

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN STIKES PAYUNG NEGERI
PEKANBARU**

Skripsi, 25 Juli 2018

RAHMI INDAH FITRIAN

Pengaruh Pemberian Sayur Papaya Muda Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas Di
Wilayah Kerja Puskesmas Melur Kota Pekanbaru

89 halaman + 12 tabel + 2 skema + 11 lampiran

ABSTRAK

Laktaogogum merupakan obat yang dapat meningkatkan atau memperlancar pengeluaran air susu. *Laktaogogum* sintesis tidak banyak dikenal dan relative mahal. Hal ini menyebabkan perlu dicariknya obat *laktagogum* alternative. Upaya dalam peningkatan produksi ASI bisa dilakukan dengan cara mengkonsumsi makanan yang dapat mempengaruhi produksi ASI. Papaya sebagai salah satu buah yang mengandung *laktagogum* merupakan buah tropis yang dikenal dengan sebutan *Caricapapaya*. Buah papaya juga merupakan salah satu jenis buah yang memiliki kandungan nutrisi tinggi dan kaya akan manfaat bagi kesehatan. Maka rumusan dalam masalah di penelitian ini adalah bagaimana cara meningkatkan produksi ASI bagi ibu yang menyusui bayinya di Wilayah Kerja Puskesmas Melur Kota Pekanbaru 2018, dengan melihat apakah ada pengaruh konsumsi sayur papaya muda untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Metode penelitian yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah dengan kuantitatif metode *eksperimen* dengan desain penelitian menggunakan *one group before and after intervention design*, atau sering disebut dengan *pre test and post test design*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 16 orang responden yang bersedia. Hasil penelitian diperoleh nilai $P = 0,00$ ($P=0,00 < 0,05$) maka H_0 ditolak, maka dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian sayur papaya muda terhadap produksi ASI ibu nifas diwilayah puskesmas melur kota pekanbaru.

Kata Kunci : Papaya muda, ASI, kelancaran produksi ASI.