

**PERBEDAAN PRODUKSI ASI SEBELUM DAN SESUDAH  
PEMBERIAN TUMIS JANTUNG PISANG KEPOK PADA  
IBU NIFAS DI PUSKESMAS JELBUK**

**SKRIPSI**



**Oleh :**

**UMMI MASRUOH  
NIM 23104098**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2025**

**PERBEDAAN PRODUKSI ASI SEBELUM DAN SESUDAH  
PEMBERIAN TUMIS JANTUNG PISANG KEPOK PADA  
IBU NIFAS DI PUSKESMAS JELBUK**

**SKRIPSI**

Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan pada  
Universitas dr. Soebandi



Oleh :

**UMMI MASRUOH  
NIM. 23104098**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
JEMBER  
2025**

## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk mengikuti seminar hasil pada Progam Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas dr. Soebandi Jember.

Jember, 16 Juli 2025

Pembimbing Utama

A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Dinar Perbawati', written in a cursive style.

Dinar Perbawati, SST.,M.Kes  
NIDN.0709059105

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul "Perbedaan Produksi ASI Sebelum Dan Sesudah Pemberian Tumis Jantung Pisang Kepok Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Jelbuk" telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

Nama : Ummi Masruroh  
Nim : 23104098  
Hari / Tanggal : Jum'at, 18 Juli 2025  
Program Studi : Program Studi Ilmu Kebidanan Universitas dr. Soebandi Jember

Tim Penguji  
Ketua Penguji,

  
Zaida Mauludiyah, S.Keb.,Bd.,M.Keb  
NIDN. 0727108707

Penguji Anggota I

Penguji Anggota II

  
Ririn Handayani, S.ST.,S.Keb.,M.Keb  
NIDN.0723088901

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

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas dr Soebandi

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

# PERBEDAAN PRODUKSI ASI SEBELUM DAN SESUDAH PEMBERIAN TUMIS JANTUNG PISANG KEPOK PADA IBU NIFAS DI PUSKESMAS JELBUK

## *The Difference in Breast Milk Production Before and After the Administration of Stir-Fried Kepok Banana Blossom in Postpartum Mothers at Jelbuk Public Health Center*

Ummi Masruroh<sup>1</sup>, Dinar Perbawati<sup>2\*</sup>, Zaida Mauludiyah<sup>3</sup>, Ririn Handayani<sup>4</sup>  
<sup>1,2,4</sup>Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi  
<sup>3</sup>Program Studi Profesi Bidan, Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi  
e-mail : [1ummimasruroh17@gmail.com](mailto:1ummimasruroh17@gmail.com) [2dinarperbawatifw@gmail.com](mailto:dinarperbawatifw@gmail.com) [3idazaida5@gmail.com](mailto:idazaida5@gmail.com)  
[4ririnhandayani89@uds.ac.id](mailto:ririnhandayani89@uds.ac.id)

\*Korespondensi Penulis : [dinarperbawatifw@gmail.com](mailto:dinarperbawatifw@gmail.com)

**Received:**      **Accepted:**      **Published:**

### **Abstrak**

**Latar Belakang:** ASI merupakan nutrisi terbaik bagi bayi karena mudah dicerna dan mengandung zat gizi penting untuk pertumbuhan serta kekebalan tubuh. Namun, Menurut Putri et al. (2020), 80% dari 20 ibu postpartum di Indonesia mengalami produksi ASI kurang. Lestari (2021) mencatat 76,6% dari 23 responden di Jawa Timur mengalami hal serupa. Di Jember, Wardani (2024) menemukan 75% dari 16 ibu postpartum mengalami kekurangan produksi ASI. Studi pendahuluan peneliti di Puskesmas Jelbuk menunjukkan 7 dari 10 ibu postpartum memiliki produksi ASI yang kurang. **Tujuan** mengetahui perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah pemberian tumis jantung pisang kepok pada ibu nifas di Puskesmas Jelbuk. **Metode** kuantitatif dengan desain *pra-eksperimental* menggunakan *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi penelitian adalah 28 ibu menyusui pada hari ke 4-10 *postpartum*, dengan sampel sejumlah 16 responden yang dipilih menggunakan teknik *accidental sampling*. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner dan lembar observasi. Intervensi yang diberikan adalah tumis jantung pisang kepok sebanyak dua kali sehari (pagi dan sore), masing-masing 250 gram, dengan total 500 gram per hari. Analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi, sedangkan analisis bivariat menggunakan uji *Wilcoxon*. **Hasil** penelitian menunjukkan nilai  $p < 0,000 < \alpha < 0,05$ , maka (H<sub>0</sub>) ditolak dan (H<sub>a</sub>) diterima. sehingga terdapat perbedaan yang signifikan. **Kesimpulan** 500gr tumis jantung pisang kepok terbukti efektif dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. **Saran** diharapkan dapat menjadi dasar dalam penyusunan kebijakan serta edukasi nutrisi bagi ibu nifas melalui pemanfaatan makanan lokal, khususnya tumis jantung pisang kepok, sebagai upaya meningkatkan produksi ASI secara alami dan terjangkau.

**Kata Kunci:** Tumis Jantung Pisang Kepok, Produksi ASI, Ibu *Postpartum*