

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN EKSTRAK DAUN KATUK TERHADAP PRODUKSI AIR
SUSU IBU DI PRAKTIK BIDAN LASMARIA BATANGKUIS****Verawaty Fitrinelda Silaban^{1*}, Apri Gita Panjaitan², Annyda Riska Yanti³,
Arbania Pohan⁴, Dewi H Tampubolon⁵**¹⁻⁵Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Prima Indonesia

E-mail Korespondensi: verawatyfitrineldasilaban@unprimdn.ac.id

Disubmit: 03 Desember 2022

Diterima: 04 Februari 2023

Diterbitkan: 01 Mei 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i5.8577>**ABSTRACT**

*World Health Organization (WHO) in 2016 shows that the rate of exclusive breastfeeding in the world is around 38% on average, while the WHO target reaches 50%. Problems that occur during the puerperium for 2 hours after delivery are one of the inconveniences of breastfeeding for mothers. Katuk leaves (*Sauropus ansrogynus*) has been shown to have pharmacological properties as an antibacterial, anti-inflammatory, anti-anemia and can increase milk production in postpartum mothers. The difference in activity is due to the presence of katuk which has various kinds of compounds which have their own role in pharmacological activity. The purpose of this study was to determine the effectiveness of giving katuk leaf extract on breast milk production at the Lasmaria Batangkuis Midwife Practice using a quasi-experimental and a non-equivalent control group design. The experimental sample group (consumption of katuk leaf extract) was 25 people and the control group was 25 people. Data collection methods use primary and secondary data as well as univariate and bivariate data analysis. statistic t-test showed that in the experimental group it was found that sig (2-tailed) was $0.000 < 0.05$, so it can be concluded that there was an effect of consumption of katuk leaf extract on the production of breast milk in postpartum mothers. It is hoped that this research can increase the knowledge and understanding of health workers and the public, especially breastfeeding mothers, to consume katuk leaf extract regularly so that breast milk remains smooth and the baby's nutritional needs are met. So that babies get exclusive breastfeeding for 6 months without being given additional complementary breast milk or formula milk.*

Keywords: *Katuk Leaf Extract, Breast Milk Production***ABSTRAK**

*World Health Organization (WHO) tahun 2016 menunjukkan angka pemberian ASI eksklusif di dunia rata-rata berkisar 38% sedangkan target WHO mencapai 50%. Masalah yang terjadi pada saat masa nifas selama 2 jam setelah melahirkan merupakan salah satu ketidaknyamanan menyusui pada ibu. Daun katuk (*Sauropus ansrogynus*) terbukti memiliki khasiat farmakologi sebagai antibakteri, antiinflamasi, antianemia dan dapat memperbanyak produksi ASI pada ibu nifas. Perbedaan aktivitas itu karena adanya kandungan katuk yang*

memiliki berbagai macam kandungan senyawa yang memiliki peran tersendiri terhadap aktivitas farmakologi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pemberian ekstrak daun katuk terhadap produksi Air Susu Ibu di Praktik Bidan Lasmaria Batangkuis dengan menggunakan metode *quasi eksperimen* dan desain *non equivalent control group design*. Kelompok sampel eksperimen (konsumsi ekstrak daun katuk) berjumlah 25 orang dan kelompok kontrol berjumlah 25 orang. Metode pengumpulan data menggunakan data primer dan sekunder serta analisa data univariat dan bivariat. Hasil uji statistik *t test* menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen didapatkan bahwa *sig (2-tailed)* adalah $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada pengaruh konsumsi ekstrak daun katuk terhadap pengeluaran produksi Air Susu Ibu pada ibu nifas. Diharapkan penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tenaga kesehatan dan masyarakat, terutama pada ibu menyusui untuk mengkonsumsi Ekstrak daun katuk secara teratur sehingga ASI tetap lancar dan kebutuhan gizi bayi terpenuhi. Agar bayi mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan tanpa diberi tambahan pendamping ASI atau susu formula.

Kata Kunci: Ekstrak Daun Katuk, Produksi ASI

PENDAHULUAN

Masalah yang terjadi pada saat masa nifas selama 2 jam setelah melahirkan merupakan salah satu ketidaknyamanan menyusui pada ibu. Masalah yang timbul seperti trauma saat menyusui, gangguan psikologis, peningkatan morbiditas pada ibu dan bayi karena ASI yang tidak mencukupi (Zhuliyani, Aditya R dkk., 2021). Di negara berkembang kematian bayi masih tinggi. UNICEF menunjukkan data ada 30.000 kematian bayi di Indonesia dan 10 juta kematian anak balita setiap tahun di dunia. Seharusnya masalah ini dapat dicegah dengan cara pada enam bulan pertama kehidupan bayi diberi ASI eksklusif (Situmorang & Br.Singarimbun, 2019).

Pelaksanaan inisiasi menyusui dini yang dilakukan secara eksklusif dapat membangun antibodi pada anak sehingga terlindung dari berbagai penyakit yang membahayakan kehidupannya seperti diare dan pneumonia. Terbukti bahwa anak yang mendapatkan ASI pada tes inteligensi memperlihatkan hasil yang lebih baik, dan terhindar dari

obesitas atau kelebihan berat badan lebih kecil serta kerentanan terjadi diabetes saat dewasa nanti lebih rendah. Terjadinya angka peningkatan pada ibu menyusui secara global sangat berdampak menyelamatkan nyawa anak usia balita lebih dari 820.000 dan mencegah penambahan kanker payudara sebanyak 20.000 kasus setiap tahun pada wanita (WHO, 2020).

Data Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2016 menunjukkan angka pemberian ASI eksklusif di dunia rata-rata berkisar 38% sedangkan target WHO mencapai 50% (IBI, 2018). Berdasarkan laporan *Breastfeeding Advocacy Initiative* tahun 2020, pemberian ASI eksklusif dari berbagai wilayah dunia sebesar Asia Selatan 47%, Amerika Tengah dan Karibia 32%, Afrika Barat dan Tengah 25%, Asia Timur dan Pasifik 30%, Asia Tenggara 51%, di negara-negara berkembang 46% dan dari seluruh dunia 38%. Sedangkan Asia Tenggara pemberian ASI eksklusif masih beragam dari berbagai daerah. Beberapa negara di Asia Tenggara menunjukkan data

prevalensi pemberian ASI yaitu Thailand sebesar 23,1% pada tahun 2015, Myanmar sebesar 51,2% pada tahun 2015, dan Timor Leste 50,2% pada tahun 2016 (Bakri, Sarah F. M dkk., 2022).

Data Profil Kesehatan Indonesia pada tahun 2020, mendapat cakupan bayi ASI eksklusif sebesar 66,06%. Angka ini sudah melebihi target Renstra sebesar 40%. Tetapi terdapat dua provinsi yang tidak memenuhi target yaitu Papua Barat 34,0% dan Maluku 37,2%. Dan cakupan ASI Eksklusif Sumatera yaitu Sumatera Utara 44,9%, Sumatera Barat 77,6%, Sumatera Selatan 51,6% (KEMENKES, 2020). Data Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun 2019 dari 186.460 bayi usia <6 bulan, dilaporkan hanya 75.820 bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif 40,66%, cakupan ini sangat jauh dari target yang ditentukan yaitu sebesar 53%. Cakupan ASI eksklusif yang tertinggi diketahui ada 3 Kabupaten/Kota yaitu Samosir 69,05%, Sibolga 72,12%, dan Nias Utara 84,28%. Sedangkan cakupan ASI eksklusif yang terendah diketahui ada 3 Kabupaten/Kota yaitu Nias 17,62%, Serdang Bedagai 16,20% dan Nias Barat 11,96%. Kemudian capaian ASI Eksklusif Kabupaten Deli Serdang adalah 47,26% masih jauh dari target yang ditentukan (DINKES SUMUT, 2019).

Menurut Direktorat Gizi Masyarakat, Kemenkes RI lebih dari 823.000 kematian anak dan 20.000 kematian ibu setiap tahun dapat dicegah secara optimal dengan menyusui. Target *World Health Assembly* (WHA) pada tahun 2025 dapat tercapai dengan membutuhkan kerja sama untuk mencapai minimal 50% ASI eksklusif selama 6 bulan. Hambatan untuk dapat menyusui secara optimal sangat banyak, tantangan terbesar

yaitu dukungan bagi orangtua di tempat bekerja yang sangat kurang dan tidak ramah lingkungan (Kementerian Kesehatan RI, 2021). *International Baby Food Action Network* (IBFAN) 2014, Indonesia mengikuti penilaian status kebijakan dan program pemberian makan bayi dan anak dan mengumpulkan data bahwa Indonesia berada di peringkat ke tiga terbawah dari 51 negara di dunia (IBI, 2018).

Pemerintah mengeluarkan banyak kebijakan tentang ASI eksklusif seperti ibu secara penuh didukung dengan menyediakan waktu dan fasilitas khusus selama pemberian ASI dan pihak keluarga, Pemerintah daerah dan masyarakat ikut serta mendukung kebijakan tersebut. Hal tersebut menunjukkan bahwa ibu menyusui dilindungi oleh Pemerintah dan memberikan sanksi baik pidana maupun denda bagi pihak yang melanggar. Tentang kebijakan pemberian ASI, dukungan sudah diberikan Pemerintah kepada ibu untuk memberikan ASI terkait peraturan, akan tetapi pelaksanaannya masih tidak berjalan dengan optimal dikarenakan tidak semua daerah menjalankan peraturan yang dikeluarkan oleh pusat (Safitri & Puspitasari, 2018).

Menurut Puput Yolanda, dkk dalam Triananingsi, dkk bahwa ASI dapat diperbanyak dengan menggunakan cara meningkatkan kualitas makanan yang dapat langsung berpengaruh terhadap produksi air susu seperti sayur-sayuran hijau contohnya daun katuk. Daun katuk mempunyai efek positif untuk meningkatkan produksi ASI ibu menyusui. Berdasarkan kebenaran teori daun katuk mengandung beberapa senyawa alifatik. Polifenol dan steroid berperan dalam reflex prolactin

atau merangsang alveoli untuk memproduksi ASI dan merangsang hormon oksitosin untuk memacu pengeluaran dan pengaliran ASI (Yolanda, Sari, & Kurniyati, 2022).

Menurut Haryati Astuti (2020) yang melakukan penelitian terhadap jantung pisang dan daun katuk diperoleh hasil bahwa produksi ASI yang efektif adalah sayur daun katuk (92,9%) dan produksi ASI jantung pisang (64,3%). Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji independen t test ada efek daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas (Nasution, 2018). Lalu hasil uji *chy square* menunjukkan bahwa mengkonsumsi daun katuk memiliki peluang 15 kali lipat untuk memproduksi ASI dengan lancar (Andriyani et al., 2021). Dan hasil penelitian dengan menggunakan uji *man whytney* didapatkan bahwa ada pengaruh konsumsi air rebusan daun katuk terhadap pengeluaran produksi ASI (Situmorang & Br.Singarimbun, 2019).

Dari penelitian yang dilakukan Rosdianah dan Irmawati dengan uji independent terdapat bahwa ekstrak daun katuk ada pengaruh terhadap pengeluaran Air Susu Ibu (Rosdianah & Irmawati S, 2021). Kemudian penelitian yang dilakukan Puput Yolanda, dkk (2022) dengan menggunakan uji *paired* menunjukkan terdapat pengaruh ekstrak daun katuk terhadap Kecukupan Produksi ASI sehingga dapat meningkatkan cakupan ASI Eksklusif (Yolanda, Sari, & Kurniyati, 2022).

Berdasarkan latar belakang diatas maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Efektivitas Pemberian Ekstrak Daun Katuk Terhadap Produksi Air Susu Ibu di Praktik Bidan Lasmaria Batangkuis”.

Dalam penelitian Anwar dan Nurelilasari menyatakan hasil uji skrining fitokimia menunjukkan bahwa ekstrak etanol 90% daun katuk positif terdapat senyawa golongan *saponin, glikosida, alkaloid, triterpenoid, dan flavonoid* (Syahadat & Siregar, 2020). Lalu pada penelitian Tiara dan Muchtaridi daun katuk (*Sauropus ansrogyrus*) terbukti memiliki khasiat farmakologi sebagai antibakteri, antiinflamasi, antianemia dan dapat memperbanyak produksi ASI pada ibu nifas. Perbedaan aktivitas itu karena adanya kandungan katuk yang memiliki berbagai macam kandungan senyawa yang memiliki peran tersendiri terhadap aktivitas farmakologi (Tiara & Muchtaridi, 2018).

Hasil survei awal yang dilakukan di Praktik Bidan Lasmaria Desa Sidodadi Kecamatan Batangkuis Kabupaten Deli Serdang bulan Mei 2022, diperoleh data sebanyak 12 orang ibu post partum dan diantaranya mengalami masalah dengan ASI. Pemberian ASI secara Eksklusif sangat penting, tidak hanya bagi kehidupan bayi saja tetapi sangat bermanfaat bagi ibu, keluarga bahkan Negara. Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi tingkat pemberian ASI Eksklusif bagi ibu menyusui. Oleh sebab itu peneliti ingin meneliti Efektivitas Pemberian Ekstrak Daun Katuk Terhadap Produksi Air Susu Ibu di Praktik Bidan Lasmaria.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian menggunakan metode *Quasi Experimen*. Dan desain penelitian ini adalah *Non Equivalent Control Group Design* dimana pengambilan kelompok dilakukan perbandingan terhadap kelompok eksperimen yaitu

kelompok ibu yang mengkonsumsi ekstrak daun katuk dan kelompok Penelitian ini sudah dilakukan di Praktik Bidan Lasmaria. Waktu penelitian sudah dilakukan pada bulan Agustus - Oktober tahun 2022.

Alat ukur yang digunakan penelitian ini menggunakan lembar observasi berupa lembar centang pengkonsumsian ekstrak daun katuk yang dikonsumsi oleh ibu.

Adapun langkah-langkah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kuesioner yang berisi data karakteristik ibu yang meliputi umur, paritas, pendidikan, dan pekerjaan.
2. Pemberian ekstrak daun katuk yang direbus sebanyak 300 gram

kontrol yaitu ibu yang tidak mengkonsumsi ekstrak daun katuk. dicampur dengan 1,5 liter air kemudian direbus selama 15 menit (hingga daun katuk matang atau lunak) lalu disaring. Dan air rebusannya diminum oleh ibu 3 x 150 ml sehari diberikan selama 14 hari.

3. Penilaian produksi Air Susu Ibu diketahui volume ASI payudara dipompa sampai tidak ada ASI yang keluar kemudian diukur menggunakan botol susu. ASI yang lancar akan menghasilkan >800ml/hari sedangkan ASI yang tidak lancar akan menghasilkan <800ml/hari.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Paritas, Pendidikan, Pekerjaan di Praktik Bidan Lasmaria Batangkuis

NO	Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Umur		
	<20 Tahun	3	6,0
	20-30 Tahun	35	70,0
	>30 Tahun	12	24,0
	Total	50	100
2	Paritas		
	Primipara	18	36,0
	Secundipara	16	32,0
	Multipara	12	24,0
	Grandemultipara	4	8,0
	Total	50	100
3	Pendidikan		
	SD	4	8,0
	SMP	12	24,0
	SMA/SMK	30	60,0
	Amd	1	2,0
	S1	3	6,0
	Total	50	100
4	Pekerjaan		
	Wiraswasta	8	16,0
	IRT	42	84,0
	Total	50	100

Berdasarkan Tabel 1 karakteristik responden menurut umur didapatkan bahwa mayoritas berusia 20-30 tahun sebanyak 35 responden (70,0%) dan minoritas berusia <20 tahun sebanyak 3 responden (6,0%), berdasarkan jumlah anak mayoritas primipara sebanyak 18 responden (36,0%) dan minoritas grandemultipara sebanyak

4 responden (8,0%), berdasarkan pendidikan mayoritas berpendidikan SMA/SMK sebanyak 30 responden (60,0%) dan minoritas berpendidikan AMd sebanyak 1 responden (2,0%), berdasarkan pekerjaan mayoritas IRT (ibu rumah tangga) sebanyak 42 responden (84,0%) dan minoritas 8 responden (16,0%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Produksi Air Susu Ibu Sebelum Pemberian Ekstrak Daun Katuk di Praktik Bidan Lasmaria Batangkuis Tahun 2022

Produksi Air Susu Ibu	Sebelum			
	Eksperimen		Kontrol	
	(f)	(%)	(f)	(%)
Lancar	5	20,0	4	16,0
Tidak Lancar	20	80,0	21	84,0
Total	25	100	25	100

Berdasarkan Tabel 3.2 dapat dilihat bahwa Produksi Air Susu Ibu sebelum diberi perlakuan pada kelompok eksperimen yaitu lancar sebanyak 5 responden (20%) dan

tidak lancar sebanyak 20 responden (80%), kelompok kontrol yaitu lancar sebanyak 4 responden (16%) dan tidak lancar sebanyak 21 responden (84%).

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Produksi Air Susu Ibu Sesudah Pemberian Ekstrak Daun Katuk di Praktik Bidan Lasmaria Batangkuis Tahun 2022

Produksi Air Susu Ibu	Sesudah			
	Eksperimen		Kontrol	
	(f)	(%)	(f)	(%)
Lancar	18	72,0	7	28,0
Tidak Lancar	7	28,0	18	72,0
Total	25	100	25	100

Berdasarkan Tabel 3.3 dapat dilihat bahwa Produksi Air Susu Ibu sesudah diberi perlakuan pada kelompok eksperimen yaitu lancar sebanyak 18 responden (72%) dan

tidak lancar sebanyak 7 responden (28%), kelompok kontrol yaitu lancar sebanyak 7 responden (28%) dan tidak lancar sebanyak 18 responden (72%).

Tabel 4 Hasil Uji T Test Produksi Air Susu Ibu Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol di Praktik Bidan Lasmaria Batangkuis

Produksi Air Susu Ibu		Mean	SD	t	Sig (2-tailed)
Kelompok Eksperimen	Sebelum	1,80	0,408	5,099	0,000
	Sesudah	1,28	0,458		
Kelompok Kontrol	Sebelum	1,84	0,374	1,365	0,185
	Sesudah	1,72	0,458		

Berdasarkan Tabel 3.4 dapat dilihat bahwa hasil pengukuran produksi Air Susu Ibu sebelum diberikan perlakuan pada kelompok eksperimen diperoleh nilai rata-rata 1,80 menjadi nilai rata-rata 1,28 sesudah diberi perlakuan. Hasil uji

statistik didapatkan bahwa *sig* (2-tailed) yaitu $0,000 < 0,05$, maka disimpulkan ada pengaruh ekstrak daun kaktuk terhadap kelancaran produksi Air Susu Ibu pada ibu nifas di Praktik Bidan Lasmaria Tahun 2022.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian tentang pemberian ekstrak daun katuk terhadap produksi Air Susu Ibu di Praktik Bidan Lasmaria Batangkuis Tahun 2022 dengan jumlah 50 responden ibu nifas. Dalam penelitian ini terdiri dari dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dengan 25 responden dan kelompok kontrol dengan 25 responden ibu nifas. Berdasarkan tabel 3.3 dapat dilihat bahwa mayoritas produksi Air Susu Ibu lancar pada kelompok eksperimen yaitu 18 responden dan pada kelompok kontrol 7 responden. Produksi Air Susu ibu tidak lancar pada kelompok eksperimen yaitu 7 responden dan pada kelompok kontrol 18 responden.

Kebutuhan bayi pada awal kehidupannya sangat membutuhkan ASI (air susu ibu), makanan yang baik bagi bayi karena ASI banyak mengandung zat gizi, memberikan daya imunitas secara alami. Cara memperlancar ASI dapat menggunakan beberapa ramuan tradisional. Asupan kalori sebesar 600 kal/hari untuk memproduksi ASI. Jadi kebutuhan makanan ibu menyusui harus lebih banyak dan bergizi dari biasanya seperti vitamin A, thiamin, roboflavin yang tinggi dengan jumlah protein 17 gran perhari dan kalori sebesar 550 kal/hari. Sebaiknya makanan ibu menyusui harus dengan prinsip yang sama tetapi jumlah dan gizi harus lebih banyak dan lebih baik. Dan daun katuk sebagai pilihan yang

makanan yang dianjurkan untuk dikonsumsi ibu menyusui (Rahmanisa & Aulianova, 2016).

Gizi yang seimbang sangat penting bagi ibu menyusui karena harus memenuhi kebutuhan diri sendiri serta perkembangan dan pertumbuhan bayinya. Gizi seimbang sangat erat kaitannya dengan produksi air susu pada ibu menyusui, komponen-komponen yang terkandung didalam ASI yang diambil dari tubuh ibu harus digantikan oleh makanan yang bergizi pada ibu menyusui. Oleh sebab itu perbandingan gizi dengan keadaan ibu yang tidak menyusui dan masa kehamilan tidak lebih banyak dari kebutuhan gizi ibu menyusui (Angga, 2016).

Laju sekresi dan produksi ASI dapat ditingkatkan dengan salah satu upaya yaitu penggunaan obat ramuan tradisional seperti daun katuk (*Sauropus androgynus*). Daun katuk atau dengan bahasa latin *Sauropus androgynus* banyak dikenal dengan pengobatan tradisional Asia Tenggara dan Asia Selatan untuk obat pelancar ASI. Khasiat daun katuk sebagai fitokarma untuk melancarkan ASI dapat dikonsumsi dengan mudah dan bisa hanya direbus saja (Juliastuti, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Dolang, Mariene W dkk dengan menggunakan uji statistik *wilcoxon signed rank test* pemberian rebusan daun katuk ada pengaruh dan memperoleh nilai yang signifikan dengan $p < 0,05$ dimana

Ho ditolak sehingga disimpulkan pemberian rebusan daun katuk terdapat pengaruh terhadap produksi ASI. Rebusan daun katuk diberikan peneliti kepada ibu menyusui sebanyak 330 ml setiap pagi dan sore hari dan dikonsumsi selama satu minggu (Dolang, Mariene W dkk, 2021).

Berdasarkan tabel 3.4 hasil uji statistik *t test* menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen didapatkan bahwa *sig (2-tailed)* adalah $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan ada pengaruh konsumsi ekstrak daun katuk terhadap pengeluaran produksi Air Susu Ibu pada ibu nifas. Sedangkan pada kelompok kontrol didapatkan bahwa *sig (2-tailed)* adalah $0,185 < 0,05$, maka dapat disimpulkan tidak ada perbedaan terhadap pengeluaran produksi Air Susu Ibu sehingga pemberian ekstrak daun katuk terbukti ada pengaruh yang signifikan terhadap produksi Air Susu Ibu di Praktik Bidan Lasmaria Batangkuis Tahun 2022.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Suwanti, E & Kuswati (2016) dalam Rosida bahwa mengkonsumsi ekstrak daun katuk mendapat pengaruh yang bermakna terhadap hormon prolaktin dalam darah pada ibu menyusui. Hasil riset ekstrak daun katuk yang dikonsumsi ibu menyusui menunjukkan sebanyak 70% mengalami peningkatan produksi ASI, tetapi pada ibu yang tidak konsumsi daun katuk mengalami kenaikan produksi ASI hanya 6,7% saja (Rosida, 2021).

Menurut peneliti mengkonsumsi makanan yang sehat dan bergizi seperti sayur sayuran hijau dan ikan adalah salah satu faktor penyebab melancarkan ASI. Pemberian daun katuk direbus selama 15 menit atau hingga daun katuk matang atau lunak dengan menggunakan air sebanyak 1,5 liter

kemudian air rebusan diminum oleh ibu selama 14 hari. Lalu peneliti melihat apakah produksi Air Susu Ibu lancar atau tidak lancar setelah diberi perlakuan dengan cara mengukur Air Susu Ibu dengan menggunakan botol dot bayi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan peneliti Erlanda, Citra dkk (2021) dengan judul Daun Katuk Mempengaruhi Produksi ASI Pada Ibu Menyusui. Menurut peneliti untuk meningkatkan kelancaran ASI ibu harus dipengaruhi oleh beberapa hal seperti makanan yang dikonsumsi, frekuensi menyusui pada bayi, pola istirahat ibu, gizi yang terkandung dalam ekstrak daun katuk yang mempengaruhi produksi ASI, hal tersebut memberikan peningkatan pada rata-rata sebelum 3360 gram dan sesudah 3766 ekstrak daun katuk diberikan pada ibu menyusui.

Hasil penelitian Suyanti dan Anggraeni dengan judul “Efektivitas Daun Katuk Terhadap Kecukupan Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui” dengan menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Distribusi data normal dimana nilai $p < 0,005$, menunjukkan hasil penelitian pada pemberian daun katuk sangat efektif untuk kecukupan ASI, daun katuk adalah salah satu tanaman yang dapat meningkatkan produksi ASI, sehingga daun katuk dapat dikonsumsi setiap pagi dan sore hari pada ibu menyusui selama seminggu agar ASI dapat meningkat dengan baik (Suyanti & Anggraeni, 2020).

Menurut penelitian Safitri, Ragillia E dkk (2021) dengan judul “Pemberian Ekstrak Daun Katuk Dapat Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui” dengan nilai *p-value* $0,001 < 0,05$ dari hasil uji statistik independen menyimpulkan bahwa pengaruh pemberian ekstrak

daun katuk sangat efektif untuk ibu menyusui

Sayuran yang dianjurkan untuk dikonsumsi ibu menyusui agar memperlancar ASI adalah daun katuk. Tanaman hijau yang mempunyai ciri-ciri ukuran kecil sangat digemari karena dapat memperbaiki kualitas ASI dan memperbanyak produksi ASI pada ibu. Kandungan yang dimiliki daun katuk adalah vitamin A, B dan C, kalsium, fosfor, besi, protein dan lemak. Penelitian yang telah dilakukan menyatakan peningkatan kadar hormon steroid dan adrenal ditemukan pada orang yang mengkonsumsi daun katuk. Peningkatan hormon prolaktin yang tinggi mempunyai efek meningkatkan, mempercepat dan memperlancar ASI. Salah satu cara agar kandungan nutrisi daun katuk dapat memberi manfaat yang optimal bagi tubuh dan tidak hilang dapat dengan cara pengolahannya yang harus diperhatikan agar tidak merusak kandungan gizi di dalamnya. Cara memasak daun katuk tidak boleh terlalu lama atau matang pada saat memasaknya karena kualitasnya dapat menurun sebagai pelancar ASI. Dan daun katuk mempunyai zat yang berfungsi sebagai laktogagum. Kandungan 100 gram daun katuk segar mempunyai 4,8 gram protein, 11 gram karbohidrat, 83 mg fosfor, 3 mcg vitamin A, 2,7 mg zat besi, 70 gram air, 1 gram lemak, 204 mg kalsium, dan 2,2 gram mineral lain (Herawati & Desriyeni, 2017).

Katuk mempunyai manfaat yang sangat banyak dengan efek farmakologis yang dimanfaatkan masyarakat luas untuk terapi penunjang yang mempercepat penyembuhan infeksi. Manfaat lain katuk yaitu sebagai suplemen ibu hamil dan menyusui karena dapat mempercepat kolostrum keluar dan

produksi ASI menjadi lebih banyak sehingga ASI eksklusif dapat diberikan pada bayi karena mencukupi kebutuhan bayi dan tidak membutuhkan konsumsi susu sapi (Tiara & Muchtaridi, 2018). Beta karoten yang terdapat dalam daun katuk merupakan bentuk awal vitamin A yang berfungsi untuk meningkatkan kualitas ASI (Rosa, Eni F dkk, 2022).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang efektivitas pemberian ekstrak daun katuk terhadap produksi Air Susu Ibu di Praktik Bidan Lasmaria Batangkuis tahun 2022 maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Produksi Air Susu Ibu sebelum pemberian ekstrak daun katuk didapatkan mayoritas tidak lancar yaitu sebanyak 20 responden dan minoritas lancar sebanyak 5 responden di Praktik Bidan Lasmaria Tahun 2022.
2. Produksi Air Susu Ibu setelah pemberian ekstrak daun katuk didapatkan mayoritas lancar yaitu sebanyak 18 responden dan minoritas tidak lancar sebanyak 7 responden di Praktik Bidan Lasmaria Tahun 2022.
3. Adanya pengaruh yang signifikan pemberian ekstrak daun katuk terhadap produksi Air Susu Ibu di Praktik Bidan Lasmaria Tahun 2022.

Saran

1. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan informasi dan meningkatkan pemahaman bagi institusi pendidikan tentang efektivitas ekstrak daun katuk terhadap produksi Air Susu Ibu.
2. Bidan dapat menganjurkan untuk konsumsi ekstrak daun katuk kepada masyarakat terutama

pada ibu menyusui karena terbukti efektif melancarkan produksi ASI.

3. Tenaga Kesehatan dan mahasiswa kebidanan diharapkan dapat melakukan penelitian serupa untuk memperkaya dan memperluas keefektifan pemberian ekstrak daun katuk terhadap kelancaran ASI ibu.
4. Diharapkan pada ibu menyusui dan ibu yang mengalami ASI tidak lancar untuk mengkonsumsi ekstrak daun katuk secara teratur sehingga ASI menjadi lancar agar kebutuhan gizi bayi terpenuhi. Dan bayi mendapatkan ASI eksklusif selama 6 bulan tanpa diberi tambahan pendamping ASI atau susu formula.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, R., & Hakameri, C. S. (2021). Katuk Leaf Consumption With Breast Milk Production In Primipara Breastfeeding Mothers In Pekanbaru. *Science Midwifery*.
- Angga. (2016). Gizi Seimbang Ibu Menyusui. Hal. [Http://Gizi.Fk.Ub.Ac.Id/Gizi-Seimbang-Ibu-Menyusui/](http://Gizi.Fk.Ub.Ac.Id/Gizi-Seimbang-Ibu-Menyusui/).
- Astuti, H. (2020). Efektifitas Jantung Pisang Dan Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Desa Teluk Kiambang Wilayah Kerja Puskesmas Tempuling Kecamatan Tempuling Kabupaten Indragiri Hilir. *Selodang Mayang*.
- Bakri, S. F., Nasution, Z., Safitri, M. E., & Wulan, M. (2022). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi. *Miracle*.
- Dinkes Sumut. (2019). Diambil Kembali Dari [Www.Dinkes.Sumutprov.Go.Id](http://www.dinkes.sumutprov.go.id): [Http://dinkes.Sumutprov.Go.Id /Common/Upload/D9/93344c3888193ac75711f1fae30e9b_Buku %20profil%20kesehatan%20%202019.Pdf](http://dinkes.sumutprov.go.id/Common/Upload/D9/93344c3888193ac75711f1fae30e9b_Buku%20profil%20kesehatan%20%202019.Pdf)
- Dolang, M. W., Wattimena, F. P., Kiriweno, E., & Cahyawati, S. (2021). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *Jumantik*.
- Erlanda, C., Evrianasari, N., Susilawati, & Lathifah, N. S. (2021). Daun Katuk Mempengaruhi Produksi Asi Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Kebidanan Malahayati*.
- Handayani, R. (2020). *Metodologi Penelitian Sosial*. Yogyakarta: Trussmedia Grafika.
- Herawati, Y., & Desriyeni. (2017). Kemas Ulang Informasi Manfaat Daun Katuk Untuk Produksi Air Susu Ibu. *Ilmu Informasi Perpustakaan Dan Kearsipan*.
- Ibi. (2018, 08 01). *Pekan Asi Se-Dunia*. Diambil Kembali Dari Ikatan Bidan Indonesia: [Https://Www.Ibi.Or.Id/Id/Article_View/A20180808002/Pekan-Asi-Se-Dunia-World-Breastfeeding-Week.html](https://www.ibi.or.id/id/article_view/A20180808002/Pekan-Asi-Se-Dunia-World-Breastfeeding-Week.html)
- Juliasuti. (2019). Efektivitas Daun Katuk (Sauropus Androgynus) Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Kuto Baro Aceh Besar. *Indonesian Journal For Health Sciences*.
- Kemenkes. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia*. Diambil Kembali Dari [Kemkes.Go.Id](https://www.kemkes.go.id): [Https://Www.Kemkes.Go.Id/Downloads/Resources/Download/Pusdatin/Profil-Kesehatan-Indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.Pdf](https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-tahun-2020.pdf)
- Marmi. (2014). *Asi Saja Mama Berikan Aku Sapi Karena Aku Bukan Anak Sapi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.

- Nasution, A. N. (2018). Efektifitas Pemberian Simplisia Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Pmb Afriana, Am.Keb Tahun 2018. Medan: Politeknik Kesehatan Kemenkes Ri Medan.
- Notoatmodjo, S. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Rahmanisa, S., & Aulianova, T. (2016). Efektivitas Ekstraksi Alkaloid Dan Sterol Daun Katuk (Sauropus Androgynus) Terhadap Produksi Asi. *Majority*.
- Rosa, E. F., Aisyah, Nelly, R., & Zanzibar. (2022). Katuk (Sauropus Androgynus (L.) Merr.) Dan Produksi Air Susu Ibu. *Journal Of Telenursing*.
- Rosdianah, & Irmawati S. (2021). Pemberian Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Kebidanan Malahayati*.
- Rosida, D. F. (2021). Diambil Kembali Dari Idii.Or.Id: <https://ldii.or.id/eksotiknya-daun-katuk-sebagai-pangan-fungsional/>
- Safitri, A., & Puspitasari, D. A. (2018). Upaya Peningkatan Pemberian Asi Eksklusif Dan Kebijakannya Di Indonesia. *Penelitian Gizi Dan Makanan*.
- Safitri, R. E., Yuviska, I. A., Astriana, & Sunarsih. (2021). Pemberian Ekstrak Daun Katuk Dapat Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui. *Kebidanan Malahayati*.
- Situmorang, T. S., & Br.Singarimbun, A. P. (2019). Pengaruh Konsumsi Air Rebusan Daun Katuk Terhadap Pengeluaran Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *Indonesian Trust Health*.
- Suyanti, & Anggraeni, K. (2020). Efektivitas Daun Katuk Terhadap Kecukupan Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui Di Bidan Praktek Mandiri Bd.Hj.lin Solihah S.St., Kabupaten Majalengka. *Midwifery Care*.
- Syahadat, A., & Siregar, N. (2020). Skrining Fitokimia Daun Katuk Sebagai Pelancar Asi. *Kesehatan Ilmiah Indonesia*.
- Tiara, M. S., & Muchtaridi, M. (2018). Aktivitas Farmakologi Ekstrak Daun Katuk. *Farmaka*.
- Who. (2020, 08 03). *Pekan Menyusui Dunia*. Diambil Kembali Dari Who.Int: <https://www.who.int/indonesia/news/detail/03-08-2020-pekan-menyusui-dunia-unicef-dan-who-menyerukan-pemerintah-dan-pemangku-kepentingan-agar-mendukung-semua-ibu-menyusui-di-indonesia-selama-covid-19>
- Yolanda, P., Sari, W. I., & Kurniyati. (2022). Pengaruh Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kecukupan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum. *Midwifery Science And Women's Health*.
- Zhuliyani, A. R., Safirah, L., & Saryono. (2021). Manfaat Daun Katuk Untuk Meningkatkan Kualitas Asi Pada Ibu Menyusui. *Medsains Vol.7*.