

Efektivitas Perbandingan Rebusan Daun Katuk dan Sayur Daun Katuk Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sambung Makmur Kabupaten Banjar

Dhevy Aulia Agusdiyanti^{1*}, Dwi Rahmawati², Lisda Handayani³, Fadhiyah Noor Anisa⁴

^{1,2} Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia, Indonesia

³ Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia, Indonesia

⁴ Program Studi Diploma III Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia, Indonesia

Open  Access Freely Available Online

Dikirim: 9 Maret 2025

Direvisi: 19 Maret 2025

Diterima: 19 April 2025

*Penulis Korespondensi:

E-mail:

dhevy90@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Pemberian ASI pada bayi berusia kurang dari 6 bulan Kalimantan selatan 60,27% persentase tersebut menjadi provinsi 4 terendah, cakupan ASI eksklusif Puskesmas Sambung Makmur sebesar 23,5% dari target 55%, salah satu alasan bayi yang tidak mendapatkan ASI Eksklusif karena kurangnya produksi ASI pada ibu nifas dan salah satu cara meningkatkan produksi ASI yaitu dengan mengonsumsi daun katuk. **Tujuan:** Mengetahui efektivitas perbandingan pemberian rebusan daun katuk dan sayur daun katuk sebelum dan sesudah terhadap peningkatan produksi ASI di wilayah kerja Puskesmas Sambung Makmur Kabupaten Banjar. **Metode:** Penelitian yang digunakan yaitu *quasi experimental* dengan rancangan *two group pre test post test* dengan kelompok intervensi rebusan dan sayur daun katuk. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 10 orang ibu nifas dengan menggunakan instrumen menggunakan lembar observasi dan di analisis menggunakan *Wilcoxon*. **Hasil:** Produksi ASI sebelum diberikan intervensi baik itu rebusan dan sayur daun katuk di rata-rata cukup dan setelah di lakukan intervensi meningkat menjadi lancar pada hari ke 4 ($p \text{ value} = 0,025 < 0,05$). **Simpulan:** Ada pengaruh pemberian daun katuk baik itu rebusan dan sayur terhadap produksi ASI pada ibu nifas.

Kata kunci: Rebusan Daun Katuk, Sayur Daun Katuk, Produksi ASI

ABSTRACT

Introduction: Breastfeeding for babies less than 6 months old in South Kalimantan is 60.27%, this percentage is the 4th lowest in provinces, Sambung Makmur Community Health Center's exclusive breastfeeding coverage is 23.5% of the target of 55%, one of the reasons why babies do not receive exclusive breastfeeding is due to lack of production. breast milk in postpartum mothers and one way to increase breast milk production is by consuming katuk leaves. **Objective:** To determine the effectiveness of giving boiled katuk leaves before and after to increase breast milk production in the UPTD work area of the Sambung Makmur Community Health Center, Banjar Regency. **Methods:** The research used was quasi experimental with a two group pre test post test design with an intervention group of katuk leaf stew and vegetables. The sample in this study was 10 postpartum mothers using instruments using observation sheets and analyzed using the Wilcoxon test. **Results:** Breast milk production before the intervention, including stew and katuk leaf vegetables, was adequate on average and after the intervention was carried out, it increased to become smooth on day 4 ($p \text{ value} = 0.025 < 0.05$). **Conclusion:** There is an effect of giving katuk leaves, both boiled and vegetables, on breast milk production in postpartum mothers.

Keywords: Katuk Leaf Decoction, Katuk Leaf Vegetable, Breast Milk Production

PENDAHULUAN

Pemberian air susu ibu sangat penting bagi tumbuh kembang yang optimal baik fisik maupun mental dan kecerdasan bayi. Oleh karena itu, pemberian ASI perlu mendapat perhatian para ibu dan tenaga kesehatan agar proses menyusui dapat terlaksana dengan benar. Selain itu, pemberian ASI dapat menurunkan risiko kematian bayi (Afifah, 2017). ASI eksklusif diberikan kepada bayi berusia 0-6 bulan karena ASI merupakan sumber makanan utama bagi bayi yang memiliki jumlah dan kualitas terbaik atau paling sempurna yang harus diberikan kepada bayi karena ASI mengandung zat gizi yang penyerapan dalam tubuh bayi amat mudah serta tidak mengganggu kerja ginjal bayi yang sedang dalam tahap pertumbuhan dan perkembangan. *World Health Organization* (WHO) telah merekomendasikan pemberian ASI eksklusif dimulai sejak bayi lahir sampai berusia 6 bulan untuk memperoleh pertumbuhan, perkembangan, serta kesehatan optimal yang dapat dilanjutkan sampai bayi berusia 24 bulan dengan penambaham MPASI setelah bayi berusia 6 bulan (WHO, 2023).

Provinsi Kalimantan Selatan melalui data yang disampaikan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada tahun 2021 melaporkan bahwa persentase pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif pada bayi berusia kurang dari 6 bulan di Kalimantan Selatan hanya 60,27%, persentase tersebut sekaligus menjadi provinsi 4 terendah nasional (BPS, 2022).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar pada tahun 2023, cakupan bayi usia kurang dari 6 bulan mendapat Asi Eksklusif dari 25 Puskesmas yang ada di Kabupaten Banjar sudah tercapai, namun masih ada beberapa yang belum mencapai target salah satunya yaitu Puskesmas Sambung Makmur (Banjar, 2023).

Data status Cakupan gizi pada bayi 0-6 bulan tahun 2023 di Puskesmas Sambung Makmur menunjukkan bahwa status Cakupan bayi usia kurang dari 6 bulan mendapat Asi Eksklusif sebesar 23,5% dari target 55% (Banjar, 2023). Pada saat dilakukan Survey pendahuluan yang peneliti lakukan pada bulan April 2024 di UTPD Puskesmas Sambung Makmur di peroleh data sebanyak 11 orang ibu nifas sedangkan yang mengalami masalah pengeluaran ASI sebanyak 8 orang dan diantaranya ada 2 orang ibu nifas yang tidak menyukai sayur.

Survei yang dilakukan di Indonesia didapatkan sebanyak 38% ibu beralasan tidak memberikan ASI karena produksi ASI yang mulai berkurang. Air susu ibu yang tidak lancar menjadikan ibu merasa

cemas dan menghindar untuk menyusui dan berdampak pada kurangnya isapan bayi, hal tersebut mempengaruhi penurunan produksi dan kinerja hormon oksitosin dan prolaktin sehingga produksi ASI semakin menurun, bahkan menyebabkan pembendungan dan statis ASI, sehingga ibu mengambil langkah berhenti menyusui dan mengganti dengan susu formula. Menyusui dapat berperan dalam menurunkan angka kematian anak. Kenyataan tersebut didukung oleh WHO saat pelaksanaan *the international code of marketing of breastmilk substitutes* tentang adanya larangan penjualan susu formula kepada petugas kesehatan, karena pemasaran susu formula bayi 0-6 merupakan pelanggaran kode etik, dan bayi diharuskan mendapat ASI selama 6 bulan pertama dilanjutkan hingga umur 2 tahun serta didampingi oleh MP-ASI (Doko et al., 2019).

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa rata kecukupan air susu ibu pada ibu menyusui kelompok eksperimen sebelum pemberian daun katuk sebesar 6,80 dan sesudah pemberian daun katuk 8,47 jadi pemberian daun katuk terbukti efektif terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui (Suyanti & Anggraeni, 2020). Menurut (Rahmanisa, 2016), untuk memperlancar produksi ASI dapat dilakukan dengan mengkonsumsi daun katuk berupa rebusan daun katuk karena mengandung alkaloid dan sterol yang dapat meningkatkan kelancaran ASI. Selain itu daun katuk mengandung vitamin A, B1, C.

Berdasarkan masalah tersebut, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Efektifitas Rebusan Daun Katuk Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Sambung Makmur Kabupaten Banjar?".

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode *quasi experimental* dengan rancangan *two group pre test-post test design*. Penelitian ini di lakukan pada dua kelompok, kelompok intervensi yang diberikan rebusan daun katuk dari hari ke 3 sampai dengan hari ke 6 dan diukur peningkatan produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi, pada kelompok pembandingan dengan perlakuan diberikan sayur daun katuk dari hari ke 3 sampai dengan hari ke 6 dan diukur peningkatan produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang ada di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sambung Makmur Kabupaten Banjar Bulan Juni Tahun 2024 sejumlah 21 orang dengan sampel sebanyak 10 orang ibu nifas hari ke 3 sampai dengan hari ke 6 dengan kriteria Inklusi dan Eksklusi yang di tentukan oleh peneliti.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan lembar observasi kemudian di analisis menggunakan uji *wilcoxon*.

HASIL

1. Deskripsi Lokasi Penelitian

Puskesmas Sambung Makmur adalah salah satu dari 24 Unit Pelaksana Teknis (UPT) yang ada di Dinas Kesehatan Kabupaten Banjar, Puskesmas Sambung Makmur terletak di Desa madurejo Rt.01 Rw.01 Kecamatan Sambung Makmur, Kabupaten Banjar 70674, yang berjarak 40 km dari ibu kota Kabupaten Banjar (Martapura), Prov. Kalimantan Selatan. Luas wilayah kerja puskesmas adalah 134.65 km, Jumlah penduduk wilayah kerja puskesmas tahun 2021 sebanyak 14.074 jiwa serta terdapat beberapa suku di kecamatan Sambung Makmur antara lain suku Madura sekitar 84 %, suku Banjar 14%, suku jawa 1,2 %, dan lainnya 0,8 %.

2. Pemberian Daun Katuk

Tabel 1
Distribusi Produksi ASI Sebelum dilakukan Intervensi

	Intervensi 1		Intervensi II	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Lancar	0	0%	0	0%
Cukup	5	100%	5	100%
Kurang	0	0%	0	0%

Berdasarkan hasil tabel 1 diatas terlihat bahwa produksi asi pada ibu nifas sebelum pemberian intervensi rebusan maupun sayur daun katuk di wilayah Puskesmas Sambung Makmur paling banyak produksi ASI nya cukup yakni 10 responden (100%).

Tabel 2
Distribusi Produksi ASI Setelah dilakukan Intervensi

	Intervensi 1		Intervensi I	
	Frekuensi (n)	Persentase (%)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Lancar	5	100%	5	100%
Cukup	0	0%	0	0%
Kurang	0	0%	0	0%

Berdasarkan hasil tabel 2 diatas terlihat bahwa produksi asi pada ibu nifas setelah pemberian intervensi rebusan maupun sayur daun katuk di wilayah Puskesmas Sambung Makmur paling banyak produksi ASI nya Lancar yakni 10 responden (100%).

Berdasarkan hasil uji *wilcoxon* menunjukkan nilai $p = 0,025 < \alpha = 0,05$, hal ini berarti H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh rebusan dan sayur daun katuk terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas hari ke 3 sampai dengan hari ke 6.

PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

a. Produksi ASI Sebelum di Berikan Daun Katuk

Hasil penelitian menyatakan bahwa diketahui bahwa produksi ASI pada ibu Nifas sebelum pemberian rebusan dan sayur daun katuk di Puskesmas Sambung Makmur semua produksi ASI nya Cukup yakni 10 responden (100%). Menurut peneliti banyaknya responden yang memiliki ASI kurang diakibatkan karena ibu nifas tidak langsung memberikan ASI nya setelah bayi lahir karena kondisi ibu tidak memungkinkan untuk diberikan ASI lansung akibat kecapean sehingga mempengaruhi produksi ASI selanjutnya dan ketidaktahuan ibu betapa pentingnya ASI pertama/colostrum.

b. Produksi ASI Setelah di Berikan Daun Katuk

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa produksi ASI pada ibu Nifas sebelum pemberian rebusan dan sayur daun katuk di Puskesmas Sambung Makmur semua produksi ASI nya Cukup yakni 10 responden (100%). Dan setelah diberikan rebusan daun katuk selama 4 hari maka produksi ASI meningkat menjadi ASI Lancar dengan nilai p value 0,001 yang artinya pemberian rebusan dan sayur daun katuk efektif untuk meningkatkan produksi ASI.

Kenaikan produksi ASI yang terjadi ini dikarenakan adanya tambahan laktagogum yang terkandung pada rebusan daun katuk. Laktagogum memiliki efek dalam merangsang pengeluaran hormon oksitosin dan prolaktin seperti senyawa polifenol dan steroid yang efektif dalam meningkatkan sekresi dan pengeluaran ASI. Pada 100 gram daun katuk mengandung 4,8 gram protein dan 2 gram lemak. Mekanisme kerja laktagogum dalam membantu meningkatkan laju sekresi adalah melalui protein yang mengandung senyawa polifenol serta lemak yang mengandung steroid yang berfungsi menstimulasi hipotalamus untuk mensupresi/menekan faktor penghambat produksi hormon prolaktin kemudian menstimulasi pelepasan hormone prolaktin untuk merangsang alveoli memproduksi ASI, serta merangsang hormon oksitosin untuk memacu pengeluaran dan pengaliran ASI dengan secara langsung merangsang aktivitas protoplasma pada sel-sel sekretoris kelenjar susu dan ujung saraf sekretoris dalam kelenjar susu yang mengakibatkan sekresi air susu meningkat, atau merangsang hormon prolaktin yang merupakan hormon laktagonik terhadap kelenjar mammae pada sel-sel epitelium alveolar yang akan merangsang laktasi. Hal ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa terdapat efektifitas rebusan daun katuk dalam meningkatkan produksi ASI melalui kandungan laktagogum yang terkandung didalamnya (Dolang et al., 2021).

2. Analisis Bivariat

Dari data yang didapatkan. Hasil dari uji *wilcoxon* didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,025 < \alpha = 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 diterima dan H_0 ditolak yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil produksi ASI pada responden yang diberikan rebusan dan sayur daun katuk sebelum dan sesudah pemberian. Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya diketahui bahwa produksi asi pada ibu post partum sesudah pemberian rebusan daun katuk di desa Purbatua Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Kota Padangsidempuan Tahun 2020 mayoritas produksi ASInya banyak yakni 21 responden (100%), Banyaknya responden memiliki ASI yang banyak sesudah pemberian rebusan daun katuk dikarenakan daun katuk memiliki banyak vitamin dan zat besi pada daun katuk lebih tinggi daripada daun pepaya dan daun singkong. Daun katuk juga kaya vitamin (A, B1, dan C), protein, lemak dan mineral. Selain

itu daun dan akar katuk mengandung saponin, flavonoida, dan tanin. Menurut (Dwita et al., 2019)

SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat pengaruh pemberian daun katuk baik itu rebusan dan sayur terhadap produksi ASI pada ibu nifas.

REFERENSI

- Afifah. (2017). *Buku Ajar Keperawatan Pediatrik. Edisi 6* (6th ed.). EGC.
- Banjar, U. P. S. M. K. (2023). *Cakupan ASI Eksklusif Wilayah UPTD Puskesmas Sambung Makmur 2023*.
- BPS. (2022). *Persentase balita pernah mendapatkan tahun 2020-2022*. Bps.Go.Id. <https://www.bps.go.id/indicator/30/211/1/persentase-balita-yang-pernah-mendapat-imunisasi-campak.html>.
- Doko, T. M., Aristiati, K., & Hadisaputro, S. (2019). Pengaruh pijat oksitosin oleh suami terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 2(2), 66–86.
- Dolang, M. W., Wattimena, F. P. A., Kiriwenno, E., Cahyawati, S., & Sillehu, S. (2021). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 6(3), 256–261.
- Dwita, L. P., Hasanah, F., Srirustami, R., Purnomo, R., Harsodjo, S., & others. (2019). Wound healing properties of *Epiphyllum oxypetalum* (DC.) Haw. leaf extract in streptozotocin-induced diabetic mice by topical application. *Wound Medicine*, 26(1), 100160.
- Rahmanisa, S. (2016). Efektifitas Ekstrak Alkoid dan Katuk Terhadap Produksi ASI. *Jurnal Kesehatan Holistik*, 5(1), 77–86.
- Suyanti, S., & Anggraeni, K. (2020). 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. *Journal of Midwifery Care*, 1(1), 1–10.
- WHO. (2023). *Chronic obstructive pulmonary disease (COPD)*. [Www.Who.Int. https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/chronic-obstructive-pulmonary-disease-\(copd\)](https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/chronic-obstructive-pulmonary-disease-(copd))