

EFEKTIVITAS PEMBERIAN BOREH JAHE TERHADAP PENINGKATAN JUMLAH ASI DI RSUD CIMACAN

LENA SRI DINIYATI¹, ENENG DEVI²

Akademi Kebidanan Alikhlas

Jl. hankam, desa jogjogan, kecamatan cisarua, bogor.

E-mail: lenasridiniyati@gmail.com, enengdevi15@gmail.com

ABSTRAK

Data dari UNICEF (2023) menunjukkan bahwa hanya 32,65% bayi yang menerima ASI eksklusif dalam enam bulan pertama kehidupan mereka. Target untuk ASI eksklusif di Indonesia masih jauh dari angka 80%, hanya mencapai 73,1%. Menurut informasi dari Jawa Barat pada tahun 2022, tingkat ASI eksklusif baru mencapai 69,3%. Salah satu masalah yang dapat menghambat pemberian ASI eksklusif adalah penurunan produksi ASI hingga dapat menyebabkan penghentian produksi ASI. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis seberapa efektif boreh jahe dalam meningkatkan jumlah produksi ASI. Metode pengambilan sampel yang diterapkan dalam penelitian ini adalah accidental sampling. Populasi yang diteliti meliputi ibu-ibu menyusui di ruang nifas RSUD Cimacan pada bulan Maret dan April 2024, dengan total sampel sebanyak 30 responden. Setelah diberikan boreh jahe, semua responden (100%) mengalami peningkatan jumlah produksi ASI. Hasil analisis statistik menunjukkan P value = 0,000, yang menandakan bahwa boreh jahe memiliki dampak positif terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu pasca-persalinan di RSUD Cimacan selama periode Maret hingga April 2024. Oleh karena itu, terapi boreh jahe dapat menjadi solusi untuk meningkatkan jumlah ASI bagi ibu yang menyusui. Diharapkan agar ibu pasca-persalinan yang mengalami masalah dengan rendahnya jumlah ASI dapat melakukan boreh jahe secara rutin sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan jumlah produksi ASI.

Kata kunci: boreh jahe, melancarkan ASI, ibu post partum.

PENDAHULUAN

Berdasarkan informasi dari World Health Organization (WHO), menyusui dengan ASI secara eksklusif berarti memberikan hanya ASI tanpa memberikan cairan lain seperti susu formula, air, air jeruk, atau makanan tambahan lainnya hingga bayi berusia enam bulan (Depkes R.I 2013).

Berdasarkan data UNICEF pada tahun 2018, rata-rata proporsi pemberian ASI Eksklusif di seluruh dunia adalah 38%. WHO juga mencatat bahwa prevalensi ASI Eksklusif di beberapa negara ASEAN masih terbilang rendah, seperti India (46%), Filipina (34%), Vietnam (27%), Myanmar (24%), dan Indonesia (54,3%) (Harismayanti, 2019).

Secara Nasional, proporsi bayi yang menerima ASI eksklusif di Indonesia masih sangat rendah. Data dari Susenas 2019 menunjukkan bahwa hanya 33,6% bayi yang memperoleh ASI eksklusif, yang berarti sekitar dua pertiga bayi di negara ini tidak mendapatkan ASI. Sementara itu, pada tahun 2018, 44,36% bayi di Indonesia telah mendapatkan ASI eksklusif, yang menunjukkan bahwa hanya 50% bayi yang tidak menerima ASI. Di

Indonesia, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia telah menetapkan target untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif selama enam bulan menjadi sebesar 80% melalui program peningkatan gizi masyarakat. Namun, angka tersebut sulit untuk tercapai, bahkan tren prevalensi ASI eksklusif dari tahun ke tahun terus mengalami penurunan. Ini menjadi perhatian serius karena ASI eksklusif sangat krusial bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi (Meliani Sukmadewi Harahap, dkk, 2023).

Boreh dikenal sebagai solusi tradisional yang memiliki kemampuan untuk menghangatkan tubuh, memperbaiki aliran darah, mengurangi rasa sakit pada otot, dan bahkan bisa berfungsi sebagai perawatan kulit. Biasanya, boreh dipakai untuk menghangatkan tubuh, dan juga dapat membantu meningkatkan peredaran darah.

Sensasi hangat yang muncul saat boreh jahe diterapkan dapat membantu memperbaiki sirkulasi darah dan mendukung kelancaran produksi ASI. Sebuah studi oleh Fitriani dan rekan-rekan (2020) menunjukkan bahwa 90,9% ibu menyusui yang tidak menggunakan

kompres hangat pada payudara mengalami masalah dalam produksi ASI.

Berdasarkan penelitian tersebut, peneliti merasa tertarik untuk menyelidiki "Pengaruh Boreh Jahe terhadap jumlah ASI pada Ibu Pasca Persalinan di RSUD Cimacan."

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan pendekatan deskriptif, yakni sebuah metode yang bertujuan untuk menjelaskan atau menganalisis hasil tertentu tanpa menghasilkan kesimpulan yang lebih luas. Pendekatan deskriptif merupakan metode yang digunakan dengan tujuan utama untuk memberikan gambaran atau penjelasan mengenai suatu kondisi objektif (Made Sudarma Adiputra, 2021).

Populasi merujuk pada keseluruhan nilai yang dapat dihasilkan melalui penghitungan atau pengukuran kuantitatif terkait suatu karakteristik tertentu di antara semua individu dalam kelompok yang lengkap dan spesifik yang ingin diteliti sifat-sifatnya (Eddy Roflin, 2021). Dalam penelitian ini, populasi terdiri dari semua ibu post partum di Rumah

Sakit Cimacan Cianjur, dengan total sebanyak 167 individu.

Teknik sampling yang diterapkan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik accidental sampling, yang berarti pengambilan sampel dilakukan berdasarkan kejadian secara kebetulan, dengan memilih individu atau responden yang secara acak tersedia di lokasi sesuai konteks penelitian. Sehingga, dalam teknik sampling ini, peneliti memperoleh responden pada saat itu juga (Ananda Dwihta, 2021). Oleh karena itu, sampel dalam penelitian ini hanya melibatkan sebagian ibu nifas, yaitu sebanyak 30 ibu nifas yang berada di RSUD Cimacan.

Kriteria inklusi adalah syarat atau karakteristik yang wajib dipenuhi oleh setiap anggota populasi yang dapat dipilih sebagai sampel. Dalam penelitian ini, kriteria inklusi mencakup semua ibu nifas yang memiliki bayi yang hidup dan bersedia menjadi responden, serta ibu yang mengalami masalah dalam kelancaran dan jumlah ASI mereka.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel I
Distribusi Frekuensi ASI pada ibu menyusui sebelum dilakukan pemberian boreh jahe Di RSUD Cimacan kabupaten Cianjur

No	ASI	Frekuensi	Presentase (%)
1	Lancar	3	10,0
2	Tidak lancar	27	90,0
Total		30	100,0

Sumber: Data primer, periode maret-april 2024

Berdasarkan tabel diatas menunjukan bahwa proposi responden berdasarkan jumlah ASI sebelum dilakukan pemberian Boreh Jahe yaitu 30 responden dan 3 responden dengan ASI yang lancar (10, 0) dan 27 responden dengan ASI yang tidak lancar (90, 0).

Tabel II
Distribusi Frekuensi ASI pada ibu menyusui sesudah dilakukan pemberian boreh jahe Di RSUD Cimacan kabupaten Cianjur

No	ASI	Frekuensi	Presentase (%)
1	Lancar	30	100,0
2	Tidak Lancar	0	0
Total		30	100,0

Sumber: Data primer, periode maret-april 2024

Berdasarkan tabel II diatas menunjukan bahwa proporsi responden berdasarkan Jumlah ASI Sesudah dilakukan pemberian Boreh Jahe yaitu 30 Responden atau (100%) berhasil dalam meningkatkan jumlah ASI.

Tabel III
Distribusi Frekuensi ASI pada ibu menyusui sesudah dilakukan pemberian boreh jahe

Varriabel	N	Mean Rank	Sum of Ranks	P value
Lancar	30	15,50	465,0	0,000
Tidak lancer		0	0	

Berdasarkan data yang tercantum dalam tabel 3, analisis menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan nilai p yang signifikan sebesar 0,000, yang lebih kecil dibandingkan dengan tingkat signifikansi ($P\text{value} = 0,05 < 0,000$). Ini mengindikasikan bahwa pemberian boreh jahe memiliki efektivitas dalam meningkatkan jumlah ASI pada ibu setelah melahirkan.

Hasil dari uji statistik Wilcoxon menunjukkan nilai signifikan 0,000, yang berarti kurang dari 0,05. Hal ini menyimpulkan bahwa ada efektivitas yang signifikan dari boreh jahe dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum.

Boreh sering dimanfaatkan untuk memberikan kehangatan bagi tubuh, dan di samping itu, boreh juga berfungsi memperlancar sirkulasi darah.

Kehangatan yang diperoleh saat menerapkan boreh jahe dapat

membantu meningkatkan sirkulasi darah sekaligus memperlancar ASI. Penelitian oleh Fitriani dan rekan-rekan (2020) menunjukkan bahwa 90,9% ibu menyusui yang tidak menerima kompres hangat pada payudara merasakan ketidakcukupan ASI, sementara 90,9% dari mereka yang mendapatkan kompres hangat mengalami cukupnya ASI. Hasil dari uji Chi square memperlihatkan nilai p sebesar 0,001, yang menunjukkan $p < \alpha 0,05$, sehingga dapat disimpulkan adanya pengaruh kompres hangat pada payudara ibu pasca melahirkan terhadap kecukupan ASI.

Diharapkan bagi tenaga kesehatan untuk mengedukasi masyarakat mengenai pentingnya boreh jahe sebagai alternatif yang dapat membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu setelah melahirkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ajakaye, Rafiu. Angka Kematian Bayi Masih Tinggi. cited [18 march 2020] Availabe from <https://www.aa.com.tr/id/dunia/unicef-angka-kematian-bayi-masihtinggi-/1068502#>
- Anggarini, lin. 2016. pada Ibu Bersalin dan Kala I Lama cited <https://.id/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://etd.repository.u-gm.ac.id/penelitian/detail/97496&ved=2ahUKEwjooe2cp8znAhUtzTgGHcUBbkQFjAAegQIARAB&usq=AOvVaw3AjXm03tvaQHCwmiyLLpOh> Septikasari, Majestika. 2018. Status Gizi Anak dan Faktor yang MemEfektivitasi. Yogyakarta:
- Astutik, Reni Yuli 2015. Asuhan Kebidanan Masa Nifas Dan Menyusui. Jakarta: CV. Trans Info Media
- Azizah, Nurul. 2019. Buku Ajar Mata Kuliah Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Sidoarjo: UMAIDA Press.
- Bayu, Maharani. 2014. Pintar ASI dan Menyusui, Jakarta: Panda Media Yeyeh dan Lia Yulianti. 2018. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Masa Nifas. Jakarta.
- Lapau. Buchari. 2019. Meteologi Penelitian Kebidanan Panduan Penulisan Protokol dan Laporan Penelitian. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Maharani, aninditha. Rapor Merah Angka Kematian Bayi Baru di Indonesia 18 december 19 Available from <https://beritagar.id/artikel-amp/berita/rapor-merah-angka-kematian-bayi-di-indonesia>.
- Masturoh, Imas dan Nauri Anggita T. 2018. Meteologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Kemenkes RI Azwar, azrul dan Joedo Prihartono. 2018 Metologi Penelitian Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat. Tangerang: Binarupa Aksara Publisher
- Media Rini, Susilo dan Feti Kumala. 2017. Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice.Yogyakarta: Deepublish
- Monika F.B. 2014. Buku Pintar ASI dan Menyusui. Jakarta: Noura Books

Novita, Windya. 2018. Merawat Kecantikan di Rumah. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama

Pilaria, Ema dan Rita Sopiatur. 2018. Cited Efektivitas pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu post partum di wilayah kerja puskesmas pejeruk kota mataram [18 june 2020) Availibe from

Safitri, Amalia dan Dwi Anggraeni Puspitasari. 2018. Upaya peningkatan pembeian ASI

eksklusif dan kebijakannya di Indonesia cited [18 june 2020] Availibel from

Sutanto, Andina Vita. 2018. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Yogyakarta: Pustaka Baru

Mansyur, Nurlina dan A kasrida Dahlan. 2014. Asuhan Kebidanan Masa Nifas. Malang Selaksa