

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN BUAH PEPAYA DAN KURMA
TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS BINA KAL**

SKRIPSI



OLEH:

**ISROFIL HOSNI NIM.
25104198**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS
dr. SOEBANDI
JEMBER 2026**

ABSTRAK

Latar Belakang: Ketidاكلancaran pengeluaran ASI pada hari-hari pertama pascapersalinan merupakan masalah krusial yang dapat memicu kegagalan ASI Eksklusif. Pemberian intervensi non-farmakologis berbasis pangan fungsional seperti buah pepaya dan kurma mengandung laktagogum, polifenol, kalsium, dan fitohormon yang berpotensi menstimulasi hormon prolaktin dan oksitosin untuk meningkatkan produksi ASI.

Tujuan: Menganalisis efektivitas pemberian buah pepaya dan kurma terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Binakal, Kabupaten Bondowoso.

Metode: Penelitian kuantitatif eksperimental dengan rancangan *Quasi-Experimental (Pretest-Posttest Control Group Design)*. Penelitian dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Binakal pada bulan Juni 2026 selama 14 hari intervensi. Populasi penelitian adalah ibu menyusui hari ke 0–14. Sampel berjumlah 36 responden yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*, terbagi menjadi kelompok intervensi ($n = 18$) dan kelompok kontrol ($n = 18$). Pengukuran indikator produksi ASI dilakukan melalui penimbangan berat badan bayi sebelum intervensi (pre-test pada hari ke-1) dan sesudah intervensi (post-test pada hari ke-15) menggunakan timbangan bayi digital. Kendala utama selama penelitian meliputi pemantauan kepatuhan responden dalam mengonsumsi intervensi harian (100 g pepaya dan 100 g kurma), potensi gangguan pencernaan ringan atau reaksi alergi, serta risiko *drop-out* pada responden. Analisis data menggunakan uji *Paired Sample T-test*.

Hasil: Hasil uji statistik *Paired Samples T-Test* menunjukkan peningkatan rata-rata berat badan bayi yang sangat signifikan pada kelompok intervensi ($t = -18,463$; $p < 0,001$) dengan selisih rata-rata kenaikan sebesar 505,6 gram, dan pada kelompok kontrol ($t = -13,626$; $p < 0,001$) dengan selisih rata-rata kenaikan sebesar 322,2 gram. Nilai signifikansi $p < 0,05$ menunjukkan bahwa H_a diterima dan H_0 ditolak.

Kesimpulan: Pemberian buah pepaya dan kurma secara signifikan efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Binakal Bondowoso.

Kata Kunci: Buah Pepaya, Kurma, Produksi ASI, Ibu Menyusui, Laktasi

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Efektivitas Pemberian Buah Pepaya dan Kurma terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Binakal telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Isrofil Hosni

NIM : 25104198

Hari, Tanggal : 17 September 2026

Program Studi: Program Studi Kebidanan Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji

Ketua Penguji,



RIZKI FITRIANINGTYAS, S.ST., M.Keb
NIDN. 0702068702

Penguji II



RIRIN HANDAYANI, S.ST., M. Keb
NIDN. 0723088801

Penguji III



TRISNA PANGESTUNING TYAS, S.ST., M. Keb
NIDN. 0704078804

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas dr. Soebandi



Guruh Wirasakti, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN. 0705058706

