



Efektivitas Konsumsi Daun Katuk Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas

Dea Amanda¹, Friska Junita², Hainun Nisa³

^{1,2,3} Ilmu kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, STIKes Medistra Indonesia

¹amandadea013@gmail.com, ²hainunnisa78@gmail.com, ³friskajunita86@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the effectiveness of katuk leaf consumption on breast milk production in PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Bekasi Regency in 2023. This research method is descriptive with a type of quantitative research using the one group pretest-posttest design. The population of this study was postpartum mothers in consuming katuk leaf decoction at PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb. A total of 10 postpartum mothers, the retrieval technique uses total sampling. So this study population is used as a research sample. Data analysis using Univariate Analysis and Bivariate Analysis. Test the hypothesis using the Paired T-Test. The results of the study before giving leaf extract where breast milk was less as much as 5 puerperal mothers (50%) and enough breast milk as many as 5 postpartum mothers (50%). Meanwhile, after giving katuk leaf extract where breast milk is sufficient as many as 4 postpartum mothers (40%) and a lot of breast milk as many as 6 postpartum mothers (60%). The results of giving katuk leaf extract before treatment to the intervention group obtained an average pretest value of 1.50 to be the average posttest value of giving katuk leaf extract to breast milk production of 2.60, so that means that descriptively there is a difference in the average milk production between the pretest and the posttest results. Katuk leaf extract against breast milk production with sig. (2-tailed) is smaller than 0.05 ($0.000 \leq 0.05$) and $t_{count} \geq t_{table}$ ($6,128 \geq 2,262$), meaning that there is a difference in milk production before and after giving katuk leaf extract to puerperal mothers. From the results of this test, it was concluded that there was an increase in the administration of katuk leaf decoction on breast milk production in postpartum mothers at PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Bekasi Regency in 2023.

Keywords: extract, katuk leaf, postpartum mother.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya efektivitas konsumsi daun katuk terhadap produksi ASI di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi Tahun 2023. Metode penelitian ini adalah deskriptif dengan jenis penelitian kuantitatif menggunakan the one group pretest-posttest design. Populasi penelitian ini adalah ibu nifas dalam mengkonsumsi rebusan daun katuk di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb. Berjumlah 10 orang ibu nifas, teknik pengambilan menggunakan total sampling. maka penelitian ini populasi dijadikan sampel penelitian. analisis data menggunakan Analisis Univariat dan Analisis bivariat. uji hipotesis menggunakan Uji Paired T-Test. Hasil penelitian sebelum pemberian ekstrak daun katuk ASI kurang sebanyak 5 ibu nifas (50%) dan ASI cukup sebanyak 5 ibu nifas (50%). Sedangkan setelah pemberian ekstrak daun katuk dimana ASI cukup sebanyak 4 ibu nifas (40%) dan ASI banyak sebanyak 6 ibu nifas (60%). Hasil pemberian ekstrak daun katuk sebelum diberikan perlakuan pada kelompok intervensi diperoleh nilai rata rata pretest 1,50 menjadi nilai rata-rata posttest pemberian ekstrak daun katuk terhadap produksi ASI 2.60, maka itu artinya secara deskriptif ada perbedaan rata-rata produksi ASI antara pretest dengan hasil posttest. Ekstrak daun katuk terhadap produksi ASI dengan sig. (2-tailed) lebih kecil dari 0,05 ($0,000 \leq 0,05$) dan $t_{hitung} \geq t_{tabel}$ ($6,128 \geq 2,262$), artinya terdapat perbedaan produksi ASI sebelum diberikan dan setelah diberikan ekstrak daun katuk

pada ibu nifas. Dari hasil uji ini disimpulkan bahwa ada peningkatan pemberian rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023.

Kata kunci: Ekstrak, Daun Katuk, Ibu Nifas.

© 2023 Jurnal Pustaka Medika

1. Pendahuluan

Kesehatan ibu yang melahirkan dan merawat anak-anak mereka akan menentukan tingkat kecerdasan, kualitas, dan kecerdasan generasi penerus suatu bangsa. Oleh karena itu, kesehatan ibu menjadi perhatian utama bagi semua negara, termasuk Indonesia, karena masih banyak masalah yang harus diselesaikan dalam hal kehamilan, persalinan, pascapersalinan, dan perawatan bayi [1].

Satu jam setelah plasenta lahir, masa nifas dimulai dan berlangsung selama enam minggu (42 hari). Untuk memenuhi kebutuhan ibu dan bayi, perawatan pascapersalinan harus ditawarkan pada saat itu [2]. Menyusui dini bermanfaat bagi ibu dan anak. Karena ASI sangat penuh dengan nutrisi dan antibodi, ia memainkan peran penting dalam mendukung pertumbuhan, kesejahteraan, dan kelangsungan hidup bayi. Sel darah putih, protein, dan komponen imunologi yang cocok untuk bayi hadir dalam ASI. Karena menyusui menyebabkan kontraksi rahim, yang pada gilirannya mengurangi perdarahan postpartum, aktivitas menyusui di kalangan ibu dapat menurunkan morbiditas dan kematian [3].

Hanya 32,6% bayi baru lahir yang disusui secara eksklusif selama enam bulan pertama mereka, menurut statistik dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dan Dana Anak-anak Perserikatan Bangsa-Bangsa (UNICEF), terlepas dari kenyataan bahwa ada 136,7 juta bayi yang lahir secara global pada tahun 2011. Menurut Profil Kesehatan Indonesia untuk tahun 2016 dan 2017, hanya 29,5% bayi baru lahir yang telah disusui secara eksklusif sampai mereka berusia enam bulan pada tahun 2016, dan jumlah itu meningkat menjadi 35,73% pada tahun 2017. Meskipun meningkat, persentase bayi yang berhasil menyusui secara eksklusif masih jauh dari tingkat yang diinginkan yaitu 80%.

Menyusui sesuai dengan tuntutan bayi memiliki keuntungan bagi semua orang yang terlibat: kesehatan ibu akan meningkat, bayi akan lebih sehat, lebih bijaksana, dan memiliki kepribadian yang lebih baik, karena ASI menyediakan berbagai nutrisi penting untuk perkembangan dan pertumbuhan bayi yang sehat. ASI juga mencakup berbagai nutrisi penting lainnya untuk bayi baru lahir, seperti kolostrum, yang kuat dalam antibodi, mengandung protein untuk daya tahan tubuh, dan efektif menghilangkan sejumlah besar kuman untuk menurunkan angka kematian bayi [2]. ASI termasuk bahan makanan serta enzim spesifik yang berfungsi

sebagai bahan penyerap dan tidak bertentangan dengan enzim gastrointestinal lainnya [4].

Di luar kebersihan diri, kebutuhan paling krusial bagi ibu pasca melahirkan selama masa nifas adalah pemenuhan asupan nutrisi agar dapat mempercepat proses involusi dan membantu menyusui. Spesifisitas protein hewani dimanfaatkan oleh ibu menyusui untuk menghasilkan susu yang dibutuhkan bayinya. Ibu menyusui membutuhkan tambahan 800 kalori dan 20 gram protein setiap hari di samping apa yang seharusnya mereka butuhkan [5]. Ibu membutuhkan lebih banyak protein selama menyusui dari biasanya. Aturan ini didasarkan pada fakta bahwa ASI mengandung 1,2 g protein per 100 cc. Oleh karena itu, 10 gram protein hadir dalam 850 cc ASI. Hanya 70% dari protein makanan yang secara efektif diubah menjadi protein susu.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018 [6] Selain masalah lain, wanita menyusui mungkin juga mengalami masalah dengan produksi susu. Beberapa ibu menyusui menyedihkan produksi ASI yang sedikit atau tidak ada yang mereka alami. Proses pemberian ASI eksklusif akan dipengaruhi oleh masalah pasokan ASI yang rendah, yang harus segera ditangani. Faktanya, tingkat cakupan ASI eksklusif Indonesia sebesar 61,33% telah melampaui target 44% yang ditetapkan dalam Rencana Strategis 2017. Tetapi masih ada lokasi-lokasi tertentu dengan cakupan terbatas, yang dapat disebabkan oleh sejumlah hal, termasuk produksi ASI yang tidak mencukupi. Memanfaatkan obat-obatan herbal konvensional, seperti chamomile dan echinacea, adalah salah satu cara untuk mempercepat produksi dan sekresi ASI [7].

Daun katuk dikategorikan sebagai obat atau zat yang diduga dapat meningkatkan jumlah produksi ASI; Daun katuk juga merupakan jenis tanaman hias; Daun katuk memiliki beragam nutrisi dan senyawa yang berfungsi untuk meningkatkan metabolisme glukosa dalam proses sintesis laktosa, dimana hasil akhirnya diharapkan ASI yang dapat memenuhi kebutuhan bayi; Dan kandungan daun katuk dipercaya mampu meningkatkan sintesis laktosa [8].

Menurut Juliastuti (2019) [9] daun katuk (*saoropus androgynus*) ternyata mengandung hampir 7% protein dan 19% serat kasar, vitamin K, provitamin A, vitamin B dan C, mineral yang dikandung adalah kalsium (2,8%) zat besi, kalium, fosfor dan magnesium. Menurut Santoso [10] Produksi ASI secara efektif dirangsang oleh tingkat protein daun

katuk. Produksi ASI dapat meningkat sebagai akibat dari kemampuan kandungan steroid dan polifenol untuk meningkatkan kadar prolaktin. Menurut penelitian (Nasution, 2021) *galactagogue* yang diduga mampu merangsang peningkatan produksi ASI terdapat pada daun katuk. Selain itu, daun katuk mengandung polifenol dan steroid yang dapat meningkatkan kadar prolaktin. Salah satu hormon yang mempengaruhi sekresi ASI adalah prolaktin.

Menurut studi Media R&D Kes RI yang dipublikasikan di Pusat Studi Nutrifood, konsumsi ekstrak daun katuk meningkatkan produksi ASI hingga 50%. Sterol dan alkaloid yang ditemukan dalam daun katuk, menurut penelitian, dapat meningkatkan produksi ASI. Daun katuk adalah makanan yang bagus untuk dikonsumsi wanita menyusui karena merupakan sumber vitamin A, vitamin B1, vitamin B2, vitamin C, kalsium, zat besi, dan fosfor yang sangat baik. Triananinsy et al. mengklaim bahwa daun Katuk juga mengandung sejumlah bahan kimia alifatik. Tindakan hormonal senyawa estrogenik sterol kimia dianggap bertanggung jawab atas efektivitas daun katuk sebagai penguat produksi ASI.

Penelitian dilakukan oleh Nasution (2021) menyatakan bahwa daun katuk mempunyai pengaruh yang signifikan dalam meningkatkan produksi ASI, khususnya saat pengeluaran ASI yang pertama sekali. Dari pengeluaran ASI ibu postpartum pada kelompok intervensi didominasi oleh intervensi daun kelor sebagian besar responden saat keluarnya ASI pada hari ke 1 yang berjumlah 16 orang (53,3%). Pada kelompok intervensi daun katuk sebagian besar responden saat keluarnya ASI pada hari ke 2 yang berjumlah 15 orang (50,0%) dan kelompok intervensi daun bangun-bangun sebagian besar responden saat keluarnya ASI juga pada hari ke 2 yang berjumlah 13 orang (43,3%). Pada kelompok kontrol secara umum ASI keluar pada hari ke tiga. Hal ini menunjukkan bahwa tanaman herbal dapat meningkatkan dan mempercepat produksi ASI [11].

Hasil observasi awal di PMB HJ. Nani Yuningsih ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023 menemukan bahwa pada minggu pertama setelah melahirkan adalah waktu yang umum bagi ibu postpartum untuk mengeluh tentang memiliki persediaan susu yang sedikit atau tidak memadai. Menggunakan ekstrak daun katuk sebagai terapi untuk meningkatkan produksi ASI adalah salah satu pilihan. Hasil survey pendahuluan yang dilakukan di BPM PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi terhadap 10 ibu nifas didapatkan sebanyak 5 orang ibu mengeluh produksi ASI sedikit. Berdasarkan uraian tersebut, maka tujuan penelitian ini adalah untuk efektivitas konsumsi daun katuk terhadap produksi ASI di PMB HJ. Nani

Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi Tahun 2023.

2. Metode Penelitian

Metode penelitian ini adalah deskriptif pada ibu nifas dalam mengkonsumsi rebusan daun katuk di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb. Penelitian ini berjenis kuantitatif dengan desain pre-experiment yang rancangannya menggunakan the one group pretest-posttest design, karena penelitian ini bertujuan untuk membandingkan hasil pretest dan posttest [12]. Populasi penelitian ini adalah ibu nifas dalam mengkonsumsi rebusan daun katuk di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb. Berjumlah 10 orang ibu nifas. Dalam penelitian ini, peneliti memilih teknik pengambilan menggunakan total sampling. Maka penelitian ini populasi dijadikan sampel penelitian. Pengumpulan data dikumpulkan dengan observasi pada masing-masing responden. Selanjutnya pre-test dan post-test dicatat pada checklist responden. Daun katuk yang digunakan 300 gram, dicampur dengan 1,5 Liter air, direbus selama 15 menit (hingga daun katuk matang/lunak), kemudian disaring. Rebusan daun katuk yang akan diminum oleh ibu sebanyak 150 ml sehari boleh pagi/sore atau malam. Pada pretest ibu nifas belum diberi rebusan daun katuk, pada tahap posttest dilakukan selama 7 hari berturut-pemberian rebusan daun katuk. Setelah didapatkan hasil selama 7 hari terdapat hasil produksi ASI ibu nifas.

3. Hasil dan Pembahasan

Produksi ASI pada ibu nifas Sebelum pemberian ekstrak daun katuk di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023

Tabel 1 Produksi ASI pada ibu nifas sebelum pemberian ekstrak daun katuk

Sebelum pemberian ekstrak daun katuk	Frekuensi	Presentase
ASI Kurang	5	50
ASI Cukup	5	50
ASI Banyak	0	0
Total	10	100

Berdasarkan tabel 1 di atas terlihat bahwa dari 10 responden di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023, maka didapatkan data produksi ASI pada ibu nifas Sebelum pemberian ekstrak daun dimana ASI kurang sebanyak 5 ibu nifas (50%) dan ASI cukup sebanyak 5 ibu nifas (50%). Produksi ASI kurang merupakan kesulitan bayi dalam mengisap, keadaan puting susu ibu yang tidak mendukung ibu bekerja [13].

Produksi ASI pada ibu nifas Sesudah pemberian ekstrak daun katuk di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023

Tabel 2 Produksi ASI pada ibu nifas sesudah pemberian ekstrak daun katuk

Sebelum pemberian ekstrak daun katuk	Frekuensi	Presentase
ASI Kurang	0	0
ASI Cukup	4	40
ASI Banyak	6	60
Total	10	100

Berdasarkan tabel 2 di atas terlihat bahwa dari 10 responden di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023, maka didapatkan data produksi ASI pada ibu nifas setelah pemberian ekstrak daun katuk dimana ASI cukup sebanyak 4 ibu nifas (40%) dan ASI banyak sebanyak 6 ibu nifas (60%). Menurut Rahmadani dkk 2020 Grafik perkembangan bayi berdasarkan grafik pertumbuhan pada Kartu Menuju Kesehatan (KMS), serta kenaikan berat badan bayi setiap bulan, keduanya digunakan untuk menentukan cukup atau tidaknya pasokan ASI. Dengan menggunakan KMS, dimungkinkan untuk melihat, mengukur secara langsung, dan melacak perkembangan bayi sepanjang bulan sebelumnya untuk menentukan apakah produksi ASI cukup.

Hubungan pemberian ekstrak daun katuk terhadap Produksi ASI pada ibu nifas di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023

Analisis bivariat dilakukan untuk menganalisis pengaruh pemberian ekstrak daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023 menggunakan uji *paired sampel t-test*.

Tabel 3 Hasil Uji *Paired Sampel T-Test*

Uji	N	Mean
Pretest	10	1.50
Posttest	10	2.60

Berdasarkan Tabel 3 dapat dijelaskan bahwa hasil pemberian ekstrak daun katuk sebelum diberikan perlakuan pada kelompok intervensi diperoleh nilai rata rata *pretest* 1,50 menjadi nilai rata-rata *posttest* pemberian ekstrak daun katuk terhadap produksi ASI 2.60 sesudah diberikan rebusan daun katuk terhadap 10 responden. Karena nilai rata-rata hasil belajar pada Pre Test 1,50 < Post Test 2,60, maka itu artinya secara deskriptif ada perbedaan rata-rata produksi ASI antara PreTest dengan hasil PosTest.

Tabel 4 Hasil Signifikasi Produksi ASI pada ibu nifas

	t	Sig. (2-tailed)
Pretest - Posttest	-6.128	0.000

Ekstrak daun katuk terhadap produksi ASI dengan sig. (2-tailed) lebih kecil dari 0,05 ($0,000 \leq 0,05$) dan thitung \geq ttabel ($6,128 \geq 2,262$), artinya terdapat perbedaan produksi ASI sebelum diberikan dan

setelah diberikan ekstrak daun katuk pada ibu nifas. Dari hasil uji ini disimpulkan bahwa ada peningkatan pemberian rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023.

Produksi ASI pada ibu nifas Sebelum pemberian ekstrak daun katuk

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa produksi ASI pada ibu nifas sebelum pemberian ekstrak daun katuk di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023 terdapat setengah produksi ASInya kurang yaitu 5 responden (50%) dan ASI cukup sebanyak 5 responden (50%). Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI yaitu stress, kurangnya pengalaman, dan kurang teknik menyusui.

Produksi ASI dapat dipengaruhi oleh stres. Ibu yang enggan menyusui anaknya karena masih kelelahan dan takut bergerak, terutama ibu pasca melahirkan yang masih menggunakan infus dan kateter, mengalami kelancaran ASI. Hal ini disebabkan oleh sejumlah faktor, termasuk kecenderungan ibu untuk fokus pada diri mereka sendiri dan merasa seperti mereka membawa beban berat, yang terbukti pada semua orang yang merawat anak mereka [14].

Ibu pertama kali biasanya kurang memiliki pemahaman dan keahlian dalam hal menyusui. Selain itu, ada perbedaan yang signifikan dalam persiapan psikologis antara multipara (wanita yang telah melahirkan lebih dari sekali) dan primipara (wanita yang baru saja melahirkan anak). Seorang individu primipara lebih mungkin mengalami kecemasan dan ketidakstabilan, dan kondisi psikologis ini akan mempengaruhi hormon yang bertanggung jawab untuk memproduksi susu [15].

Menurut Astutik [16], Saat menyusui, dahi bayi harus menempel pada payudara ibu karena jika dahi bayi tidak menempel pada payudara ibu, bayi hanya bisa mengisap sebagian puting. Teknik menyusui yang salah dapat menyebabkan puting susu melepuh dan ASI tidak keluar secara optimal, yang dapat mempengaruhi produksi ASI selanjutnya atau bayi enggan menyusui. Menurut Roesli [17] Kemudahan bayi mengisap ASI secara signifikan dipengaruhi oleh praktik menyusui. Stimulasi produksi ASI kemudian akan dipengaruhi oleh hisapan bayi, meskipun seringkali ibu kurang mengetahui tentang manfaat ASI dan metode menyusui yang tepat.

Berdasarkan hipotesis para peneliti bahwa ekstrak daun katuk sebelumnya memiliki dampak signifikan terhadap kemampuan ibu nifas dalam memproduksi susu. Kapasitas seorang wanita untuk menyusui secara eksklusif tidak lagi ideal karena penurunan fungsi organ reproduksi seperti payudara since the

reproductive organs are weak and not optimal in exclusive breastfeeding.

Produksi ASI pada ibu nifas Sesudah pemberian ekstrak daun katuk

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa produksi ASI pada ibu nifas sebelum pemberian ekstrak daun katuk di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023 data terbanyak produksi ASInya banyak yakni 9 responden (90%). Dengan adanya senyawa sesquiterna, daun katuk memiliki manfaat mempromosikan produksi ASI. Daun katuk juga membantu dengan frambusia, sabelit, bisul, dan sebagai warna alami selain melepaskan ASI. Alkaloid dan sterol yang ditemukan dalam daun katuk memiliki potensi untuk meningkatkan produksi susu dengan meningkatkan sintesis laktosa dan metabolisme glukosa, masing-masing [18].

Adanya polifenol dalam daun katuk dan steroid yang mempengaruhi refleksi prolaktin, merangsang alveoli untuk membuat ASI, dan mengaktifkan hormon oksitosin untuk meningkatkan aliran dan produksi ASI, banyak responden memiliki banyak ASI setelah pemberian ekstrak daun katuk. Selain itu, bahan kimia alifatik hadir dalam daun katuk. Menurut beberapa teori, tindakan hormonal komponen sterol estrogenik inilah yang memberi katuk daun efektivitasnya sebagai pendorong produksi ASI. Selain itu, bahan kimia alifatik hadir dalam daun katuk. Tindakan hormonal senyawa estrogenik sterol kimia dianggap bertanggung jawab atas efektivitas daun katuk sebagai penguat produksi ASI [19].

Peningkatan produksi ASI responden adalah hasil dari kandungan protein, kalium, fosfat, zat besi, vitamin A, dan vitamin B1 dan vitamin C daun katuk yang tinggi. Ada 239 mg vitamin C dalam 100 gram daun katuk, yang jauh lebih dari cukup untuk memenuhi kebutuhan ibu menyusui. Karena adanya asam sesquiterpine, daun katuk bermanfaat untuk memfasilitasi ASI. Daun katuk berlimpah mineral, protein, lemak, dan vitamin A, B, dan C, serta tanin, saponin, dan alkaloid papaverine. Alkaloid dan sterol yang ditemukan dalam daun katuk memiliki potensi untuk meningkatkan produksi susu dengan meningkatkan sintesis laktosa dan metabolisme glukosa, masing-masing [10].

Berdasarkan pengamatan, diketahui bahwa ketika daun katuk dimasak dalam air, produksi susunya naik. Para peneliti dengan demikian dapat menarik kesimpulan bahwa ini adalah salah satu metode untuk meningkatkan produksi susu sehat yang tidak membahayakan bayi baru lahir. Agar anak yang disusunya menerima rebusan air daun katuk yang bermanfaat bagi tumbuh kembang bayi sendiri, ibu menyusui wajib melakukannya. Hipotesis para peneliti bahwa alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid,

dan senyawa lain dalam ekstrak daun katuk memiliki kapasitas untuk mengaktifkan hormon oksitosin dan prolaktin paling efisien dalam meningkatkan dan mempromosikan produksi ASI.

Efektivitas pemberian ekstrak daun katuk terhadap Produksi ASI pada ibu nifas

Hasil uji *paired sampel t-test* menunjukkan nilai $p = 0,024 \leq 0,05$, hal ini berarti H_0 ditolak H_a diterima artinya ada pengaruh pemberian ekstrak daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023. Sejalan dengan penelitian [20] bahwa mengkonsumsi ekstrak daun katuk berdampak pada seberapa banyak ibu pasca melahirkan menghabiskan waktu memproduksi ASI. Pada Praktik Bidan Lasmaria tahun 2022, dikumpulkan data produksi ASI setelah pemberian ekstrak daun katuk dari 18 responden dan 7 minoritas tidak lancar. untuk memberikan anak-anak enam bulan ASI eksklusif tanpa penambahan menyusui tambahan atau susu formula.

Menurut penelitian tentang rebusan daun katuk, ekstrak daun katuk dapat secara efektif memenuhi kebutuhan bayi akan ASI yang cukup karena mempengaruhi seberapa banyak ASI yang dihasilkan, yang berarti diharapkan dapat memenuhi kebutuhan bayi akan ASI dan berdampak pada berat badan bayi [9].

Ibu belum mengembangkan keterampilan yang diperlukan untuk menyusui anak-anak mereka dari kehamilan pertama ini atau tahap awal menyusui. Ini akan lebih mudah untuk menyusui dalam persalinan berturut-turut untuk ibu multipara daripada bagi mereka yang telah menyusui pada kehamilan sebelumnya. Ibu yang memiliki dua anak atau lebih terbiasa menyusui dan merawat anak-anak mereka. Karena dia berhasil menyusui anak pertamanya, sang ibu lebih yakin bahwa dia akan dapat melakukan hal yang sama dengan anak-anak berikutnya. Karena keyakinan diri ibu ini, aliran ASI difasilitasi oleh hormon oksitosin [21].

Mirip dengan ini, ibu dengan tingkat pendidikan rendah tidak menyusui secara eksklusif. Tingkat pendidikan seseorang mempengaruhi bagaimana mereka bereaksi terhadap rangsangan eksternal. Jelas bahwa kesehatan seseorang meningkat dengan lebih banyak pendidikan, sementara sebaliknya juga benar: kesehatan menurun dengan pendidikan yang lebih rendah.

Hal ini sejalan dengan premis bahwa perawatan payudara melibatkan gerakan, yang membantu meningkatkan volume ASI dan pelepasan ASI yang lancar. Pasokan ASI dapat dipengaruhi oleh sejumlah faktor, termasuk diet, frekuensi menyusui, usia kehamilan saat melahirkan, berat lahir, stres,

penyakit akut, merokok, dan penggunaan pil kontrasepsi. Ibu rumah tangga yang bekerja lebih sedikit akan memiliki lebih banyak waktu untuk diri mereka sendiri, mengalami lebih sedikit stres, makan makanan yang lebih baik, dan menyusui anak-anak mereka lebih sering.

Asumsi peneliti menyatakan bahwa mengonsumsi rebusan daun katuk selama seminggu akan membantu produksi ASI karena bahan yang dikandungnya. Selain itu, unsur dari pola makan ibu, frekuensi menyusui sesuai dengan permintaan bayi, ketenangan pikiran dan jiwa, serta penggunaan kontrasepsi bebas hormon. Tindakan fisiologis ekstrak daun katuk mengandung antioksidan dalam tubuh manusia, sehingga dapat meningkatkan produksi ASI. Ekstrak daun katuk sangat efisien dalam meningkatkan produksi ASI.

4. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa produksi ASI pada ibu nifas sebelum pemberian ekstrak daun katuk di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023 paling banyak produksi ASInya kurang yakni 50 responden (50%). Produksi ASI pada ibu nifas sesudah pemberian ekstrak daun katuk di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023 data terbanyak produksi ASInya banyak yakni 9 responden (90%). Hasil uji *paired sampel t-test* menunjukkan nilai $p = 0,024 < \alpha = 0,05$, hal ini berarti H_0 ditolak H_a diterima artinya ada pengaruh pemberian ekstrak daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas di PMB HJ. Nani Yuningsih, ST.r. Keb Babelan Kabupaten Bekasi tahun 2023.

Daftar Rujukan

- [1] S. Suyanti and K. Anggraeni, "Efektivitas Daun Katuk Terhadap Kecukupan Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui Di Bidan Praktek Mandiri (Bpm) Bd. Hj. Iin Solihah, S.St., Kabupaten Majalengka," *J. Midwifery Care*, vol. 1, no. 1, pp. 1–10, 2020, doi: 10.34305/jmc.v1i1.190.
- [2] P. Yolanda, W. Indah Purnama Eka Sari, and K. Kurniyati, "Pengaruh Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kecukupan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum," *J. Midwifery Sci. Women's Heal.*, vol. 2, no. 2, pp. 80–85, 2022, doi: 10.36082/jmswh.v2i2.569.
- [3] I. Selviana, "Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk (Sauropus Androgynus) terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Desa Kwala Simame Kecamatan Namorambe Kabupaten Deli Serdang Tahun 2021," *J. Kebidanan*, vol. 2, no. April, pp. 1–4, 2022.
- [4] K. Sagala, R. Choirunissa, and S. Syamsiah, "Efektivitas Pemberian Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Abstrak," vol. 14, no. 1, pp. 117–126, 2022.
- [5] D. Winatasari and A. Mufidaturrosida, "Hubungan Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Asupan Nutrisi Protein Dengan Produksi ASI," *J. Kebidanan*, vol. XII, no. 02, pp. 202–216, 2020.
- [6] Handayani, S. Pratamaningtyas, A. A. N. Ramadhian, and I. K. Nugrahaeni, "Konsumsi Kedelai, Kurma, Dan Daun Katuk Untuk Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui," *Midwifery Care J.*, vol. 3, no. 2, 2022, doi: 10.31983/micajo.v3i2.8154.
- [7] S. Mawaddah and N. Karlawaty, "Effectiveness Of Katuk Leaf Tea On Asi Production On Postpartum Mother Day 4-7," *J. Surya Med.*, vol. 6, no. 2, pp. 167–171, 2021.
- [8] S. N. F. Niah and N. Soraya, "Efektifitas Pemberian Daun Katuk Terhadap Produksi ASI Ibu Post," vol. 6, pp. 16046–16049, 2022.
- [9] Juliastuti, "Efektivitas Daun Katuk (Sauropus Androgynus) Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui di Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar," *Indones. J. Heal. Sci.*, vol. 3, no. 1, pp. 1–5, 2019.
- [10] M. W. Dolang, F. P. . Wattimena, E. Kiriwenno, S. Cahyawati, and S. Sillehu, "Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas," *JUMANTIK (Jurnal Ilm. Penelit. Kesehatan)*, vol. 6, no. 3, p. 256, 2021, doi: 10.30829/jumantik.v6i3.9570.
- [11] S. S. Nasution, *Perawatan Ibu Nipas, Dengan Meningkatkan Produksi ASI Melalui Konsumsi Tanaman Herbal (Daun Katuk, Daun Kelor Daun Bangun-Bangun)*. Jawa Tengah: Pena Persada, 2021.
- [12] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta, 2018.
- [13] R. Sabriana, R. Riyandani, R. Wahyuni, and A. Akib, "Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Pemberian ASI Eksklusif," *J. Ilm. Kesehat. Sandi Husada*, vol. 11, pp. 201–207, 2022, doi: 10.35816/jiskh.v11i1.738.
- [14] R. Amalia, "Hubungan Stres Dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui Pasca Persalinan di RSI A.Yani Surabaya," *J. Heal. Sci.*, vol. 9, no. 1, pp. 12–16, 2018, doi: 10.33086/jhs.v9i1.178.
- [15] I. Permatasari and U. L. Qomar, "Penerapan Pemberian Olahan Jantung Pisang untuk Kelancaran Produksi ASI di PMB Siti Isti'anatul Amd., Keb.," *Proceeding of The URECOL*, pp. 398–406, 2019.
- [16] N. Oriza, "Faktor Yang Mempengaruhi Bendungan Asi Pada Ibu Nifas," *Nurs. Arts*, vol. 13, no. 1, pp. 29–40, 2019, doi: 10.36741/jna.v13i1.86.
- [17] R. Subekti, "Teknik Menyusui yang Benar di Desa Wanaraja, Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara," *J. Penelit. dan Pengabd. Kpd. Masy. UNSIQ*, vol. 6, no. 1, pp. 45–49, 2019, doi: 10.32699/ppkm.v6i1.550.
- [18] S. Rahmanisa and T. Aulianova, "Efektivitas Ekstraksi Alkaloid dan Sterol Daun Katuk (Sauropus androgynus) terhadap Produksi ASI," *Med. J. Lampung Univ.*, vol. 5, no. 1, pp. 117–121, 2016.
- [19] N. Triananinsi, Z. Andryani, YunI, and F. Basri, "Hubungan Pemberian Sayur Daun Katuk Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Multipara Di Puskesmas Caille The Correlation of Giving Sauropus Androgynus Leaves To The Smoothness of Breast Milk In Multiparous Mother At Caille Community Health Centers," *J. Healthc.*, vol. 6, no. 1, pp. 12–20, 2020, [Online]. Available: <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/3585>.
- [20] V. F. Silaban, A. G. Panjaitan, A. R. Yanti, A. Pohan, and D. H. Tampubolon, "Efektivitas Pemberian Ekstrak Daun Katuk Terhadap Produksi Air Susu Ibu Di Praktik Bidan Lasmaria Batangkuis," *Manuju Malahayati Nurs. J.*, vol. 5, no. 5, pp. 1–23, 2023.
- [21] H. Apreliasari and Risnawati, "Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Peningkatan Produksi ASI," *J. Ilm. Kesehat. Ar-Rum Salatiga*, vol. 5, pp. 25–29, 2017, doi: 10.36409/jika.v5i1.103.