



Pemberian Estrak Daun Torbangun pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI dan Kenaikan Berat Badan Bayi

Hellen Febriyanti^{1*)}; Riona Sanjaya²; Poniah³

Published online: 5 June 2021

Abstract

If a baby is not given exclusive breastfeeding, it has a bad impact on the baby. The highest coverage for infants aged 0–6 months who received exclusive breastfeeding according to the district / city level in the province of Lampung in 2018 was Pringsewu Regency, namely 78.91%, while for Bandar Lampung City it reached 69.53%. The purpose of this study was to determine the effect of Torbangun leaf extract on breast milk production in post-partum mothers in the State Batin Community Health Center, Kota Agung Barat District, Tanggamus Regency in 2021. This research is a quantitative study with a Quasi-experimental research design. The object of the research was the post-partum mother in the Inner State Health Center. The data was collected using an observation sheet. The subject of this research is the production of breast milk for post-partum mothers. This research was conducted in February 2021 in the State Batin Health Center, Kota Agung Barat District, Tanggamus Regency. The results showed that the average breastmilk production in postpartum mothers before being given Torbangun Leaf Extract in the State Batin Community Health Center, Kota Agung Barat District, Tanggamus Regency in 2020 was 2.133 and after was 55.800. It is known that the average milk production in postpartum mothers after being given Torbangun leaf extract in the State Batin Health Center, Kota Agung Barat District, Tanggamus Regency in 2021 is 2.067 and after is 41.933. There is an effect of Torbangun leaf extract on breast milk production in post-partum mothers in the area of Negara Batin Health Center, Kota Agung Barat District, Tanggamus Regency in 2020 (p-value 0,000). There isn't an effect of Torbangun leaf extract on breast milk production in post-partum mothers in the area of Negara Batin Health Center, Kota Agung Barat District, Tanggamus Regency in 2020 (p-value 0,647). Suggestions Can provide input information to the public about the effect of giving the leaves extract of wakes (coleus ambonicus lour) on postpartum maternal breastfeeding.

Keywords: Taun Torbangun Extract, increase baby weight, Breast Milk Expenditure

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif berdasarkan Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral). ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah tinggi sehingga

pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi (Kementrian Kesehatan RI, 2017).

Target pencapaian ASI eksklusif masih sulit dicapai secara optimal disebabkan beberapa hal diantaranya adalah gangguan atau ketidaklancaran pengeluaran ASI. Ketidaklancaran pengeluaran ASI itu sendiri dapat disebabkan oleh beberapa faktor baik faktor fisik maupun psikologis. Produksi ASI sangat dipengaruhi oleh faktor kejiwaan karena perasaan ibu dapat menghambat atau meningkatkan pengeluaran oksitosin, bila ibu dalam keadaan tertekan, sedih, kurang percaya diri dan berbagai bentuk ketegangan emosional dapat menurunkan produksi ASI (Sulistyoningsih, 2011).

Periode menyusui merupakan hal yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak (Astutik, 2014). ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi. Kolostrum berwarna kekuningan dihasilkan

^{1,2,3} Universitas Aisyah Pringsewu

^{*)} *corresponding author*

Hellen Febriyanti
Universitas Aisyah Pringsewu
Email: hellenfebriyanti06@gmail.com

pada hari pertama sampai hari ketiga. Hari keempat sampai hari kesepuluh ASI mengandung immunoglobulin, protein, dan laktosa lebih sedikit dibandingkan kolostrum tetapi lemak dan kalori lebih tinggi dengan warna susu lebih putih. Selain mengandung zat-zat makanan, ASI juga mengandung zat penyerap berupa enzim tersendiri yang tidak akan mengganggu enzim di usus. Susu formula tidak mengandung enzim sehingga penyerapan makanan tergantung pada enzim yang terdapat di usus bayi. Zat-zat anti infeksi yang terkandung dalam ASI membantu melindungi bayi terhadap berbagai penyakit (Astutik, 2014).

Secara nasional, cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2018 yaitu sebesar 68,74%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2018 yaitu 47%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Provinsi Jawa Barat (90,79%), sedangkan persentase terendah terdapat di Provinsi Gorontalo (30,71%). Sebanyak enam provinsi belum mencapai target Renstra tahun 2018 (Depkes RI, 2018)

Proporsi alasan anak umur 0-23 bulan belum/tidak pernah disusui di Indonesia adalah karena ASI tidak keluar (65,7%), anak tidak bisa menyusui (6,6%), repot (2,2%), rawat pisah (8,4%), alasan medis (5,7%), anak terpisah dari ibunya (5,4%), ibu meninggal (1,5%), dan lainnya (4,5%). Sedangkan menurut provinsi, proporsi alasan tertinggi anak umur 0-23 bulan belum/tidak pernah disusui karena ASI tidak keluar diduduki oleh Provinsi Lampung yaitu sebesar 55,4% (Risksdas, 2018). Sedangkan cakupan ASI Eksklusif pada bayi usia 0 - 6 bulan di Provinsi Lampung tahun 2017 yaitu sebesar 64,98% dan mengalami kenaikan pada tahun 2018 yaitu sebesar 67,01%. Cakupan Bayi usia 0-6 bulan yang mendapat ASI Eksklusif menurut tingkatan Kabupaten/Kota seprovinsi Lampung Tahun 2018 tertinggi adalah Kabupaten Pringsewu yaitu 78,91%, sedangkan untuk Kota Bandar Lampung mencapai 69,53% (Profil Kesehatan Provinsi Lampung, 2018).

Berdasarkan hasil data cakupan ASI eksklusif menurut tingkatan Kabupaten/Kota seprovinsi Lampung dari Tahun 2017 ke Tahun 2018 Kota Bandar Lampung mengalami penurunan yang signifikan dalam pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 0- 6 bulan. Di Tahun 2017 pemberian ASI Eksklusif di Kota Bandar Lampung sebesar 73,76% sedangkan pada tahun 2018 menurun menjadi 69,53%.

Berdasarkan data pencapaian ibu nifas yang menyusui di Puskesmas Negara Batin Kecamatan Kota Agung Barat Kabupaten Tanggamus tahun 2018 sebanyak 470 ibu nifas dan tahun 2019 sebanyak 512 ibu nifas sedangkan untuk pencapaian ASI eksklusif di tahun 2018 sebesar 60,71% dan di tahun 2019 sebesar 59,80% (Puskesmas Negara batin, 2021). Banyak faktor penyebab rendahnya pemberian ASI eksklusif, salah satu diantaranya adalah ibu menyusui merasa jumlah ASI yang diproduksi tidak cukup untuk memenuhi permintaan bayi, disamping masih adanya promosi susu formula pengganti ASI selain itu asupan gizi ibu yang rendah. 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).

Pada keadaan fisiologis menyusui, kebutuhan gizi ibu meningkat karena kebutuhan untuk memproduksi ASI, salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI adalah melalui penggunaan obat ramuan tradisional, terdapat beberapa tanaman yang di percaya baik secara turun temurun maupun yang sudah terbukti uji ilmiahnya dalam

meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI, misalnya daun bangun-bangun (*Coleus amboinicus*) (Kemenkes, 2016). Berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa ada beberapa bahan pangan di Indonesia yang memiliki fungsi sebagai laktagogum. Salah satu tanaman yang memiliki laktagogum adalah tanaman bangun-bangun. Fungsi dari laktagogum sendiri adalah dapat meningkatkan volume produksi ASI (Hidayat, 2014).

Daun torbangun (bangun-bangun) sangat potensial untuk dikembangkan baik dari segi manfaatnya sebagai laktagogum maupun dari segi sifat tanaman tersebut yang sangat mudah tumbuh dengan umur panen yang singkat. Meskipun demikian, pemanfaatannya masih terbatas dikalangan masyarakat suku Batak dengan bentuk olahan hanya sebagai sayuran atau sop.

Penggunaan laktagogum (*lactagogue*) merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa ada sejumlah bahan pangan di Indonesia yang memiliki fungsi sebagai laktagogum. Pemanfaatan dan pengembangan tanaman pangan yang memiliki fungsi sebagai laktagogum tersebut dapat menjadi salah satu strategi untuk mengatasi gagalnya pemberian ASI eksklusif karena sekresi dan produksi ASI yang rendah. Disisi lain, ibu menyusui termasuk salah satu target pemberian makanan tambahan karena membutuhkan zat-zat gizi yang lebih banyak dari ibu yang tidak menyusui. Oleh karena itu, terdapat peluang untuk mengembangkan suatu produk makanan tambahan fungsional bagi ibu menyusui dimana konsumsi produk tersebut diharapkan tidak hanya berkontribusi terhadap tambahan asupan zat gizi ibu menyusui tetapi sekaligus juga dapat mendukung program pemberian ASI eksklusif serta pertumbuhan bayi melalui meningkatnya laju sekresi dan produksi ASI (Syarief, 2014)

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian menggunakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *quasi eksperimen*. Penelitian ini menggunakan desain *pretest dan posttest control group design*. Penelitian ini telah dilakukan di Wilayah Puskesmas Negara Batin Kecamatan Kota Agung Barat Kabupaten Tanggamus pada bulan Februari 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu *postpartum* hari pertama di Wilayah Puskesmas Negara Batin Kecamatan Kota Agung Barat Kabupaten Tanggamus Tahun 2021 dengan jumlah rata-rata ibu ibu nifas 36 pasien per bulan dengan sampel yang digunakan sebanyak 30 ibu yang dibagi menjadi 2 kelompok. 15 orang pada kelompok eksperimen diberi ekstrak daun bangun-bangun dan 15 orang pada kelompok kedua sebagai kontrol. variabel dalam penelitian ini adalah pemberian ekstrak daun torbangun dan pengeluaran ASI. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan lembar observasi. Analisis data dengan analisis univariat dan bivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 diketahui rata-rata Produksi ASI pada Pada Ibu Nifas sebelum diberi Estrak Daun Torbangun di Wilayah Puskesmas Negara Batin Kecamatan Kota Agung Barat Kabupaten Tanggamus Tahun 2020 adalah 2,133 dan sesudah adalah sebesar 55,800.

Tabel 1
Rata – Rata Produksi Asi Pada Pada Ibu Nifas Sebelum Dan Sesudah Diberi Estrak Daun Torbangun

Produksi Asi	Mean	SD	Min	Max	N
Sebelum	2,133	1,7674	0,0	6,0	15
Sesudah	55,800	9,6006	43,0	75,0	15

Berdasarkan tabel 2 diketahui rata-rata Produksi ASI pada Pada Ibu Nifas setelah perawatan masa nifas di Wilayah Puskesmas Negara Batin Kecamatan Kota Agung

Barat Kabupaten Tanggamus Tahun 2021 adalah 2,067 dan sesudah adalah sebesar 41,933.

Tabel 2
Rata – Rata Produksi ASI Pada Ibu Nifas Kelompok Control Sebelum Dan Perawatan masa nifas

Produksi ASI	Mean	SD	Min	Max	N
Sebelum	2,067	1,5337	0,0	5,0	15
Sesudah	41,933	9,4828	24,0	59,0	15

Tabel 3
Uji Normalitas Data Penelitian

Variabel	Kategori	Skewness	Std. Error	Skewness : Std.Error	Ket
Intervensi	Sebelum	0,933	0,580	1,608	Normal
	Sesudah	1,018	0,580	1,755	Normal
Kontrol	Sebelum	0,283	0,580	0,487	Normal
	Sesudah	0,226	0,580	0,389	Normal

Berdasarkan tabel 3 masing-masing variabel mempunyai nilai *skewness* dan *standar error*, bila nilai *skewness* di bagi standar erornya menghasilkan angka ≤ 2 ,

maka distribusi normal, bila data berdistribusi normal maka dapat dilanjutkan untuk uji (*t dependent*).

Tabel 4
Pemberian Estrak Daun Torbangun Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran ASI

Kelompok	Mean	SD	Beda Mean	T-Test	P- Value
Intervensi	55,800	8,9016	13,8000	4,348	0,000
Kontrol	41,933	8,4757			

Berdasarkan tabel 4.4 diatas, hasil uji statistik didapatkan $t_{-test} > t_{tabel}$, $4,348 > 1,684$, $p-value = 0,000$ ($p-value < \alpha = 0,05$) yang berarti ada Pengaruh Estrak Daun Torbangun Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas di

Wilayah Puskesmas Negara Batin Kecamatan Kota Agung Barat Kabupaten Tanggamus Tahun 2021, dengan beda mean sebesar 13,8 ml.

Tabel 5
Pemberian Estrak Daun Torbangun Pada Ibu Nifas Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi

Kelompok	Mean	SD	T-Test	P- Value
Intervensi	3246,43	192,618	4,312	0,674
Kontrol	3271,43	230,146		

Berdasarkan tabel 5 hasil uji statistik didapatkan $p-value = 0,674$ ($p-value < \alpha = 0,05$) yang berarti Tidak ada Pengaruh Estrak Daun Torbangun Terhadap kenaikan berat badan pada bayi baru lahir.

(*mean*) adalah 4,85 dan pada kelompok intervensi memiliki nilai rata-rata 6,60. Jumlah volume ASI pada ibu post-SC didapatkan hasil sebanyak $5,47 \pm 2,282$ mL untuk kelompok kasus; sedangkan $5,89 \pm 1,768$ mL untuk kelompok kontrol.

Rata-Rata Produksi ASI pada Pada Ibu Nifas sebelum diberi Estrak Daun Torbangun

Diketahui rata-rata Produksi ASI pada Pada Ibu Nifas sebelum diberi Estrak Daun Torbangun di Wilayah Puskesmas Negara Batin Kecamatan Kota Agung Barat Kabupaten Tanggamus Tahun 2020 adalah 2,133 dan sesudah adalah sebesar 55,800.

Penelitian Pane (2020) menunjukkan bahwa produksi ASI pada kelompok kontrol menunjukkan nilai rata-rata

Selama kehamilan hormon prolaktin dari plasenta meningkat tetapi ASI belum keluar karena pengaruh hormon estrogen yang masih tinggi. Kadar estrogen dan progesteron akan menurun pada saat hari kedua atau ketiga pasca persalinan, sehingga terjadi sekresi ASI (Maritalia, 2014).

Persiapan payudara untuk menyusui dimulai sejak kehamilan yang ditandai dengan payudara menjadi lebih besar seiring dengan meningkatnya jumlah dan ukuran kelenjar *alveoli* sebagai hasil dari peningkatan kadar hormon *estrogen*. Hal ini terjadi sampai seorang bayi telah

disusui untuk beberapa hari dimana produksi susu yang sebenarnya dimulai. Dalam beberapa hari pertama payudara mengeluarkan *kolostrum* yang sangat penting bagi kesehatan bayi. Payudara menghasilkan ASI dimulai ketika bayi mulai menyusui pada puting susu ibu dan hasi rangsangan fisik ini menyebabkan *impuls* pada ujung saraf yang selanjutnya dikirim ke *Hypothalamus* di otak yang secara bergantian memberitahu kelenjar *Pituitary* di otak untuk menghasilkan hormon *Oxytocin* dan *Prolaktin* (Astutik, 2015).

Daun torbangun (bangun-bangun) sangat potensial untuk dikembangkan baik dari segi manfaatnya sebagai laktagogum maupun dari segi sifat tanaman tersebut yang sangat mudah tumbuh dengan umur panen yang singkat. Meskipun demikian, pemanfaatannya masih terbatas dikalangan masyarakat suku Batak dengan bentuk olahan hanya sebagai sayuran atau sop.

Penggunaan laktagogum (*lactagogue*) merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa ada sejumlah bahan pangan di Indonesia yang memiliki fungsi sebagai laktagogum. Pemanfaatan dan pengembangan tanaman pangan yang memiliki fungsi sebagai laktagogum tersebut dapat menjadi salah satu strategi untuk mengatasi gagalnya pemberian ASI eksklusif karena sekresi dan produksi ASI yang rendah. Disisi lain, ibu menyusui termasuk salah satu target pemberian makanan tambahan karena membutuhkan zat-zat gizi yang lebih banyak dari ibu yang tidak menyusui. Oleh karena itu, terdapat peluang untuk mengembangkan suatu produk makanan tambahan fungsional bagi ibu menyusui dimana konsumsi produk tersebut diharapkan tidak hanya berkontribusi terhadap tambahan asupan zat gizi ibu menyusui tetapi sekaligus juga dapat mendukung program pemberian ASI eksklusif serta pertumbuhan bayi melalui meningkatnya laju sekresi dan produksi ASI.

Rata-Rata Produksi ASI pada Pada Ibu Nifas pada kelompok kontrol

Diketahui rata-rata Produksi ASI pada Pada Ibu Nifas setelah kelompok kontrol di Wilayah Puskesmas Negara Batin Kecamatan Kota Agung Barat Kabupaten Tanggamus Tahun 2021 adalah 2,067 dan sesudah adalah sebesar 41,933.

Penelitian Idris (2012) dengan judul Pengaruh Daun Bangun-Bangun (*Coleus Amboinicus*) Untuk Meningkatkan Produksi Asiimana sebelum diberikan sop daun bangun-bangun produksi ASI ibu berdasarkan nilai rata-rata berat badan bayi 4284,38 Gr dan sesudah diberikan daun bangun-bangun nilai rata-rata 4531,25 Gr. Penelitian Pane (2020) menunjukkan bahwa produksi ASI pada kelompok kontrol menunjukkan nilai rata-rata (*mean*) adalah 4,85 dan pada kelompok intervensi memiliki nilai rata-rata 6,60.

Menurut Desmawati (2010), 54% dari ibu post sectio caesarea tidak benar dalam posisi menyusui dan 55% mengalami mobilisasi pasif akibat nyeri luka operasi. Responden dari kelompok kasus terbukti mengeluarkan lebih banyak volume ASI daripada kelompok kontrol (327.927 ± 26.595 mL vs 189.570 ± 24.860 mL) setelah konsumsi teh Sibangun bangun.

Pada keadaan fisiologis menyusui, kebutuhan gizi ibu meningkat karena kebutuhan untuk memproduksi ASI, salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI adalah melalui penggunaan obat ramuan tradisional, terdapat beberapa tanaman yang di percaya baik secara turun temurun maupun yang sudah terbukti uji ilmiahnya dalam meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI, misalnya daun

daun bangun-bangun (*Coleus amboinicus*) (Kemenkes, 2016). Berbagai penelitian yang menunjukkan bahwa ada beberapa bahan pangan di Indonesia yang memiliki fungsi sebagai laktagogum. Salah satu tanaman yang memiliki laktagogum adalah tanaman bangun-bangun. Fungsi dari laktagogum sendiri adalah dapat meningkatkan volume produksi ASI (Hidayat, 2014).

Proses ini dikenal juga dengan istilah inisiasi menyusui dini, di mana ASI baru akan keluar setelah ari-ari atau plasenta lepas. Plasenta mengandung hormon penghambat prolaktin (hormon plasenta) yang menghambat pembentukan ASI. Setelah plasenta lepas, hormon plasenta tersebut tidak diproduksi lagi, sehingga susu pun keluar. Umumnya ASI keluar 2-3 hari setelah melahirkan. Namun, sebelumnya di payudara sudah terbentuk kolostrum yang baik sekali untuk bayi, karena mengandung zat kaya gizi dan antibodi pembunuh kuman. Pada proses laktasi terdapat dua reflek yang berperan, yaitu reflek *Prolaktin* dan reflek aliran yang timbul akibat rangsangan puting susu dikarenakan isapan bayi.

Pemberian Estrak Daun Torbangun Pada Ibu Nifas Terhadap Pengeluaran Asi

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan $t_{-test} > t_{tabel}$, $4,348 > 1,684$, $p-value = 0,000$ ($p-value < \alpha = 0,05$) yang berarti ada Pengaruh Estrak Daun Torbangun Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas di Wilayah Puskesmas Negara Batin Kecamatan Kota Agung Barat Kabupaten Tanggamus Tahun 2021.

Penelitian Ariescha (2019) dengan judul Pengaruh Pemberian Daun Bangun – Bangun (*Coleus Amboinicus Lour*) Terhadap Produksi Asi Di Desa Candirejo Kecamatan Biru – Biru Kab. Deli Serdang Tahun 2018. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari Daun Bangun-Bangun terhadap produksi ASI. Hasil signifikan menunjukkan bahwa $p = 0,000 < 0,005$.

Penggunaan laktagogum (*lactagogue*) merupakan salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa ada sejumlah bahan pangan di Indonesia yang memiliki fungsi sebagai laktagogum. Pemanfaatan dan pengembangan tanaman pangan yang memiliki fungsi sebagai laktagogum tersebut dapat menjadi salah satu strategi untuk mengatasi gagalnya pemberian ASI eksklusif karena sekresi dan produksi ASI yang rendah. Disisi lain, ibu menyusui termasuk salah satu target pemberian makanan tambahan karena membutuhkan zat-zat gizi yang lebih banyak dari ibu yang tidak menyusui. Oleh karena itu, terdapat peluang untuk mengembangkan suatu produk makanan tambahan fungsional bagi ibu menyusui dimana konsumsi produk tersebut diharapkan tidak hanya berkontribusi terhadap tambahan asupan zat gizi ibu menyusui tetapi sekaligus juga dapat mendukung program pemberian ASI eksklusif serta pertumbuhan bayi melalui meningkatnya laju sekresi dan produksi ASI (Syarief, 2014).

Daun Sibangun bangun mengandung lactogogum dengan 10 komponen aktif dan asam lemak rantai ganda yang berhubungan langsung dengan kelenjar susu sehingga mampu merangsang dan meningkatkan produksi ASI. Ibu yang mengkonsumsi daun Sibangun bangun akan merasa lebih segar dan tidak lelah. Penelitian tentang pemanfaatan konsumsi daun Sibangun bangun selama laktasi menunjukkan bahwa daun yang dikonsumsi dapat meningkatkan volume total ASI dan berat bayi (Santosa, 2005). Peningkatan ASI juga terjadi pada responden yang tidak mengkonsumsi teh karena volume ASI akan meningkat pada ibu menyusui secara fisiologis mulai dari minggu pertama hingga akhir tahun pertama dan akan

menurun kembali, hal ini disampaikan oleh ikatan dokter anak sesuai produksi ASI pada hari pertama dan kedua memang sangat sedikit namun produksi akan meningkat dengan cepat pada hari kelima dan tetap stagnan sejak minggu keenam dan seterusnya (IDAI, 2013).

Menurut pendapat peneliti dapat dikatakan bahwa daun bangun bangun dapat meningkatkan produksi ASI. Hal ini dipertegas dengan teori yang mengatakan bahwa daun bangun-bangun berpotensi sebagai laktagogum yang ditunjukkan dengan adanya saponin, flavonoid dan polifenol sehingga dapat meningkatkan hormone-hormon menyusui seperti prolaktin dan oksitosin. Konsumsi daun bangun-bangun berpengaruh nyata terhadap peningkatan kadar beberapa mineral seperti zat besi, kalium, seng dan magnesium dalam ASI serta dapat mengakibatkan peningkatan berat badan bayi secara nyata.

Menurut pendapat peneliti, makanan untuk mempercepat pengeluaran ASI dan memperbanyak air susu ibu (ASI) disebut juga makanan laktogenik atau ASI *booster*. Makanan laktogenik adalah jenis makanan yang mengandung galaktagog, yaitu senyawa pada tanaman yang dapat merangsang dan meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui, dalam penelitian ini menggunakan ekstrak daun torbangun. sesuai dengan hasil penelitian ini bahwa upaya untuk meningkatkan produksi ASI dapat dilakukan dengan megkonsumsi ibu sehari-hari terutama dengan menambah menu sayur daun bangun-bangun atau minum kapsul daun bangun sesuai dosis. Daun bangun-bangun belum begitu dikenal sebagai sayur pelancar ASI, namun berdasarkan manfaatnya daun bangun – bangun memiliki antioksidan pada tubuh manusia karena dapat menghambat radikal bebas hidroksil.

Pemberian Estrak Daun Torbangun Pada Ibu Nifas Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi

Berdasarkan tabel 4.5 diatas, hasil uji statistik didapatkan $p\text{-value} = 0,674$ ($p\text{-value} < \alpha = 0,05$) yang berarti Tidak ada Pengaruh Estrak Daun Torbangun Terhadap kenaikan berat badan pada bayi baru lahir.

Menurut pendapat peneliti, makanan untuk mempercepat pengeluaran ASI dan memperbanyak air susu ibu (ASI) disebut juga makanan laktogenik atau ASI *booster*. Makanan laktogenik adalah jenis makanan yang mengandung galaktagog, yaitu senyawa pada tanaman yang dapat merangsang dan meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui, dalam penelitian ini menggunakan ekstrak daun torbangun. sesuai dengan hasil penelitian ini bahwa upaya untuk meningkatkan produksi ASI dapat dilakukan dengan megkonsumsi ibu sehari-hari terutama dengan menambah menu sayur daun bangun-bangun atau minum kapsul daun bangun sesuai dosis. Daun bangun-bangun belum begitu dikenal sebagai sayur pelancar ASI, namun berdasarkan manfaatnya daun bangun – bangun memiliki antioksidan pada tubuh manusia karena dapat menghambat radikal bebas hidroksil

KESIMPULAN DAN SARAN

Diketahui rata-rata Produksi ASI pada Pada Ibu Nifas sebelum diberi Estrak Daun Torbangun di Wilayah Puskesmas Negara Batin Kecamatan Kota Agung Barat Kabupaten Tanggamus Tahun 2020 adalah 2,133 dan sesudah adalah sebesar 55,800.

Diketahui rata-rata Produksi ASI pada Pada Ibu Nifas setelah diberi Estrak Daun Torbangun di Wilayah Puskesmas Negara Batin Kecamatan Kota Agung Barat

Kabupaten Tanggamus Tahun 2021 adalah 2,067 dan sesudah adalah sebesar 41,933.

Ada Pengaruh Estrak Daun Torbangun Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas di Wilayah Puskesmas Negara Batin Kecamatan Kota Agung Barat Kabupaten Tanggamus Tahun 2020 ($p\text{-value} 0,000$).

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman peneliti tentang pengaruh pemberian ekstrak daun torbangun terhadap produksi ASI ibu nifas.

Dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam upaya memberikan pelayanan atau intervensi kebidanan pada ibu nifas dalam upaya produksi ASI.

Dapat memberikan informasi dan data dasar untuk melaksanakan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan pemanfaatan daun bangun-bangun (*coleus amboinicus lour*) dalam upaya pengeluaran ASI.

Dapat memberikan masukan informasi pada masyarakat tentang pengaruh pemberian ekstrak daun bangun-bangun (*coleus amboinicus lour*) terhadap pengeluaran ASI ibu *Postpartum*.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariescha, P. A. Y., & Tryaningsih, U. (2019). *Pengaruh Pemberian Daun Bangun-Bangun (Coleus Amboinicus Lour) Terhadap Produksi ASI. Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 1(2), 23-28.
- Astutik, R. Y. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Trans Info Media.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2018). *Profil Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2017*. Lampung
- Febriyanti, H. (2018). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Pemberian Asi Eksklusif pada Tenaga Kesehatan yang Memiliki Bayi di Wilayah Kabupaten Pringsewu Tahun 2017. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram*, 3(1), 38-47.
- Idris, R. (2012). Pengaruh Daun Bangun Bangun (*coleus amboinicus*) Untuk Meningkatkan Produksi ASI
- Kemendes RI. (2017). *Infodatin: mother's day*. Jakarta: Indonesia
- Kemendes RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018*. Jakarta: Indonesia
- Kemendes, R. I. (2012). *PP Peraturan pemerintah no 33 tahun 2012 tentang pemberian air susu ibu eksklusif*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Maritalia. (2014). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Maryunani, A. (2012). *Inisiasi Menyusu Dini, ASI Eksklusif Dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: CV. Trans Info Media.
- Permenkes, R. I. (2016). *No. 6 Tahun 2016 tentang Formularium Obat Herbal Asli Indonesia*. Jakarta: Biro Hukum dan Organisasi Kementerian Kesehatan RI, 6-225.
- Santosa, C.M., dan Hertiani, T. (2005). *Kandungan Senyawa Kimia dan Efek Ekstrak Air Daun Bangun-bangun (Coleus amboinicus, L.) pada Aktivitas Fagositosis Netrofil Tikus Putih (Rattus norvegicus)*. *Majalah Farmasi Indonesia*. 16(3): 141–148.
- Syarief, H., Damanik, R. M., Sinaga, T., & Doloksaribu, T. H. (2014). *Pemanfaatan Daun Bangun-Bangun dalam*

*Pengembangan Produk Makanan Tambahan
Fungsional untuk Ibu Menyusui.* Jurnal Ilmu
Pertanian Indonesia, 19(1), 38-42.