

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 3 No 2 Oktober 2025

E-ISSN : 3031-2345

EFEKTIVITAS PEMBERIAN HABBATUSSAUDA UNTUK MEMPEBANYAK PRODUKSI ASI PADA NY. Y DI PMB WIDURI MR KOTABUMI LAMPUNG UTARA TAHUN 2025

THE EFFECTIVENESS OF GIVING HABBATUSSAUDA TO INCREASE BREAST MILK PRODUCTION IN NY. Y IN PMB WIDURI MR KOTABUMI NORTH LAMPUNG IN 2025

Hani Cahaya Rani HS¹, Analia Kunang², Sumarni³

¹ (Mahasiswa) Program Studi Profesi Bidan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu

^{2,3} (Dosen) Program Studi Profesi Bidan Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu

hanic3069@gmail.com

Abstract:

Breast milk (breast milk) is the main and best nutrient for babies because it contains nutrients that are in accordance with the needs of growth and development and play a role in increasing the baby's immunity. One of the problems that breastfeeding mothers often experience is not smooth milk production. A non-pharmacological effort that can be made to increase breast milk production is the consumption of black peppermint (black cumin). The purpose of writing this case study is to determine the effectiveness of giving black beans on increasing breast milk production in breastfeeding mothers in continuous midwifery care (Continuity of Care). The method used is a descriptive research with a case study approach on breastfeeding mothers who experience low milk production. The intervention was in the form of giving habbatussauda' for 4 consecutive days with a dose of 4 capsules per day, namely 2 capsules in the morning and 2 capsules in the afternoon. The results of the care showed an increase in breast milk production which was characterized by the mother's breasts feeling full and tense, the baby breastfeeding strongly, the frequency of the baby's urination increased, and the baby slept better. Based on these results, it can be concluded that the administration of black peppermint is effective as a complementary therapy to help increase breast milk production in breastfeeding mothers in Continuity of Care midwifery services.

Keywords : Postpartum and breastfeeding mothers, milk production, habbatussauda, black cumin

Abstrak:

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi utama dan terbaik bagi bayi karena mengandung zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan tumbuh kembang serta berperan dalam meningkatkan imunitas bayi. Salah satu permasalahan yang sering dialami ibu menyusui adalah produksi ASI yang tidak lancar. Upaya nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI adalah konsumsi habbatussauda' (jinten hitam). Tujuan penulisan studi kasus ini adalah untuk mengetahui efektivitas pemberian habbatussauda' terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui dalam asuhan kebidanan berkelanjutan (Continuity of Care). Metode yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus pada ibu menyusui yang mengalami produksi ASI kurang. Intervensi berupa pemberian habbatussauda' selama 4 hari berturut-turut dengan dosis 4 kapsul per hari, yaitu 2 kapsul pada pagi hari dan 2 kapsul pada sore hari. Hasil asuhan menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI yang ditandai dengan payudara ibu terasa penuh dan tegang, bayi menyusu dengan kuat, frekuensi buang air kecil bayi meningkat, serta bayi tidur lebih nyenyak. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pemberian habbatussauda' efektif sebagai terapi komplementer untuk membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui dalam pelayanan kebidanan Continuity of Care.

Kata Kunci : Ibu nifas dan menyusui, produksi ASI, habbatussauda, jinten hitam

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 3 No 2 Oktober 2025

E-ISSN : 3031-2345

PENDAHULUAN

Asuhan *Continuity of care* (COC) merupakan upaya bidan untuk memberikan asuhan yang berkelanjutan, bidan memantau kondisi ibu dan bayi sehingga mencegah terjadi komplikasi. Pemantauan tersebut secara intensif diperlukan untuk mendeteksi secara dini apabila terdapat penyulit atau kelainan dengan tujuan menyiapkan wanita hamil secara komprehensif baik fisik maupun mental serta menyelamatkan ibu dan bayi dalam kehamilan, persalinan, dan nifas sehingga tidak terjadi penyulit dan komplikasi.

Ibu hamil merupakan target paling penting karena dengan memberikan edukasi yang tepat dapat membantu meningkatkan presentasi terhadap pemberian ASI eksklusif untuk para bayi yang baru lahir. Edukasi ini bertujuan memberikan pengetahuan mengenai pentingnya pemberian ASI eksklusif dan membantu memberikan solusi terhadap beberapa faktor yang menjadi hambatan dalam pemberian ASI eksklusif.

WHO (2019) menjelaskan bahwa terdapat 35,6%, perempuan gagal menyusui bayi mereka dan 20% di negara berkembang termasuk Indonesia. Cakupan ASI eksklusif di Indonesia cenderung menurun. Sementara berdasarkan informasi dari UNICEF Indonesia pada tahun 2022 didapatkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2021, cakupan di Indonesia hanya 52,5% atau hanya 2,3 juta bayi berusia kurang dari enam bulan yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia. Angka tersebut menurun 12% dari angka di tahun 2019.

Kementerian Kesehatan menargetkan untuk meningkatkan target pemberian ASI eksklusif hingga 80%. Namun pemberian ASI di Indonesia sebenarnya masih rendah yaitu 67,96% (Ditjen Kesmas, 2022). Provinsi Lampung memiliki target cakupan ASI Eksklusif Nasional menjadi 80%, didapatkan ibu yang menyusui bayinya sebanyak 88.1% dan yang berhasil ASI Eksklusif sebesar 38,3% (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2018).

Air susu ibu (ASI) merupakan substansi terpenting dalam daur kehidupan manusia. ASI mengandung berbagai macam gizi yang dibutuhkan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama 6 bulan sampai umur 2 tahun, tanpa menambahkan dan atau mengganti dengan makanan atau minuman lain. Bagi bayi, ASI adalah makanan dengan kandungan zat gizi paling sesuai untuk kebutuhan bayi, melindungi dari berbagai penyakit.

Salah satu upaya pencegahan adalah memberikan habbatussauda' atau jintan hitam untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin untuk mengatasi produksi ASI yang tidak lancar bagi ibu menyusui. Upaya tersebut belum banyak tersebar di masyarakat, selama ini habbatussauda atau jintan hitam hanya digunakan sebagai pengobatan penyakit dan suplemen/vitamin.

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 3 No 2 Oktober 2025

E-ISSN : 3031-2345

Pada kasus ini Ny. Y merupakan ibu hamil multigravida dengan usia 31 tahun, Oleh karena itu Ny. Y membutuhkan asuhan kebidanan secara komprehensif untuk meminimalkan kemungkinan terjadinya komplikasi selama kehamilan, persalinan, nifas dan pada bayi bayi baru lahir. Berdasarkan hal tersebut penulis tertarik untuk mengambil studi kasus dengan judul “Asuhan Kebidanan Berkelanjutan pada Ny. Y di PMB WIDURI MR Kotabumi Lampung Utara Tahun 2025“

METODE

Dalam laporan studi kasus ini penulis menggunakan Manajemen Varney dengan didokumentasi dengan manajemen SOAP pada Ny. Y selama masa kehamilan, persalinan, nifas, bayi baru lahir sampai KB dengan menerapkan manajemen asuhan kebidanan secara komprehensif yaitu masa nifas dengan intervensi pemberian habbatussauda untuk meningkatkan produksi ASI.

Populasi dalam studi kasus ini adalah Ny. Y usia 31 tahun yang melakukan pemeriksaan rutin di PMB Widuri MR Kotabumi Lampung Utara Tahun 2025 dari bulan maret-mei tahun 2025. Sampel dalam penelitian ini adalah Ny. Y yang masa nifasnya atau saat menyusui produksi ASI nya kurang atau belum banyak. Instrumen adalah alat yang dapat dipakai penulis untuk mendapatkan data. Penelitian ini menggunakan instrument seperti lembar pengkajian, checklist, dokumentasi.

Dalam penelitian ini Ny. Y diminta untuk mengkonsumsi habbatussauda selama 4 hari berturut-turut sebanyak 4 putir perhari yaitu 2 dipagi dan 2 disore hari.

HASIL

Setelah dilakukan Contuinity of Care pada Ny.Y mulai dari asuhan kehamilan, asuhan persalinan, asuhan bayi baru dan neonatal, asuhan nifas, sampai dengan ibu mengikuti program KB, semua berjalan sesuai dengan harapan, ibu dan bayi sehat dan selamat, tanpa komplikasi.

Pada masa nifas, pemberian habbatussauda atau jinten hitam sangat berpengaruh terhadap prosuksi ASI. Produksi ASI ibu menjadi lebih banyak dapat dilihat dari payudara ibu yang terasa penuh dan tegang, bayi menghisap kuat, bayi buang air kecil lebih dari 6 kali, bayi terlihat puas menyusui dan langsung tertidur setelah menyusui, bayi mengalami keaikan berat badandengan stabil. Hal ini membuktikan habbatussasuda atau jinten hitam mempunyai peran penting dalam membantu memperbanyak produksi ASI ibu.

PEMBAHASAN

Pelaksanakan asuhan kebidanan pada Ny.Y 31 tahun dimulai sejak tanggal bulan maret sampai dengan Mei 2025. Adapun asuhan yang telah dilakukan adalah asuhan kehamilan pada trimester III,

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 3 No 2 Oktober 2025

E-ISSN : 3031-2345

persalinan, penatalaksanaan bayi baru lahir sampai dengan neonatus, nifas dan keluarga berencana, semuanya berjalan dengan lancar, sesuai harapan, ibu dan bayi lahir sehat tanpa komplikasi.

Pada saat nifas, ibu mengalami penyulit saat menyusui yaitu produksi ASI yang sedikit atau belum optimal. Pemberian Habbatussauda atau jinten hitam pada Ny. Y sangat berpengaruh terhadap produksi ASI.

Manfaat diberikan jinten hitam yaitu melancarkan ASI karena Jinten hitam mengandung galactagogue yang bermanfaat untuk meningkatkan prolaktin yang dapat mempengaruhi produksi ASI. Jinten hitam meningkatkan jumlah ASI karena kombinasi elemen lipid dan struktur hormon (Mehlsen et al., 2022). Selanjutnya kandungan polifenol pada jintan hitam yang juga terdapat pada daun katuk berperan penting dalam meningkatkan kadar prolaktin (Mir et al,2022).

Mekanisme kerja ekstrak jintan hitam yang mengandung polifenol yang merangsang hipotalamus menghasilkan hormon prolaktin, memungkinkan alveolus dan beberapa refleksi diturunkan yang membuat produksi ASI lancar (Ohlendorf et al., 2019) Galactagogues mempengaruhi refleksi prolaktin untuk merangsang alveoli aktif dalam pembentukan ASI. Hormon oksitosin juga merangsang produksi ASI. Peningkatan hormon oksitosin dipengaruhi oleh galactagogue (Pattison et al., 2019).

Jinten hitam membuat ASI mengalir lebih cepat. Oksitosin adalah hormon yang terkandung dalam jintan hitam yang bertanggung jawab untuk merangsang sekresi susu (susu dibiarkan turun) (Safi et al., 2021). Peran oksitosin pada kelenjar susu adalah untuk mendorong kontraksi sel-sel mioepitel yang mengelilingi alveoli kelenjar susu sehingga dengan berkontraksinya isi sel-sel mioepitel, alveolus terpicu ke dalam saluran susu saat alveoli menjadi kosong dan dapat merangsang sintesis susu berikutnya (Schindler-Ruwisch et al., 2019).

Hasil tersebut sesuai dengan intervensi yang diberikan oleh bidan dimana ASI yang produksinya sedikit dapat diberikan asuhan yaitu dengan menyusui secara on-demand dengan tehnik menyusui yang benar, melakukan perawatan payudara, melakukan pijat oksitoksin , makan makanan yang bergizi dan terapi Habbatus Saudah (jinten hitam) dengan tujuan untuk meningkatkan produksi ASI,dengan dosis 4 kali sehari dengan cara 2 kapsul di minum di pagi hari 2 kapsul di sore hari

Penatalaksanaan tindakan asuhan kebidanan masa nifas pada Ny. Y berdasarkan rencana yang telah di buat dan sesuai dengan kebutuhan ibu dalam masa nifas tidak terjadi hambatan dan komplikasi, sehingga antara teori dan kasus tidak terdapat kesenjangan.

SIMPULAN

Masalah nifas yang terjadi pada Ny.Y ialah produksi ASI yang masih sedikit atau kurang saat menyusui. Pemberian habbatussauda atau jinten hitam sangat berpengaruh dan memiliki peran penting untuk memperbanyak produksi ASI, seperti yang hanya kita ketahui bahwa selama ini habbatussauda

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 3 No 2 Oktober 2025

E-ISSN : 3031-2345

hanya digunakan untuk suplement atau multivitamin saja. Selain itu cara menyusui yang on demand, posisi menyusui yang benar, makanan yang bergizi juga tidak kalah pentingnya untuk membantu kelancaran produksi ASI.

SARAN

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat memberikan asuhan pada ibu nifas dengan membandingkan pemberian habbatussauda yang dikombinasikan dengan yang lain seperti madu, pijat oksitosin dan sebagainya sebagai salah satu cara untuk mempercepat dan memperbanyak produksi ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Armini, Ni Wayan. (2018). *Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi, Balita, dan Anak. Pra Sekolah*. Yogyakarta : ANDI.
- Asrinah, dkk. 2010. *Asuhan Kebidanan Masa Kehamilan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Depkes RI. 2017. *Asuhan Persalinan Normal*. USAID : Jakarta
- Friyadi, A .2021, *Studi Analisis Hadis T}ib al-Nabawi dan Signifikansinya dalam Kesehatan Tubuh*, IAIN Kudus , Jurnal Studi Hadis Nusantara, Vol. 3 No. 2, Desember 2021 eISSN :2721.219x
- Fenwick, F., Staff, L., Gamble, J., Creedy, D. K. & Bayes, S. 2010. *Why do women request caesarean section in a normal, healthy first pregnancy?*. Original Research Article Midwifery, 26(4), 394–400.
- Fraser. 2009. *Buku Ajar Bidan Myles*. Jakarta: EGC.
- Henderson, C., & Jones, K. (Eds.). 2006. *Buku ajar-Konsep kebidanan (Ria Anjarwati, Renata Komalasari & Dian Adiningsih, Penerjemah)*. Jakarta: EGC.
- Hidayat, A. 2010. *Asuhan Kebidanan Persalinan*. Nuha Medika : Jogyakarta.
- Kurniarum. 2016. *Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir*. Jakarta : Pusdik SDM Kesehatan
- Kirani, D.M , dkk ,2022, *Oedema Pada Kaki Ibu Hamil Trimester Tiga Dengan Rendam Air Hangat Campur Kencur Di Bpm Hj*. Murtinawita, Sst Kota Pekanbaru Tahun 2021Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal) e-ISSN 2776-625X Volume 01, Nomor02Tahun2022
- Laycock. 2020. *Acute postoperative Pain Management. Australia : National. Prescribing Services Limited*. <https://academic.oup.com/bjs/article> diakses pada tanggal 5 Juni 2022.
- Maryunani, 2010, *Ilmu Kesehatan Anak Dalam Kebidanan*. Jakarta: CV.Trans Info Media.

Indonesian Scientific Journal of Midwifery

Volume 3 No 2 Oktober 2025

E-ISSN : 3031-2345

Marantika Septi, dkk. 2023. *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum* Program Studi Kebidanan, Universitas Nasional Jurnal Menara Medika 2023, p-ISSN 2622-657X, e-ISSN 2723-6862.

Prawirohardjo, Sarwono. 2005. *Ilmu kebidanan*. Jakarta: Penerbit PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo

Rosyidah, A. M. 2023, *Untuk Melancarkan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui*, Universitas 'Aisyiyah Surakarta Pemberian Habbatussauda' Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan Vol. 1 No. 4 November 2023

Simkin, Penny, dkk. 2008. *Paduan Lengkap Kehamilan, Melahirkan & Bayi*. Jakarta: Arcan

Smith, C. A., Levett, K. M., Collins, C. T. & Jones, L. 2012. *Massage, reflexology and other manual methods for pain management in labour (review)*. Cochrane Database of Systematic Reviews, 2, 1–27.

Sumarah. 2008. *Perawatan Pada Ibu Bersalin*. Yogyakarta : Fitramaya

Sumarah. 2009. *Perawatan Ibu Bersalin : Asuhan Kebidanan Pada Ibu Bersalin*. Yogyakarta : Fitramaya

Sinaga Hasda T, dkk. 2023. *kompres Hangat Air Jahe Untuk Mengurangi Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Di Klinik Pratama Afiyah KotaPekanbaru Tahun 2023*. Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal) e-ISSN 2776-62 5X Volume 01, Nomor 01 Tahun 2024

Varney, Hellen, dkk. 2010. *Buku Ajar Kebidanan Volume 1*. Jakarta: EGC

Walsh, L.V. 2007. *Buku Ajar Kebidanan Komunitas*. Jakarta: EGC

Wijanarko, Riyadi. 2010. *Sport Massage Teori dan Praktik*. Surakarta: Yuma Pustaka.

Wiknjosastro, Hanifa. 2008. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka

Yanti. 2010. *Buku Ajar Kebidanan Persalinan*. Yogyakarta: Pustaka Riham

Buku KIA 2023