

## PENGARUH KONSUMSI AIR REBUSAN DAUN KATUK TERHADAP PENGELUARAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS DI BIDAN PRAKTEK MANDIRI MANURUNG MEDAN TAHUN 2018

<sup>1</sup>Tetti Seriaty Situmorang <sup>2</sup>Anita P Br. Singarimbun

<sup>1</sup>Dosen Tetap STIKes Mitra Husada Medan, <sup>2</sup>Mahasiswa Prodi Kebidanan Program Sarjana Terapan STIKes Mitra Husada Medan  
E-mail: [seriatitetti@gmail.com](mailto:seriatitetti@gmail.com)

### Abstract

*The United Nation's Fund (UNICEF) states that as many as 30,000 infant deaths in Indonesia and 10 million deaths of children under five in the world each year can be prevented by providing breast milk exclusively for the first six months of a baby's life. Some problems that often arise during breastfeeding are less ASI syndrome. Breast milk production and expenditure is influenced by two hormones, namely prolactin (affects the amount of ASI production) and oxytocin (affects the process of breastfeeding). Prolactin is related to maternal nutrition, the better the nutrients are good, the more milk produced. This study aimed to determine the effect of consumption of katuk leaf boiled water on the expenditure of breast milk production in postpartum mothers IN Manurung Medan bpm with the quasi experiment method and cohort design. The intervention sample group (consuming katuk leaf decoction) and control sample groups were 16 respondents respectively. The statistical test used is man why test. The statistical test results obtained p (sig) is 0.009 < 0.05, it can be concluded that there is an influence of katuk leaf decoction consumption on increased milk production in postpartum mothers. It is expected that postpartum mothers, health workers and the community will be more maximal socializing and utilizing katuk leaves as a solution to increase breastmilk production in postpartum mothers to achieve exclusive breastfeeding for generations with better quality human resources.*

**Keywords:** Consumption, Decoction, Leaf Leaves, Expenditures, ASI

### Abstrak

*United Nation Children's Fund (UNICEF) menyatakan sebanyak 30.000 kematian bayi di Indonesia dan 10 juta kematian anak balita di dunia tiap tahunnya dapat dicegah dengan pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Beberapa masalah yang sering timbul pada masa menyusui adalah sindrom ASI kurang. Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh 2 hormon yaitu prolaktin (mempengaruhi jumlah produksi ASI) dan oksitosin (mempengaruhi proses pengeluaran ASI). Prolaktin berkaitan dengan nutrisi ibu, semakin baik nutrisinya baik, ASI yang diproduksi juga banyak. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsumsi air rebusan daun katuk terhadap pengeluaran produksi ASI pada ibu nifas DI bpm Manurung Medan dengan metode *quasi eksperiment* dan desain kohort. Kelompok sampel intervensi (mengkonsumsi rebusan daun katuk) dan kelompok sampel kontrol masing-masing berjumlah 16 responden. Uji statistik yang digunakan adalah *man whytney test*. Hasil uji statistik didapatkan p (sig) adalah 0,009 < 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh konsumsi rebusan daun katuk terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. Diharapkan kepada ibu nifas, tenaga kesehatan dan masyarakat lebih maksimal mensosialisasikan dan memanfaatkan daun katuk sebagai solusi untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas untuk pencapaian ASI eksklusif demi generasi dengan sumber daya manusia yang lebih berkualitas.*

**Kata kunci:** Konsumsi, rebusan, daun katuk, pengeluaran, ASI

## PENDAHULUAN

Kematian bayi di negara-negara berkembang masih tinggi. UNICEF menyatakan sebanyak 30.000 kematian bayi di Indonesia dan 10 juta kematian anak balita di dunia tiap tahunnya dapat dicegah dengan pemberian ASI secara eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan bayi.

Cakupan presentase bayi yang diberi ASI Eksklusif dari tahun 2011- 2015 cenderung menunjukkan peningkatan, dan cakupan pada tahun 2015 mengalami peningkatan yang cukup signifikan sebesar 10% dibandingkan tahun 2014. Namun belum mencapai target nasional yang diharapkan pemerintah sebanyak 80% (BKKBN, 2013). Pada tahun 2016 terjadi penurunan yang tajam dibanding tahun 2015 dan tidak mencapai target nasional < dari 40%. Provinsi Sumatera utara dengan pencapaian >40% untuk kabupaten yaitu Labuhan Batu Utara sebesar 97,90%, Samosir sebesar 94,8%, Humbang Hasundutan sebesar 84%, Simalungun sebesar 60,6 %, Dairi sebesar 55,7%, Pakpak Barat sebesar 50,5%, Deli Serdang sebesar 47,1 %, Asahan sebesar 43,6%, Labuhan Batu sebesar 40,9%, dan untuk Kota yaitu Gunung Sitoli sebesar 84,5% dan Sibolga sebesar 46,7% (Profil Kesehatan Sumatera Utara, 2016).

Banyak hal yang mempengaruhi produksi ASI. Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh 2 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 ASI juga makin banyak (Maryunani, 2012).

Berdasarkan data di BPM Manurung Medan, jumlah ibu nifas yang mengalami yang mengalami produksi ASI sedikit dan tidak cukup merupakan keluhan yang sering terjadi di minggu pertama setelah melahirkan. Salah satu penanganan untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan Ekstrak Daun Katuk.

Ekstrak daun katuk yang akan diberikan kepada ibu nifas adalah dalam bentuk rebusan daun katuk. Rebusan daun katuk diambil 300 gram kemudian direbus dengan air 1,5 l, dan diberikan kepada ibu 3 kali dalam sehari dengan dosis 150cc. Hasil penelitian dari Sa'roni (2004) dalam judul *Efektivennes Of The Sauropus Androgynus (L) Merr Leaf Extraction Increasing Mother's Beast Milk Production* pemberian ekstrak daun katuk pada kelompok ibu

melahirkan dan menyusui bayinya dengan dosis 3 x 300 mg/hari selama 15 hari mulai hari ke dua dapat meningkatkan produksi ASI 50,7% lebih banyak dibandingkan dengan ibu yang tidak diberikan ekstra daun katuk. Daun Katuk mengandung hampir 7% protein dan 19 % serat kasar, viatamin K, Pro-vitamin A (Beta karotin Vitamin B dan C). Uji toksitas yang dilakukan oleh Lucia, E.W (1997) dalam Sa'roni (2004) menunjukkan bahwa daun katuk tidak toksik dan tidak menimbulkan kecacatan pada janin. Sesuai dengan penelitian Ningdyningrum, 2012 pengaruh pemberian ekstrak daun katuk terhadap produksi ASI diperoleh adanya peningkatan produksi ASI pada Ibu dibandingkan dengan ibu yang tidak diberi perlakuan.

Hasil survey pendahuluan yang dilakukan di BPM Manurung Medan terhadap 10 ibu nifas didapatkan sebanyak 5 orang ibu mengeluh produksi ASI sedikit .

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh konsumsi air rebusan daun katuk terhadap pengeluaran produksi ASI pada ibu nifas di BPM Manurung Kota Medan tahun 2018.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan desain kohort. Ada dua kelompok responden, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pada awal penelitian pada kedua kelompok penelitian dilakukan observasi pengeluaran ASI, jumlah ASI menggunakan botol ASI, frekuensi buang air kecil (BAK), frekuensi buang air besar (BAB) dalam sehari dan berat badan. Tahap berikutnya: selama empat belas hari kelompok intervensi diberikan intervensi khusus dengan mengkonsumsi rebusan daun katuk dengan ketentuan sebagai berikut: 300 gram daun katuk dicampur dengan 1,5 Liter air, direbus selama 15 menit (hingga daun katuk matang/lunak), kemudian disaring. Air rebusannya yang akan di minum oleh ibu tiga kali 150 ml sehari. Pada kelompok kontrol tidak diberikan konsumsi air rebusan daun katuk dan sejenisnya, responden mengkonsumsi makanan seperti biasanya saja. Pada tahap akhir dilakukan kembali pengukuran pengeluaran ASI, jumlah ASI menggunakan botol ASI, frekuensi buang air kecil (BAK), frekuensi buang air besar (BAB) dalam sehari dan berat badan.

Metode analisis data dengan dua cara, yaitu analisis univariat dilakukan untuk

memperoleh gambaran tentang distribusi frekuensi karakteristik responden. Analisis bivariat dilakukan untuk menguji hipotesis apakah ada pengaruh konsumsi air rebusan daun katuk terhadap pengeluaran produksi ASI pada ibu nifas dengan menggunakan uji man whytney. Untuk menginterpretasikan hasil penelitian maka dilakukan pengamatan terhadap nilai Signifikansi dan *level of significant* ( $\alpha$ ) yang digunakan adalah 5 %.

**HASIL PENELITIAN**

**Analisis Univariat**

Tabel 1.

Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Paritas dan Pendidikan

Karakteristik	Jumlah	Jumlah	
		f	%
Umur	<20 tahun	8	25,0
	20-35 tahun	18	56,2
	>35 tahun	6	18,8
Paritas	Primipara		
	Secundipara	7	21,9
	Multipara	16	50,0
	Grandemultipara	7	21,9
Pendidikan	SMA	27	84,4
	Perguruan Tinggi	5	15,6

Berdasarkan Tabel 4.1 diatas terlihat bahwa dari 32 responden, mayoritas berusia 20-35 tahun sebanyak 18 responden (56,2%) dan minoritas berusia >35 tahun sebanyak 6 responden (18,8%), berdasarkan paritas mayoritas secundipara sebanyak 16 responden (50,0%) dan minoritas grandemultipara sebanyak 2 responden (6,2%), berdasarkan pendidikan mayoritas berpendidikan SMA sebanyak 27 responden (84,4%) dan minoritas berpendidikan perguruan tinggi sebanyak 5 responden (15,6%).

**Analisa Bivariat**

Tabel 2.

Rata-Rata BAB (Buang Air Besar), BAK dan BB Bayi Pada Kelompok Intervensi

Kel.	N	BAB		BAK				BB					
		BAB 1		BAB10		BAK 1		BAK 10		BB 1		BB 10	
		Me	SD	Me	SD	Me	SD	Me	SD	Mean	SD	Mean	SD
Intervensi	16	1,69	0,704	4,38	0,619	4,56	1,094	6,62	0,957	2981,25	283,358	3350,00	439,697

Berdasarkan tabel 4.2 diatas dapat dilihat pada kelompok intervensi bahwa beda rata rata peningkatan buang air besar pada bayi di hari ke 1 sampai hari ke 10 yaitu 2,69. Pengeluaran BAK bayi hari ke 1 sampai hari ke 10 yaitu 2,06 dan untuk peningkatan berat badan pada hari ke 1 sampai hari ke 10 yaitu 368,75

Tabel 3.

Rata-Rata BAB (Buang Air Besar), BAK dan BB Bayi Pada Kelompok Kontrol.

Kel.	N	BAB		BAK				BB					
		BAB 1		BAB10		BAK 1		BAK 10		BB 1		BB 10	
		Me	SD	Me	SD	Me	SD	Me	SD	Mean	SD	Mean	SD
Kontrol	16	1,25	0,447	3,06	0,772	4,00	0,730	5,81	0,544	2931,25	289,756	2946,88	370,346

Berdasarkan tabel 4.3 diatas dapat dilihat pada kelompok kontrol bahwa beda rata rata peningkatan buang air besar pada bayi di hari ke 1 sampai hari ke 10 yaitu 1,81. Pengeluaran BAK bayi hari ke 1 sampai hari ke 10 yaitu 1,81 dan untuk peningkatan berat badan pada hari ke 1 sampai hari ke 10 yaitu 15,63.

Tabel 4.

Hasil Uji Man Whitney Test Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Terhadap Pengeluaran Produksi ASI.

Variabel	Air Rebusan Daun Katuk	Produksi ASI		p-value
		Cukup	Kurang	
Kelompok Intervensi		14	2	0,009
Kelompok Kontrol		7	9	

**PEMBAHASAN**

Hasil penelitian tentang pengaruh rebusan daun katuk terhadap produksi ASI di Bidan Praktek Mandiri Manurung Tahun 2018 dengan

jumlah responden 32 ibu nifas. Dalam penelitian ini terdiri dari dua kelompok yaitu kelompok intervensi jumlah responden 16 ibu nifas dan kelompok kontrol 16 responden ibu nifas.

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa mayoritas pada kelompok intervensi produksi ASI cukup yaitu 14 ibu dan pada kelompok kontrol 7 ibu. Produksi ASI kurang pada kelompok intervensi yaitu 2 ibu dan pada kelompok kontrol 9 ibu. Hasil uji statistik didapatkan bahwa  $p$  (sig) adalah  $0,009 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan ada pengaruh konsumsi air rebusan daun katuk terhadap pengeluaran produksi ASI pada ibu nifas di BPM Manurung Tahun 2018.

Hasil penelitian Suryani, 2013 menunjukkan frekwensi BAK bayi pada hari pertama setelah lahir adalah 6 kali dalam 24 jam, pada minggu pertama adalah 9 kali dan pada minggu kedua adalah 10 kali dalam 24 jam, menunjukkan bahwa bayi akan sering kencing ketika bayi mendapatkan cukup nutrisi. Bila bayi tidak mendapatkan cukup ASI maka bayi akan sering menangis, menyusui lebih lama dari frekwensi biasanya dan ingin selalu minum ASI dengan waktu yang cukup pendek.

Penelitian ini menunjukkan kesesuaian dengan teori, dengan memberikan rebusan daun katuk kepada ibu menyusui sebanyak 3x1 dengan 150 cc rebusan daun katuk. Daun katuk bermanfaat untuk memperbanyak air susu ibu, untuk demam, dan banyak hal lainnya. Berdasarkan penelitian infus daun katuk dapat meningkatkan produksi ASI pada mencit. Infus akar daun katuk mempunyai efek diuretik dengan dosis 72 mg/100 g bb. Konsumsi sayur katuk bagi ibu menyusui dapat memperlama waktu menyusui bayi. Proses perebusan daun katuk dapat menghilangkan sifat anti protozoa. Pemberian infus daun katuk kadar 20%, 40%, dan 80% pada mencit tidak menyebabkan cacat bawaan dan tidak menyebabkan reabsorpsi. Jus daun katuk mentah digunakan untuk pelangsing tubuh alami di taiwan.

Kandungan protein dalam daun katuk berkhasiat untuk menstimulasi pengeluaran air susu ibu. Sedangkan kandungannya steroid dan polifenol didalamnya dapat berfungsi untuk menaikkan kadar prolaktin. Dengan demikian produksi ASI dapat meningkat.

Steroid bersama dengan vitamin A juga mendorong proliferasi epitel alveolus-alveolus baru. Dengan demikian, akan terjadi

peningkatan jumlah elveolus pada kelenjar yang secara otomatis akan meningkatkan produksi ASI. Salah satu penyebab perempuan tidak memberikan ASI kepada bayinya adalah karena ASI tidak cukup sehingga bayi merasa tidak puas untuk menyusui. ini merupakan salah satu faktor ASI eksklusif gagal sehingga ibu memberikan susu formula pada anaknya.

Dari hasil penelitian Agik Suprayogi, 1993 melakukan penelitian pengaruh pemberian daun katuk terhadap peningkatan produksi susu domba. Dari hasil penelitian tersebut, ternyata larutan ekstrak daun katuk 20% yang diberikan secara *in vitro* dapat meningkatkan produksi air susu  $>20\%$ . Komposisi susu tidak berubah, terjadi peningkatan aktifitas metabolisme glukosa sebesar  $>50\%$ .

Penelitian Amalia, 2017 juga menyatakan pemberian rebusan daun katuk yang di minum 3 x sehari (150cc dalam 1x minum) selama 7 hari dapat meningkatkan produksi ASI sebanyak 50-120 ml.

Hasil uji statistik *Man Whitney* nilai  $p < 0,05$  menunjukkan ada pengaruh yang signifikan rebusan daun katuk terhadap produksi ASI berdasarkan kenaikan berat badan bayi. Ibu yang memiliki ASI yang cukup dapat dilihat dari frekuensi kenaikan berat badan bayi pada hari ke 10.

Berat badan bayi merupakan salah satu indikator dari kelancaran ASI yang menurut kriteria bila ASI lancar maka berat badan bayi tidak akan turun pada minggu pertama lahir bahkan bila bayi mendapatkan ASI Eksklusif penurunan hanya terjadi 3-5% pada hari ke 3 dan berat badan akan kembali pada minggu pertama (Bobak, 2005).

Penelitian yang dilakukan oleh Suryani, 2013 mengatakan bahwa pijat oksitosin mempengaruhi peningkatan berat badan, frekwensi BAK bayi, frekwensi menyusui bayi dan lama tidur bayi setelah menyusui. Dimana hal ini menggambarkan bahwa pijat oksitosin mempengaruhi kelancaran ASI bila dilihat dari indikator bayi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Budiarti, 2009 bahwa produksi ASI juga dilihat dari produksi urin bayi yang baru lahir, bayi yang mendapatkan ASI cukup akan BAK sebanyak 6-8 kali dalam sehari. Penilaian terhadap produksi ASI dapat menggunakan beberapa kriteria sebagai acuan untuk mengetahui keluarnya ASI dan jumlahnya mencukupi bagi bayi pada 2-3 hari pertama kelahiran, diantaranya adalah sebelum disusui

payudara ibu terasa tegang, ASI yang banyak dapat keluar dari puting dengan sendirinya, ASI yang kurang dapat dilihat saat stimulasi pengeluaran ASI, ASI hanya sedikit yang keluar, bayi baru lahir yang cukup mendapatkan ASI maka BAK-nya selama 24 jam minimal 6-8 kali, warna urin kuning jernih, jika ASI cukup setelah menyusui maka bayi tertidur atau tenang selama 2-3 jam (Bobak, Perry & Lowdermilk, 2005).

### KESIMPULAN

1. Dari hasil penelitian pada kelompok intervensi bahwa beda rata rata peningkatan buang air besar pada bayi di hari ke 1 sampai hari ke 10 yaitu 2,69. Pengeluaran BAK bayi hari ke 1 sampai hari ke 10 yaitu 2,06 dan untuk peningkatan berat badan pada hari ke 1 sampai hari ke 10 yaitu 368,75.
2. Dari hasil penelitian pada kelompok kontrol bahwa beda rata rata peningkatan buang air besar pada bayi di hari ke 1 sampai hari ke 10 yaitu 1,81. Pengeluaran BAK bayi hari ke 1 sampai hari ke 10 yaitu 1,81 dan untuk peningkatan berat badan pada hari ke 1 sampai hari ke 10 yaitu 15,63.
3. Hasil uji statistik pengaruh rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapatkan bahwa  $p$  (sig) adalah  $0,009 < 0,05$ , maka dapat diproduksi ASI pada simpulkan ada pengaruh rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Bidan Praktek Mandiri Manurung Tahun 2018.

### SARAN

1. Bagi Responden  
Diharapkan menjadikan rebusan daun katuk dalam perawatan payudara pada ibu postpartum dengan keluhan Air Susu yang kurang ataupun tidak lancar. Petugas kesehatan mengajarkan pasien dan keluarga agar bisa mengkonsumsi rebusan daun katuk maupun daun katuk.
2. Bagi Tempat Penelitian  
Dengan adanya penelitian ini diharapkan BPM Manurung dapat memberikan penyuluhan maupun pelayanan yang baik

kepada Ibu postpartum agar semakin banyak Ibu yang mengetahui tentang manfaat rebusan daun katuk untuk meningkatkan produksi ASI

3. Bagi Institusi Pendidikan  
Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi pembelajaran di STIKes Mitra Husada Medan tentang Pengaruh rebusan daun katuk terhadap Peningkatan Produksi ASI.
4. Bagi peneliti selanjutnya  
Melanjutkan penelitian ini dengan menambahkan variabel yang lain serta memperhatikan variabel perancu.

### DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, 2014. Asuhan Kebidanan Masa Nifas, Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Bobak, (2005). Buku Ajar Keperawatan Maternitas, Jakarta : EGC
- Dewi Vivian, 2011. Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas, Jakarta : Salemba Medika
- Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. (2016). Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara. *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2016*.
- Faizatul, (2014). Pijat Oksitosin untuk mempercepat pengeluaran ASI pada Ibu Pasca Salin Normal di Dusun Sono Desa Ketanen Kecamatan Panceng Gresik. Vol.02 No XVIII.
- IBI. (2016). *Buku Acuan Midwifery Update*. Jakarta pusat: Pengurus Pusat Ikatan Bidan Indonesia
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2017). *Profil Kesehatan Indonesia* : Jakarta (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia)
- Maryunani A.(2015). *Asuhan Ibu Nifas & Asuhan Ibu Menyusui*. Bogor :In Media.
- Ningdyningrum, 2012. Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Katuk Terhadap Produksi ASI
- Monika (2018). *Buku Pintar ASI dan Menyusui*. Jakarta : PT Mizan Publika.
- Rimonta F. Gunanegara, Aloysius Suryawan, Ucke S. Sastrawinata, Tatang Surachman. (2008). *Efektivitas Ekstrak Daun Katuk dalam Produksi Air Susu Ibu untuk Keberhasilan Menyusui*
- Riskesdas (2013). Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar. Jakarta *Badan*

*Penelitian dan Pengembangan Kesehatan  
Departemen Kesehatan RI*

- Roesli U (2007) *Inisiasi Menyusu Dini Plus ASI Eksklusif*. Jakarta :PustakaBunda
- Rukiyah, 2011. *Asuhan Kebidanan III (Nifas)*, Jakarta : CV Trans Info Media
- Sari Puspita L. (2017). *Rahasia Sukses Mengoptimalkan Produksi ASI*. Yogyakarta :Fitramaya.
- Sulistyawati, 2009. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Sa'roni, dkk, 2004, *Effectiveness of the Sauropus Androgynus (L.) Meer Leaf Extract In Increasing Mother's Breast Milk Production*, Media Litbangkes Vol XIV No 3
- Sofia, Debbiyatus (2011) *Perbedaan Let Down Sebelum dan Sesudah Pijat Oksitosin Vertebrae pada Ibu yang Menyusui Bayi 0-6 bulan di Desa Candi Jati Kabupaten Jember*. Skripsi. Universitas Jember.
- WBW. 2007. *Early Initiation of Breastfeeding Can Save More Than One Million Babies* Press Release. World Breastfeeding Week :Malaysia
- WHO. *World Health Organization Statistics 2015: World Health Organization; 2015*