



Articles

Volume 08, Issue 02, 2020 Supplement

ISSN 2354-7642 (Print) / ISSN 2503-1856 (Online)

Thibbun Nabawi Herbs for Breastfeeding Mothers DOI : 10.21927/jnki.2020.8(4).1 Abstract views : 99 times <i>Arum Meiranny, Isna Hudaya, Afita Dini Sukmana</i>	PDF 1
Affecting Factors Exclusive Breastfeeding Practices DOI : 10.21927/jnki.2020.8(4).2-3 Abstract views : 40 times <i>Ajeng Galuh Wuryandari, Titik Hinriati</i>	PDF 2-3
Nesting Innovation is Effective for Improving Sleep Duration in Low Birth Weight Babies (LBWB) DOI : 10.21927/jnki.2020.8(4).4-5 Abstract views : 36 times <i>Anafrin Yugistiyowati</i>	PDF 4-5
Anxiety and Burnout Predict the Depression among Primary Caregivers of People with Schizophrenia in Sedayu II Public Health Centre Bantul DOI : 10.21927/jnki.2020.8(4).6-7 Abstract views : 35 times <i>Sofyan Indrayana, Mulyanti Mulyanti</i>	PDF 6-7
Fetal Movement Counting and Maternal Anxiety: A Systematic Literature Review DOI : 10.21927/jnki.2020.8(4).8-9 Abstract views : 46 times <i>Erni Samutri, Lia Endriyani</i>	PDF 8-9
Family Participation in Postnatal Oxytocin Massage During Covid-19 Pandemic DOI : 10.21927/jnki.2020.8(4).10-11 Abstract views : 45 times <i>Prasetya Lestari, Fatimah Fatimah</i>	PDF 10-11
The Effectiveness of The Leaflet Media as A Health Promotion Effort to Improve Pregnant Women's Knowledge About Prevention of Mother to Child Transmission of HIV DOI : 10.21927/jnki.2020.8(4).12-13 Abstract views : 44 times <i>Ina Kuswanti, Lusa Rachmawati</i>	PDF 12-13
The Effect Of Giving Torbangun Leaves (Coleus Amboinicus Lour) On Increasing Breast Milk Production DOI : 10.21927/jnki.2020.8(4).14-15 Abstract views : 51 times <i>Muliatul Jannah, Arum Meiranny, Nicky Febriani Putri Nurzaen</i>	PDF 14-15
Analysis of Health Promotion Methods for Adolescent Health Cadres in Bogor City: A Case Study DOI : 10.21927/jnki.2020.8(4).16-17 Abstract views : 20 times	PDF 16-17

JURNAL NERS
DAN KEBIDANAN
INDONESIA

Volume
8

Issue
2

Page
82-159

ISSN
2354-7642

Edition
8

Lembaga Penelitian
Jurusan Pendidikan Ners
dan Kebidanan
Universitas Alma Ata



JURNAL NERS DAN KEBIDANAN INDONESIA

INDONESIAN JOURNAL OF NURSING AND MIDWIFERY



The Organization Structure of JNKI

Advisor

Ketua Asosiasi Institusi Pendidikan Ners Indonesia (AIPNI)
Ketua Asosiasi Institusi Pendidikan Kebidanan Indonesia (AIPKIND)
Ketua Persatuan Perawat Nasional Indonesia (PPNI)
Ketua Ikatan Bidan Indonesia (IBI)

Director

Rektor Universitas Alma Ata Yogyakarta
Ketua Jurusan Ners Universitas Alma Ata Yogyakarta
Ketua Jurusan Kebidanan Universitas Alma Ata Yogyakarta

Editor in Chief

Drg. Ircham Machfoedz, MS

Editors

Prof. Dr.H. Hamam Hadi,MS.,Sc.D.,Sp.GK
Elsi Dwi Hapsari, S.Kp,M.S, D.S
Edi Sampurno Ridwan ,BN.,Mnurs
Anafrin Yugisetyowati, S.Kep,Ns.,M.Kep.,Sp.Ank,
Siti Nurunnayah,S.ST.,M.Kes
Susiana Sariyati,S.ST.,M.Kes
Wahyuningsih ,M.Kep
Brune Indah Yulitasari,S.Kep.,Ns.,MNS
Lia Endriyani, S.Kep., Ns., MSN
Dyah Pradnya Paramita, S.ST.,M.Kes.
Fatimasari, S.Keb.,Bd.
Lia Dian Ayuningrum, S.ST.,M.Tr.Keb
Prasetya Lestari, SST, M.Kes.
Febrina Sucihati, S. SiT.,M.P.H.

Staff

Annisaa'Nurmasari, Amd.Keb

Financial Staff

Heri Susanto, A. Md

IT

Amir Rahman Sunaryo, S. Kom

Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia (JNKI) indexed by:



Artikel Review: Thibbun Nabawi Herbs for Breastfeeding Mothers

Arum Meiranny^{1*}, Isna Hudaya², Afita Dini Sukmana³

^{1,2,3} Program Studi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang; Jl. Kaligawe Raya No.KM. 4; Semarang 50112; Indonesia

*Email: Correspondence authors: arummeiranny@unissula.ac.id

Abstrak

Pendahuluan: Pengaruh konsumsi herbal terhadap ibu menyusui seringkali dihubungkan dengan produksi ASI dan pemulihan stamina ibu setelah melahirkan. Herbal memiliki komposisi yang membantu proses pemulihan ibu nifas dan peningkatan produksi ASI. Untuk mengurangi hal tersebut, manfaat dalam pengobatan ala rasulullah bisa menjadi solusinya. **Tujuan Penelitian:** adalah untuk mengetahui praktik penggunaan tanaman herbal Thibbun Nabawi pada ibu menyusui. **Metode:** Pencarian artikel jurnal dilakukan secara elektronik dengan menggunakan database, yaitu: Google Scholar. Keyword yang digunakan adalah “Thibbun Nabawi/Pengobatan Ala Nabi”, “Herbal/Herbs”, “Breastfeeding/Menyusui”; sehingga didapatkan 3 artikel untuk di-review. **Hasil dan Pembahasan:** Pemberian beberapa herbal thibbun nabawi seperti kurma, madu dan jintan hitam/habatussauda dapat mempengaruhi produksi ASI pada ibu menyusui. Penggunaan herbal thibbun nabawi sangat direkomendasikan untuk ibu menyusui pasca melahirkan karena mampu meningkatkan produksi ASI dan bisa memberikan efek kebahagiaan pada ibu post partum serta bisa mengurangi resiko *baby blues syndrome*. **Kesimpulan:** Herbal thibbun nabawi dapat mempengaruhi peningkatan produksi ASI pada ibu post partum.

Kata Kunci: ASI, Herbal, Menyusui, dan Thibbun Nabawi

Abstract

The effect of herbal consumption on breastfeeding mothers frequently associated with the breast milk production and the restoration of mothers' stamina after child birth. Herbs have a composition that help the recovery process of post partum mothers and increase the breast milk production. There fore, the use of prophetic medicine can be the solution. To find out the practice of Thibbun Nabawi Herbs on breastfeeding mothers. The search of journal article electronically by using a data base in Google Scholar. Keywords that are being used are “Thibbun Nabawi/Prophetic Medicine”, “Herbal/Herbs” and “Breastfeeding”, until 3 article was obtained to be reviewed. The use of some Thibbun Nabawi herbs like dates, honey and black cumin/habbusaouda' can effect the breast milk production on breastfeeding mothers. The use of thibbun nabawi herbs for post partum mothers is very recommended because it can increase the production of breast milk and giving happiness to the post partum mothers and able to

reduce the risk of baby blues syndrome. Thibbun Nabawi herbs can effect the production of breast milk on post partum mothers.

Keywords: *breast milk; breastfeeding; thibbun nabawi*

PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) merupakan nutrisi alamiah terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Namun, ada kalanya seorang ibu mengalami masalah dalam pemberian ASI. Kendalanya yang utama adalah karena produksi ASI tidak lancar (Saleha, 2009).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (RisKesDas) tahun 2010 menunjukkan pemberian ASI di Indonesia saat ini memprihatinkan, presentase bayi yang menyusu eksklusif sampai dengan 6 bulan hanya 15,3%. Hal ini disebabkan kesadaran masyarakat dalam mendorong peningkatan pemberian ASI masih relatif rendah (Depkes RI, 2010).

Untuk meningkatkan cakupan ASI eksklusif di Indonesia, Departemen Kesehatan RI menetapkan program Sepuluh Langkah Keberhasilan Menyusui sesuai dengan Permenag Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak No.03 tahun 2010 diantaranya menetapkan kebijakan tentang menyusui, meningkatkan keterampilan tenaga kesehatan, menjelaskan pada semua ibu hamil tentang manajemen laktasi, membantu ibu menyusui bayinya, memperlihatkan cara menyusui yang benar, tidak memberikan makanan tambahan, melaksanakan rawat gabung, mendukung pemberian ASI tanpa dijadwal, tidak memberikan kempeng dan

membentuk kelompok pendukung ibu menyusui (Astutik, 2014).

Madu adalah cairan manis yang dihasilkan oleh lebah madu berasal dari berbagai sumber nectar. Nectar adalah semacam cairan yang dihasilkan oleh kelenjar nectartumbuhan, kaya akan berbagai bentuk karbohidrat seperti sukrosa, fruktosa dan glukosa, mengandung sedikit senyawa-senyawa pengandung nitrogen, seperti asam-asam amino, amida-amida, asam-asam organic, vitamin-vitamin, senyawa aromatic dan juga mineral-mineral. Hasil riset di Jepang dan beberapa Negara lain membuktikan bahwa madu murni mampu memperbanyak keluarnya ASI dan memperbanyak jumlah antibody dalam ASI. Dengan demikian, kekebalan tubuh bayi terhadap penyakit akan bertambah. Sementara didalam madu mengandung 304 kkal setiap 5 cc. Madu dapat membantu asupan kalori pada ibu menyusui dan juga berakibat lancarnya produksi ASI. Madu memiliki kandungan yang sama untuk dapat meningkatkan produksi ASI, fungsi madu terhadap kesehatan ibu menyusui adalah menambah stamina ibu, sebagai nutrisi ibu menyusui, sebagai antibody dalam ASI, bagi bayi dapat menghindari terjadinya pembengkakan jamur dimulut bayi, madu juga bagus untuk lambung dan darah bayi (Wulandari, 2013).

Pemberian jintan hitam dapat melancarkan produksi ASI. Hal ini dikarenakan jintan hitam mengandung

unsur lipid dan struktur hormon dimana senyawa aktif ini berperan aktif dalam proses produksi air susu karena menunjukkan efek lactagagum. Kandungan polifenol dalam jintan hitam juga berperan dalam meningkatkan kadar prolaktin dan oksitosin yang telah dibuktikan dalam penelitian berjudul *Uses of Nigella Sativa (Ranunculaceae): A Traditional Medicine*, jintan hitam sudah digunakan di India diminum oleh ibu yang mengalami kegagalan menyusui atau untuk meningkatkan produksi Air Susu Ibu (Amalina, 2016).

Buah kurma adalah nakhla, yang berarti pohon kehidupan. Sebutan itu memang tidak berlebihan karena seluruh bagian tanaman kurma bermanfaat. Buah kurma adalah makanan kaya nutrisi, pucuknya bisa dimakan, dikeringkan, atau digiling menjadi tepung. Nira atau getahnya bisa dibuat minuman, sabutnya ditenun, biji kurma diolah menjadi pakan keledai atau unta. Belum lagi manfaat kurma untuk beragam obat. Sampai saat ini, seluruh bagian dari pohon kurma sudah dimanfaatkan untuk 800 kegunaan. Luar biasa tidak diragukan lagi, kurma adalah satu-satunya tanaman yang pemanfaatannya bisa sebanyak dan sehebat itu (Rostita, 2009).

Buah kurma matang juga sangat kaya dengan unsur kalsium dan besi. Oleh karena itu, sangat dianjurkan bagi perempuan yang sedang hamil dan yang akan melahirkan, karena itu dianjurkan untuk memakannya ketika sedang nifas (setelah melahirkan). Kadar besi dan kalsium yang dikandung buah kurma matang sangat mencukupi dan penting sekali dalam proses pembentukan air susu ibu. Kadar zat besi dan kalsium yang dikandung buah kurma dapat menggantikan

tenaga ibu yang terkuras saat melahirkan atau menyusui. Zat besi dan Kalsium merupakan dua unsure efektif dan penting bagi pertumbuhan bayi. Dua unsur ini merupakan unsur yang paling berpengaruh dalam pembentukan darah dan tulang sumsum (Afandi, 2014).

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam artikel yang berjudul *Cara Alami Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Menggunakan Madu* yaitu quasi experiment desain penelitian one group pretest and posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang bersalin di RB Citra Insani Kota Semarang berjumlah 25 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan pendekatan secara accidental sampling. Pemberian madu pada ibu nifas diberikan selama 10 hari dimulai dari nifas hari ke-10 s/d hari ke-19 dengan jumlah 2 sendok makan setiap pagi, siang dan malam. Madu yang digunakan adalah madu murni khusus untuk ibu menyusui. Data tentang produksi ASI didapat dari responden langsung dan dari lembar observasi. Alat yang digunakan gelas ukur, tangan ibu, dan lembar observasi. Menggunakan analisis bivariat dengan uji normalitas Shapiro Wilk, dilanjutkan dengan uji Wilcoxon (karena data tidak normal).

Dalam penelitian yang berjudul *Pengaruh Ekstrak Nigella Sativa Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di PMB Afah Fahmi Amd., Keb Surabaya* menggunakan jenis penelitian ini kuantitatif, yaitu eksperimen yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh ekstrak habbatussauda terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui. Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian Pra

Eksperimental dengan rancangan Pretest and Posttest without Control. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah dengan Non Probability Sampling berupa teknik Total Sampling.

Artikel yang berjudul *Pemberian Sari Kurma Pada Ibu Menyusui Efektif Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0- 5 Bulan (Studi Di Kota Semarang)*, penelitian ini menggunakan quasi eksperiment pre-post test control group design. Penelitian diawali skrining terhadap ibu yang melakukan ASI eksklusif di Puskesmas Sronдол Kulon, Ngesrep dan Padangsari yang memenuhi kriteria inklusi. Penelitian dibagi dua subjek yakni 28 ibu menyusui eksklusif yang diberikan SKM sebanyak 40 gram dan 28 ibu menyusui eksklusif yang diberikan sari kurma sebanyak 45 gram selama 4 minggu. Data dianalisis menggunakan independent t test untuk mengetahui perbedaan penambahan berat badan pada bayi usia 0- 5 bulan pada kedua kelompok.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian pada jurnal pertama tentang madu dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan produksi ASI pada ibu nifas setelah diberikan madu selama 10 hari dengan jumlah 2 sendok setiap pagi, siang dan malam peningkatan produksi ASI sekitar 100 ml, kenaikan pada produksi ASI tersebut normal antara 50-100 ml. Hal ini disebabkan karena responden yang setuju dan patuh dalam mengkonsumsi madu. Produksi ASI semakin efektif dan terus menerus meningkat pada hari ke 10 dan seterusnya, tanpa mengkonsumsi madu dengan angka normal 800 ml, produksi ASI yang dihasilkan setelah pemberian madu adalah 914 ml terjadi kenaikan yang normal yaitu sekitar 100 ml, Kenaikan pada

produksi ASI tersebut normal antara 50-100 ml.

Artikel kedua yang membahas tentang jintan hitam/habatussauda terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui sebelum di berikan ekstrak Nigella Sativa mengalami ketidaklancaran produksi ASI seluruh responden sebanyak 30 ibu menyusui (100%). Kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui sesudah di berikan ekstrak Nigella Sativa mengalami kelancaran produksi ASI sebanyak 22 responden (74%), dan tidak mengalami kelancaran produksi ASI 8 responden (26%). Ada pengaruh pemberian ekstrak Nigella Sativa terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di PMB Afah Fahmi Asem Rowo Surabaya. Berdasarkan p value yang signifikan yaitu $0,000 < 0,05$ maka menurut hipotesis penelitian uji paired t test maka H_0 ditolak dan H_a diterima.

Pada artikel ketiga yang membahas tentang kurma terhadap produksi ASI dan peningkatan Berat Badan bayi berdasarkan hasil uji independent t test pada kedua kelompok untuk penambahan berat badan bayi selama empat minggu intervensi menunjukkan nilai $p = 0,001$. Hasil analisis statistik ini dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang bermakna penambahan berat badan bayi selama empat minggu pada kedua kelompok ($p < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa pemberian sari kurma dengan dosis 45 mg selama empat minggu dapat memberikan pengaruh dalam penambahan berat badan bayi usia 0- 5 tahun. Berat badan bayi pada kelompok sari kurma dan kelompok SKM sebelum perlakuan masing- masing $5117,9 \pm 1223,33$ gram dan $5125,0 \pm 1299,75$ gram ($p = 0,124$). Rerata asupan energi selama penelitian pada kelompok SKM lebih tinggi dibandingkan kelompok sari kurma

2.588±86,34 kalori vs 2.417±179,40 kalori ($p=0,001$). Rerata penambahan berat badan bayi pada kelompok yang ibu mendapat sari kurma dan SKM masing-masing 1162,50±304,78 gram dan 632,14±425,18 gram ($p = 0,001$).

Menurut penelitian yang dilakukan di negara Jepang membuktikan bahwa madu murni mampu memperbanyak keluarnya ASI dan memperbanyak jumlah antibody dalam ASI. Dengan demikian, kekebalan tubuh bayi terhadap penyakit akan bertambah. Oleh karena itu, seorang ibu yang sedang menyusui anaknya disarankan untuk mengkonsumsi madu sebanyak 6 sendok setiap harinya. Khasiat madu juga efektif dalam menghadapi pembengkakan jamur di mulut bayi. Larutan madu dalam air, kemudian diberikan larutan tersebut di atas mulut bayi maka bercak jamur itu hilang.

Kandungan dalam ekstrak *nigella sativa* sangat banyak manfaatnya. Salah satunya yaitu melancarkan produksi ASI, merangsang alveoli, sistem imun, dan anti histamin. Mekanisme kerja ekstrak *nigella sativa* yaitu mengandung polifenol sehingga merangsang hipotalamus yang menghasilkan hormon prolaktin, merangsang alveoli dan terjadilah let down reflek sehingga menyebabkan kelancaran produksi ASI (Cahaya, 2013).

Pemberian sari kurma dan susu kental manis pada ibu yang menyusui eksklusif terbukti memberikan hasil yang signifikan terhadap penambahan berat badan. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Sakka AE, et al bahwa pemberian kurma dan teh herbal fenugreek memperlancar produksi ASI pasca melahirkan sehingga mampu meningkatkan berat badan bayi lahir (Sakka AE, Salama M, 2012).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Dari ketiga artikel yang sudah di *review*, dapat disimpulkan bahwa pemberian herbal thibbun nabawi berupa madu, jintan hitam/habatussauda dan kurma mampu meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum.

Saran

Perbanyak literature yang digunakan dalam *me-review*, gunakan database lebih banyak dalam pencarian artikel serta diharapkan untuk *review* jurnal berikutnya bisa menggunakan artikel berbasis internasional.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalina. (2016). *Pengaruh Jintan Hitam (Nigella Sativa) dalam Peningkatan Hormon Produksi ASI (Prolaktin dan Oksitosin) Serta Jumlah Neutrofil Neonatus Pada Ibu Post Sectio Caesaria di Yogyakarta*.
- Astutik, R. Y. (2014). *Payudara dan Laktasi* (1st ed.). Salemba Medika.
- Cahaya, C. (2013). *Kumpulan Obat Timur Tengah*. Jakarta Timur: CV. Rama Edukasitama.
- Depkes RI. (2010). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar Indonesia Tahun 2010*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Hidana, R. (2016). Pemberian Sari Kurma Pada Ibu Menyusui Efektif Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0- 5 Bulan (Studi Di Kota Semarang). *Jurnal Medika Respati*, XI(3).
- Hidayati, N. (2019). Pengaruh Ekstrak *Nigella Sativa* Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di PMB Afah Fahmi Amd., Keb Surabaya. *Jurnal Ilmiah : J-HESTECH*, 2(2).

Maftuchah. (2018). *Cara Alamiiah Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Menggunakan Madu. Jurnal Kesehatan: STIKes Karya Husada Semarang*. 5(1).

Rostita. (2009). *Khasiat dan Keajaiban Kurma*. Yogyakarta: PT.Mizan Publika.

Sakka AE, Salama M, S. K. (2012). The effect of fenugreek herbal tea and palm dates on breast milk production and infant weight. *Journal of Pediatric Sciences*, 6, 2–9.

Saleha, S. (2009). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: EGC.

Wulandari, M. (2013). *Cara Menhitung Volume ASI dan Zat Gizinya*.