

**SKRIPSI**

**GAMBARAN PERBEDAAN PRODUKSI ASI SEBELUM DAN  
SESUDAH DIBERIKAN JUS ALPUKAT DAN KURMA  
KEPADA IBU MENYUSUI DI KLINIK NANA DIANA  
LABUHAN DELI**



**OLEH:**

**FITRI NABILA PARINDURI**

**NIM: P07524423121**

**POLTEKKES KEMENKES RI MEDAN  
PRODI D-IV ALIH JENJANG  
JURUSAN KEBIDANAN  
TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

**GAMBARAN PERBEDAAN PRODUKSI ASI SEBELUM DAN  
SESUDAH DIBERIKAN JUS ALPUKAT DAN KURMA  
KEPADA IBU MENYUSUI DI KLINIK NANA DIANA  
LABUHAN DELI**

**DIAJUKAN SEBAGAI SALAH SATU SYARAT UNTUK  
MEMPEROLEH GELAR SARJANA TERAPAN KEBIDANAN**



**OLEH :**

**FITRI NABILA PARINDURI**

**NIM : P07524423121**

**POLTEKKES KEMENKES RI MEDAN  
PRODI D-IV ALIH JENJANG  
JURUSAN KEBIDANAN  
TAHUN 2024**

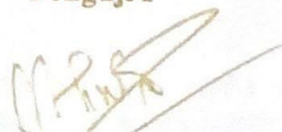
## LEMBAR PENGESAHAN

NAMA : FITRI NABILA PARINDURI  
NIM : P07524423121  
JUDUL : GAMBARAN PERBEDAAN PRODUKSI ASI SEBELUM  
DAN SESUDAH DIBERIKAN JUS ALPUKAT DAN KURMA  
KEPADA IBU MENYUSUI DI KLINIK NANA DIANA  
LABUHAN DELI

Skripsi Ini Telah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Ujian Skripsi  
Program Studi D-IV Alih Jenjang Kebidanan Medan  
Poltekkes Kemenkes RI Medan  
Tanggal 28 Juni 2024

Oleh

Penguji I



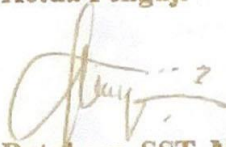
(Yusrawati Hasibuan, SKM, M. Kes)  
NIP. 196004191981032001

Penguji II



(Satyawati Sulubara, SST, M. Kes)  
NIP. 195906241981022001

Ketua Penguji



(Ardiana Batubara, SST, M. Keb)  
NIP. 196605231986012001

Ketua Jurusan Kebidanan  
Poltekkes Kemenkes RI Medan



(Arihta Sembiring, SST, M. Kes)  
NIP. 197002131998032001

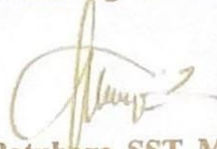
## LEMBAR PERSETUJUAN

**NAMA** : FITRI NABILA PARINDURI  
**NIM** : P07524423121  
**JUDUL** : GAMBARAN PERBEDAAN PRODUKSI ASI SEBELUM  
DAN SESUDAH DIBERIKAN JUS ALPUKAT DAN KURMA  
KEPADA IBU MENYUSUI DI KLINIK NANA DIANA  
LABUHAN DELI

Skripsi Ini Telah Di Setujui Untuk Dipertahankan  
Pada Ujian Skripsi  
Tanggal 28 Juni 2024

Oleh

Pembimbing Utama



(Ardiana Batubara, SST, M. Keb)  
NIP. 196605231986012001

Pembimbing Pendamping



(Satyawati Sulubara, SST, M. Kes)  
NIP. 195906241981022001

Ketua Jurusan Kebidanan  
Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Kemenkes RI Medan



(Arihanta Sembiring, SST, M. Kes)  
NIP. 197002131998032001

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RI MEDAN**  
**JURUSAN D-IV ALIH JENJANG KEBIDANAN MEDAN**  
**SKRIPSI, JULI 2024**

**FITRI NABILA PARINDURI**

**GAMBARAN PERBEDAAN PRODUKSI ASI SEBELUM DAN SESUDAH  
DIBERIKAN JUS ALPUKAT DAN KURMA KEPADA IBU MENYUSUI DI  
KLINIK NANA DIANA LABUHAN DELI**

**IX + 51 Halaman + 8 Tabel + 7 Lampiran**

#### **Abstrak**

Produksi ASI dipengaruhi secara signifikan oleh pola makan ibu. Jika asupan gizi ibu teratur dan mencukupi, produksi ASI akan optimal. Salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI dengan memberikan tambahan makanan seperti alpukat dan kurma. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah pemberian jus alpukat dan kurma kepada ibu menyusui di Klinik Nana Diana Labuhan Deli. jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi experiment* dengan desain penelitian *one group pre-test post-test* dan pengambilan sampel secara *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu menyusui dengan ibu nifas 15 hari dengan pemberian jus alpukat dan kurma 2x1 hari selama 14 hari pada pagi dan sore berjumlah 22 orang dengan produksi ASI lancar 12 orang dan yang tidak lancar 10 orang. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui sejumlah 18 orang Produksi ASI lancar dan 4 orang yang tidak lancar setelah pemberian jus alpukat dan kurma. Hasil penelitian dengan menggunakan uji *paired sample t-test* didapatkan  $p\text{ value} = 0,001$  ( $p\text{ value} < 0,05$ ) dengan rata-rata sebelum pemberian 3063,636 dan sesudah pemberian 3334,091. Sehingga pemberian jus alpukat dan kurma dapat digunakan sebagai tambahan terapi *non farmakologis* untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

Kata kunci : Jus Alpukat dan Kurma, Produksi ASI

Daftar Pustaka : 23 (2018-2024)

**MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF HEALTH  
BACHELOR PROGRAM OF APPLIED HEALTH SCIENCE IN  
MIDWIFERY  
SCIENTIFIC WRITING  
MEDAN, JULY 2024**

**FITRI NABILA PARINDURI**

**OVERVIEW OF DIFFERENCES IN BREAST MILK PRODUCTION  
BEFORE AND AFTER GIVING AVOCADO AND DATE JUICE TO  
BREASTFEEDING MOTHERS AT THE NANA DIANA CLINIC,  
LABUHAN DELI**

**IX + 51 Pages + 8 Tables + 7 Attachments**

**ABSTRACT**

Breast milk production is significantly influenced by the mother's diet. If the mother's nutritional intake is regular and sufficient, breast milk production will be optimal. One way to increase breast milk production is by providing additional foods such as avocado and dates. This study aims to determine the description of the differences in breast milk production before and after giving avocado and date juice to breastfeeding mothers at the Nana Diana Clinic, Labuhan Deli. The type of research used was a quasi-experiment with a one-group pre-test post-test research design and sampling by purposive sampling. The sample in this study were breastfeeding mothers with 15-day postpartum mothers with the provision of avocado and date juice 2x1 day for 14 days in the morning and evening totaling 22 people with smooth breast milk production of 12 people and those who were not smooth 10 people. The results of the study showed an increase in breast milk production in breastfeeding mothers of 18 people with smooth breast milk production and 4 people who were not smooth after being given avocado and date juice. The results of the study using the paired sample t-test obtained a p-value = 0.001 (p-value <0.05) with an average before administration of 3063.636 and after administration of 3334.091. So the provision of avocado and date juice can be used as an additional non-pharmacological therapy to increase breast milk production in breastfeeding mothers.

**Keywords : Avocado and Date Juice, Breast Milk Production**

**References : 23 (2018-2024)**



## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas semua berkat dan rahmat-Nya sehingga dapat terselesaikannya Skripsi yang berjudul “Gambaran Perbedaan Produksi ASI Sebelum Dan Sesudah Diberikan Jus Alpukat Dan Kurma Kepada Ibu Menyusui di Klinik Nana Diana Labuhan Deli ”sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan kebidanan Pada Program studi D-IV Alih Jenjang Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.

Dalam hal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, karena itu pada kesempatan kali ini peneliti mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Dr. R.R. Sri Arini Winartin Rinawati, SKM., M. Kep, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
2. Arihta Br. Sembiring, SST, M. Kes, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan.
3. Yusniar Siregar, SST, M. Kes, selaku Ketua Prodi D-IV Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Ardiana Batubara, SST, M. Keb, selaku pembimbing pertama yang telah memberikan bimbingan sehingga proposal skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Satyawati Sulubara, SST, M. Kes, selaku pembimbing pertama yang telah memberikan bimbingan sehingga proposal skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Yusrawati Hasibuan, SKM, M.Kes selaku penguji utama yang telah menguji dan memberikan bimbingan sehingga proposal skripsi ini dapat terselesaikan.
7. Melva Simatupang, SST, M.Kes selaku dosen PA yang telah mendukung dan memberikan bimbingan kepada Penulis sehingga proposal skripsi ini dapat terselesaikan.
8. Seluruh dosen staf Politeknik Kesehatan D IV Kebidanan Medan yang telah membekali ilmu pengetahuan, dan memberikan nasehat selama peneliti menempuh pendidikan.

Semoga Tuhan Yang Maha Esa melimpahkan kasih-Nya kepada kita semua. Akhir kata penulis mengucapkan terimakasih.

## DAFTAR ISI

|                                                  |            |
|--------------------------------------------------|------------|
| <b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>                  | <b>i</b>   |
| <b>LEMBAR PENGESAHAN.....</b>                    | <b>ii</b>  |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                       | <b>iii</b> |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                          | <b>iv</b>  |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                        | <b>v</b>   |
| <b>DAFTAR BAGAN .....</b>                        | <b>vi</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>                      | <b>vii</b> |
| <b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>                   | <b>1</b>   |
| A. Latar Belakang.....                           | 4          |
| B. Rumusan Masalah .....                         | 4          |
| C. Tujuan Penelitian.....                        | 4          |
| C.1. Tujuan Umum.....                            | 4          |
| C.2. Tujuan Khusus.....                          | 4          |
| D. Manfaat Penelitian.....                       | 5          |
| D.1. Manfaat Teoritis .....                      | 5          |
| D.2. Manfaat Praktis .....                       | 5          |
| E. Keaslian Penelitian .....                     | 6          |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>              | <b>9</b>   |
| A. Tinjauan Pustaka .....                        | 9          |
| A.1. Konsep Masa Nifas .....                     | 9          |
| A.2. Konsep Laktasi Dan Menyusui .....           | 15         |
| A.3. Alpukat.....                                | 24         |
| A.4. Kurma.....                                  | 28         |
| B. Kerangka Teori.....                           | 34         |
| C. Kerangka Konsep .....                         | 34         |
| D. Defenisi Operasional .....                    | 35         |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN.....</b>            | <b>36</b>  |
| A. Jenis Dan Desain Penelitian .....             | 36         |
| B. Lokasi Dan Waktu Penelitian .....             | 36         |
| C. Populasi Dan Sampel Penelitian.....           | 37         |
| D. Jenis Dan Cara Pengumpulan Data .....         | 37         |
| E. Alat Ukur/Instrumen Dan Bahan Penelitian..... | 39         |
| F. Prosedur Penelitian .....                     | 39         |
| G. Teknik Pengolahan Dan Analisa Data .....      | 39         |
| H. Etika Penelitian.....                         | 41         |
| <b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>         | <b>42</b>  |
| A. Hasil Penelitian.....                         | 42         |
| B. Pembahasan .....                              | 44         |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>           | <b>48</b>  |
| A. Kesimpulan.....                               | 48         |
| B. Saran.....                                    | 48         |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                       | <b>50</b>  |
| <b>LAMPIRAN</b>                                  |            |

## DAFTAR TABEL

|                                                                                                                                                           |    |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1.1 Keaslian Penelitian .....                                                                                                                       | 6  |
| Tabel 2.1 Angka Kecukupan ASI Ibu Menyusui .....                                                                                                          | 17 |
| Tabel 2.2 Kandungan Kolostrum, ASI Transisi, Dan ASI Matur .....                                                                                          | 22 |
| Tabel 2.3 Taksonomi Tanaman Alpukat .....                                                                                                                 | 26 |
| Tabel 2.4 Komposisi Gizi Buah Alpukat Dalam 100 Gram Daging Buah .....                                                                                    | 26 |
| Tabel 2.5 Kandungan Mineral Dalam 100 Gram Kurma .....                                                                                                    | 32 |
| Tabel 2.6 Defenisi Operasional .....                                                                                                                      | 35 |
| Tabel 3.1 Waktu Penelitian .....                                                                                                                          | 38 |
| Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Yang Diberi Jus Alpukat<br>Dan Kurma Di Klinik Bidan Nana Diana Labuhan Deli .....                 | 44 |
| Tabel 4.2 Gambaran Perbedaan Produksi ASI Sebelum Dan Sesudah Diberikan Jus<br>Alpukat Dan Kurma Kepada Ibu Menyusui Di Klinik Nana Labuhan Deli<br>..... | 43 |

## DAFTAR BAGAN

|                   |    |
|-------------------|----|
| A. Bagan B1 ..... | 6  |
| B. Bagan C1 ..... | 17 |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

|            |                                      |
|------------|--------------------------------------|
| Lampiran 1 | Surat Izin Penelitian                |
| Lampiran 2 | Surat Balasan Klinik                 |
| Lampiran 3 | Surat Selesai Penelitian             |
| Lampiran 4 | Lembar Persetujuan Menjadi Responden |
| Lampiran 5 | Daftar Riwayat Hidup                 |