PEMBERIAN JAMU UYUP – UYUP TERHADAP KELANCARAN PENGELUARAN AIR SUSU IBU (ASI) PADA IBU NIFAS

Retno Kumalasari, Diah Arimbi, Aziez Ismunandar
Akademi Kebidanan Perwira Husada Purwokerto

ABSTRAK

Jamu uyup–uyup atau gepyokan adalah jamu yang digunakan untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu yang menyusui. Tidak lancarnya pengeluaran air susu ibu (ASI) pada saat menyusui menyebabkan mastitis. Upaya untuk meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI adalah dengan mengkonsumsi jamu uyup-uyup. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian jamu uyup-uyup terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Kemangkon kabupaten Purbalingga tahun 2014.

Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian *static group comparison* yaitu merupakan rancangan preeksperimental. Jumlah sampel 30 orang, yang diperoleh dari metode *accidental sampling.* Instrumen dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Sumber data yang digunakan adalah data primer dan data sekunder.

Hasil penelitian berdasarkan analisis bivariate menggunakan *U Mann Whitney* yang menunjukkan bahwa 15 responden yang mengkonsumsi jamu uyup-uyup 100% pengeluaran ASInya lancar, sedangkan 15 responden yang tidak mengkonsumsi jamu uyup-uyup, 2 (13,3%) responden pengeluaran ASInya lancar, dan 13 (86,7%) responden pengeluaran ASInya tidak lancar. *P value* 0,000 < α 0,05 yang artinya ada pengaruh pemberian jamu uyup-uyup terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum.

Simpulan dalam penelitian ini adalah ada pengaruh pemberian jamu uyup-uyup terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Kemangkon kabupaten Purbalingga tahun 2014. Diharapkan ibu nifas mengkonsumsi jamu uyup-uyup untuk meningkatkan kelancaran pengeluaran ASI pada masa menyusui.

Kata Kunci : Jamu Uyup-uyup, Kelancaran Pengeluaran ASI

PENDAHULUAN

Masa nifas disebut juga masa post partum atau puerperium merupakan masa atau waktu sejak bayi dilahirkan dan plasenta keluar lepas dari rahim, sampai enam minggu berikutnya, disertai dengan pulihnya kembali organ – organ yang berkaitan dengan kandungan, yang mengalami perubahan seperti perlukaan dan lain sebagainya berkaitan saat melahirkan (Suherni, 2008;1). Pelayanan pada masa nifas bertujuan untuk memenuhi kebutuhan ibu dan bayi, yang meliputi pencegahan, deteksi dini dan pengobatan komplikasi dan penyakit yang mungkin terjadi, serta penyediaan pelayanan pemberian ASI, cara menjarangkan kehamilan, imunisasi, dan nutrisi bagi ibu. Pada masa nifas seorang ibu tidak terlepas dari ASI dan menyusui. (Prawirohardjo, 2009: 356)

Persiapan pemberian ASI bukan hanya dilakukan pada masa nifas tetapi dilakukan bersamaan dengan kehamilan, payudara semakin padat karena retensi air, lemak, serta berkembangnya kelenjar – kelenjar payudara yang dirasakan tegang dan sakit. Segera setelah terjadi kehamilan, maka korpus luteum akan berkembang terus dan mengeluarkan estrogen dan progesteron untuk mempersiapkan payudara agar pada waktunya dapat memberikan ASI dan menyusui. (Saleha, 2009: 10)

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, adakalanya seorang ibu mengalami masalah dalam pemberian ASI. Kendala yang utama adalah karena produksi ASI tidak lancar. (Saleha, 2009: 10)

Produksi ASI yang rendah merupakan salah satu akibat dari kurang sering menyusui atau memerah payudara, hisapan bayi tidak secara efektif, dan kurangnya gizi ibu (Saleha, 2009:23). Untuk menjaga kualitas ASI, ibu harus mengikuti pola makan dengan prinsip gizi seimbang dan konsumsi beragam makanan, terutama sayuran yang berwarna hijau tua, yang baik untuk memperlancar ASI, misalnya daun katu. Selain daun katu, kacang – kacangan, air sari akar jombang, buncis, jagung, dan pare juga termasuk bahan makanan yang dapat membantu memperlancar ASI (Yuliarti, 2010 : 51). Untuk memperlancar ASI ibu nifas juga biasa mengkonsumsi jamu tradisional.

Jamu tradisional adalah bahan atau ramuan bahan yang berupa bahan tumbuhan, bahan hewan, bahan mineral, sediaan sarian (*galenik*), atau campuran dari bahan tersebut yang secara turun temurun telah digunakan untuk pengobatan, dan dapat diterapkan sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat (PERMENKES RI/No: 003/MENKES/PER/I/2010). Jamu yang sering dikonsumsi masyarakat pasca melahirkan adalah jamu uyup – uyup.

Jamu uyup – uyup atau gepyokan adalah jamu yang digunakan untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu yang menyusui. Bahan baku jamu uyup – uyup sangat bervariasi antar pembuat jamu, namun pada umumnya selalu menggunakan bahan empon – empon (kencur, jahe, bengle, laos, kunir, daun katu, temulawak, puyang dan temu giring). Cara pengolahan pada umumnya juga tidak jauh berbeda antar penjual jamu. (Suharmiati, 2003;48)

Kebiasaan mengkonsumsi jamu uyup – uyup pada ibu nifas Kabupaten Purbalingga dikarenakan adanya tradisi jaman dahulu secara turun temurun dan masyarakat percaya tentang manfaat mengkonsumsi jamu uyup-uyup dapat memperlancar produksi ASI. Dari uraian masalah tersebut maka perlu di lakukan penelitian tentang Pengaruh Pemberian Jamu Uyup – Uyup Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu Nifas Di Kabupaten Purbalingga.

METODE

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu post partum dan bayinya usia 0-7 hari di wilayah kerja Puskesmas Kemangkon periode 25 Juni 2014 sampai 15 Juli 2014. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 30 respenden, dengan 15 responden sebagai kelompok eksperimen dan 15 responden sebagai kelompok kontrol.

Model penelitian yang digunakan adalah Quasi Experimental, yaitu penelitian dengan menggunakan eksperimen semu (Sugiyono, 2007). Jenis penelitian yang dilakukan adalah penelitian *static group comparison* yaitu merupakan rancangan preeksperimental dengan menambah kelompok kontrol, dengan cara setelah perlakuan dilakukan pengamatan pada kelompok perlakuan dan pada kelompok kontrol dilakukan pengamatan saja (Notoatmodjo, 2012; h. 57).

Dalam penelitian ini data primer diperoleh peneliti menggunakan wawancara dan observasi langsung berdasarkan *check list* yaitu pemberian jamu uyup–uyup pada ibu post partum selama 7 hari dan kuesioner kelancaran pengeluaran ASI. Cara pengumpulan data yang digunakan adalah peneliti langsung memberikan jamu uyup–uyup pada ibu post partum dan melakukan wawancara serta observasi berdasarkan kuesioner dan *check list* untuk mengetahui kelancaran pengeluaran ASI pada ibu post partum.

Analisis Bivariate dilakukan untuk dua variabel yang diduga berhubungan atau berkolerasi. Analisis penelitian ini menggunakan uji statistik nonparametrik yaitu uji Mann-Whitney (uji beda dua kelompok independen). Tujuan dari uji ini adalah untuk mengetahui apakah ada perbedaan dari suatu parameter dari dua sampel yang independen (tidak terikat antara satu kelompok dengan kelompok yang kedua).

HASIL PENELITIAN

a. Pemberian Jamu Uyup-uyup

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi pemberian jamu uyup-uyup pada ibu postpartum di wilayah kerja puskesmas Kemangkon tahun 2014

Pemberian Jamu Uyup-uyup	Frekuensi	Presentase (%)
Eksperimen	15	50
Kontrol	15	50
Total	30	100

Sumber : Data primer, 2014

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui responden yang mengkonsumsi jamu uyup-uyup (eksperimen) sebanyak 15 responden (50%) dan jumlah responden yang tidak mengkonsumsi jamu uyup-uyup sebanyak 15 responden (50%).

b. Kelancaran Pengeluaran Air Susu Ibu

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja puskesmas Kemangkon tahun 2014

Kelancaran Pengeluaran ASI	Frekuensi	Presentase (%)
Lancar	17	56,7
Tidak Lancar	13	43,3
Total	30	100

Sumber : Data primer, 2014

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui responden yang pengeluaran ASInya lancar sebanyak 17 responden (56,7%) dan responden yang pengeluaran ASInya tidak lancar sebanyak 13 responden (43,3%).

Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Kelancaran Pengeluaran ASI pada Kelompok Eksperimen Dan Kontrol

Kelancaran pengeluaran ASI	Mengkonsumsi jamu				Total	
	Eksperimen		Kontrol			
	F	%	f	%	f	%
Lancar	15	100	2	13,3	17	56,7
Tidak Lancar	0	0	13	86,7	13	43,3
Total	15	100	15	100	30	100

Sumber : Data Primer, 2014

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui 17 responden (56,7%) pengeluaran ASInya lancar, dari 15 responden (100%) yang mengkonsumsi jamu uyup-uyup dan 2 responden (13,3%) yang tidak mengkonsumsi jamu uyup-uyup. Sedangkan 13 responden (43,3%) pengeluaran ASInya tidak lancar, dari 13 responden (86,7%) yang tidak mengkonsumsi jamu uyup-uyup.

Tabel 4.5.Pengaruh Pemberian Jamu Uyup-uyup Terhadap Pengeluaran ASI Pada Ibu Postpartum Di Wilayah Kerja Puskesmas Kemangkon Kabupaten Purbalingga Tahun 2014

Konsumsi jamu uyup-uyup	N	Mean Rank	Sum of Ranks	Asymp. Sig
Eksperiman	15	23,00	345,00	0,000
Kontrol	15	8,00	120,00	
Total	30			

Sumber : Data primer, 2014

Data pada tabel 4.5. Kesimpulan hasil uji *Mann Whitney U* berdasarkan asumsi bahwa varian beda, sehingga yang dibaca pada kolom *Asymp. Sig.* karena p value 0,000 < α 0,05 maka Ho ditolak yang artinya ada pengaruh pemberian jamu uyup-uyup terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Kemangkon kabupaten Purbalingga tahun 2014.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 30 jumlah responden, 15 (50%) responden mengkonsumsi jamu uyup-uyup pada kelompok eksperimen dan 15 (50%) tidak mengkonsumsi jamu uyup-uyup pada kelompok kontrol. Pada kelompok eksperimen 15 responden (100%) pengeluaran ASInya lancar.

Menurut Saleha (2009) apabila bayi disusui, maka gerakan menghisap yang berirama akan menghasilkan rangsangan saraf yang terdapat didalam glandula pituitaria posterior. Akibat langsung refleks ini ialah dikeluarkannya oksitosin dari pituitaria posterior. Hal ini akan menyebabkan sel–sel mioepitel (sel keranjang atau sel laba-laba) disekitar alveoli akan berkontraksi dan mendorong air susu masuk dalam pembuluh ampulae. Refleks ini dapat dihambat oleh adanya rasa sakit, misalnya jahitan perinium, dengan demikian, penting untuk menempatkan ibu dalam posisi yang nyaman, santai, dan bebas dari rasa sakit, terutama pada jam–jam menyusukan anak.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa 15 responden (100%) yang mengkonsumsi jamu uyup-uyup pengeluaran ASInya lancar. Hal ini terbukti dari 15 responden (100%) merasakan ASI menetes atau merembes melalui puting, ibu merasa nyaman dan tidak kesakitan pada saat menyusui, bayi menyusu 8-12 kali sehari, bayi kuat menghisap dan menelan pada saat menyusui, bayi BAK > 6 kali sehari dan BAB > 4 kali sehari. Selain itu, ibu merasakan aliran ASI pada saat menyusi dan pengosongan payudara setelah menyusui.

Menurut Suherni (2008), pengosongan payudara setiap kali menyusui mempengaruhi pengeluaran ASI, karena pengosongan payudara dengan waktu tertentu itu merangsang kelenjar payudara untuk membuat susu lebih banyak. Produksi ASI akan berlimpah pada hari ke-2 sampai ke-4 setelah melahirkan, nampak dengan payudara bertambah besar, berat, lebih hangat dan seringkali ASI menetes dengan spontan (IDAI, 2010).

Pada penelitian diketahui 14 responden (93,3%) setelah menyusui payudara terasa kosong karena bayi yang disusukan 10-15 menit sehingga payudara benar-benar terasa kosong. Hal itulah yang menyebabkan kelancaran pengeluaran ASI lancar. Sedangkan 1 responden (6,7%) setelah menyusui payudara masih tetap terasa penuh karena bayi menyusu hanya sebentar dan tertidur. Meskipun demikian pengeluaran ASI masih tetap lancar karena faktor lain seperti hisapan bayi yang kuat, keseringan bayi menyusui dan kenyamanan ibu pada saat menyusui.

Menurut Sulistyawati (2009), ibu dapat merasakan geli karena aliran ASI setiap kali bayi mulai menyusu. Namun tidak semua ibu dapat merasakan hal tersebut karena perasaan geli aliran ASI dirasakan secara subjektif dan kepekaan perasa pada setiap ibu berbeda-beda. Terbukti 13 responden (86,7%) merasakan aliran ASI pada saat menyusui dan 2 responden (13,3%) tidak merasakan aliran ASI pada saat menyusui.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 15 (50%) tidak mengkonsumsi jamu uyup-uyup (kelompok kontrol). Pada kelompok kontrol, 2 (13,3%) responden pengeluaran ASInya lancar dan 13 (86,7%) responden pengeluaran ASInya tidak lancar karena tidak meminum jamu uyup-uyup selama 7 hari.

Menurut Saleha (2009) dalam fisiologi laktasi, prolaktin merupakan suatu hormon yang disekresi oleh glandula pituitari. Hormon ini memiliki peranan penting untuk memproduksi ASI. Keluarnya hormon prolaktin menstimulasi sel didalam alveoli untuk memproduksi ASI, dan hormon ini juga keluar dalam ASI itu sendiri. Bersamaan dengan pembentukan prolaktin oleh adenohipofisis, rangsangan yang berasal dari isapan bayi ada yang dilanjutkan neurohipofisis yang kemudian dikeluarkan oksitosin. Oksitosin yang sampai pada alveoli akan memengaruhi sel mioepitelim. Kontraksi dari sel akan memeras air susu yang telah terbuat keluar dari alveoli dan masuk ke sistem duktus yang untuk selanjutnya mengalir melalui duktus laktiferus masuk ke mulut bayi. Refleks ini dapat dihambat oleh adanya rasa sakit, misalnya jahitan perinium. Dengan demikian, penting untuk menempatkan ibu dalam posisi yang nyaman, santai, dan bebas dari rasa sakit, terutama pada jam–jam menyusukan anak.

Menurut Sudaryati dkk (2005), upaya untuk memperbanyak dan memperlancar pengeluaran ASI yaitu pada minggu-minggu pertama harus lebih sering menyusui untuk merangsang produksi ASInya, berikan bayi kedua payudara ibu tiap kali menyusui, biarkan bayi menghisap lama pada tiap payudara, makin lama dihisap makin banyak rangsangannya.

Berdasarkan jawaban kuesioner, 14 responden (93,3%) tidak merasakan ASI menetes atau merembes melalui puting, payudara ibu masih terasa penuh setelah menyusui, ibu tidak merasakan aliran ASI pada saat menyusui dan ibu merasa tidak nyaman dan kesakitan pada saat

menyusui (karena 3 responden mengalami jahitan perinium derajat II). Pada 15 responden (100%) bayinya kuat menghisap dan menelan, namun ibu tidak menyusukan bayinya sesering mungkin dan ibu tidak mengosongkan payudaranya pada saat menyusui. Hal tersebut, karena ibu tidak mengkonsumsi jamu uyup-uyup dan kurangnya motivasi ibu dan keluarga untuk menyusui bayinya. Terdapat 9 responden (60%) yang bayinya tidak disusukan 8-12 kali dalam sehari. Hal tersebut mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI yang salah satunya adalah tanda bayi cukup ASI yaitu diantaranya 6 responden (40%) mengatakan BAK bayi < 6 kali sehari dan bayi BAB < 4 kali sehari. Selain itu faktor hisapan bayi yaitu semakin lama bayi menghisap maka makin banyak rangsangannya dan ibu memberikan kedua payudaranya setiap menyusui sehingga bayi mendapatkan cukup ASI dan pengeluaran ASI ibu lancar.

Menurut Sarwono (2009), bendungan ASI dapat terjadi pada hari ke-2 atau ke-3 ketika payudara telah memproduksi air susu. Bendungan disebabkan karena pengeluran air susu yang tidak lancar, karena bayi tidak sering cukup menyusu, produksi meningkat, terlambat menyusukan, hubungan dengan bayi (*bounding*) kurang baik, dan dapat pula karena adanya pembatasan waktu menyusui. Gejala bendungan air susu adalah terjadinya pembengkakan payudara bilateral dan secara palpasi teraba keras, kadang terasa nyeri serta seringkali disertai peningkatan suhu badan ibu, tetapi tidak terdapat tanda-tanda kemerahan dan demam.

Terdapat 2 responden yang pengeluaran ASInya tidak lancar karena mengalami bendungan ASI yaitu pada hari ke 4 dan 5 postpartum, ibu merasa nyeri dan teraba bagian keras pada payudara. Pada awalnya bayi tidak bisa menyusu karena puting yang tertarik atau mendatar akibat bendungan ASI, namun setelah diberikan motivasi kepada ibu dengan cara sebelum menyusui ASI terlebih dahulu dikeluarkan dengan memeras payudara pelan-pelan agar ibu tidak terkena mastitis dan bayi dapat menghisap dan menelan ASI dengan baik, meskipun demikian sampai hari ke-7 postpartum pengeluaran ASI tidak lancar.

Terdapat 1 responden mengalami puting lecet yang terjadi pada hari ke 2 postpartum, bayi kuat menghisap dan menelan namun ibu tidak menyusukan bayinya 8-12 kali sehari, sehingga pengeluaran ASI ibu tidak lancar.

Pengaruh pemberian jamu uyup-uyup terhadap kelancaran pengeluran ASI pada ibu postpartum di wilyah kerja puskesmas Kemangkon kabupaten Purbalingga tahun 2014. Berdasarkan penelitian dari 30 responden, 15 responden (50%) mengkonsumsi jamu uyup-uyup pada kelompok eksperimen, pengeluaran ASInya 100% lancar dan 15 responden (50%) tidak mengkonsumsi jamu uyup-uyup pada kelompok kontrol, 2 responden (13,3%) pengeluaran ASInya lancar dan 13 responden (86,7%) pengeluaran ASInya tidak lancar.

Dari hasil analisis data dapat diketahui ada pengaruh pemberian jamu uyup-uyup terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Kemangkon Kabupaten Purbalingga tahun 2014 (*p value* 0.000).

Berdasarkan tabel 4.6 terdapat perbedaan 93,3% pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yaitu pada ibu yang merasakan ASI menetes atau merembes melalui puting dan ibu merasa nyaman dan tidak kesakitan pada saat menyusui. Terdapat perbedaan pada ibu yang merasakan kosong pada payudara setelah menyusui antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol yaitu sebesar 86,6%.

Menurut Suharmiati (2003) jamu uyup-uyup bermanfaat untuk menigkatkan produksi ASI pada ibu yang menyusui. Komposisi jamu uyup-uyup antara lain kencur, kunyit, lempuyang, temu giring, temulawak dan daun katu. Kencur (*Kaemferia galanga* L.) bermanfaat sebagai penyegar dan penghangat badan, sehingga mempengaruhi keadaan ibu untuk menyusui. Kunyit (*Curcuma domestika* Val.) banyak mengandung curcumin, karbohidrat, protein, vitamin c, kalium, fosfor, Fe serta lemak yang membantu memenuhi kebutuhan nutrisi ibu sehingga menunjang produksi ASI. Lempuyang (*Zingiber* spp.) bermanfaat untuk menambah nafsu makan, penambah darah dan memulihkan kondisi wanita yang baru melahirkan. Temu giring (*Curcuma heyneana*) yang bermanfaat untuk mengobati perasaan tidak tenang. Temulawak (*Curcuma xanthorriza*) dan daun katuk (*Sauropus androgynus* Merr.) bermanfaat untuk memperbanyak produksi ASI.

Menurut Sari (2003) dalam penelitiannya, jamu uyup-uyup dapat memperlancar pengeluaran ASI karena dapat merangsang hormon prolaktin secara tidak langsung sebagai salah satu mekanisme suatu senyawa laktagogum (pelancar pengeluaran air susu), mengandung protein, mineral dan vitamin-vitamin. Komponen protein berkhasiat merangsang peningkatan

sekresi air susu, sedangkan steroid dan vitamin A berperan merangsang proliferasi epitel alveolus yang baru, dengan demikian terjadi peningkatan alveolus.

Dalam fisiologi laktasi, prolaktin merupakan suatu hormon yang disekresi oleh glandula pituitari. Hormon ini memiliki peranan penting untuk memproduksi ASI. Keluarnya hormon prolaktin menstimulasi sel didalam alveoli untuk memproduksi ASI, dan hormon ini juga keluar dalam ASI itu sendiri. Bersamaan dengan pembentukan prolaktin oleh adenohipofisis, rangsangan yang berasal dari isapan bayi ada yang dilanjutkan neurohipofisis yang kemudian dikeluarkan oksitosin. Oksitosin yang sampai pada alveoli akan memengaruhi sel mioepitelim. Kontraksi dari sel akan memeras air susu yang telah terbuat keluar dari alveoli dan masuk ke sistem duktus yang untuk selanjutnya mengalir melalui duktus laktiferus masuk ke mulut bayi.

Pengeluaran prolaktin dihambat oleh faktor–faktor yang belum jelas bahannya, namun beberapa bahan terdapat kandungan seperti dopamin, serotonin, katekolamin, dan TSH yang ada sangkut pautnya dengan pengeluaran prolaktin.

Pengeluaran oksitosin ternyata disamping dipengaruhi oleh isapan bayi juga suatu reseptor yang terletak pada sistem duktus. Bila duktus melebar atau menjadi lunak, maka secara reflekstoris dikeluarkan oksitosin oleh hipofisis yang berperan untuk memeras keluar air susu dari alveoli. Jadi, peranan prolaktin dan oksitosin mutlak diperlukan disamping faktor–faktor lain selama proses menyusui.

Menurut Suherni (2008) faktor lain yang mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI adalah dengan mengusahakan agar setiap kali menyusui payudara betul-betul menjadi kosong, karena pengosongan payudara merangsang kelenjar payudara untuk membuat susu lebih banyak. Seorang ibu yang sedang menyusui, membutuhkan tambahan kalori lebih banyak dan lazimnya supaya produksi dan pengeluaran ASInya maksimal. Karena itu, ibu harus mengkonsumsi makanan yang bergizi, mengandung cukup karbohidrat, protein, lemak, vitamin dan mineral.

Dapat disimpulkan bahwa jamu uyup-uyup mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI, karena adanya rangsangan prolaktin secara tidak langsung. Dari 30 responden, 15 responden (50%) yang mengkonsumsi jamu uyup-uyup 100% pengeluaran ASInya lancar dan 15 responden (50%) yang tidak mengkonsumsi jamu uyup-uyup, 2 responden (13,3%) diantaranya pengeluaran ASInya lancar meskipun tidak mendapatkan rangsangan prolaktin secara tidak langsung karena tidak mengkonsumsi jamu uyup-uyup. Faktor-faktor lain seperti kenyamanan ibu pada saat menyusui, pengosongan pada payudara, keseringan bayi menghisap dan menelan secara kuat yang mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI sehingga ASI menetes atau merembes melalui puting serta ibu merasakan aliran ASI. Selain itu faktor lain dapat dilihat dari tanda bayi cukup ASI seperti BAK > 6 kali sehari dan BAB > 4 kali sehari. Sedangkan 13 responden (86,7%) pengeluaran ASInya tidak lancar karena tidak mengkonsumsi jamu uyup-uyup dan faktor-faktor lain yang menunjang kelancaran pengeluaran ASI tidak ibu dapatkan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineke Cipta
2. Bahiyatun. (2008). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal*. Jakarta : EGC
3. Hidayat, Aziz Alimul. (2007). *Metode Penelitian Kebidanan dan Tekhnik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
4. IDAI. (2010). *Indonesia Menyusui*. Jakarta: Badan Penerbit IDAI
5. Muhlisah, Fauziah. (2007). *Temu-temuan dan Empon-empon*. Yogyakarta: Kanisius
6. Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rieneke Cipta
7. PERMENKES RI/No: 003/Menkes/Per/I/2010 tentang Saintifikasi Jamu dalam
8. Penelitian Berbasis Pelayanan Kesehatan
9. Prawirohardjo, Sarwono. (2009). *Ilmu Kebidanan.* Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
10. Profil Kesehatan Jawa Tengah. (2012)
11. Profil Dinas Kesehatan Purbalingga. (2012)
12. Saleha, Sitti. (2009). *Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas*. Jakarta: Salemba Medika
13. Sari, Ika Puspita. (2003). *Daya Laktagogum Jamu Uyup-uyup dan Ekstrak Daun Katu (Sauropus androgynus Merr.) pada Glandula Ingluvica Merpati.* Jurnal: Majalah Farmasi Indonesia 2003 XIV (1).i-lib-ugm.ac.id/jurnal/detail.php?dataId=7638
14. Sugiyono. (2008). *Statistik Nonparametris.* Bandung: ALFABETA
15. Suharmiati. (2003). *Menguak Tabir dan Potensi Jamu Gendong*. Depok: PT Agromedia Pustaka
16. Suherni, dkk. (2008). *Perawatan Masa Nifas.* Yogyakarta: Fitramaya
17. Sulistyawati, Ari. (2009). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Masa Nifas.* Yogyakarta: Penerbit Andi
18. Wulandari, Setyo R & Handayani, Sri. (2011). *Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas.*Yogyakarta: Goysen Publishing
19. Yuliarti, Nurheti. (2010). *Keajaiban ASI Makanan Terbaik Untuk Kesehatan, Kecerdasan dan Kelincahan Sikecil*. Yogyakarta: Penerbit Andi