

**Efektifitas Teh Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Hari Ke 4-7****Effectiveness of Katuk Leaf Tea on Asi Production on Postpartum Mother Day 4-7**

Ivansri Marsaulina^{1*}, Ade Rohani Lingga², Adevia Indah Putri³, Agustina Indah⁴, Fahma Shufyani⁵

¹Program Studi Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

²Program Studi Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Indonesia

³Program Studi Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Indonesia

⁴Program Studi Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Indonesia

⁵Program Studi Farmasi, Fakultas Farmasi dan Kesehatan, Institut Kesehatan Helvetia, Medan, Indonesia

e-mail Author: ivansri_panjaitan@yahoo.com

ABSTRACT

The low coverage of exclusive breastfeeding is a challenge for midwives to be more active in promoting health about the importance of exclusive breastfeeding for infant growth. The low coverage of exclusive breastfeeding can have an impact on the quality of life for future generations of the nation and also on the national economy. One of the efforts to increase the rate of breast milk secretion and production is through the use of traditional herbal medicines such as katuk leaf tea. The aim of this study was to determine the effectiveness of katuk leaf tea on milk production in postpartum mothers on day 4-7. This research method is a quasi-experimental post-test-only non-equivalent control group design with a sample size of 30 postpartum mothers who meet the inclusion criteria. The statistical test of this study is the independent T-test. The results showed that there was an effect of giving katuk leaf tea on increasing breast milk production in postpartum mothers with a P-Value = (<0.05).

Keywords: *Katuk leaf tea, Breast Milk Production, Post Partum Day 4-7.*

ABSTRAK

Rendahnya cakupan ASI eksklusif merupakan tantangan bagi para bidan untuk lebih giat melakukan promosi kesehatan tentang pentingnya ASI eksklusif bagi pertumbuhan bayi. Rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif ini dapat berdampak pada kualitas hidup generasi penerus bangsa dan juga pada perekonomian nasional. Salah satu upaya untuk meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI adalah melalui penggunaan obat ramuan tradisional seperti teh daun katuk. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas teh daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu postpartum pada hari ke 4-7.

Metode penelitian ini yaitu quasi eksperimental post test-only non equivalent control group design dengan jumlah sampel 30 ibu postpartum yang memenuhi kriteria inklusi. Uji statistik penelitian ini yaitu uji independen T-test. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh pemberian teh daun katuk terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum dengan nilai P-Value=0,000 (<0,05).

Kata Kunci: Teh daun katuk, produksi ASI, Post partum Hari ke 4-7

PENDAHULUAN

Rendahnya cakupan ASI eksklusif merupakan tantangan bagi para bidan untuk lebih giat melakukan promosi kesehatan tentang pentingnya ASI eksklusif bagi pertumbuhan bayi. Rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif ini dapat berdampak pada kualitas hidup generasi penerus bangsa dan juga pada perekonomian nasional (Permatasari, 2016).

Manfaat pemberian ASI menurut WHO melindungi bayi dari kuman, menyediakan nutrisi lengkap, jaminan asupan higienis dan aman, membuat bayi tumbuh sehat dan cerdas, mengurangi resiko kanker, membantu memberi jarak kelahiran, menghemat biaya (Anatolitou, 2012).

Banyak faktor yang menyebabkan ibu tidak memberikan ASI eksklusif kepada anak. Tingkat pendidikan ibu yang rendah, adanya kebudayaan setempat yang mempengaruhi, usia ibu, pekerjaan ibu, tidak adanya dukungan dari keluarga terdekat, kemudahan akibat kemajuan teknologi sehingga lebih memilih susu formula serta produksi ASI yang tidak lancar akibat ibu mengalami gizi kurang menjadi faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif (Kusumaningrum, 2016).

ASI mengandung zat yang penting untuk tumbuh kembang bayi dan sesuai dengan kebutuhannya. Banyak hal yang dapat mempengaruhi produksi ASI. Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh dua hormon 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 yang dihasilkan juga banyak (Adinda, 2016).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI adalah melalui penggunaan obat ramuan tradisional seperti ekstrak katuk (*Sauropus androgynus*). Daun katuk (*Sauropus androgynus*) ternyata

mengandung hampir 7% protein dan 19% serat kasar, vitamin K, pro- vitamin A, vitamin B dan C, mineral yang dikandung adalah kalsium (2,8%) zat besi, kalium, fosfor dan magnesium (Juliastuti, 2019).

METODE

Desain penelitian ini yaitu *Quasy Eksperiment* atau eksperimen dengan *post test-only non equivalent control group design*. Penelitian ini dilakukan di Praktik Mandiri Bidan N dan Praktik Mandiri Bidan Y Palangka Raya pada bulan Desember 2019 – Februari 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu nifas pada bulan Juli-Oktober 2019 di PMB N sebanyak 45 pasien dan PMB Y sebanyak 30 pasien dalam 3 bulan terakhir di Palangka Raya. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan telah menandatangani surat pernyataan persetujuan selanjutnya akan diberikan perlakuan, kemudian setelah diberikan perlakuan sampel tersebut akan diobservasi kembali pada hari ke 7 untuk mengukur peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum. Pada penelitian ini sampel dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok intervensi diberikan perlakuan teh daun katuk, sedangkan kelompok control tidak diberikan teh daun katuk, responden mengkonsumsi vitamin bagi ibu menyusui. Penelitian ini telah dilakukan uji layak etik di Komisi Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Palangka Raya dengan nomor :085/IV/KE.PE/2020.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel I menunjukkan responden terbanyak berumur <20 tahun yaitu 14 responden (42%), sementara untuk paritas yang terbanyak yaitu multipara berjumlah 21 responden (63%).

Berdasarkan tabel II menunjukkan rata-rata berat badan lahir pada kelompok teh daun katuk

yaitu 3233,33 gram, sementara pada kelompok vitamin ibu menyusui rata-rata berat badan lahir yaitu 2980,00.

Berdasarkan hasil uji statistic pada tabel III menggunakan uji Independen t test terdapat perbedaan rata-rata berat badan bayi kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebesar 546.667. Standar error difference adalah 19.404 Nilai lower dan upper adalah 279.762 dan 813.572. Pada hasil berat badan bayi kelompok kontrol minimal dan maksimal adalah 2500 gram dan 3600 gram. Sedangkan pada berat badan bayi kelompok intervensi minimal dan maksimal adalah 2800gram dan 4200 gram. Dapat diketahui bahwa p-value tersebut lebih kecil dari α (0,05) yaitu sebesar 0,000, sehingga dapat disimpulkan bahwa ekstrak teh daun katuk efektif terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum.

Berdasarkan tabel independen t test diatas SD intervensi 392.428 sedangkan kelompok kontrol 317.280 terdapat perbedaan 75.148, nilai SD menjauhi nilai 0 berarti data sample semakin

menyebar (bervariasi) dari rata-rata, sebaliknya semakin kecil SD mendekati 0 maka data sample semakin homogen.

SE intervensi 101.325 sedangkan SE kelompok kontrol 81.921 terdapat perbedaan 10.404 berarti data sample semakin representatif (mewakili) untuk dijadikan sample penelitian sehingga semakin kecil SE maka sample lebih akurat. Diketahui nilai mean difference adalah sebesar 546.667. Nilai ini selisih nilai rata-rata produksi ASI pada kelompok intervensi dengan rata-rata produksi ASI pada kelompok kontrol atau $3540.00 - 2993.33 = 546.667$ yang artinya kelompok intervensi lebih efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum dan rentang selisih produksi ASI pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol tersebut adalah 279.762 sampai 813.572 (95% Confidence Interval of the Difference Lower Upper) dengan standar error difference adalah selisih deviasi antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol $101.325 - 81.921 = 19.404$.

Tabel I. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Dan Paritas

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Umur		
<20 tahun	14	42
20-30 tahun	8	24
>30 tahun	8	24
Total	30	100
Paritas		
Primipara	9	27
Multipara	21	63
Total	30	100

Tabel II. Beda Rata-Rata Berat Badan Lahir Bayi dan Produksi ASI

Kelompok	Berat Badan Lahir			Produksi ASI		
	Mean	SD	Min-Max	Mean	SD	Min-Max
Teh daun katuk	3233,33	388.526	2500-3800	3540,00	392,428	2800-42000
Vitamin ibu menyusui	2980,00	332.093	2500-3500	2993,33	317,280	2500-3600

Tabel III. Uji Independen Sampel T Test Rata-Rata Produksi ASI

Produksi ASI	Mean (gr)	SD	SE	Lower	Upper	Min-Ma	P-valu
Teh daun katuk	3540.0	392.428	101.325	279.76	813.572	24 – 100	0,000
Vitamin ibu menyusui	2993.3	317.280	81.921			53 – 100	

Hasil pengukuran produksi ASI dengan kenaikan berat badan pada bayi sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol yaitu mengalami penurunan berat badan sebanyak 4 orang (16,7%) ditimbang pada hari ke 7. Ibu yang mengalami masalah dalam menyusui dengan usia muda dan baru pertama kali melahirkan sehingga ibu kurang mengetahui cara menyusui dan faktor – faktor yang mempengaruhi ASI. Setiap hari peneliti melakukan recall terhadap responden dalam hal mengkonsumsi ekstrak teh daun katuk. Bayi yang mengalami penurunan berat badan disebabkan kurangnya ASI si ibu sehingga si bayi tidak merasacukup. Walaupun sebagian ibu yang mengalami masalah ASI tetapi mereka tetap memberikan ASI eksklusif, sedangkan pada kelompok intervensi mengalami peningkatan berat badan sebanyak 15 orang (100%). Ketika peneliti mengunjungi responden untuk menanyakan apakah ada efek ekstrak teh daun katuk terhadap tubuh ternyata tidak ada efek samping karena sesuai dengan dosis. Pada awal melakukan penelitian, peneliti mengacu pada berat badan bayi pada saat baru lahir dan melakukan observasi. Pada hari ke 7 kemudian dilakukan kunjungan dengan menimbang berat badan bayi apakah ada kenaikan atau efek samping dari pemberian ekstrak teh daun katuk yang diberikan pada ibu. Sehingga kebutuhan ASI yang akan diberikan terhadap bayi pada periode menyusui dapat terpenuhi (Aulianova, 2016).

Masalah kesehatan merupakan salah satu aspek penting yang harus diperhatikan, salah satunya adalah pemberian ASI eksklusif pada bayi. Dengan memberikan ASI eksklusif pada bayi dapat memberikan pertahanan tubuh yang kuat dibandingkan dengan yang tidak mendapatkan ASI, selain itu ASI juga membentuk jaringan otak karena mengandung omega 3 untuk pematangan sel-sel otak (Asifah, 2017).

Menurut peneliti sebelumnya menjelaskan ada beberapa ibu menyusui mengalami gangguan terhadap produksi ASI. Kandungan dari alkaloid dan sterol yang terkandung di dalam daun katuk dapat meningkatkan produksi ASI.

Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi ASI adalah makanan ibu. Makanan yang dimakan seorang ibu yang sedang menyusui tidak secara langsung mempengaruhi mutu ataupun jumlah air susu yang dihasilkan. Unsur gizi dalam 1 liter ASI setara dengan unsur gizi yang terdapat dalam 2 piring nasi ditambah 1 butir telur. Jadi, diperlukan energi yang sama dengan jumlah energi yang diberikan 1 piring nasi untuk membuat 1 liter. Apabila ibu yang sedang menyusui bayinya tidak mendapatkan tambahan makanan maka akan terjadi kemunduran dalam produksi ASI (Khasanah, 2013)

KESIMPULAN

ASI merupakan makanan yang baik bagi bayi karena banyak mengandung zat gizi dan bisa memberikan daya imunitas secara alami. Beberapa ramuan tradisional bisa membantu memperlancar keluarnya ASI. Untuk itu, perlu makanan seimbang dengan prinsip yang sama dengan makanan ibu hamil, tetapi jumlahnya lebih banyak dan gizi lebih baik. Jika produksi ASI kurang baik, makanan yang dianjurkan untuk dikonsumsi, banyak obat-obatan tradisional yang ditawarkan kepada mereka untuk mengurangi keluhan tersebut, salah satunya adalah ekstrak daun katuk, yang dapat menambah produksi dengan cara diolah menjadi teh daun katuk.

REFERENSI

- Adina VS. (2018). Asuhan Kebidanan Nifas Dan Menyusui. Gramedia Pustaka Utama.
- Adipura, Wayan, Oktaviani, S. H. (2021). Metodologi Penelitian Kesehatan. Yayasan Kita Menulis.
- Citra Shauma Ramadhan, J. J. J. (2021). Efektivitas Air Rebusan Biji Pinang Muda dan Asam Kandis terhadap Intensitas Nyeri dan Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas. Farmasetika, 3(1).
- Handayani F, Sundu R, K. H. (2016). Uji Aktivitas Ekstrak Etanol Biji Pinang (Areca catechu L.) terhadap Penyembuhan Luka Bakar

- pada Kulit Punggung Mencit Putih Jantan (Mus musculus) Penetapan Kadar Flavonoid Ekstrak Daun Singkil (Premna corymbosa) Berdasarkan Variasi Suhu dan Waktu Pengeri. *Jurnal Ilmiah Manutung*, 2(2), 154–160.
- Hidayat. (2011). *Metode penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Salemba Medika.
- Lilyawati SA, Fitriani N, P. F. (2019). Aktivitas Antimikroba Ekstrak Etanol Biji Pinang Muda (Areca Catechu). *Proceeding of Mulawarman Pharmaceuticals Conferences*.
- Manuntungi AE, Irmayanti I, R. R. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Lamanya Penyembuhan Luka Perineum pada Ibu Nifas di Ruang Perawatan Rumah Sakit Mitra Manakarra Mamuju. *Nursing Inside Community*, 1(3), 96–103.
- Mariani Y, Wardenaar E, Y. F. (2021). Tumbuhan Berkhasiat Obat di Desa Tanap Kabupaten Sanggau dan Pemanfaatannya untuk Perawatan Bayi dan Perempuan Pasca Persalinan. *Biosains*, 7(2), 92–102.
- Muslimah. (2019). Kajian Ilmiah Pengaruh Air Rebusan Buah Pinang terhadap Penurunan Kadar Gula Darah pada Penderita Diabetes. *Jurnal Sains*, 3(1).
- Oktaviani DJ, at all. (2019). Review: Bahan Alami Penyembuh Luka. *Jurnal Farmasetika*, 4(3), 44.
- Prawirohardjo. (2012). *Ilmu kebidanan Sarwono Prawirohardjo (3rd ed.)*. PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Rukiyah dkk. (2012). *Asuhan Kebidanan III (Nifas)*. Salemba Medika.
- Rumini R, J. T. (2020). Pengetahuan Ibu Post Partum tentang Perawatan Luka Perineum dengan Pencegahan Infeksi. *Jurnal Bidan Cerdas*, 2(2), 60–65.