

Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas**Mariene W. Dolang^{1*}, Frisca P. A. Wattimena², Erlin Kiriwenno³, Sunik Cahyawati¹, Sahrir Sillehu¹**¹Prodi Kesehatan Masyarakat, STIKes Maluku Husada²Prodi Ilmu Keperawatan, STIKES Pasapua Ambon³Prodi DIII Kebidanan, STIKes Maluku Husada

Email: marienedolang@gmail.com

Abstract:

Breastfeeding is the process of giving milk to babies with breast milk from the mother's breast since the baby is born and at least 6 months to 2 years or more. According to WHO, pregnant women and postpartum mothers should be informed about the benefits and advantages of breast milk, especially because breast milk provides the best nutrition for babies and protects against disease. According to the 2016 strategic plan, the national target of providing 80% exclusive breastfeeding has not yet reached the target. This study aims to determine the effect of giving decoction of katuk leaves on breast milk production in postpartum mothers in the working area of Suli Health Center. The research method in this research is pre-experimental design with one group pretest – posttest. The results showed that there was an effect of giving decoction of katuk leaves on breast milk production in postpartum mothers in the working area of the Suli Health Center with a value of $p = 0.000$ ($p < 0.05$). The conclusion is that there is an effect of giving boiled water from katuk leaves on breast milk production in postpartum mothers in the working area of the Suli Health Center

Keywords: Breastfeeding, Breast Milk Production, Decoction of Katuk Leaves, Postpartum Mothers

Pendahuluan

Menyusui merupakan salah satu cara yang efektif bagi kesehatan dan kelangsungan hidup anak. Menyusui adalah proses pemberian susu kepada bayi dengan air susu ibu (ASI) dari payudara ibu sejak bayi lahir dan minimal 6 bulan sampai dengan 2 tahun atau lebih. Air Susu Ibu (ASI) mempunyai banyak manfaat karena mengandung protein, lipid, dan karbohidrat kompleks dan zat antibodi untuk melindungi bayi dari infeksi karena mudah

dicerna dan diserap yang bermanfaat bagi pertumbuhan dan perkembangan yang optimal bagi bayi. (Nicholas J. Andreas, Beate Kampma, 2015) ASI mempunyai banyak manfaat bagi bayi, dimana komposisi ASI sangat menentukan proses pertumbuhan dan jaringan otak bayi, serta pemberian ASI eksklusif dapat melindungi bayi dari sindrom kematian bayi mendadak atau SIDS (*Sudden Infant Death Syndrome*). Meskipun ASI eksklusif sudah diketahui manfaat dan dampaknya, namun kecenderungan untuk ibu menyusui bayinya secara eksklusif masih rendah.

Berdasarkan data yang diperoleh dari WHO tahun 2016 masih menunjukkan rata-rata angka pemberian ASI eksklusif di dunia baru berkisar 36% (World Health Organization, 2016) dan

**corresponding author: Mariene W. Dolang
Prodi Kesehatan Masyarakat, STIKes Maluku Husada. Email: marienedolang@gmail.com
Submitted: 10-07-2021 Revised: 28-08-2021
Accepted: 31-08-2021 Published: 15-09-2021*

berdasarkan laporan Ditjen Kesehatan Masyarakat tahun cakupan pemberian ASI Eksklusif 0-6 Bulan presentasi tertinggi terdapat pada Provinsi Jawa Barat (90,79%) dan terendah pada Provinsi Gorontalo (30,71%).

Rendahnya pemberian ASI kepada bayi karena jumlah produksi ASI yang dihasilkan ibu sedikit karena dipengaruhi oleh banyak faktor salah satunya adalah hormone. Hormone yang mempengaruhi produksi ASI dan pengeluaran ASI ada dua yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI. Prolaktin berkaitan dengan nutrisi ibu, semakin asupan nutrisinya baik maka produksi ASI juga makin banyak. (Maryunani A, 2012) Berdasarkan hasil penelitian oleh Dewi (2019) bahwa ada hubungan nutrisi dengan kelancaran produksi ASI. Makanan bergizi yang di konsumsi ibu selama menyusui akan dimetabolisme oleh system pencernaan. Zat-zat gizi akan diserap oleh tubuh dan dialirkan kedalam ASI sehingga ASI lebih banyak diproduksi. (Maryunani A, 2012)

Ibu menyusui harus memperhatikan beberapa hal yang meningkatkan kualitas dan jumlah volume ASI yang diproduksinya. Ada beberapa saran yang perlu diperhatikan para ibu yang sedang memberikan ASI agar ASI tetap lancar, yaitu konsumsi sayur-sayuran, buah-buahan yang dapat meningkatkan volume ASI. Dampak dari ASI yang tidak lancar membuat ibu berfikir bahwa bayi mereka tidak akan mendapat cukup ASI sehingga ibu sering mengambil langkah berhenti menyusui dan menggantinya dengan susu formula.

Pemberian makanan atau minuman selain ASI secara dini seperti pemberian susu formula, akan menunjukkan status gizi bayi yang kurang, hal tersebut berdampak terhadap kesehatan bayi diantaranya adalah gangguan pencernaan seperti diare, sulit BAB, muntah, serta bayi akan mengalami gangguan menyusui. Upaya untuk memperlancar produksi ASI biasanya

menggunakan pengobatan secara farmakologi atau non-farmakologi. Pengobatan farmakologi pada produksi ASI harus sesuai ajuran dan resep dokter karena adanya efek samping antara lain, diare, lelah, letih, rasa ngantuk, mulut kering dan sakit kepala. Pengobatan non-farmakologi terdiri dari pijat oksitoin, perawatan payudara, dan salah satu yang dapat dilakukan untuk memperlancar produksi ASI pada ibu nifas adalah dengan mengkonsumsi rebusan dan ekstrak daun katuk. Penelitian yang dilakukan oleh Hayati bahwa salah satu manfaat dari daun katuk adalah memperlancar Air Susu Ibu (ASI). (Hayati, Arumingtyas, Indriyani, & Hakim, 2016)

Daun katuk mengandung hampir 7% protein dan 19% serat kasar, vitamin K, pro-vitamin A (beta karotin Vitmin B dan C. Mineral yang dikandung adalah Kalsium (2,8%) zat besi, kalium, fisfor dan magnesium. Kandungan protein dalam daun katuk berkhasiat untuk menstimulasi pengeluaran air susu ibu. Sedangkan kandungan steroid dan polifenol didalamnya dapat berfungsi untuk menaikan kadar prolactin, dengan demikian produksi asi dapat meningkat. (Santoso, 2013) Sutomo (2019) mengungkapkan bahwa pemberian daun katuk sampai kadar 170 gram/hari dapat meningkatkan produksi susu hingga 45%. (S, Garantjang, Natsir, & Ako, 2019) Situmorang tahun 2018 mengungkapkan bahwa ada pengaruh konsumsi air rebusan daun katuk terhadap produksi asi pada ibu nifas dimana dengan memberikan rebusan daun katuk kepada ibu menyusui sebanyak 3x1 dengan 150 cc dapat meningkatkan produksi ASI. (Situmorang, 2019)

Berdasarkan data yang diperoleh dari puskesmas Suli tahun 2020 maka hasil yang di dapat adalah bayi yang mengkonsumsi ASI Eksklusif 31 anak dan bayi yang tidak mengkonsumsi ASI Eksklusif 93 anak di tahun 2019 dan ibu Menyusui pada puskesmas Suli sebesar 31 orang dan yang tidak menyusui 93 orang. (Suli, 2020) Berdasarkan hasil observasi

yang dilakukan oleh peneliti di puskesmas Suli menunjukkan bahwa, pencapaian ASI eksklusif di wilayah kerja puskesmas Suli belum maksimal karena, masih banyak ibu yang tidak memberikan ASI Eksklusif pada bayinya.

Metode

Metode penelitian dalam penelitian ini adalah pre ekperimental *design* dengan rancangan one group pretest – posttest. Penelitian dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Suli pada 1-31 Oktober 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Suli sebanyak 30 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas di

Wilayah Kerja Puskesmas Suli memenuhi kriteria inklusi peneliti sejumlah 30 responden yang diambil dengan menggunakan total sampling. Instrumen yang dilakukan dalam penelitian ini yaitu: Kuesioner untuk mengetahui karakteristik responden yang terdiri dari: nama, umur, jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan dan lembar observasi digunakan untuk mengukur produksi ASI pretest dan posttest sebelum dan sesudah diberikan perlakuan air rebusan daun katuk, dimana untuk mengukur produksi ASI digunakan Botol Susu/Dot bayi untuk melihat berapa banyak ASI yang dihasilkan. Analisis yang digunakan untuk mengetahui pengaruh pemberian rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas adalah Uji Wilcoxon.

Hasil

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Karakteristik di Wilayah Kerja Puskesmas Suli Tahun 2020

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Umur (Tahun)		
23 – 27	17	56,7
28 – 33	13	43,3
Pendidikan Terakhir		
SMA	25	83,3
S1	5	16,7
Status Pekerjaan		
PNS	6	20,0
IRT	24	80,0
Usia Bayi Responden		
< 3 Bulan	20	66,7
≥ 3 – 6 Bulan	10	33,3
Total	90	100,0

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan data pada Tabel 1 dapat diketahui bahwa umur responden yang paling banyak terdapat pada responden dengan umur 23 – 27 Tahun yaitu sebanyak 17 responden (56,7). Pendidikan Terakhir responden yang paling banyak terdapat pada tingkat pendidikan SMA 25 (83,3). Status Pekerjaan responden yang paling banyak terdapat pada IRT (Ibu Rumah Tangga)

sebanyak 24 (80,0). Berdasarkan usia bayi responden n yang paling banyak terdapat pada usia <3 Bulan yaitu sebanyak 20 responden (66,6).

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Pemberian Rebusan Daun Katuk di Wilayah Kerja Puskesmas Suli Tahun 2020

Produksi ASI	Frekuensi	Persentase
Sebelum Pemberian Rebusan Daun Katuk		
10 – 15 ml	5	16,7
16 – 30 ml	25	83,3
Sesudah Pemberian Rebusan Daun Katuk		
30- 40 ml	4	13,3
41- 60 ml	4	13,3
61- 80 ml	22	73,3
Total	60	100,0

Sumber : Data Primer, 2020

Berdasarkan data pada Tabel 2 dapat diketahui bahwa sebelum pemberian rebusan daun katuk rata-rata jumlah produksi ASI responden sebanyak 16 – 30 ml (83,3%) dan sesudah pemberian rebusan daun katuk jumlah produksi ASI meningkat menjadi 61 – 80 ml (73,3%).

Tabel 3 Pengaruh pemberian Rebusan Daun Katuk terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Suli Tahun 2020

Variabel	n	Mean	Std. Deviation	p
Sebelum pemberian rebusan daun katuk	30	20,27	5,119	0,000
Sesudah pemberian rebusan daun katuk	30	61,33	13,649	

Berdasarkan hasil analisis sebelum pemberian rebusan daun katuk diperoleh rata-rata produksi ASI yang dihasilkan adalah 20,27 ml dan setelah pemberian rebusan daun katuk diperoleh rata-rata produksi ASI adalah 61,33ml. Nilai signifikan atau nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$) sehingga disimpulkan terdapat pengaruh pemberian Rebusan Daun Katuk terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Suli.

Pembahasan

Setelah dilakukan uji statistik dengan uji wilcoxon signed rank test dari Pengaruh pemberian Rebusan Daun Katuk diperoleh nilai signifikan atau nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti H_0 ditolak sehingga disimpulkan terdapat pengaruh pemberian Rebusan Daun Katuk terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Suli. Pada proses

penelitian, peneliti memberikan rebusan daun katuk sebanyak 330 ml pada pagi dan sore hari selama 1 minggu. Sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun katuk dilakukan peneliti pengukur jumlah produksi ASI pada ibu nifas dengan menggunakan pompa susu, botol ukur dan lembar observasi produksi ASI sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun katuk.

Bertambahnya jumlah produksi ASI yang dialami responden disebabkan karena daun katuk kaya protein, kalium, posfor, zat besi, vitamin A,B1 dan vitamin C. Dalam 100 gr daun katuk juga terkandung 239 mg vitamin C, sudah jauh lebih cukup untuk memenuhi kebutuhan ibu menyusui. Daun katuk baik untuk memperlancar ASI karena mengandung asam seskuiterpena. Selain kaya akan protein, lemak dan mineral, daun katuk juga diperkaya dengan kandungan vitamin A, B dan C, kemudian tanin, saponin dan alkaloid

papaverin. Kandungan alkaloid dan sterol dari daun katuk dapat meningkatkan produksi ASI menjadi lebih banyak karena dapat meningkatkan metabolisme glukosa untuk sintesis laktosa sehingga produksi ASI meningkat. Dalam Australian Dietary Guidelines, menyarankan untuk konsumsi sayuran hijau salah satunya katuk sebagai makanan yang menyehatkan untuk ibu menyusui. (Santoso, 2013)

Sauropus androgynus (daun katuk) secara tradisional dikonsumsi oleh masyarakat Indonesia dan dipercaya dapat meningkatkan produksi ASI selama menyusui. (Susan Soka, Herlina Alam, Novalia Boenjamin, Tan W Agustina, 2010) Dengan memberikan sebanyak 100 gram di rebus dengan air 300cc di konsumsi setiap hari selama 7 hari kemudian dapat memperlancar ASI sampai 93,8%. (Aminah & Purwaningsih, 2013) Selain itu, Juliastuti (2019) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa pemberian ekstrak daun katuk pada kelompok ibu melahirkan dan menyusui dengan dosis 3x300 mg/hari selama 15 hari mulai dari hari ke 3 setelah melahirkan dapat meningkatkan produksi ASI 50,7% lebih banyak dibandingkan dengan ibu melahirkan dan menyusui bayinya tidak diberi ekstrak daun katuk (Juliastuti, 2019).

Dari Hasil Penelitian yang dilakukan peneliti, pemberian Air Rebusan daun katuk sangatlah berguna untuk peningkatan produksi ASI. Hal ini dilihat dari pengukuran yang dilakukan sebelum diberikan Air rebusan, Produksi ASI hanya berkisar 30 ml saja. Dan sesudah diberikan Rebusan air daun Katuk produksi ASI menjadi meningkat yang dimana hanya 30 ml sekarang menjadi 60 – 80 ml. hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahmanisa (2016) bahwa efektivitas alkaloid dan sterol yang terkandung didalam daun katuk dapat meningkatkan produksi ASI pada beberapa ibu menyusui mengalami gangguan terhadap produksi ASI, sehingga kebutuhan ASI yang akan diberikan terhadap bayi pada periode menyusui eksklusif dapat terpenuhi setelah ibu

mengonsumsi ekstrak daun katuk. (Soraya Rahmanisa, 2016)

Dari hasil observasi yang dilakukan maka diketahui bahwa setelah meminum air rebusan daun katuk produksi ASI mereka menjadi meningkat. Sehingga dapat disimpulkan oleh peneliti bahwa hal inilah yang menjadi salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI yang baik yang tidak ada efek sampingnya kepada bayi. Maka sebab itu ibu menyusui diharapkan dapat mengkonsumsi rebusan air daun katuk, agar anak yang disusunya bisa mendapatkan nutrisi yang baik dan berguna bagi tumbuh kembang anak itu sendiri.

Kesimpulan

Terdapat pengaruh pemberian rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Suli yang dilihat dari pengukuran yang dilakukan sebelum dan sesudah pemberian rebusan daun katuk terjadi peningkatan produksi ASI.

Daftar Pustaka

- Aminah, S., & Purwaningsih, W. (2013). Perbedaan Efektifitas Pemberian Buah Kurma Dan Daun Katuk Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui Umur 0-40 Hari Di Kota Kediri. *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, 53(9), 1689–1699.
- Hayati, A., Arumingtyas, E. L., Indriyani, S., & Hakim, L. (2016). Local knowledge of katuk (*Sauropus androgynus* (L.) Merr) in east Java, Indonesia. *International Journal of Current Pharmaceutical Review and Research*, 7(4), 210–215.
- Juliastuti, J. (2019). Efektivitas Daun Katuk (*Sauropus Androgynus*) Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v3i1.1600>
- Maryunani A. (2012). *Inisiasi Menyusui Dini, ASI Eksklusif Dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: Trans Info Media.

- Nicholas J. Andreas, Beate Kampma, K. L.-D. (2015). Human breast milk: A review on its composition and bioactivity. *Early Human Development*, 91(11), 629–635. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.earlhumdev.2015.08.013>
- S, S., Garantjang, S., Natsir, A., & Ako, A. (2019). Effect of Katuk Leaf Extract (*Sauropus Androgynus*) on Production and Quality of Frisian Holstein Peranakan Cow Milk in Enrekang Regency, Indonesia. *International Journal of Scientific and Research Publications (IJSRP)*, 9(8), p92150. <https://doi.org/10.29322/ijsrp.9.08.2019.p92150>
- Santoso, U. (2013). *Katuk Tumbuhan Multi Khasiat*. Bengkulu: Fakultas Pertanian (BFP) UNIB.
- Situmorang, T. S. (2019). Pengaruh Konsumsi Air Rebusan Daun Katuk Terhadap Pengeluaran Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Bidan Praktek Mandiri Manurung Medan Tahun 2018. *Indonesian Trust Health Journal*, 1(2), 55–60. <https://doi.org/10.37104/ithj.v1i2.13>
- Soraya Rahmanisa, T. A. (2016). Efektivitas Ekstraksi Alkaloid dan Sterol Daun Katuk (*Sauropus androgynus*) terhadap Produksi ASI. *Jurnal Majority*, 5(1), 117–121. Retrieved from <http://juke.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/view/991>
- Suli, P. (2020). *Data Puskesmas Suli*. Maluku Tengah: Puskesmas Suli.
- Susan Soka, Herlina Alam, Novalia Boenjamin, Tan W Agustina, M. T. S. (2010). Effect of *Sauropus androgynus* leaf extracts on the expression of prolactin and oxytocin genes in lactating BALB/C mice. *J Nutrigenet Nutrigenomics*, 3(1), 31–36. <https://doi.org/10.1159/000319710>
- World Health Organization. (2016). Exclusive Breastfeeding. Retrieved June 4, 2020, from http://www.who.int.nutrition/topics/exklusif_breastfeeding/en/