

Jurnal Ilmiah Keperawatan dan
Kesehatan Alkautsar (JIKKA)

e-ISSN : 2963-9042

online: <https://jurnal.akperalkautsar.ac.id/index.php/JIKKA>

OLAHAN BUAH PEPAYA MUDA (*Carica papaya l*) MENGATASI MASALAH MENYUSUI TIDAK EFEKTIF PADA IBU *POST* *PARTUM*

Devi Ayu Saputri¹, Retno Lusmiati Anisah², Parmilah³

^{1,2,3} Program Studi D-III Keperawatan Alkautsar Temanggung

Email: ayud50606@gmail.com, retno30kusuma@gmail.com, mila25774@gmail.com

Email korespodensi : ayud50606@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Menyusui merupakan metode pemberian nutrisi pada bayi melalui payudara ibu. Menyusui tidak efektif merupakan kondisi bayi mengalami ketidakpuasan menyusu karena salah satu faktor dari ibu yaitu ketidakadekuatan suplai ASI untuk mendukung status nutrisi bayi. Tanda gejalanya seperti ASI tidak menetes/memancar sehingga BAK bayi kurang dari 8x/24jam dan bayi sering rewel. Konsumsi olahan buah pepaya muda merupakan penatalaksanaan nonfarmakologis untuk mengatasi menyusui tidak efektif dengan etiologi ketidakadekuatan suplai ASI. **Tujuan:** Memberikan dan menerapkan sejauh mana olahan buah pepaya muda dapat mengatasi masalah menyusui tidak efektif pada ibu *post partum*. **Metode:** Teknik pengumpulan data menggunakan dua responden, untuk menentukan suplai ASI. Pemberian olahan buah pepaya muda dilakukan 1x per hari selama 7 hari. Setiap hari responden dikaji mengenai seputar proses menyusui menggunakan lembar observasi menyusui tidak efektif. **Hasil:** Kedua responden mengalami perbaikan status menyusui setelah diberikan sup buah pepaya muda selama 7 hari, yaitu yang semula suplai ASI sedang menjadi meningkat. **Kesimpulan:** Pemberian olahan buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) efektif untuk mengatasi menyusui tidak efektif yang disebabkan karena ketidakadekuatan suplai ASI pada ibu *post partum*.

Kata kunci: Buah Pepaya Muda, Menyusui Tidak Efektif, *Post Partum*

PROCESSED PAPAYA FRUIT (*Carica papaya* L) TO OVERCOME BREASTFEEDING PROBLEMS IS NOT EFFECTIVE IN POST PARTUM MOTHERS

ABSTRACT

Background: Breastfeeding is a method of providing nutrition to babies through the mother's breast. Ineffective breastfeeding is a condition where the baby experiences dissatisfaction with breastfeeding due to one of the factors from the mother, namely the inadequate supply of breast milk to support the baby's nutritional status. Signs and symptoms such as breast milk not dripping / gushing so that the baby's BAK is less than 8x/24 hours and the baby is often fussy. Consumption of processed papaya fruit is a non-pharmacological treatment for ineffective breastfeeding with inadequate etiology of breast milk supply. **Objective:** Provide and apply the extent to which processed papaya fruit can overcome ineffective breastfeeding problems in post partum mothers. **Method:** Data collection techniques using two respondents, to determine the supply of breast milk. Provision of processed papaya fruit is done 1x per day for 7 days. Every day the respondents were studied about the process of breastfeeding using an ineffective breastfeeding observation sheet. **Results:** Both respondents experienced an improvement in their breastfeeding status after being given young papaya soup for 7 days, which initially increased their milk supply. **Conclusion:** Provision of processed young papaya fruit (*Carica papaya* L.) is effective for overcoming ineffective breastfeeding caused by an inadequate supply of breast milk in post partum mothers.

Keywords: Ineffective Breastfeeding, Post Partum, Unripe Papaya Fruit

PENDAHULUAN

ASI eksklusif merupakan pemberian ASI saja kepada bayi tanpa makanan tambahan apapun kecuali obat dan vitamin (WHO, 2017) untuk diberikan kepada bayi sampai berumur 6 bulan. Kemenkes 2021 mencatat angka pemberian ASI eksklusif bayi berusia 0-5 bulan sebesar 71,58% dari targetnya yaitu 80%. Salah satu masalah yang muncul pada ibu *post partum* yaitu menyusui tidak efektif. Menyusui tidak efektif merupakan kondisi dimana ibu dan bayi mengalami ketidakpuasan atau kesulitan pada saat menyusui (Tim Pokja SDKI DPP PPNI, 2017). Dalam proses menyusui yang gagal sering

disebabkan karena terdapat beberapa masalah, baik pada ibu atau pada bayinya. Cara untuk meningkatkan produksi ASI diantaranya yaitu konseling laktasi, promosi ASI eksklusif, promosi laktasi, edukasi nutrisi bayi, manajemen nutrisi, perawatan bayi, pijat laktasi dan masih banyak lagi (Tim Pokja SIKI DPP PPNI, 2018).

Pepaya muda menjadi salah satu penatalaksanaan nonfarmakologis untuk mengatasi masalah menyusui tidak efektif. Pepaya muda merupakan buah tropis dengan kandungan *laktogogum*. Buah pepaya muda mengandung *polifenol* dan *steroid* yang dapat

meningkatkan kerja hormon *prolactin* yang merangsang kelenjar payudara untuk membentuk ASI dan meningkatkan kerja hormon oksitosin untuk mengalirkan ASI. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan dan menerapkan sejauh mana olahan buah pepaya muda dapat mengatasi masalah menyusui tidak efektif pada ibu *post partum*. Hasil studi juga ditujukan untuk menambah wawasan dan informasi bagi masyarakat mengenai penatalaksanaan nonfarmakologis menyusui tidak efektif.

METODE PENELITIAN

Data diambil dari 2 responden, dengan teknik pengumpulan data menggunakan lembar pengkajian keperawatan pada ibu menyusui, pengkajian masalah menyusui tidak efektif, lembar luaran keperawatan status menyusui,. Metode analisa data pada studi kasus ini dilakukan dengan pendekatan asuhan keperawatan. Variabel terikat pada penelitian ini adalah menyusui tidak efektif dan variabel bebas dalam penelitian ini adalah olahan buah pepaya muda.

Tindakan keperawatan pada studi kasus ini adalah pemberian olahan buah pepaya muda pada pasien dengan masalah menyusui tidak efektif di Kabupaten Temanggung. Prosedur pemberian olahan buah pepaya muda yang dilakukan adalah 1x per hari selama 7 hari. Sayur bening pepaya muda yang sudah di masak sesuai SOP oleh peneliti diberikan pada ibu *post partum* selama 7 hari berturut-turut. Sayur bening pepaya muda diberikan kepada ibu *post partum* 1 kali sehari sesuai waktu yang telah disepakati.

Sayur dimakan dan dihabiskan oleh ibu *post partum* di hadapan peneliti (Astuti, 2019). Penyajian data pada studi kasus ini dipaparkan secara narasi dan dilengkapi dengan tabel sesuai hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Peneliti memilih responden yaitu ibu *post partum* yang mengalami masalah menyusui tidak efektif, berdasarkan pengkajian ibu *post partum* dan menyusui tidak efektif. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 15 – 21 April 2023 di Kabupaten Temanggung. Responden pertama berusia 23 tahun, pendidikan terakhir SMP/ sederajat. Hasil pemeriksaan yaitu klien mengatakan pengeluaran ASI tidak lancar, klien merasa payudaranya tidak terisi ASI, terdapat kolostrum hanya 3 hari setelah melahirkan, klien mengalami kelelahan maternal, klien mengatakan tidak suka dengan sayur sehingga asupan nutrisi untuk meningkatkan produksi ASI kurang. Klien mengatakan belum pernah mengkonsumsi pelancar ASI. Bayi berusia 16 hari, bayi tampak sulit melekat pada payudara ibu, BAK bayi kurang dari 8x dalam 24 jam, bayi tampak menangis saat disusui dan tidak menghisap secara terus menerus.

Responden kedua berusia 38 tahun, pendidikan terakhir SMA/ sederajat. Hasil pemeriksaan yaitu klien mengatakan pengeluaran ASI tidak lancar, klien merasa payudaranya tidak terisi ASI, tidak terdapat kolostrum, klien mengalami kelelahan maternal. Klien mengatakan belum pernah mengkonsumsi pelancar ASI, klien juga

mengatakan hanya sesekali mengkonsumsi sayur yang disukainya. Bayi berusia 14 hari, bayi tampak sulit melekat pada payudara ibu, BAK bayi Hasil pengkajian ibu *post partum* yang dilakukan pada kedua responden diuraikan pada tabel 1.

kurang dari 8x dalam 24 jam, bayi tampak menangis saat disusui dan tidak menghisap secara terus menerus.

Tabel 1 Hasil pengkajian ibu *post partum*

No	Manifestasi Klinis <i>Post Partum</i>	Ny. F		Ny. E	
		Ya	Tidak	Ya	Tidak
1.	Apakah integritas puting susu baik	√		√	
2.	Apakah terdapat memar		√		√
3.	Apakah terdapat iritasi jaringan		√		√
4.	Apakah bentuk payudara simetris	√		√	
5.	Apakah ada kolostrum		√		√
6.	Apakah payudara terisi air susu		√		√
7.	Apakah ada sumbatan duktus		√		√
8.	Apakah payudara bersih	√		√	
9.	Apakah pengeluaran ASI lancar		√		√
Jumlah		3	6	3	6

Hasil pengkajian masalah keperawatan menyusui tidak efektif pada kedua responden sesuai tanda dan gejala mayor menyusui tidak efektif, dengan hasil pemeriksaan diuraikan pada tabel 2.

Tabel 2 Hasil pengkajian menyusui tidak efektif

No	Tanda dan Gejala Mayor	Ny. F		Ny. E	
		Ada	Tidak Ada	Ada	Tidak Ada
1.	Kelelahan maternal	√		√	
2.	Kecemasan maternal		√		√
3.	Bayi tidak mampu melekat pada payudara ibu	√		√	
4.	ASI tidak menetes/memancar	√		√	
5.	BAK bayi kurang dari 8 kali dalam 24 jam	√		√	
6.	Nyeri dan/ atau lecet trus menerus setelah minggu kedua		√		√
7.	Intake bayi tidak adekuat	√		√	
8.	Bayi menghisap tidak terus menerus	√		√	
9.	Bayi menangis saat disusui	√		√	
Jumlah		7	2	7	2

Hasil dari pengkajian masalah keperawatan pada tabel 4.2 dapat disimpulkan bahwa Ny. F dan Ny. E mengalami masalah menyusui tidak efektif yang disebabkan oleh kurangnya nutrisi pada ibu menyusui dibuktikan dengan hasil pengkajian wawancara pada kedua responden tidak suka mengkonsumsi sayur. Dengan hasil presentase tanda dan gejala mayor yaitu 80% sehingga dapat ditegakkan masalah keperawatan menyusui

tidak efektif pada kedua responden. Hasil identifikasi kriteria inklusi pada Ny. F dan Ny. E dengan penjabaran pada tabel 3

Tabel 1 Hasil pengkajian kriteria responden

No	Kriteria Inklusi	Ny. F		Ny. E	
		Ada	Tidak Ada	Ada	Tidak Ada
1.	Ibu menyusui dengan ketidakadekuatan suplai ASI	√		√	
2.	Ibu menyusui yang belum pernah mengkonsumsi obat pelancar ASI	√		√	
3.	Ibu <i>post partum</i> kurang dari 1 bulan	√		√	
4.	Menunjukkan tanda dan gejala menyusui tidak efektif	√		√	
5.	Tidak terdapat komplikasi	√		√	
6.	Bersedia menjadi subjek studi kasus	√		√	
Jumlah		6	0	6	0

Kesimpulan dari tabel adalah kedua responden memenuhi kriteria inklusi untuk kemudian dijadikan subjek studi kasus.

Berdasarkan data pengkajian, peneliti melakukan perencanaan tindakan keperawatan yaitu manajemen nutrisi dengan fokus memberikan makanan tinggi kalori dan tinggi protein yaitu olahan buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) selama 7 hari dengan dosis 300 cc/ hari, untuk menyelesaikan masalah keperawatan menyusui tidak efektif pada ibu *post partum* dan untuk mengetahui hasil tindakan yang diberikan.

Evaluasi dilakukan pada setiap selesai melakukan tindakan keperawatan

pemberian olahan buah pepaya muda (*Carica papaya l.*). Evaluasi terakhir dilakukan pada 21 April 2023. Tujuan dilakukan evaluasi adalah untuk mengetahui keefektifan olahan buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) dalam mengatasi masalah menyusui tidak efektif pada ibu *post partum*, yang diobservasi menggunakan luaran status menyusui dengan harapan status menyusui membaik setelah diberikan intervensi keperawatan selama tujuh hari berturut-turut. Indikator hasil observasi tindakan dijelaskan pada tabel 4:

Tabel 4 Hasil observasi tindakan

No	Outcome/ Luaran	Hasil Observasi Hari Ke-													
		Ny. F							Ny. E						
		1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
1.	Perlekatan bayi pada payudara ibu	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5
2.	Kemampuan ibu memposisikan bayi dengan benar	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
3.	Miksi bayi lebih dari 8x/24jam	3	3	3	4	4	5	5	3	3	3	4	5	5	5
4.	Berat badan bayi	4	4	4	4	4	4	5	4	4	4	4	4	4	5

No	Outcome/ Luaran	Hasil Observasi Hari Ke-													
		Ny. F							Ny. E						
		1	2	3	4	5	6	7	1	2	3	4	5	6	7
1.	Perlekatan bayi pada payudara ibu	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5
2.	Kemampuan ibu memposisikan bayi dengan benar	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
5.	Tetes atau pancaran ASI	3	3	3	4	4	4	5	3	3	3	4	5	5	5
6.	Suplai ASI adekuat	3	3	3	4	4	4	5	3	3	3	4	5	5	5
7.	Putting tidak lecet setelah 2 minggu melahirkan	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
8.	Bayi tidur setelah menyusu	3	4	5	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5
9.	Payudara ibu kosong setelah menyusui	4	4	5	5	5	5	5	4	4	4	5	5	5	5
10.	Intake bayi	3	3	3	4	4	5	5	3	3	3	4	5	5	5
11.	Hisapan bayi	4	4	4	5	5	5	5	4	4	5	5	5	5	5
Keterangan :					3 : Sedang										
1 : Menurun					4 : Cukup Meningkat										
2 : Cukup Menurun					5 : Meningkat										
12.	Kelelahan maternal	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5
13.	Kecemasan maternal	4	5	5	5	5	5	5	4	5	5	5	5	5	5
14.	Lecet pada putting	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5	5
15.	Bayi rewel	3	4	4	5	5	5	5	3	3	4	5	5	5	5
16.	Bayi menangis setelah menyusu	3	4	5	5	5	5	5	3	4	4	5	5	5	5
Keterangan :					3 : Sedang										
1 : Meningkat					4 : Cukup Menurun										
2 : Cukup Meningkat					5 : Menurun										

Identifikasi Pasien

Peneliti memilih responden ibu *post partum* yang mengalami masalah menyusui

tidak efektif, berdasarkan identifikasi pengkajian menyusui tidak efektif meliputi : kelelahan maternal, kecemasan maternal, bayi tidak mampu melekat pada payudara ibu, ASI tidak menetes/ memancar, BAK bayi kurang dari 8 kali dalam 24 jam, nyeri dan/ atau lecet terus menerus setelah minggu kedua, intake bayi tidak adekuat, bayi menghisap tidak terus menerus, bayi

Tabel 4 menunjukkan bahwa status menyusui Ny. F dan Ny. E membaik dari skala 3 menjadi skala 5 setelah mengkonsumsi olahan buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) selama tujuh hari.

PEMBAHASAN

Hasil pelaksanaan studi kasus yang berfokus pada pemberian diit ibu *post partum* yang mengalami masalah menyusui tidak efektif dengan pemberian olahan buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) yaitu sebagai berikut :

menangis saat disusui karena ASI tidak keluar saat dihisap (PPNI, 2017).

Kriteria inklusi yang peneliti gunakan adalah ibu *post partum* atau ibu menyusui kurang dari 1 bulan dengan ketidakadekuatan suplai ASI, kriteria dipilih dengan alasan karena produksi ASI dapat dipengaruhi oleh beberapa hal seperti frekuensi memberikan ASI, makanan yang dikonsumsi hingga pola istirahat (Aprilia et al., 2020).

Penyebab terjadinya kegagalan menyusui diantaranya adalah terlambatnya menyusui dini, ibu merasa ASInya tidak mencukupi, dan tidak keluarnya ASI. Tidak mencukupinya ASI disebabkan oleh berbagai faktor, misalnya kecil puting payudara yang menyebabkan kurang hisapan bayi, ibu mengalami defisit nutrisi dan lain-lain (Buulolo et al., 2021)

Pelaksanaan tindakan

Pemberian olahan buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) adalah salah satu tindakan nonfarmakologis untuk mengatasi menyusui tidak efektif pada ibu *post partum* (Zuhrotunida, 2021). Buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) mengandung laktagogum yang dapat membantu meningkatkan dan memperlancar pengeluaran ASI. Laktagogum memiliki efek dalam merangsang pengeluaran hormon oksitosin dan prolaktin seperti *alkaloid* sebagai anti bakteri, *polifenol* dan *flavonoid* membantu meningkatkan produksi ASI, *steroid* membantu proses pengeluaran ASI, yang efektif dalam meningkatkan sekresi dan pengeluaran ASI (Muhartono et al., 2018).

Pepaya memiliki kandungan laktagogum yang dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI dan menjadi strategi untuk meningkatkan efektifitas pemberian ASI eksklusif (BR Sebayang, 2020). Buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) juga merupakan salah satu jenis buah yang memiliki kandungan enzim-enzim, vitamin C, A, B dan E, serta mineral. Peningkatan produksi ASI dipengaruhi oleh adanya *polifenol* dan *steroid* yang mempengaruhi reflek prolaktin untuk merangsang alveolus yang bekerja aktif dalam pembentukan ASI dan polifenol juga mempengaruhi hormon oksitosin yang akan membuat ASI mengalir lebih deras dibandingkan dengan sebelum mengonsumsi buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) (Istiqomah, dkk, 2014).

Intervensi tindakan pemberian olahan buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) dilakukan selama 7 hari dengan memberikan 300 cc sup buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) perhari pada sore hari, kemudian hasil dievaluasi setiap hari setelah implementasi. Penelitian dilakukan selama 7 hari intervensi dengan alasan mengacu pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Carolyn et al., 2021) yang mendapat hasil nilai p value = 0,001, laktagogum merupakan obat yang dapat meningkatkan atau memperlancar pengeluaran air susu. Upaya dalam peningkatan produksi ASI bisa dilakukan dengan cara melakukan perawatan payudara secara rutin, menerapkan teknik menyusui yang benar, atau dengan mengonsumsi

makanan yang dapat mempengaruhi kecukupan ASI (Istikhomah, 2015). Peneliti menambahkan 4-5 irisan tipis wortel pada sup buah pepaya muda (*Carica papaya L.*). Salah satu kandungan wortel yaitu vitamin A yang juga membantu meningkatkan produksi ASI. Akan tetapi karena penambahan wortel di luar rencana pelaksanaan, maka perbandingan antara buah pepaya muda dan wortel lebih banyak buah pepaya muda karena pemberian wortel hanya untuk variasi supaya responden tidak bosan mengonsumsi sup buah pepaya muda (*Carica papaya L.*) ini.

Evaluasi

Evaluasi perkembangan masalah menyusui tidak efektif dinilai dengan lembar evaluasi status menyusui yang merujuk pada buku Standar Luran Keperawatan Indonesia (SLKI) tahun 2018. Menyusui tidak efektif merupakan suatu kondisi dimana ibu dan bayi mengalami ketidakpuasan atau kesulitan pada saat menyusui (PPNI, 2018).

Hasil pencapaian status menyusui pada kedua subjek studi kasus mendapat skala 5 pada semua indikator kriteria hasil, yang artinya status menyusui membaik setelah mengonsumsi olahan buah pepaya muda (*Carica papaya L.*) selama 7 hari. Sehingga dapat dikatakan pemberian olahan buah pepaya muda (*Carica papaya L.*) efektif untuk mengatasi menyusui tidak efektif pada ibu *post partum*. Buah pepaya muda (*Carica papaya L.*) mengandung laktogogum yang dapat meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI. Buah pepaya muda (*Carica papaya L.*) mengandung *polifenol* dan *steroid* yang

dapat meningkatkan kerja hormon *prolactin* yang merangsang kelenjar payudara untuk membentuk ASI. Dan meningkatkan kerja hormon oksitosin untuk mengalirkan ASI hormon ini juga bisa meningkatkan suasana hati.

Laktagogum mempunyai efek untuk memberikan rangsangan pada pengeluaran hormone prolaktin serta oksitosin misalnya polifenol, alkaloid, flavonoid, serta steroid yang mampu meningkatkan pengeluaran serta sekresi ASI dengan efektif. Sistem kerja laktagogum yakni merangsang langsung protoplasma dalam sel sekretoris kelenjar susu serta ujung saraf sekretoris pada kelenjar susu dimana menyebabkan peningkatan sekresi ASI, ataupun memberikan rangsangan hormon prolaktin selaku hormon laktogonik pada kelenjar mammae dalam sel epitelium alveolar dimana mampu merangsang laktasi. Hal ini dibuktikan dengan produksi ASI pada Ny. F dan Ny. E yang semula hanya sedikit meningkat menjadi memancar setelah mengonsumsi sup buah pepaya muda (*Carica papaya L.*) hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan (Carolin et al., 2021) yang mendapat hasil rata-rata sebelum diberikan buah pepaya muda 5,93 dan sesudah diberikan buah pepaya muda adalah 14,60. Hasil ini menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI sesudah diberikan buah pepaya muda. Sedangkan pada kelompok kontrol pretest didapatkan rata-rata kecukupan ASI yaitu 6,60 dan sesudah dengan rata-rata produksi ASI yaitu 7,86. Hal ini menunjukkan ada peningkatan rata-rata kecukupan ASI pada kelompok kontrol,

namun tidak signifikan. Ada perbedaan pada kecukupan ASI ibu pada kelompok kontrol dan eksperimen, nilai mean pada kelompok eksperimen adalah 14,60 dan kelompok kontrol 7,86, nilai p value = 0,00

SIMPULAN DAN SARAN

Setelah dilakukan tindakan keperawatan pemberian olahan buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) selama tujuh hari perawatan, didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. *Post partum* merupakan keadaan dimana ibu yang baru saja melewati masa persalinannya pasti akan mengalami perubahan fisiologis hingga psikologisnya sehingga menyebabkan perubahan peran dan juga mengalami proses laktasi sehingga ibu berperan untuk menyusui bayinya. Tetapi terdapat beberapa masalah pada ibu *post partum* yang sedang dalam tahap menyusui diantaranya yaitu menyusui tidak efektif yang disebabkan karena ketidakadekuatan suplai ASI, anomali payudara ibu, ketidakadekuatan refleks oksitosin, payudara bengkak, riwayat operasi payudara dan masih banyak faktor lain.
2. Menyusui tidak efektif dapat terjadi pada ibu *post partum*, dengan tanda gejala kelelahan maternal, ASI tidak menetes/memancar, BAK bayi kurang dari 8x dalam 24 jam, intake bayi tidak adekuat, bayi menangis saat disusui karena ASI tidak menetes/memancar saat di hisap bayi.

3. Pemberian olahan buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) merupakan salah satu intervensi keperawatan untuk memenuhi kebutuhan nutrisi pada pemberian diet pasien ibu *post partum* yang mengalami menyusui tidak efektif. Mengonsumsi olahan buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) 300 cc selama tujuh hari dapat meningkatkan ASI.
4. Pada penelitian ini, diketahui bahwa mengonsumsi olahan buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) 300 cc selama tujuh hari dapat meningkatkan ASI. Hal ini dibuktikan dengan produksi ASI pada responden yang semula hanya sedang menjadi memancar setelah mengonsumsi sup buah pepaya muda (*Carica papaya l.*)
5. Mengonsumsi olahan buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) dengan dosis 300 cc selama tujuh hari efektif untuk mengatasi masalah menyusui tidak efektif pada ibu *post partum*, dibuktikan dengan membaiknya status menyusui pada kedua responden sesuai kriteria hasil.

Saran untuk peneliti selanjutnya, untuk memperoleh gambaran yang didapatkan tentang penatalaksanaan menyusui tidak efektif dengan pemberian olahan buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) perlu diadakan penelitian lebih lanjut dengan jumlah responden yang lebih banyak, agar lebih menggambarkan keefektifan olahan buah pepaya muda (*Carica papaya l.*) untuk mengatasi menyusui tidak efektif pada ibu *post partum*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, R., Rilyani, R., & Arianti, L. (2020). Pengaruh pemberian sayur daun pepaya terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas. *Wellness And Healthy Magazine*, 2(1), 5–12. <https://doi.org/10.30604/well.6621>
- Astuti. (2019). *SOP PEMBUATAN SUP BUAH PEPAYA MUDA*.
- BR Sebayang, W. (2020). PENGARUH KONSUMSI BUAH PEPAYA (Carica Papaya L.) TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda*, 6(1), 13–16. <https://doi.org/10.52943/jikebi.v6i1.352>
- Buulolo, E., Fitri Juliana, E., Sitorus Wati, L., Mahsyuri Nanda, P., & Supiyani. (2021). Pengaruh Pemberian Buah Pepaya (Carica Papaya L.) terhadap Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Klinik Bidan Supiani Medan tahun 2021. *Jurnal IMJ: Indonesia Midwifery*, 4(2), 11–17. <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/old/index.php/medula/article/view/2097>
- Carolyn, B. T., Siauta, J. A., & Damayanti, I. (2021). Pemberian Buah Pepaya Muda (Carica Papaya Linnaeus) Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Post Partum. *Jurnal SMART Kebidanan*, 8(2), 97. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v8i2.474>
- Goty, K., Making, M. A., & K.S.Tage, P. (2016). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Post Partum. *Diponegoro Medical Journal ...*, 11(2), 55–59. <http://library.ac.id>
- Muhartono, Graharti, R., & Gumandang, H. P. (2018). Pengaruh Pemberian Buah Pepaya (Carica Papaya L.) terhadap Kelancaran Produksi Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Menyusui The Effect of Papaya (Carica Papaya L.) Towards Breast Milk Production in Breastfeeding Mothers. *Jurnal Medula*, 8(1), 39–43. <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/medula/article/view/2097>
- Zuhrotunida. (2021). Efektivitas Konsumsi Pepaya Muda terhadap Produktivitas ASI. 5(1), 1–4.