

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. ASI

A.1 Pengertian ASI

ASI adalah cairan putih yang dihasilkan oleh kelenjar payudara ibu melalui proses menyusui. ASI merupakan makanan yang telah disiapkan untuk calon bayi saat ibu mengalami kehamilan. ASI mempunyai nilai gizi paling tinggi dibandingkan dengan makanan bayi yang dibuat oleh tangan manusia ataupun susu yang berasal dari hewan, seperti susu sapi, kerbau, atau kambing. ASI merupakan emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam-garam anorganik yang disekresikan oleh kelenjar mammae ibu dan berguna sebagai makanan bayi (Maria, 2016).

ASI Eksklusif (menurut WHO) adalah pemberian ASI saja pada bayi sampai usia 6 bulan tanpa tambahan cairan ataupun makanan lain. ASI dapat diberikan sampai bayi berusia 2 tahun. Pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan dianjurkan oleh pedoman internasional yang didasarkan pada bukti ilmiah tentang manfaat ASI baik bagi bayi, ibu, keluarga maupun negara (Dewi, 2014).

WHO dan UNICEF merekomendasikan kepada para ibu, bila memungkinkan memberikan ASI eksklusif sampai 6 bulan dengan menerapkan :

1. Inisiasi Menyusui Dini (IMD) selama lebih kurang 1 jam segera setelah kelahiran bayi
2. ASI eksklusif diberikan pada bayi hanya ASI saja tanpa makanan tambahan dan minuman.

3. ASI diberikan secara *on demand* atau sesuai kebutuhan bayi, setiap hari selama 24 jam.
4. ASI sebaiknya diberikan tidak menggunakan botol, cangkir, maupun dot.

Bagi ibu yang bekerja , menyusui tidak perlu dihentikan. Ibu bekerja harus tetap memberikan ASI-nya dan jika memungkinkan bayi dapat dibawa di tempat kerja. Apabila tidak memungkinkan, ASI dapat diperah kemudian disimpan (Dewi,2014).

A.2 Komposisi gizi dalam ASI

ASI adalah makanan terbaik untuk bayi. ASI khusus dibuat untuk bayi manusia. Kandungan gizi dari ASI sangat khusus dan sempurna serta sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang bayi. ASI dibedakan dig stadium yaitu :

1) Kolostrum

Kolostrum adalah air susu yang pertama kali keluar. Kolostrum ini disekresi oleh kelenjar payudara pada hari pertama sampai hari ke empat pasca persalinan. Kolostrum merupakan cairan dengan viskositas, kental, lengket dan berwarna kekuningan. Kolostrum mengandung tinggi protein, mineral, garam, vitamin A, nitrogen, sel darah putih dan antibodi yang tinggi daripada ASI matur.

Selain itu, kolostrum masih mengandung rendah lemak dan laktosa. Protein utama pada kolostrum adalah imunoglobulin (IgG, IgA, IgM), yang digunakan sebagai zat antibodi untuk mencegah dan menetralkan bakteri, virus, jamur dan parasit. Meskipun kolostrum yang keluar sedikit menurut ukuran kita, tetapi volume kolostrum yang ada dalam payudara mendekati kapasitas

lambung bayi yang berusia 1-2 hari. Volume kolostrum antara 150-300 ml/24 jam. Kolostrum juga merupakan pencahar ideal untuk membersihkan zat yang tidak terpakai dari usus bayi yang baru lahir dan mempersiapkan saluran pencernaan makanan bagi bayi makanan yang akan datang.

2) ASI Transisi/Peralihan

ASI peralihan adalah ASI yang keluar setelah kolostrum sampai sebelum ASI matang, yaitu sejak hari ke-4 sampai hari ke-10. Selama dua minggu, volume air susu bertambah banyak dan berubah warna serta komposisinya. Kadar imunoglobulin dan protein menurun, sedangkan lemak dan laktosa meningkat.

3) ASI Matur

ASI matur disekresi pada hari ke sepuluh dan seterusnya. ASI matur tampak berwarna putih .kandungan ASI matur relatif konstan, tidak menggumpal bila dipanaskan. Air susu yang mengalir pertama kali atau lima menit pertama disebut *foremilk*. *Foremilk* lebih encer.*Foremilk* mempunyai kandungan rendah lemak dan tinggi laktosa, gula, protein, mineral dan air. Selanjutnya, air susu berubah menjadi *hindmilk*.

Hindmilk kaya akan lemak dan nutrisi. *Hindmilk* membuat bayi akan lebih cepat kenyang. Dengan demikian, bayi akan membutuhkan keduanya, baik *foremilk* maupun *hindmilk*. Dibawah ini bisa kita lihat perbedaan komposisi antara kolostrum, ASI transisi dan ASI matur.(Dewi,2014).

Tabel 2.1
Kandungan Kolostrum, ASI Transisi dan ASI Matur

Kandungan	Kolostrum	Transisi	ASI matur
Energi (kgkal)	57,0	63,0	65,0
Laktosa (gr/100 ml)	6,5	6,7	7,0
Lemak (gr/100 ml)	2,9	3,6	3,8
Protein (gr/100 ml)	1,195	0,965	1,324
Mineral (gr/ 100 ml)	0,3	0,3	0,2
Imunoglobulin			
Ig A (mg/100 ml)	335,9	-	119,6
Ig G (mg/100 ml)	5,9	-	2,9
Ig M (mg/100 ml)	17,1	-	2,9
Lisosin (mg/100 ml)	14,2-16,4	-	24,3-27,5
Laktoferin	420-520	-	250-270

A.3 Volume ASI

Sebaiknya, anda tidak mencoba dan menyamakan jumlah serta vokume ASI dengan susu formula. Namun, banyak ibu memiliki kekhawatiran tentang jumlah susu yang diberikan kepada bayi. Berikut ini rata-rata jumlah susu yang mereka berikan kepada bayi selma menyusui (Kent, 2007).

Tabel 2. 2
Rata-Rata Jumlah Susu

Ketika lahir	sampai 5 ml ASI	penyusuan pertama
Dalam 24 jam	7-123 ml/hari ASI	3-8 penyusuan
Antara 2-6 hari	395-868 ml/hari ASI	5-10 penyusuan
Satu bulan	395-868 ml/hari ASI	6-18 penyusuan
Enam bulan	710-803 ml/hari ASI	6-18 enyusuan

A.4 Manfaat ASI

Pemberian ASI merupakan metode pemberian makan bayi yang terutama pada bayi umur kurang dari 6 bulan, selain juga bermanfaat bagi ibu. ASI mengandung semua zat gizi dan cairan yang dibutuhkan untuk memenuhi seluruh

gizi bayi pada enam bulan pertama kehidupannya. Pada umur 6 sampai 12 bulan, ASI masih merupakan makanan utama bayi, karena mengandung lebih dari 60% kebutuhan bayi.

1). Manfaat pemberian ASI untuk bayi

ASI merupakan makanan pertama dan utama pada bayi. Berbagai keunggulan yang terdapat pada ASI memberikan banyak manfaat pada bayi.

1. Nutrien (zat gizi) dalam ASI sesuai dengan kebutuhan bayi

Zat gizi yang terdapat dalam ASI antara lain : lemak, karbohidrat, Protein, garam. Dan mineral serta vitamin. ASI memberikan seluruh kebutuhan nutrisi dan energi selama 1 bulan pertama, separuh atau lebih nutrisi selama 6 bulan kedua dalam tahun pertama separuh atau lebih nutrisi selama 6 bulan kedua dalam tahun pertama, dan 1/3 nutrisi atau lebih selama tahun kedua.

2. ASI mengandung zat protektif

Dengan adanya zat protektif yang terdapat dalam ASI maka bayi jarang mengalami sakit. Zat-zat protektif tersebut antara lain :

- a. *Laktobasilus bifidus* (mengubah laktosa menjadi asam laktat dan asam asetat, yang membantu memberikan keasaman pada pencernaan sehingga menghambat pertumbuhan mikroorganisme.
- b. Laktoferin, mengikat zat besi sehingga membantu menghambat pertumbuhan kuman.

- c. Lisozim, merupakan enzim yang memecah dinding bakteri dan anti inflamatori bekerjasama dengan peroksida dan askorbat untuk menyerang E-Coli dan Salmonela.
 - d. Komplemen c3 dan c4.
 - e. Faktor anti streptokokus, melindungi bayi dari kuman streptokokus.
 - f. Antibodi.
 - g. Imunitas seluler, ASI mengandung sel-sel yang berfungsi membunuh dan memfagositosis mikroorganisme, membentuk c3 dan c4, lisozim dan laktoferin.
 - h. Tidak menimbulkan alergi
3. Mempunyai efek psikologis yang menguntungkan bagi ibu dan bayi.
Pada saat bayi kontak kulit dengan ibunya, maka akan timbul rasa aman dan nyaman bagi bayi. Perasaan ini sangat penting untuk menimbulkan Prasa percaya (*basic sense of trust*).
 4. Menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan bayi menjadi baik.
Hal ini dapat dilihat dari kenaikan berat badan bayi dan kecerdasan otaknya.
 5. Mengurangi kejadian karies dentis
Insidensi karies dentis pada bayi yang mendapat susu formula jauh lebih tinggi dibandingkan dengan bayi yang mendapat ASI. Kebiasaan menyusu dengan botol atau dot akan menyebabkan gigi lebih lama kontak dengan susu formula sehingga gigi lebih asam.

6. Mengurangi kejadian malokasi

Penyebab malokasi rahang adalah kebiasaan lidah yang mendorong ke depan akibat menyusui dengan botol dan dot (Dewi, 2017).

2). Manfaat pemberian ASI bagi ibu

1. Aspek kesehatan ibu

Hisapan bayi akan merangsang terbentuknya oksitosin yang membantu involusi uteri dan mencegah terjadinya perdarahan pasca persalinan, mengurangi prevalensi anemia dan mengurangi terjadinya karsinoma indung telur dan mammae, mengurangi angka kejadian osteoporosis dan patah tulang panggul setelah menopause, serta menurunkan kejadian obesitas karena kehamilan.

2. Aspek keluarga berencana

Menyusui secara eksklusif dapat menjarangkan kehamilan. Hormon yang mempertahankan laktasi menekan ovulasi sehingga dapat digunakan sebagai kontrasepsi alamiah yang sering disebut Metode *amenorea* Laktasi.

3. Aspek psikologis

Perasaan bangga dan dibutuhkan membuat ibu senantiasa memperhatikan bayinya sehingga tercipta hubungan atau ikatan batin antara ibu dan bayi. (Dewi, 2017),

3). Manfaat pemberian ASI bagi keluarga

Manfaat ASI untuk keluarga, dapat dilihat dari aspek :

1. Aspek Ekonomi

Manfaat ASI dilihat dari aspek ekonomi adalah :

1. ASI tidak perlu dibeli
2. Mudah dan praktis
3. Mengurangi biaya berobat

2. Aspek Psikologis

Dengan memberikan ASI, maka kebahagiaan keluarga menjadi bertambah, kelahiran jarang, jiwa ibu baik dan tercipta kedekatan antara ibu-bayi dan anggota keluarga lain.

3. Aspek kemudahan

Menyusui sangat praktis, dapat diberikan kapan saja dan dimana saja
(Damai dan Dian, 2016)

4). Manfaat ASI untuk Negara

ASI memberikan manfaat untuk negara, yaitu :

1. Menurunkan angka kesakitan dan kematian anak

Kandungan ASI yang berupa zat protektif dan nutrisi di dalam ASI yang sesuai dengan kebutuhan bayi, menjamin status gizi bayi menjadi baik serta kesakitan dan kematian anak menurun

2. Mengurangi subsidi untuk rumah sakit

Rawat gabung akan memperpendek lama perawatan ibu dan bayi di rumah sakit, sehingga mengurangi subsidi/biaya rumah sakit. Selain itu, mengurangi infeksi nosokomial, mengurangi komplikasi persalinan dan mengurangi biaya perawatan anak di rumah sakit

3. Mengurangi devisa dalam pembelian susu formula.

ASI dapat dianggap sebagai kekayaan nasional. Dengan memberikan ASI maka dapat menghemat devisa sebesar Rp 8,6 milyar/tahun yang seharusnya dipakai untuk membeli susu formula

4. Meningkatkan kualitas generasi penerus bangsa.

Anak yang mendapatkan ASI, tumbuh kembang secara optimal sehingga akan menjamin kualitas generasi penerus bangsa (Damai dan Dian,2016).

A.5 Upaya Memperbanyak ASI

Air susu Ibu (ASI) adalah cairan kehidupan terbaik yang sangat dibutuhkan oleh bayi. ASI mengandung berbagai zat yang penting untuk tumbuh kembang bayi dan sesuai dengan kebutuhannya.

Meski demikian, tidak semua ibu mau menyusui bayinya karena berbagai alasan. Misalnya takut gemuk, sibuk, payudara kendor dan sebagainya. Di lain pihak, ada juga yang ingin menyusui bayinya tetapi mengalami kendala. Biasanya ASI tidak mau keluar atau produksinya kurang lancar.

Banyak hal yang dapat mempengaruhi produksi ASI. Produksi dan pengeluaran ASI oleh 2 hormon, yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI. Prolaktin berkaitan dengan nutrisi ibu, semakin asupan nutrisinya baik maka produksi yang dihasilkan juga banyak.

Namun demikian, untuk memproduksi ASI diperlukan hormon oksitosin yang kerjanya dipengaruhi oleh proses hisapan bayi. Semakin sering puting susu dihisap oleh bayi maka semakin banyak pula pengeluaran ASI. Hal-hal yang mempengaruhi produksi ASI :

1. Makanan

Makanan yang dikonsumsi ibu menyusui sangat berpengaruh terhadap produksi ASI. Apabila makanan yang ibu makan cukup akan gizi dan pola makan yang teratur, maka produksi ASI akan berjalan dengan lancar.

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. Contoh alat kontrasepsi yang bisa digunakan adalah kondom, IUD, pil khusus menyusui ataupun suntik hormonal 3 bulanan.

4. Perawatan payudara

Perawatan payudara bermanfaat merangsang payudara mempengaruhi hipofise untuk mengeluarkan hormon prolaktin dan oksitosin.

5. Anatomis payudara

Jumlah lons dalam payudara juga mempengaruhi produksi ASI. Selain itu, perlu diperhatikan juga bentuk anatomis papila atau puting susu ibu.

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. Apabila kondisi ibu terlalu capek, kurang istirahat maka ASI juga berkurang.

8. Faktor isapan anak atau frekuensi penyusunan

Semakin sering bayi menyusu pada payudara ibu, maka produksi dan pengeluaran ASI akan semakin banyak. Akan tetapi, frekuensi penyusuan pada bayi prematur dan cukup bulan berbeda. Studi mengatakan bahwa pada produksi ASI bayi prematur akan optimal dengan pemompaan ASI lebih dari 5 kali per hari selama bulan pertama setelah melahirkan.

Pemompaan dilakukan karena bayi prematur belum dapat menyusu. Sedangkan pada bayi cukup bulan frekuensi penyusuan 10 kali perhari selama 2 minggu pertama setelah melahirkan berhubungan dengan produksi ASI yang cukup. Sehingga direkomendasikan penyusunan paling sedikit 8 kali perhari pada periode awal setelah melahirkan. Frekuensi penyusuan ini berkaitan dengan kemampuan stimulasi hormon dalam kelenjar payudara.

9. Berat bayi lahir

Bayi berat lahir rendah (BBLR) mempunyai kemampuan menghisap ASI yang lebih rendah dibandingkan bayi yang berat lahir normal ($BBL > 2500$ gr) yang lebih rendah dibanding bayi yang berat lahir normal yang akan mempengaruhi stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin dalam memproduksi ASI.

10. Umur kehamilan saat melahirkan

Umur kehamilan dan berat lahir mempengaruhi produksi ASI. Hal ini disebabkan bayi yang lahir prematur sangat lemah dan tidak mampu menghisap secara efektif sehingga produksi ASI lebih rendah daripada bayi yang cukup bulan. Lemahnya kemampuan menghisap pada bayi prematur dapat disebabkan berat badan yang rendah belum sepenuhnya fungsi organ.

11. Konsumsi rokok dan alkohol

Merokok dapat mengurangi volume ASI karena akan mengganggu hormon prolaktin dan oksitosin untuk produksi ASI. Merokok akan menstimulasi pelepasan adrenalin dimana adrenalin akan menghambat pelepasan oksitosin. Meskipun minuman alkohol dosis rendah disatu sisi dapat membuat ibu merasa lebih rileks sehingga membantu proses (Dewi, 2017)

A.6 Tanda Bayi cukup ASI

Bayi usia 0-6 bulan dapat dinilai mendapat kecukupan ASI bila menunjukkan tanda-tanda sebagai berikut :

1. Bayi minum ASI tiap 2-3 jam atau dalam 24 jam minimal mendapatkan ASI 8-10 kali pada 2-3 minggu pertama
2. Kotoran berwarna kuning dengan frekuensi sering, dan warna menjadi lebih muda pada hari kelima setelah lahir.
3. Bayi akan buang air kecil paling tidak 6-8 x sehari.
4. Ibu dapat mendengarkan pada saat bayi menelan ASI.
5. Payudara terasa lebih lembek, yang menandakan ASI telah habis.
6. Warna bayi merah (tidak kuning) dan kulit terasa lebih kenyal.

7. Pertumbuhan berat badan dan tinggi badan bayi sesuai dengan grafik pertumbuhan.
8. Perkembangan motorik baik.
9. Bayi kelihatan puas, sewaktu-waktu saat lapar bangun dan tidur dengan cukup.
10. Bayi menyusu dengan kuat, kemudian melemah dan tertidur pulas (Dewi, 2017).

B. Kunyit

B.1 Sekilas kunyit



Gambar 2.1 Kunyit

Kunyit termasuk salah satu tanaman suku temu-temuan (Zingiberaceae) yang banyak ditanam di pekarangan, kebun, dan disekitar hutan jati. Kunyit dikenal sebagai penyedap, penetral bau anyir pada masakan. Kunyit juga sering dimanfaatkan sebagai ramuan obat tradisional untuk berbagai penyakit.

Didunia kedokteran dan pengobatan sudah sangat maju. Meskipun demikian, obat tradisional atau jamu masih tetap digemari masyarakat, bahkan semakin

dibutuhkan. Kunyit kaya akan minyak atsiri yang dapat mencegah keluarnya asam lambung yang berlebihan dan mengurangi usus terlalu kuat.

Kandungan kimia yang terdapat di rimpang kunyit akan lebih tinggi apabila berasal dari dataran rendah dibandingkan dengan kunyit yang berasal dari dataran tinggi. Kandungan kimia yang penting dari rimpang kunyit adalah kurkumin, minyak atsiri, resin, desmetoksikurkumin, *oleoresin*, dan *bidesmetoksikurkumin*, damar, gom, lemak, protein, kalsium, fosfor dan besi. Kandungan kimia minyak atsiri kunyit terdiri dari *artumeron*, α dan β -*tumeron*, *tumerol*, *aatlanton*, β -*kariofilen*, *linalol* dan *1,8sineol*.

Minyak esensial dihasilkan dengan destilasi uap dari rimpang kunyit, mengandung *a-phellandrene* (1%), *sabinene* (0.6%), *cineol* (1%), *borneol* (0.5%), *zingiberene* (25%) and *sesquiterpines* (53%). Kurkumin (*diferuloylmethane*) (3–4%) merupakan komponen aktif dari kunyit yang berperan untuk menghasilkan warna kuning, dan terdiri dari kurkumin I (94%), kurkumin II (6%) dan kurkumin III (0.3%).

Kunyit memiliki kandungan kimia yang bermanfaat untuk kesehatan tubuh dan mengandung senyawa yang berkhasiat sebagai obat, yaitu kurkuminoid yang terdiri dari (kurkumin atau 1,7-bis(4-hidroksi-3metoksifenil)-1,6-heptadiena-3,6-dion, 10% *desmetoksikumin* atau 1-(4-hidroksi3-metoksifenil)-7-(4-hidroksifenil)-1,6heptadiena-3,5-dion dan 1-5% *bisdesmetoksikurkumin* atau 1,7-bis(4hidroksifenil)-1,6-heptadiena-3,5-dion) dan zat- zat manfaat lainnya seperti minyak atsiri yang terdiri dari (*keton sesquiterpen*, *turmeron*, *tumeon* 60%, *zingiberen* 25%, *felandren*, *sabinen*, *borneol*, dan *sineil*).

Selain daripada senyawa *kurkuminoid*, kunyit juga mempunyai senyawa lain yang merupakan senyawa (Yuan, 2018).

B.2 Kekerabatan Kunyit

Dalam taksonomi tumbuhan, kunyit dikelompokkan sebagai berikut :

Kingdom	: <i>Plantae</i> (tumbuh-tumbuhan)
Divisi (<i>divisio</i>)	: <i>Spermatophyta</i> (tumbuhan berbiji)
Anak divisi (<i>sub-divisio</i>)	: <i>Angiospermae</i> (berbiji tertutup)
Kelas (<i>class</i>)	: <i>Monocotyledonae</i> (biji berkeping satu)
Bangsa (<i>ordo</i>)	: <i>Zingiberales</i>
Suku (<i>family</i>)	: <i>Zingiberaceae</i> (temu-temuan)
Marga(<i>genus</i>)	: <i>Curcuma</i>
Jenis (<i>species</i>)	: <i>Curcuma domestica</i> Val.

Tanaman yang termasuk suku temu-temuan terdiri dari 45 genus dan lebih kurang ada 500 spesies. Asal kata *Zingiberaceae* adalah *zingiber* yang berasal dari bahasa Sansekerta *singaberi*. Kata *singaberi* dalam bahasa Sanskerta itu berasal dari bahasa Arab *kurkum* yang berarti kuning. Kelompok tanaman temu-temuan ini mempunyai sel minyak yang sangat halus diseluruh bagian tanaman, sehingga akar, batang, bunga, dan bijinya menghasilkan minyak asiri.

B.3 Asal usul dan Wilayah Penyebaran

Kunyit merupakan tanaman asli Asia Tenggara. Pusat penyebarannya di daerah Semenanjung Melayu, Pulau Sumatera, dan Pulau Jawa dan menyebar hingga Australia. Kunyit juga menyebar dengan cepat dari Asia Tenggara ke wilayah-wilayah lain, seperti Cina, Kepulauan Salomon, Haiti, India, Pakistan, Taiwan, dan Jamaika. Di Indonesia, kunyit menyebar secara merata diseluruh wilayah. Karena itu, kunyit dikenal dengan nama berbeda di setiap daerah.

B.4 Morfologi Kunyit

Tanaman kunyit merupakan terna menahun yang mempunyai ciri khas tumbuh berkelompok membentuk rumpun. Tinggi tanaman antara 40-100 cm. Morfologi kunyit adalah sebagai berikut :

1). Batang

Kunyit memiliki batang semu yang tersusun dari kelopak atau pelepah daun yang berpalutan atau saling menutupi. Batang kunyit bersifat basah karena mampu menyimpan air dengan baik, berbentuk bulat, berwarna hijau keunguan. Tinggi batang kunyit mencapai 0,75-1 m.

2). Daun

Daun kunyit tersusun dari pelepah daun, gagang daun, dan helai daun. Tersusun secara berselang seling mengikuti kelopaknya. Panjang helai daun antara 31-84 cm. Lebar daun antara 10-18 cm. Daun kunyit berbentuk bulat telur memanjang dengan permukaan agak kasar.

3). Bunga

Bunga kunyit berbentuk kerucut runcing berwarna putih atau kuning muda dengan pangkal berwarna putih. Setiap bunga mempunyai tiga lembar kelopak bunga, tiga lembar tajuk bunga, dan empat helai benang sari.

4). Rimpang

Rimpang kunyit bercabang-cabang membentuk rumpun. Rimpang kunyit terdiri dari rimpang induk atau umbi kunyit dan tunas atau cabang rimpang. Tunas berbuku-buku pendek, lurus, atau melengkung. Jumlah tunas umumnya banyak. Rimpang kunyit tumbuh dari umbi tanah yang berbentuk bulatan panjang, pendek, tebal, lurus, dan melengkung.

Warna kulit rimpang jingga kecoklatan atau berwarna terang agak kuning sampai kuning kehitaman. Warna daging rimpangnya jingga kekuningan dilengkapi dengan bau khas yang rasanya agak pahit dan pedas. Rimpang cabang tanaman kulit akan berkembang secara terus menerus membentuk cabang- cabang baru terus menerus membentuk cabang – cabang baru dan batang semu, sehingga berbentuk sebuah rumpun.

B.5 Keunggulan Kunyit

Bagian terpenting dalam pemanfaatan kunyit adalah rimpangnya. Di Indonesia, kunyit sering dipakai dalam proses pembuatan minyak kelapa secara basah. Rimpang kunyit merupakan obat. Senyawa yang berkhasiat obat pada tanaman kunyit adalah zat kurkuminoidnya. Senyawa kurkuminoid terdiri atas kurkumin desmetoksikumin bisdesmetoksikurmin serta zat penting lainnya seperti minyak atsiri yang terdiri atas senyawa keton *sesquiterpen*, *turmeron*, *tumeon*,

zingiberen, *felandren*, *sabinenborneol*, dan *sineil*. Selain itu, kunyit juga mengandung lemak, karbohidrat, protein, pati, vitamin C, serta garam-garam mineral, diantaranya zat besi, fosfor, dan kalsium. Dalam pengobatan herbal, sudah banyak jenis penyakit yang dapat disembuhkan dengan rimpang kunyit seperti demam, pilek, rematik, diare, disentri, gatal-gatal, dan panas dalam. Disamping itu, kunyit juga dapat menurunkan kadar lemak tinggi (*hyperlipidenia*), menyumbuhkan nyeri dada, asma, keputihan, radang usus buntu, radang amandel, (tonsilitis) dan tekanan darah tinggi (Fitri, 2015).

Curcuma domestica Val. (kunyit) merupakan salah satu tanaman obat yang sudah dikenal oleh masyarakat sebagai obat tradisional. *Curcuma domestica* memiliki banyak kegunaan, antara lain berkhasiat untuk meluruhkan, dan memperlancar haid, serta dapat meningkatkan produksi ASI. Penelitian Maligalig dkk, pada tahun 1994, telah membuktikan adanya aktivitas estrogenik dari infus rimpang *C. domestica*. Hal tersebut diduga berasal dari kandungan *fitosteroid* berupa *kampesterol*, *b-sitosterol*, dan *stigmasterol*. Ketiga senyawa *fitosteroid* tersebut memiliki kemiripan struktur dengan kolesterol yang merupakan prekursor pembentukan hormon seks, salah satunya hormon estrogen (Kusmana, 2007).

C. Simplisia

C.1 Pengertian Simplisia

Simplisia adalah bahan alam yang telah dikeringkan yang digunakan untuk pengobatan dan belum mengalami pengolahan, kecuali dinyatakan lain suhu pengeringan tidak lebih dari 60°C.

Simplisia sebagai produk hasil pertanian atau pengumpulan tumbuhan liar (*wild crop*) tentu saja kandungan kimianya tidak dapat dijamin selalu ajeg (konstan) karena disadari adanya variabel bibit, tepat tumbuh, iklim, kondisi (umur dan cara panen), serta proses tidak besar akibatnya pada mutu ekstrak nantinya dan dapat dikompensasi dengan penambahan/pengurangan bahan sedikit prosedur analisis kimia dan sentuhan inovasi teknologi farmasi lanjutan sehingga tidak berdampak banyak pada khasiat produknya (Lully, 2016).

C.2 Jenis simplisia

Padadunia farmasi, bahan mentah untuk obat-obatan biasa disebut dengan simplisia. Simplisia terdiri dari 3 macam yaitu :

1. Simplisia nabati

Simplisia nabati adalah simplisia berupa tanaman utuh, bagian tanaman atau eksudat tanaman isi sel yang secara spontan keluar dari tanaman atau dengan cara tertentu dikeluarkan dari sel nya ataupun zat-zat nabati lainnya dengan cara tertentu dipisahkan dari tanamannya dan belum berupa zat kimia murni

2. Simplisia hewani

Simplisia hewani adalah simplisia yang merupakan hewan utuh, sebagian hewan atau zat-zat berguna yang dihasilkan oleh hewan dan belum berupa zat kimia murni

3. Simplisia pelikan atau mineral

Simplisia pelikan atau mineral adalah simplisia yang berupa bahan pelikan atau mineral yang belum diolah dengan cara sederhana dan belum berupa zat kimia murni.

Jenis-jenis simplisia nabati yang telah banyak diteliti, baik untuk dijadikan bahan baku obat modern dalam bentuk kapsul atau tablet dan untuk obat-obatan tradisional seperti jamu, dalam pemanfaatannya menurut Depkes RI (1985) dibedakan menjadi 5 kategori, yaitu :

1. Simplisia rimpang atau empon-empon. Bagian yang dimanfaatkan sebagai obat adalah akar rimpang atau umbinya. Sebagai contoh dari jenis jahe-jahean seperti: jahe, kencur, lengkuas, kunyit, lempunyang, temulawak, temu putih dan lain-lain.
2. Simplisia akar, bagian yang dimanfaatkan sebagai obat adalah akarnya. Sebagai contoh akar alang-alang, akar wangi, gandapura.
3. Simplisia biji, bagian yang dimanfaatkan sebagai obat adalah bijinya. Sebagai contoh adalah biji kapulaga, jintan, merisa, kecipir dan lainnya.
4. Simplisia daun, bagian yang dimanfaatkan sebagai obat adalah daunnya. Sebagai contoh adalah daun kemuning, keji beling, daun alpukat dan lainnya.
5. Simplisia batang, bagian yang dimanfaatkan sebagai obat adalah batangnya. Sebagai contoh adalah cendana, pule, pasak bumi dan lainnya.

Bagian-bagian tumbuhan tersebut diambil pada saat yang tepat, agar kandungan zat berkhasiat dalam jumlah yang maksimal (Sri, 2016).

D. Resep Alami meningkatkan Produksi ASI Teh Simplisia Kunyit (Awaluddin Saragih, 2019)

1. Pengumpulan bahan

Pengumpulan bahan rimpang kunyit dilakukan sampling secara purposif. Bahan diambil dari daerah Medan Krio, Kecamatan Mencirem Kabupaten Deli Serdang, sebanyak 12 kg. Bahan tanaman ini dicuci bersih dengan air mengalir, setelah ditiriskan lalu ditimbang.

2. Pembuatan simplisia

Rimpang kunyit segar dipotong melintang lalu dikeringkan didalam lemari pengering sehingga kering (dapat dipatahkan) lalu ditimban. Kemudian diblender dan diayak sehingga menjadi serbuk simplisia yang halus. Masukkan kedalam wadah plastik dan diikat kuat.

3. Pembuatan teh simplisia kunyit

a. Perhitungan bahan

Jumlah teh simplisia kunyit yang diperlukan : $15 \text{ orang} \times 2 \times 7 \text{ hari} \times 1$
bungkus = 210 bungkus

b. Formula

Setiap bungkus mengandung simplisia rimpang kunyit 2,0 gram. Jumlah simplisia yang dibutuhkan rimpang kunyit : $210 \times 2 \text{ g} = 420 \text{ gram}$

c. Cara pembuatan

Timbang simplisia rimpang kunyit sebanyak 420 gram, lalu dihaluskan dengan blender, kemudian diayak sehingga diperoleh serbuk simplisia yang halus.

Timbang serbuk simplisia kunyit tersebut sebanyak 2 gram lalu masukkan ke dalam wadah/*sachet*.

d. *Packing* produk

Setiap 1*sachet* yang berisi 2 gram simplisia kunyit dimasukkan kedalam packing berupa wadah penyaring teh lalu dimasukkan dalam kotak. Setiap pasien memperoleh satu pack yang berisi 14*sachet*.

4. Cara pemberian

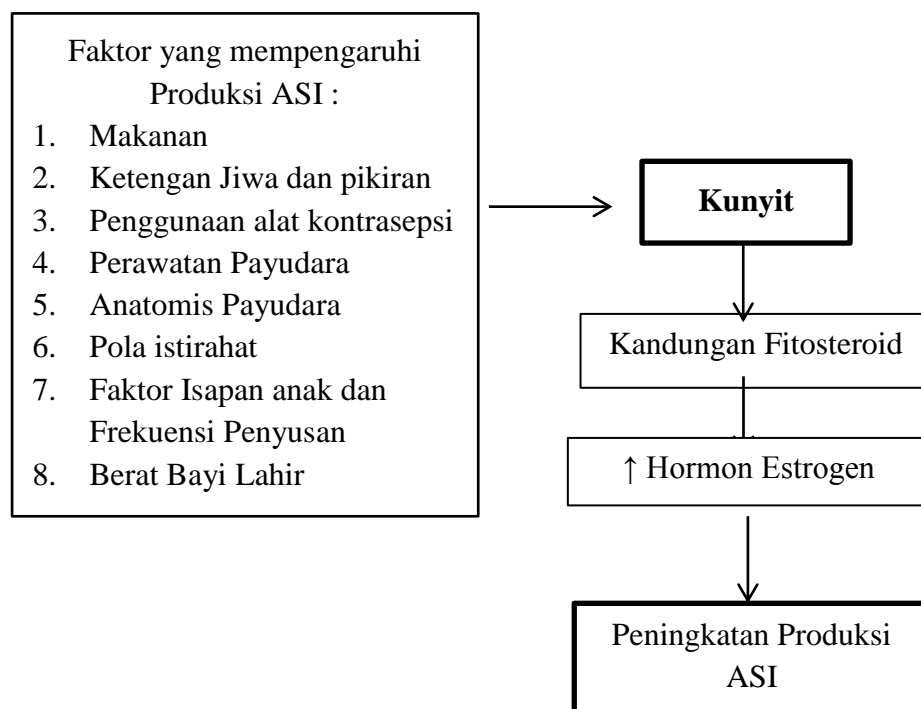
Masukkan air panas dari dispenser yang panas nya 20-30° C sebanyak 200 ml (1 gelas) kedalam gelas, lalu celupkan 1 buah sachet berisi serbuk simplisia kunyit, tunggu sampai 5 menit, diangkat-angkat sehingga tersari, sambil diaduk-aduk. Jika perlu diberikan gula putih, aduk sehingga larut. Sehingga agak dingin baru diminum. Sehari diminum pada waktu pagi dan malam hari.

5. Pengamatan hasil

Pengamatan dilakukan pada hari 3 dan hari ke 10 ibu postpartum. Lakukan pengamatan terhadap peningkatan ASI.

E. Kerangka Teori

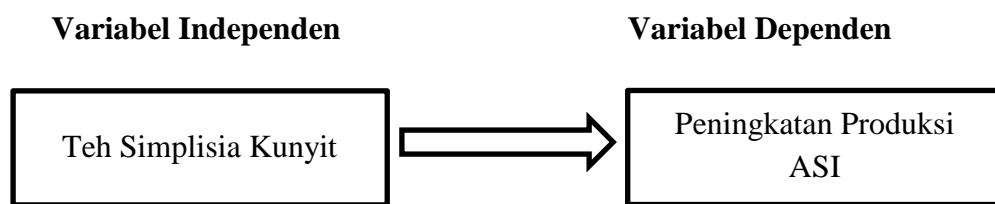
Kerangka teori pada penelitian dengan judul “Pengaruh Teh Simplisia Kunyit terhadap Peningkatan ASI Pada Ibu Post Partum di di Desa Lama dan Desa Namo Simpur Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Batu Tahun 2020” dapat dilihat pada gambar dibawah ini :



Gambar 2.2
Kerangka Teori

F. Kerangka Konsep

Kerangka konsep pada penelitian dengan judul Pengaruh Teh *Simplisia* Kunyit terhadap Peningkatan ASI Pada Ibu Post Partum di Desa Lama dan Desa Namo Simpur Wilayah Kerja Puskesmas Pancur Batu tahun 2020, dapat dilihat pada gambar dibawah ini :



Gambar 2.3
Kerangka Konsep

G. Hipotesis

Ada pengaruh pemberian teh *simplisia* kunyit terhadap peningkatan produksi ASI ibu postpartum di Desa Lama dan Desa Namo Simpur wilayah kerja Puskesmas Pancur Batu.