11	73,3
<b>Jumlah</b>		<b>15</b>	<b>100</b>

Tabel 4.3. Berdasarkan data univariat sesudah diberikan daun pepaya didapat hasil karakteristik responden Baik yaitu sebanyak 4 responden (26,7%) dan hasil karakteristik responden Cukup yaitu sebanyak 11 orang (73,3%).

**TABEL 4.4.**

Uji Normalitas

Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
Statist	Df	Sig.	Statisti	Df	Sig.
ic		.	c		
Z,385	15	,000	,630	15	,000
,453	15	,000	,561	15	,000

Hasil Uji Normalitas (Shapiro-wilk) pada data sebelum dan

sesudah pemberian Daun Pepaya menunjukkan hasil sig sebesar .000 = <,000 yang berarti data tidak berdistribusi normal. Maka pada penelitian ini menggunakan *Uji Wilcoxon*. *Uji Wilcoxon* bertujuan untuk menguji signifikansi hipotesis kompratif dua sampel yang berhubungan bila datanya berbentuk ordinal/ *Uji Wilcoxon signed rank test* merupakan uji non parametrik yang digunakan untuk menganalisis data berpasangan kerana adanya dua perlakuan yang berbeda.

kecukupan ASI yang sama baik sebelum maupun sesudah intervensi.

NO	Median		Nilai p
	(Minimum-Maksimum)		
1	Sebelum n=15	3 (2-3)	0,002
2	Sesudah n=15	2 (1-2)	

*Uji Wilcoxon*, 15 subjek, setelah pemberian 11 responden cukup, 4 responden baik. Berdasarkan analisa statistik menggunakan uji *wilcoxon*, di dapat nilai *p value* (0,002) <  $\alpha$  (0,05) maka  $H_a$  diterima dan  $H_o$  ditolak dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh daun pepaya terhadap kecukupan asi pada ibu nifas di Klinik Citra Marendal.

**TABEL 4.5.**  
**Hasil analisis Uji Wilcoxon**

Variabel	Interve nsi	N	Mean Rank	Sum of Rank
Kecukup an asi pada ibu nifas	Sebelu m- sesudah	<i>Negatif Ranks</i>	11 <sup>a</sup>	6,00
		<i>Positif Ranks</i>	0 <sup>b</sup>	,00
		<i>Ties</i>	4 <sup>c</sup>	
		<b>Jumlah</b>	<b>15</b>	

**Sumber : Data Primer (Diolah tahun 2021)**

Berdasarkan tabel 4.4. dapat diketahui bahwa nilai N pada *negatif rank* yaitu 11 yang artinya ke 11 responden mengalami kecukupan asi dengan nilai *mean rank* atau rata-rata kecukupan yaitu sebesar 6,00 dan *sum of rank* atau ranking negatifnya adalah 66,00. Pada nilai *positif rank* menunjukkan nilai N 0 baik nilai *mean rank* maupun *sum of rank* yang artinya tidak ada responden yang mengalami peningkatan kecukupan ASI setelah intervensi. Sedangkan pada nilai N *ties* terdapat 4 responden yang artinya ada responden yang memiliki

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh pemberian tumis daun pepaya terhadap produksi ASI pada ibu menyusui. Desain penelitian yang digunakan yaitu *quasi-eksperiment* dua kelompok (sebelum dan setelah perlakuan). Penelitian ini dilakukan di Klinik Permata Hati melibatkan 30 responden ibu menyusui yang dibagi kedalam dua kelompok kontrol. Pengujian yang dilakukan oleh Rizki Novi Arnel Putri 2020 yaitu dengan Uji normalitas (*saphiro-wilk*). Analisis deskriptif parametric (*Wilcoxon signed-ranks test*) dan uji distribusi frekuensi data yang diperoleh terdapat perbedaan yang signifikan ( $p=0,000$ ) terhadap perlakuan sebelum dan sesudah diberikan tumus daun pepaya terhadap produksi ASI yang dihasilkan oleh ibu

menyusui, sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian tumus daun pepaya dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar usulan agar para bidan dapat memberikan edukasi bagi ibu menyusui mengenai manfaat tumis daun pepaya dan cara pengolahannya untuk meningkatkan kelancaran produksi ASI.

Hasil penelitian ini juga diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Hesty Winda Hapsari 2016 tentang "Pengaruh Daun Pepaya Terhadap Kecupan ASI Pada Ibu Nifas di wilayah kerja Pukesmas Gondang". Berdasarkan hasil penelitian yang. Penelitian eksperimental dengan desain penelitian static grup comparation atau posttest only control group desain. Populasi adalah ibu nifas fisiologis hari ke 1 hingga hari ke 7. sampel sebanyak 32 responden ibu nifas yang memenuhi kriteria inklusi yaitu ibu nifas hari pertama hingga hari ketujuh yang bersedia menjadi responden. Memberikan ASI pada bayi selama penelitian berlangsung, hanya mendapat intervensi daun pepaya saja selama penelitian berlangsung.

#### 4. PENUTUP

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap 15 responden di Klinik Citra Marendal, maka dapat disimpulkan sebagai berikut

1. Berdasarkan data sebelum diberikan daun pepaya

didapatkan hasil karakteristik responden cukup yaitu sebanyak 6 orang (40%) dan hasil karakteristik responden kurang yaitu sebanyak 9 orang (60%).

2. Berdasarkan data sesudah diberikan daun pepaya didapat hasil karakteristik responden Baik yaitu sebanyak 4 responden (26,7%) dan hasil karakteristik responden Cukup yaitu sebanyak 11 orang (73,3%).
3. Hasil uji statistik *wilcoxon* terhadap pengaruh daun pepaya terhadap kecukupan ASI pada ibu nifas diperoleh hasil nilai  $p \text{ value } (< 0,000) < \alpha (< 0,002)$ , maka  $H_a$  diterima  $H_o$  ditolak dan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh daun pepaya terhadap kecukupan ASI pada ibu nifas.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2013. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Azwar. 2016. *Metode Penelitian*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Hesty, Dkk. 2015. *Perawatan Masa Nifas*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Kemenkes Ri. 2017. *Profil Kesehatan Indonesia 2017* [Http://Www.Depkes Go.Id](http://www.depkes.go.id).
- Mander Rosemary. 2013. *Nyeri Persalinan*, Jakarta : Egc.
- Murray Michelle. 2013. *Persalinan & Melahirkan Praktik Berbasis Bukti*, Jakarta ; Egc.

- Notoadmojo, S. *Promosi Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta : Rineka Cipta, 2012.
- Nugroho, Dkk. 2016. *Buku Ajar Aduhan Kebidanan Nifas (Askeb 3)*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Pitriani, Risa., & Andriyani, Rika. (2014). *Panduan Lengkap Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Normal (Askeb III)* (Ed.1, Cet. Ke-1) (2). Yogyakarta: Deepublish.
- Potter & Perry. 2015. *Fundamental Of Nursing Fundamental Keperawatan*. Jakarta ; Egc.
- Prawirohardjo, S. 2013. *Ilmu Kebidanan* Jakarta: Bina Pustaka.
- Rahmatullah, Irfan. (2016). 9 Bulan Dibuat Penuh Cinta Dibuai Penuh Harap : *Menjalani Kehamilan & Persalinan Yang Sehat*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Rukiyah Y.A & Yulianti. L. 2016. *Asuhan Kebidanan Patologi*. Jakarta: Trans Info Media.
- Saifuddin, BA. 2014. *Ilmu kebidanan*. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Saleha, Sitti. 2013. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sari dkk. 2014. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas (Postnatal Care)*. Jakarta: Trans Info Media.
- Simkin Penny, dkk. 2015. *Panduan Lengkap Kehamilan, Melahirkan & Bayi*
- Smeltzer, S.C. & Bare, B.G (2014). *Buku Ajar Keperawatan Medical Bedah*, Bruuner And Suddarth. (8<sup>th</sup> edition).
- Solehati, T dan Kosasih C. 2017. *Konsep dan Aplikasi Relaksasi dalam Keperawatan Maternitas*. Bandung : PT Refika Aditama.
- Sugiyono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.