

## UJI LABORATORIUM DAN UJI ORGANOLEPTIK SUSU KURMA SEBAGAI INOVASI DALAM MEMENUHI KEBUTUHAN GIZI IBU MENYUSUI

Vitria Komala Sari<sup>1\*</sup>, Detty Afriyanti S<sup>2</sup>, Nita Puspita Dewi<sup>3</sup>, Wahyuni<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Universitas Fort De Kock

\*Email Korespondensi: [vitriakomalasari@gmail.com](mailto:vitriakomalasari@gmail.com)

### Info Artikel

**Masuk:** 13 Januari 2025

**Revisi:** 26 Januari 2025

**Diterima:** 08 Februari 2025

### Keywords:

Date Milk, Breastfeeding Mothers, Organoleptic

### Kata kunci:

Susu Kurma, Ibu Menyusui, Organoleptik

P-ISSN: 2407-2664

### ABSTRACT

*According to the World Health Organization (WHO) data from 2021, data on exclusive breastfeeding globally decreased during the period 2015-2020. Dates contain a hormone similar to the hormone oxytocin, which is a hormone produced by the neurohypophysis. The hormone oxytocin is channeled through the blood to the breasts, this hormone will help stimulate contractions in the veins around the mother's breasts, thereby stimulating the mammary glands to produce breast milk. The purpose of the study was to determine the acceptability and nutritional content of date milk as a drink to meet the nutritional needs of breastfeeding mothers. Type of research Experiment. The sample in this study was 30 mothers who had babies aged 0-6 months. Data analysis included univariate analysis with organoleptic testing. The results of the organoleptic test showed that 56.7% of respondents liked the date milk very much, 50% liked its color, 56.7% liked its aroma, 43.3% liked its texture, and 63.3% found it sweet. The study concludes that breastfeeding mothers prefer date milk and that it can help meet their nutritional needs. It is recommended that all breastfeeding mothers consider using date milk as an innovative solution to fulfill their nutritional requirements.*

### ABSTRAK

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2021 melaporkan data pemberian ASI Eksklusif secara global mengalami penurunan selama periode 2015-2020. Kurma mengandung hormon yang mirip hormon oksitosin, yakni hormon yang dihasilkan oleh neurohipofisa. Hormon oksitosin dialirkan melalui darah menuju payudara, hormon ini akan membantu memacu kontraksi pada pembuluh darah vena yang ada di sekitar payudara ibu, sehingga memacu untuk memproduksi ASI. Tujuan penelitian untuk mengetahui daya terima dan kandungan gizi pada susu kurma sebagai minuman untuk memenuhi kebutuhan gizi Ibu menyusui. Jenis penelitian Eksperimen. Sampel pada penelitian ini yaitu 30 orang ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan. Analisis data meliputi analisis univariat dengan uji organoleptik. Hasil penelitian menunjukkan uji organoleptik didapatkan bahwa 56,7% responden sangat suka terhadap susu kurma, 50% suka pada warna susu kurma, 56,7% suka terhadap aroma susu kurma, 43,3% menyukai tekstur dari susu kurma, 63,3% menyatakan rasa manis pada susu kurma. Kesimpulan dalam penelitian ini bahwa ibu bayi menyukai susu kurma serta dapat membentuk memenuhi kebutuhan gizi pada ibu. Diharapkan kepada semua ibu menyusui memanfaatkan inovasi olahan susu kurma dapat bermanfaat dalam memenuhi kebutuhan gizi pada ibu menyusui.

## PENDAHULUAN

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) 2021 melaporkan data pemberian ASI eksklusif secara global, yaitu sekitar 44% bayi usia 0-6 bulan di seluruh dunia yang mendapatkan ASI eksklusif selama periode 2015-2020, hal ini belum mencapai target untuk cakupan pemberian ASI eksklusif di dunia yakni sebesar 50% (WHO, 2021). Selama enam bulan pertama kehidupan, baru sekitar 50,7% bayi baru lahir di Indonesia diberi ASI eksklusif dari target capaian 80% yang ditetapkan Pemerintah. Namun, apabila dibandingkan dengan negara lain, seperti Bangladesh, di mana 65% bayi baru lahir diberi ASI eksklusif, angka ini masih lebih rendah (UNICEF, 2021).

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2021, 52,5 persen atau hanya setengah dari 2,3 juta bayi berusia kurang dari enam bulan- yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia, atau menurun 12 persen dari angka di tahun 2019. Angka inisiasi menyusui dini (IMD) juga turun dari 58,2 persen pada tahun 2019 menjadi 48,6 persen pada tahun 2021. Menurut Data Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2020 menyebutkan bahwa ibu nifas yang mengalami masalah pengeluaran ASI sebanyak 35.685 atau 14,60 %, dan pada tahun 2021 ibu nifas yang mengalami masalah pengeluaran ASI sebanyak 77.231 atau 37, 12 % (SKDI, 2021). (Delvina et al., 2022).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2020, cakupan pemberian ASI eksklusif di Sumatera Barat hanya 25,6%. Cakupan tersebut lebih rendah dibandingkan pada tahun 2019 sebesar 45,18%. Cakupan tertinggi di kota padang sebesar 46,1% dan terendah di kabupaten mentawai sebesar 2,8%. (BPS.2020).

Persentase cakupan ASI eksklusif di Kota Padang tahun 2019 yaitu 80,1% (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2020). Tahun 2020 persentase pemberian ASI eksklusif mengalami penurunan menjadi 70,3 % dan tahun 2021 persentase ASI

eksklusif kembali menurun menjadi 69,9 %. Data teranyar menunjukkan, persentase pemberian ASI eksklusif di Kota Padang mencapai 67,7% dari populasi bayi berusia 0-6 bulan pada 2022 sebanyak 9.065 orang. Dari 16 puskesmas yang ada di Kota Padang, Puskesmas Andalas mempunyai capaian cakupan terendah (51,1%).

Masalah menyusui pada masa pasca persalinan salah satunya yaitu sindrom ASI kurang, sehingga bayi merasa tidak puas setelah menyusui, bayi sering menangis atau bayi menolak menyusui, tinja bayi keras, payudara tidak membesar yang mengakibatkan gagalnya pemberian ASI pada bayi. (Mawaddah, S, 2022). Penurunan cakupan pengeluaran ASI pada hari-hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh kurangnya rangsangan hormon prolaktin dan oksitosin yang sangat berperan dalam kelancaran pengeluaran dan produksi ASI. (Karo, M, 2021). Faktor yang mempengaruhi pembentukan ASI adalah makanan, ketenangan jiwa dan pikiran, perawatan payudara, anatomis payudara, faktor fisiologis, pola istirahat, umur kehamilan saat melahirkan dan konsumsi rokok dan alkohol (Wiji, R, N, 2013)

Status gizi ibu berpengaruh pada jumlah produksi ASI tetapi tidak pada kualitas atau kandungan nutrisi yang terdapat di dalam ASI. Kandungan nutrisi ASI relatif stabil meski status gizi ibu buruk. Akan tetapi produksi ASI akan mengambil cadangan gizi yang terdapat dalam tubuh Ibu. Proses laktasi atau menyusui adalah proses pembentukan ASI yang melibatkan hormon prolaktin dan hormon oksitosin. Hormon prolaktin selama kehamilan akan meningkat akan tetapi ASI belum keluar karena masih terhambat hormon estrogen yang tinggi. Pada saat melahirkan, hormon estrogen dan progesteron akan menurun dan hormon prolaktin akan lebih dominan sehingga terjadi sekresi ASI (Astuti, 2015).

Buah kurma memiliki kandungan protein, zat besi, glukosa, serat, vitamin, niasin, biotin, asam folat, kalsium, kalium

dan sodium. Kurma mengandung hormon yang mirip hormon oksitosin, yakni hormon yang dihasilkan oleh neurohipofisa. Hormon oksitosin dialirkan melalui darah menuju payudara, hormon ini akan membantu memacu kontraksi pada pembuluh darah vena yang ada di sekitar payudara ibu, sehingga memacu kelenjar air susu untuk memproduksi ASI. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Rahmawati dkk pada tahun 2023 dengan hasil ada efektifitas pemberian kurma terhadap kelancaran pengeluaran ASI hari pertama post partum di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Samarinda (Rahmawati dkk, 2023)

Penelitian yang dilakukan oleh (Melina Agustina, 2021), yang berjudul Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas di BPS Nurhasanah, Str, Keb Bandar Lampung, hasil penelitian menunjukkan rata-rata produksi ASI sebelum Intervensi sebesar 68.33 ml, rata-rata produksi ASI setelah intervensi sebesar 105.00 ml. Sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata produksi ASI sebelum intervensi yaitu sebesar 68.67 ml dan rata-rata produksi ASI setelah intervensi adalah sebesar 80.00 ml. Diketahui ada pengaruh pemberian kurma terhadap produksi ASI pada ibu nifas di BPS Nurhasanah, Str, Keb Bandar Lampung.

Dalam hal ini, susu kurma bisa menjadi minuman tambahan untuk mencukupi kebutuhan gizi pada ibu menyusui dengan dua cara, yaitu: Mencegah penurunan prolaktin. Prolaktin adalah hormon yang dibutuhkan oleh ibu menyusui untuk meningkatkan jumlah ASI, Kandungan tryptophan dalam susu kurma dipercaya dapat meningkatkan serotonin.

Hasil survei awal yang peneliti lakukan tanggal 12 Februari 2024 pada Ibu menyusui wilayah kerja Puskesmas Andalas Kecamatan Padang Timur Kota Padang, Peneliti melakukan wawancara langsung dan membagikan kuesioner terhadap 10 orang Ibu menyusui yang memiliki bayi usia 0-6 bulan yang tidak

ASI eksklusif. Dari hasil wawancara dan rekapitan kuesioner responden, hanya ada 4 orang Ibu menyusui yang mengatakan ASI nya lancar dan 6 orang Ibu menyusui mengatakan bahwa ASI nya tidak lancar sehingga harus menggunakan susu formula untuk memenuhi kebutuhan bayinya. Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk menciptakan inovasi susu kurma sebagai minuman untuk memenuhi kebutuhan gizi Ibu menyusui.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk menciptakan inovasi susu kurma sebagai minuman untuk memenuhi kebutuhan gizi Ibu menyusui.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan jenis eksperimen laboratorium yaitu melakukan pembuatan susu kurma sebagai inovasi ASI Booster, melakukan uji kandungan gizi serta uji organoleptik pada Ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang yang dilakukan pada bulan Februari – Mei 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah Ibu menyusui yang memiliki bayi usia 0-6 bulan yang ada di Wilayah kerja Puskesmas Andalas Kota Padang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 responden yang merupakan Ibu Menyusui yang memiliki bayi usia 0-6 Bulan. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah dengan *purposive sampling*. Pengumpulan data pada penelitian menggunakan instrumen berupa kuesioner. Analisis data yang digunakan merupakan analisis dengan uji organoleptik.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1. Gambaran Umum Usia Responden pada Ibu Menyusui Bayi 0-6 Bulan**

Usia Ibu	F	%
20-25 Tahun	4	13,3
26-30 Tahun	15	50
31-35 Tahun	8	26,6
36-40 Tahun	2	6,7
41-45 Tahun	1	3,3
<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat dari 30 (100%) responden Ibu Bayi yang memiliki Bayi Usia 0-6 bulan, paling banyak memiliki rentang usia 26-30 tahun sebanyak 15 orang (50%) responden.

**Tabel 2. Hasil Uji Laboratorium Gizi Pada Susu Kurma**

NO	Parameter Uji	Satuan	Kandungan Gizi Susu Kurma
1.	Protein	%	<b>9,92</b>
2.	Karbohidrat	%	<b>6,86</b>
3.	Lemak Total	%	<b>1,88</b>
4.	Kalori	<b>Kkal</b>	<b>84,04</b>
5.	Kadar Abu	%	<b>0,54</b>

Berdasarkan tabel 2 tersebut didapatkan hasil uji laboratorium kandungan gizi susu kurma terdapat protein sebanyak 9,92%, kandungan

karbohidrat sebanyak 6,86%, Lemak 1,88%, Kalori 84,04 Kkal, dan kadar abu 0,54%.

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Kesukaan terhadap Susu Kurma Pada Ibu Bayi**

Rasa	F	%
Suka	13	43,3
Sangat Suka	17	56,7
<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Pada hasil penelitian tabel 3 dapat dilihat bahwa tingkat kesukaan tertinggi dari 30 responden terdapat lebih dari sebagian yaitu sebanyak 17 orang (56,7%) responden sangat suka dan 13 orang (43,3%) responden menyatakan kurang suka pada susu kurma.

Faktor terpenting dalam mengetahui bagaimana penerimaan konsumen terhadap produk yang dihasilkan adalah dengan uji kesukaan. Aspek ini tidak bisa diabaikan karena seberapa tinggi dan baiknya nilai gizi maupun manfaat dari produk untuk Ibu, jika rasanya tidak enak maka kemanfaatannya tidak bisa dinikmati oleh Ibu.

Pada penelitian ini juga ditemukan sebagian kecil responden sebanyak 13 orang (43,3%) menyatakan suka terhadap susu kurma yang ditunjukkan dengan susu kurma yang habis dimakan, namun tidak ingin tambah lagi berkaitan dengan rasa kenyang yang cukup pada sebagian ibu.

Berdasarkan hasil uji kesukaan yang telah dilakukan dan ditemukan sebanyak 17 orang (56,7%) responden menunjukkan rasa sangat suka dengan meminum sampai habis

susu kurma yang diberikan lalu meminta tambah lagi karena Ibu sangat suka. Hal ini berkaitan dengan bentuk olahan susu kurma yang disukai oleh ibu bayi, tekstur yang lembut dan ketika dikonsumsi terdapat rasa sensasi manis, serta cita rasa khas yang dihasilkan dari olahan susu kurma.

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Kesukaan Responden terhadap Warna Susu Kurma**

Warna	F	%
Biasa	3	10,0
Suka	15	50,0
Sangat Suka	12	40,0
<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Pada tabel 4 menunjukkan bahwa dari 30 orang responden, terdapat sebagian menyatakan suka sebanyak 15 orang (50,0%) responden, 12 orang (40,0%) sangat suka, 3 orang (10,0%) responden biasa dan tidak ditemukan responden yang menyatakan tidak suka. Pada penelitian ini juga ditemukan sebagian kecil responden sebanyak 13 orang (43,3%) menyatakan suka terhadap susu kurma yang ditunjukkan dengan susu kurma yang habis dimakan, namun tidak ingin tambah lagi berkaitan dengan rasa kenyang yang cukup pada sebagian ibu.

Mayoritas responden Ibu bayi menunjukkan rasa sangat suka terhadap susu kurma ditunjukkan berdasarkan hasil uji kesukaan yang telah dilakukan dan ditemukan sebanyak 17 orang (56,7%) responden menunjukkan rasa sangat suka dengan meminum sampai habis

susu kurma yang diberikan lalu meminta tambah lagi karena Ibu sangat suka. Hal ini berkaitan dengan bentuk olahan susu kurma yang disukai oleh ibu bayi, tekstur yang lembut dan ketika dikonsumsi terdapat rasa sensasi manis, serta cita rasa khas yang dihasilkan dari olahan susu kurma.

**Tabel 5 Distribusi Frekuensi Tingkat Kesukaan Responden terhadap Aroma Susu Kurma**

Pada tabel 5 hasil penelitian terhadap 30 orang ibu dari bayi menunjukkan terdapat lebih dari sebagian yaitu sebanyak 17 orang (56,7%) responden menyatakan suka dengan aroma susu kurma sedangkan yang menyatakan sangat suka terdapat 12 orang (40%) dan yang kurang suka 1 orang (3,3%).

Aroma suatu produk makanan adalah komponen sensorik yang dihasilkan dari interaksi komponen pangan volatil yang terkandung di dalam bahan dasarnya dengan reseptor penciuman di rongga hidung (Ahsin et al., 2019). Aroma pada susu kurma dapat disebabkan oleh terbentuknya senyawa yang mudah menguap dan sebagai akibat dari reaksi enzim.

Aroma	F	%
Biasa	1	3,3
Suka	17	56,7
Sangat Suka	12	40,0
<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Pernyataan ini juga diperkuat oleh penelitian yang dilakukan oleh Sabil et al., (2023) yang menyatakan bahwa aroma sari kurma dapat diserap oleh

susu, dan kandungan lemak air dalam susu juga memiliki peran penting, karena cenderung menyerap aroma yang ada di sekitarnya sehingga dapat mengubah aroma pada produk susu.

**Tabel 6 Distribusi Frekuensi Tingkat Kesukaan Responden terhadap Tekstur Susu Kurma**

Tekstur	F	%
Biasa	6	20,0
Suka	13	43,3
Sangat Suka	11	36,7
<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Pada tabel 6 menunjukkan bahwa dari 30 orang responden, terdapat sebagian menyatakan suka sebanyak 13 orang (43,3%) responden, 11 orang (36,7%) sangat suka, 6 orang (20,0%) responden biasa dan tidak ditemukan responden yang menyatakan tidak suka.

Tekstur pada produk merupakan karakteristik yang berhubungan dengan kelembaban (basah, lembap, kering dan berminyak), serta karakteristik mekanis (kental, keras, lunak, lengket, dan mudah digigit). Jenis pemanis yang digunakan dalam penelitian ini berasal dari kurma & madu yang dimasukkan ke dalam proses pembuatan susu kurma. Jenis pemanis dalam susu kurma mempengaruhi tekstur karena berkaitan dengan viskositas adonan. Pemanis dengan berat molekul yang tinggi akan menghasilkan viskositas yang lebih tinggi serta menghasilkan efek kekentalan dari produk akhir.

Tekstur dari kurma yang digunakan pada penelitian ini memiliki kadar air yang lebih rendah dibandingkan dengan susu sapi. Hasil

penelitian ini sejalan dengan penelitian Hardiansyah Angga, dkk (2020) yang menyatakan bahwa semakin banyak konsentrasi kurma yang ditambahkan maka tekstur kefir semakin kental karena terjadi peningkatan total BAL di dalam kefir.

**Tabel 7 Distribusi Frekuensi Tingkat Kesukaan Responden terhadap Rasa Susu Kurma**

Rasa	F	%
Suka	11	36,7
Sangat Suka	19	63,3
<b>Jumlah</b>	<b>30</b>	<b>100%</b>

Pada tabel 7 menunjukkan bahwa dari 30 orang responden, terdapat sebagian menyatakan Sangat suka sebanyak 19 orang (63,3%) responden, 11 orang (36,7%) sangat suka, dan tidak ditemukan responden yang menyatakan tidak suka.

Rasa merupakan sensasi yang terbentuk dari hasil perpaduan bahan penyusun dan komposisi suatu produk makanan dan minuman yang ditangkap oleh indra pengecap. Rasa suatu produk makanan sangat dipengaruhi oleh komposisi bahan penyusun formulanya. Suatu produk dapat diterima oleh konsumen apabila memiliki rasa yang sesuai dengan harapannya. Oleh karena itu, rasa merupakan salah satu parameter yang paling berperan pada penerimaan responden atau konsumen terhadap suatu produk (Nurainy et al., 2018).

Rasa yang ada pada susu kurma memiliki rasa yang memiliki peningkatan dibandingkan rasa pada bahan dasarnya, hal ini berpengaruh pada rasa yang ditimbulkan oleh

reseptor pada lidah yang pada dasarnya hanya mampu mengecap empat jenis rasa yaitu pahit, asam, asin, dan manis sebagai tanggapan atas adanya rangsangan kimiawi yang sampai di indra pengecapan sehingga memunculkan respons mutu sensori.

## **PEMBAHASAN**

### **Protein**

Setelah dilakukan pengujian kadar protein, hasil uji laboratorium terhadap Susu Kurma menunjukkan kandungan protein sebesar 9,92%. Hasil tersebut sudah memenuhi standar SNI protein mutu susu kurma yaitu minimum 3,31%. Protein bermanfaat sebagai penjaga alur kerja untuk neurotransmitter demi perkembangan otak yang baik dimasa mendatang (Santoso & Imelda, 2022). Protein yang ada pada kurma dapat meningkatkan produksi ASI dengan meningkatkan glukosa untuk sintesis lakotasa.

Kandungan protein yang terdapat pada susu kurma sebesar 9,92%, sedangkan kebutuhan protein pada ibu menyusui adalah 20 gram, maka dari itu mengkonsumsi susu kurma sebanyak 100 ml setiap hari mampu membantu memenuhi sekitar 40% protein harian pada ibu menyusui. Sedangkan untuk pemenuhan kebutuhan protein hariannya dapat dipenuhi dengan mengkonsumsi jenis makanan lainnya, terutama makanan pokok berupa lauk dan ikan.

### **Karbohidrat**

Hasil dari uji laboratorium pada penelitian ini yaitu susu kurma menunjukkan bahwa dari 100 gram susu kurma yang diuji mengandung 6,86% karbohidrat. Karbohidrat

dalam susu kurma berasal dari gula alami yang terdapat dalam kurma. Ini memberikan energi cepat dan juga membantu menjaga kadar gula darah yang stabil. Karbohidrat diperlukan ibu sebagai sumber energi dan tidak ada ketentuan tentang kebutuhan minimal karbohidrat, karena glukosa dalam sirkulasi dapat dibentuk dari protein dan gliserol (Akbar et al., 2021).

Menurut Asumsi peneliti dengan adanya kandungan karbohidrat pada susu kurma maka minuman ini dapat digunakan sebagai alternatif dan minuman tambahan meskipun memiliki kandungan karbohidrat yang tergolong rendah. Namun dapat kita penuhi dengan konsumsi makanan lainnya karena fungsi utama karbohidrat sebagai zat sumber energi. Dari hasil uji laboratorium nilai kandungan gizi karbohidrat pada 100 ml susu kurma yaitu sebesar 6,68%.

### **Lemak**

Hasil dari uji laboratorium pada susu kurma menunjukkan bahwa dari 100 gram sampel susu kurma mengandung lemak sebesar 1,88%. Hasil tersebut sudah memenuhi standar kadar lemak pada produk susu kurma menurut SNI yaitu kadar lemak yang dihasilkan pada produk susu kurma.

Kadar lemak pada susu kurma merupakan salah satu komponen penting dalam penyusunan susu kurma. Kadar lemak dalam susu kurma berbahan dasar kurma pada penelitian ini dipengaruhi oleh bahan-bahan penyusun susu kurma yang memiliki kadar lemak seperti susu UHT, kadar lemak pada susu UHT tergantung pada pemilihan susu UHT

tersebut, sedangkan buah kurma tidak memiliki kadar lemak yang tinggi. Penelitian Assirey (2014) menyebutkan kandungan lemak pada 100 gram buah kurma ajwa kering adalah 0,47%. Lemak sangat dibutuhkan lebih banyak oleh ibu menyusui dibandingkan dengan ibu yang tidak menyusui, karena tubuh ibu selama menyusui memerlukan energi yang lebih secara proporsional (Santoso & Imelda, 2022).

Kandungan lemak pada susu kurma yaitu sebesar 1,88% telah mampu memenuhi sekitar 30% kebutuhan lemak harian pada ibu menyusui, karna berdasarkan angka kecukupan gizi ibu menyusui membutuhkan minimal 22 gram lemak. Kandungan lemak pada susu kurma juga memberikan efek positif yaitu memberikan cita rasa yang khas dan juga memberikan rasa gurih pada susu kurma.

### **Kalori**

Hasil dari uji laboratorium pada susu kurma menunjukkan bahwa dari 100 gram sampel susu kurma mengandung 84,04 Kkal. Kalori merupakan salah satu nilai yang penting untuk menjaga keseimbangan berat badan. Kalori dalam bentuk energi dari asupan pada ibu tetap harus diperhatikan sebagai kontrol terhadap kelancaran ASI, sehingga ibu tetap dalam kondisi status gizi yang baik (Akbar et al., 2021).

Kandungan kalori yang terdapat pada susu kurma dapat digunakan sebagai alternatif makanan selingan serta dapat membantu memenuhi kebutuhan kalori harian untuk ibu. Menurut Ambarwati, kebutuhan energi ibu menyusui sebagai kebutuhan tambahan kalori pada 6

bulan pertama kira-kira 700 Kkal/hari dan enam bulan kedua 500 Kkal/hari sedangkan ibu menyusui bayi yang berumur 2 tahun rata-rata sebesar 400 Kkal/hari. Sebagai inovasi alternatif makanan selingan susu kurma dalam 100 gram mengandung energi sebanyak 84,04 Kkal sehingga dapat melengkapi kebutuhan kalori harian ibu yang belum didapatkan secara lengkap dari makanan pokok.

### **Kadar Abu**

Kadar abu yang terkandung dalam susu kurma dipengaruhi oleh bahan baku yang digunakan. Semakin besar nilai mineral yang terkandung dalam bahan maka akan semakin besar pula jumlah kadar abu yang terkandung dalam susu kurma. Hasil uji laboratorium pada 100 gram susu kurma menunjukkan hasil kadar abu yang terkandung pada susu kurma yaitu 0,54%.

Penelitian ini tidak berbeda jauh dengan penelitian yang dilakukan oleh Hardiansyah (2020), yang menyatakan bahwa kadar abu pada susu kefir susu kambing kaligesing sebesar 0,80%. Penelitian Assirey (2014) menyatakan kandungan mineral yang terdapat dalam 100 gram daging kurma ajwa kering adalah kalsium  $187 \pm 0,5\%$ , fosfor  $27 \pm 0,01\%$ , potasium  $476 \pm 0,4\%$ , sodium  $7,5 \pm 0,01\%$ , dan magnesium  $150 \pm 0,7\%$ , selain itu kurma ajwa juga memiliki kadar abu sebanyak 3,43%.

Kadar abu yang terkandung dalam susu kurma berasal dari bahan baku yaitu kurma sehingga kadar abu yang dihasilkan sesuai dengan kadar abu yang ada pada bahan dasar kurma tersebut, kadar abu mengisyaratkan adanya mineral pada produk, mineral memegang peranan penting dalam



pemeliharaan fungsi tubuh, baik pada tingkat sel, jaringan organ, maupun fungsi tubuh secara keseluruhan dan kadar abu yang ada pada susu kurma pada penelitian ini dapat menjadi alternatif solusi dalam mencakupi kadar mineral dalam tubuh ibu yang mana pada susu kurma ini termasuk susu kurma olahan yang kandungan mineralnya dibutuhkan oleh ibu sebagai makanan selingan.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang Uji Laboratorium Dan Uji Organoleptik Susu Kurma Sebagai Inovasi Dalam Memenuhi Kebutuhan Gizi Ibu Menyusui dapat disimpulkan bahwa :

1. Kandungan gizi Protein 100 gram Susu Kurma yaitu 9,92%.
2. Kandungan gizi Karbohidrat 100 gram susu kurma yaitu 6,86%
3. Kandungan gizi Lemak 100 gram Susu Kurma yaitu 1,88%
4. Kandungan gizi kalori 100 gram Susu Kurma yaitu 84,04 Kkal
5. Kandungan gizi Kadar abu 100 gram Susu Kurma yaitu 0,54%
6. Lebih dari sebagian (56,7%) Ibu menyusui sangat suka terhadap Susu kurma.
7. Sebagian (50%) Ibu Menyusui suka terhadap warna Susu Kurma.
8. Lebih dari sebagian (56,7%) Ibu Menyusui suka terhadap aroma Susu Kurma.
9. Sebagian (43,3%) Ibu Menyusui suka terhadap tekstur yang lembut pada susu kurma.
10. Lebih dari sebagian (63,3%) Ibu Menyusui sangat suka terhadap rasa yang manis pada Susu Kurma.

## REFERENSI

- Aminah S dan Wahyu P, 2019, *Perbedaan Efektifitas Pemberian Buah Kurma dan Daun Kediri Katuk terhadap Kelancaran ASI pada Ibu menyusui umur 0-40 hari di Posyandu Desa Pojok Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri*, JPH Recode, Vol. 3 No. 1, Hal. 37-43.
- Astuti, 2015, *Asuhan Kebidanan dan Menyusui*, Erlangga Medical Series, Yogyakarta.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Barat. (2020). Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Barat Tahun 2020. Badan Pusat Statistik.
- Badan Pusat Statistik. (2021). Profil Statistik Kesehatan 2021. Jakarta: Badan Pusat Statistik
- Efriani, R., & Astuti, D. A. (2020). Hubungan Umur Dan Pekerjaan Ibu Menyusui Dengan Pemberian Asi Eksklusif. *Jurnal Kebidanan*,9(2),153. <https://doi.org/10.26714/jk.9.2.2020.153-162>
- Fikawati, S. Syafiq, A. Karima, K. (2015). *Gizi Ibu dan Bayi*. Depok: Raja Grafindo Persada.
- Hadi SPI, *Kandungan dan manfaat ASI*. Yogyakarta: SEBATIK; 2021. 21–23p. Available from: [https://www.google.co.id/books/edition/Kandungan dan Manfaat ASI/jk\\_w\\_EAAAQBAJ](https://www.google.co.id/books/edition/Kandungan_dan_Manfaat_ASI/jk_w_EAAAQBAJ)
- Khasanah, N. 2011. *Kandungan Buah-buahan dalam Alqur'an : Buah Tin (Ficus carica L.), Zaitun (Olea europea L.), Delima (Punica granatum L.), Anggur (Vitis vinifera L.), dan Kurma (Phoenixdactylifera L.) untuk Kesehatan*. *Jurnal Phenomenon*, 1(1): 1-25 Hal.
- Kusuma et all.2017, *Pengawasan Mutu Makanan Malang*: UB Press.

- Marni Br Karo, 2021, *Perilaku Ibu Menyusui Dalam Memberikan ASI Eksklusif*, NEM, Pekalongan.
- Mawaddah, S, 2022. *Keputusan Ibu dalam memberikan ASI Eksklusif*, NEM, Pekalongan.
- Notoatmodjo, S. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: CV Trans Info Media.
- Prianti, A.T, Erayanti, R and Rahmawati, 2020, *Efektifitas Pemberian Sari Kurma terhadap Kelancaran Produksi ASI Ibu post partum di RSKDIA Siti Fatimah Makasar*, jurnal antara kebidanan, vol. 3 No. 1.
- Profil Kesehatan Kota Padang Tahun 2022. Dinas Kesehatan Kota Padang 2020.
- Rachmat F.S, Achmad Harun M, 2020, *Gambaran Kandungan Antioksidan Senyawa polifenol golongan flavonoid pada kurma ajwa, kurma sukari, kurma khalas, dan kurma golden valley dengan metode spektrofotometri uv-vis*, Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia, Makassar.
- Rahmawati et all, 2023, *Efektivitas Pemberian Kurma Terhadap Kelacjaran Pengeluaran ASI Hari Pertama Post Partum*, Journal of Health Research, vol 6 No. 1. Maret 2023 (71-80).
- Riskesdas. (2018). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta: Riset Kesehatan Dasar.
- Riskika et all, 2023, *pengaruh imbangun susun UHT dan Jus Kurma terhadap jumlah bakteri, total Yeast dan aktivitas antioksidan pada produk susu kurma*, Jurnal Teknologi Hasil Peternakan.
- Saleh, dkk. 2011, *Phenolic Contents and Antioxidant Activity of Various Date Palm (Phoenix dactylifera L) Fruit From Saudi Arabia*. *Food and Nutrition Sciences*, 2, 1132-1141.
- Setyaningsih et al, 2010, *Analisis Sensori untuk Industri Pangan dan Agro*, Bogor: IPB Press.
- Soekarto, S. T. 2020, *Metode dan Analisis Uji Indrawi*, Bogor, IPB Press.
- Wiji & Mulyani, 2013, *ASI dan Panduan Ibu Menyusui*, Nuha Medika, Yogyakarta.
- Wiji, R. N, 2013, *ASI dan Panduan Ibu Menyusui*, Nuha Medika, Yogyakarta.