

EFEKTIVITAS DAUN BANGUN-BANGUN DALAM MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU NIFAS

Kumala Sari Rambe¹, Dede Maysarah²

Akademi Kebidanan Baruna Husada Sibuhuan^{1,2}

e-mail: ¹kumalasarirambe.sst@gmail.com, ²dedededemaysarah@gmail.com

ABSTRACT

*Exclusive breastfeeding is breastfeeding for the first 6 months of the baby's life without the intake of other food or drinks except vitamins, drugs and ORS. Bangun-bangun plant (*Coleus Amboinus Lour*) is one of the types of plants consumed by new mothers in North Sumatra, especially by the Batak tribe. The purpose of this study was to determine the effectiveness of the leaves of Bangun-bangun in increasing milk production in the Independent Practice of Midwife Rismayani Harahap, S.Tr.Keb. The research method uses the Quasi Experiment Design method using the Non-Equivalent Control group approach. The study used the Independent T-Test test, namely $P = 0.000$, which means that there is an Effectiveness of Giving Bangun-bangun Leaves to Increase Breast Milk Production in Postpartum Mothers*

Keywords: *Massage; Daun Bangun-bangun ; Breast milk production*

ABSTRAK

ASI Eksklusif adalah pemberian ASI selama 6 bulan pertama masa kehidupan bayi tanpa asupan makanan atau minuman lain kecuali vitamin, obat dan oralit. Tanaman Bangun-bangun (*Coleus Amboinus Lour*) adalah salah satu jenis tanaman yang dikonsumsi oleh ibu baru melahirkan di daerah Sumatera Utara, khususnya oleh suku Batak. Tujuan penelitian ini adalah Mengetahui Efektivitas daun bangun-bangun dalam meningkatkan produksi ASI di Praktek Mandiri Bidan Rismayani Harahap, S.Tr.Keb. Metode penelitian dengan menggunakan metode *Quasi Experiment Design* dengan menggunakan pendekatan *Non-Equivalent Control group*. Penelitian menggunakan Uji *Independent T-Test* yaitu $P=0,000$ artinya terdapat Efektivitas Pemberian Daun Bangunbangun terhadap Peningkatan Produksi ASI pada ibu Nifas.

Kata kunci: Daun Bangun-bangun ; Produksi ASI

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Air susu ibu (ASI) merupakan satu-satunya makanan terbaik bagi bayi karena mengandung komposisi gizi yang paling lengkap dan ideal untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi selama 6 bulan pertama [1]. ASI Eksklusif adalah pemberian ASI selama 6 bulan pertama masa kehidupan bayi tanpa asupan makanan atau minuman lain kecuali vitamin, obat dan oralit [2].

Kolostrum adalah ASI yang berwarna kekuningan yang dihasilkan tiga hari pertama setelah bayi lahir, pemberian Air susu Ibu (ASI) eksklusif kepada bayi 0-6 bulan sangat banyak manfaatnya. Tanaman Bangun-bangun (*Coleus Amboinus Lour*) adalah salah satu jenis tanaman yang dikonsumsi oleh ibu baru melahirkan di daerah Sumatera utara, khususnya oleh suku Batak.

Daun bangun-bangun dipercaya dapat meningkatkan produksi air susu ibu (ASI) dan memiliki kandungan zat gizi tinggi, 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.

Beberapa penelitian telah membuktikan kebenaran khasiat daun bangun-bangun sebagai pelancar Air Susu Ibu (ASI) salah satu diantaranya adalah penelitian yang dilakukan [9], mengatakan bahwa air susu ibu (ASI) memiliki peranan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak, terutama di periode sensitif (0-24 bulan).

Berdasarkan hasil wawancara dari 10 ibu yang mempunyai bayi 0-6 bulan yang telah dilakukan wawancara pada ibu menyatakan bahwa bayinya rata-rata mendapatkan ASI sebanyak 4 orang bayi dan 6 orang bayinya mendapatkan susu formula pada saat lahir kedua. Dari latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti Efektivitas daun bangun-bangun dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu Nifas di Praktek Mandiri Bidan Rismayani Harahap, S.Tr.Keb Kabupaten Padang Lawas.

Tujuan Penelitian

Hipotesis (Opsional)

Adakah efektivitas pemberian daun bangun-bangun terhadap Peningkatan Produksi ASI. Tujuan penelitian ini adalah salah satu menganalisis Efektivitas daun bangun-bangun dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu Nifas di Praktek Mandiri Bidan Rismayani Harahap, S.Tr.Keb Desa Hutalombang.

METODE

Jenis penelitian yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode *Quasi Experimental design*, dengan menggunakan pendekatan *Non-Equivalent control group*. Penelitian ini melihat bagaimana Efektivitas Daun bangun-bangun dalam meningkatkan Produksi ASI pada ibu menyusui [16].

HASIL

Tabel 1 Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin bayi, Usia Ibu dan jumlah anak bagi ibu yang diberikan daun bangun-bangun

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
1	Jenis Kelamin		
	Perempuan	8	53,3
	Laki-laki	7	46,7
2	Usia Ibu 20-26		
	Tahun	8	53,3
	27-35 Tahun	5	33,3
	35-40 Tahun	2	13,4
3	Jumlah Anak		
	1	6	40
	2	5	33,3
	3	2	13,3
	4	2	13,3
4	Pendidikan		
	SMP	3	20
	SMA	8	53,3
	PT	4	26,7
5	Frekuensi Menyusui		
	< 8 kali	5	33,3
	> 8 kali	10	66,7

Hasil penelitian berdasarkan jenis kelamin bayi, Usia Ibu, Jumlah Anak, pendidikan ibu dan frekuensi menyusui pada kelompok yang diberikan daun bangun-bangun pada tabel 4.1 Menunjukkan bahwa responden bayi berdasarkan jenis kelamin dari 15 responden dengan berjenis kelamin perempuan sebanyak 8 responden bayi (53,3%), sedangkan Jenis

kelamin Laki-laki berjumlah 7 responden (46,7%), Usia Ibu 20-26 Tahun sebanyak 8 Responden (53,3%), Usia 27-35 Tahun sebanyak 5 Responden (33,3%), usia 35-40 Tahun sebanyak 2 Responden (13,4%), Jumlah anak 1 sebanyak 6 Responden (40%), jumlah anak 2 sebanyak 5 responden (33,3%), jumlah anak 3 sebanyak 2 responden (13,3 %), jumlah anak 4 sebanyak 2 responden (13,3%), pendidikan SMP sebanyak 3 orang (20%), pendidikan SMA sebanyak 8 orang (53,3%), dan pendidikan yang sudah tamat perguruan tinggi sebanyak 4 orang (26,7%), frekuensi menyusui < 8 kali sebanyak 5 orang (33,3%), frekuensi > 8 kali sebanyak 10 orang (66,7%)

Tabel 2 Karakteristik Responden berdasarkan Jenis Kelamin bayi, Usia Ibu dan jumlah anak bagi ibu yang Tanpa diberikan daun bangunbangun

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
1	Jenis Kelamin		
	Perempuan	6	40
	Laki-laki	9	60
2	Usia Ibu		
	20-26 Tahun	6	40
	27-35 Tahun	6	40
	35-40 Tahun	3	20
3	Jumlah Anak 1		
		7	46,7
		5	33,3
		2	13,4
	4	1	6,6
4	Pendidikan SMP		
		5	33,3
	SMA	9	60
	PT	1	6,7
5	Frekuensi Menyusui		
	< 8 kali	9	60
	> 8 kali	6	40

Hasil penelitian berdasarkan jenis kelamin bayi, Usia Ibu, Jumlah Anak, pendidikan ibu dan frekuensi menyusui pada kelompok ibu menyusui yang tidak diberikan daun bangun-bangun pada tabel 2 Menunjukkan bahwa responden bayi berdasarkan jenis

kelamin dari 15 responden dengan berjenis kelamin perempuan sebanyak 6 responden bayi (40%), sedangkan Jenis kelamin Laki-laki berjumlah 9 responden (60%), Usia Ibu 20-26 Tahun sebanyak 6 Responden (40%), Usia 27-35 Tahun sebanyak 6 Responden (40%), usia 35-40 Tahun sebanyak 3 Responden (20%), Jumlah anak 1 sebanyak 7 Responden (46,7%), jumlah anak 2 sebanyak 5 responden (33,3%), jumlah anak 3 sebanyak 2 responden (13,3 %), jumlah anak 4 sebanyak 1 responden (6,6 %), pendidikan SMP sebanyak 5 orang (33,3%), pendidikan SMA sebanyak 9 orang (60%), pendidikan tinggi sebanyak 1 orang (6,7%), frekuensi menyusui < 8 kali sebanyak 9 orang (60%), dan frekuensi menyusui > 8 kali sebanyak 6 orang (40%).

Tabel 3 Pengaruh Daun Bangun-bangun terhadap Peningkatam Produksi ASI pada Ibu Nifas di PMB Rismayani Harahap, S.Tr.Keb Kabupaten Padang Lawas Tahun 2021

Pengukuran Produksi ASI	N	Mean	Std. Deviation	Sig. (2tailed)
Diberikan Daun Bangunbangun	15	563,33	76.687	
Tidak diberikan Daun Bangunbangun	15	146,67	44.186	0,000

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa hasil pengukuran berat badan bayi responden yang diberikan daun bangun-bangun diperoleh nilai rata-rata pengukuran berat badan 563,33 dan nilai rata-rata pengukuran berat badan bayi responden tanpa diberikan daun bangun-bangun 146,67. Dan berdasarkan uji *Independent T-Test* secara statistik nilai $P=0,000 < \alpha=0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada pengaruh pemberian daun Bangun-bangun terhadap Produksi ASI pada ibu nifas di PMB Rismayani Harahap, S.Tr.Keb Kabupaten Padang Lawas tahun 2021.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada bulan april sampai agustus 2021. Jumlah sampel yang digunakan adalah 30 orang. Penelitian ini dilaksanakn untuk melihat apakah daun bangun-bangun efektif untuk menambah produksi ASI pada ibu Nifas yang dilakukan di Praktek

Mandiri Bidan Rismayani Harahap, S.Tr.Keb di Kabupaten Padang Lawas.

Daun bangun-bangun mengandung laktogagum yang dapat meningkatkan produksi ASI, penggunaan laktogagum merupakan salah satu cara untuk meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI. Berbagai penelitian yang telah dilakukan tentang daun bangun-bangun terkait peningkatan produksi ASI telah terbukti menurut penelitian sentosa (2015). Daun bangun-bangun merupakan tanaman yang lazim dipakai oleh orang batak dan merupakan tanaman obat tradisional indonesia yang secara turun temurun dimanfaatkan masyarakat Sumatera Utara sebagai menu sayuran sehari-hari dan terutama disajikan untuk ibu-ibu yang baru melahirkan

Hasil pengukuran responden berat badan bayi yang diberikan daun bangun-bangun diperoleh nilai rata-rata 563,33 dan nilai rata-rata pengukuran responden tanpa diberikan daun bangun-bangun 146,67. Dari hasil ini terdapat perubahan nilai rata-rata pengukuran berat badan bayi sehingga indikator produksi ASI diberi dan tidak diberikan daun bangun-bangun yaitu 146,67 menjadi 563,33 dengan nilai $P=0,000<0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh daun bangun-bangun terhadap produksi ASI di PMB Rismayani Harahap, S.Tr.Keb Kabupaten Padang Lawas Tahun 2021

Menurut peneliti kandungan yang terdapat pada daun bangun-bangun dapat meningkatkan produksi ASI ibu sehingga memberikan dampak baik terhadap pertumbuhan bayi. Tumbuhan bangun-bangun sangat gampang tumbuh dimana saja namun jarang ditemukan dikota dan biasanya banyak di daerah pemukiman orang batak mandailing. Bagi masyarakat yang tinggal dipedesaan, tumbuhan daun bangun-bangun bisa digunakan sebagai bunga dan sayuran dan bisa digunakan untuk tanaman obat keluarga (TOGA), dan tanaman daun bangun-bangun ini di pekarangan rumah walaupun ditanam pakai pot atau polibet karena sewaktu-waktu dapat digunakan sebagai pengobatan alternatif.

Pemberian daun bangun-bangun efektif terhadap produksi ASI pada ibu nifas di PMB Rismayani Harahap, S.Tr.Keb dimana kandungan yang terdapat pada bangun-bangun dapat meningkatkan produksi ASI sehingga memberikan dampak baik terhadap pertumbuhan bayi. Hasil produksi ASI sesuai dengan penelitian Fitri (2016) yang menyimpulkan bahwa pemberian ekstrak methanol torbangun pada sel epitel kelenjar susu manusia meningkatkan ekspresi gen reseptor glukokortikoid yang berfungsi dalam proses

laktasi

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian efektifitas daun bangun-bangun terhadap produksi ASI di PMB Rismayani Harahap, S.Tr.Keb Kabupaten Padang Lawas tahun 2021 diperoleh hasil pengukuran produksi ASI yang diberi daun bangun-bangun dan tidak diberi daun bangun-bangun, dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh efektifitas pemberian daun bangun-bangun yaitu $Pvalue=0,000$ ($P value <0,05$) berarti H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh pemberian daun bangun-bangun terhadap produksi ASI pada ibu nifas di PMB Rismayani Harahap, S.Tr.Keb Kabupaten Padang Lawas Tahun 2021.

DAFTAR PUSTAKA

1. Adriana. Tumbuh kembang & terapi bermain pada anak. Jakarta: Salemba Medika; 2016.
2. Kemenkes. Profil kesehatan indonesia Kementerian kesehatan republik indonesia. Tahun 2015
3. Sajimin, N.D. Purwantari, E, Sutedi dan Oyo. Pengaruh interval potong terhadap produktivitas dan kualitas tanaman bangun-bangun (*Coleus amboinucus* L) sebagai komoditas harapan pekan ternak. 2011.
4. Damanik, R. Torbangun (*Coleus amboinucus* L): a Batakese traditional cuisine perceived as latagogue by batakese lactating women in simalungun, North Sumatera, Indonesia, *J.Hum Lact.* 2009.
5. Muzayyarah dan Fatimah. Hubungan pemberian ASI Eksklusif dengan kembalinya menstruasi pada ibu menyusui di desa Ngumpal, jogoroto, jombang. *FIK UNIPDU Jombang.* 2012
6. Iwansyah, Ade Chandra, dkk. Potensi fraksi etil asetat daun torbangun (*Coleus amboinucus* L) dalam meningkatkan produksi susu, bobot badan induk, dan anak tikus. *Jurnal gizi pangan.* 2017
7. Dalimartha S. Atlas tumbuhan Indonesia Jilid 5. Puspa Swara. Jakarta. 2010
8. Damanik R, Wahlqvist ML, and Wattanapenpaiboon N. Lactagogue effects of Torbangun, a Batakese traditional cuisine. *Asia Pac J Clin Nutr.* 15(2): 267-74. 2009
9. Zarban A, Taheri F, Chahkandi T, Sharifzadeh G, Khorashadizadeh M. Antioxidant and radical

- scavengin activity of human colostrum traditional and mature milk. *J Clin Biochem Nutr.* 45:150–4. 2009
10. Rahayu, Mulyati, dkk.. Pemanfaatan Tumbuhan Obat Secara Tradisional Oleh Masyarakat Lokal di Pulau Wawonii, Sulawesi Tenggara. Bogor : LIPI. Volume 7. Hal: 245-250. 2010.
 11. Damanik, R., Daulay, Z., Saragih, S. R. Premier, N., Wattanapenpaiboon., and Wahlquist, M. L. Consumption of bangun-bangun leaves (*Coleus amboinicus* Lour) to increase breast milk production among batakness women in North Sumatra Island, Indonesia. *APJCN:* 10 (4): 567. 2009
 12. Pramadya A. Formulasi Minuman Suplemen Daun Torbangun (*Coleus amboinicus* Lour.) Untuk Wanita Yang Menderita PMS (Premenstrual Syndrome). Mahasiswa Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, Institut Pertanian Bogor. Dalam jurnal gizi dan pangan.bogor. 2010
 13. Fikawati S, Syafiq A, Karima K. Gizi Ibu dan Bayi. Depok: Rajawali Pers; 2018.
 14. Maryunani A. Inisiasi Menyusu Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi. Jakarta: CV. Trans Info Media; 2015.
 15. Hengky W. Pramana. Aplikasi Inventory Berbasis Access 2003.PT. Elex Media Komputindo, Jakarta. 2012.
 16. Aritha rahmawati, Bisepta Prayogi 2017. Hypnobreastfeeding untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu Menyusui yang bekerja. Blitar, SenasPro 2
 17. Ade Candra irwansyah. 2018. Efek Komponen Bioaktif Ekstrak Daun Torbangun (*Coleus Amboinicus* L) terhadap Kadar dan Ekspresi Gengen Reseptor hormone laktogenik pada tikus laktasi. Bogor. Institute Pertanian Bogor.
 18. Santosa, Crhistin marganingsih dan Triani, 2012. Kandungan senyawa kimia dan efek ekstrak air daun bangun-bangun pada aktifitas fegositosis netrofil tikus putih. *Jurnal majalah farmasi Indonesia.*
 19. Rivers, LAN, CJ Peerson, JM, Cohen RJ. 2010. Delayed Onsed of Lactogenesis Among FirstTime Mother Is Relaed to maternal obesity and factor associated with inffective breastfeeding.
 20. Tiurlan farida hutajulu dan lukman junaidi 2013. Manfaat ekstrak daun bangun-bangun (*Coleus amboinicus* L) untuk meningkatkan Produksi Air Susu Induk Tikus. *Jurnal Riset Industri* Vol. 7 No.1
 21. Rahmi idris, 2012. Pengaruh daun bangun-bangun (*coleus amboinicus*) untuk meningkatkan Produksi ASI.
 22. Putri Ayu, 2019. Pengaruh pemberian daun bangun-bangun (*coleus amboinicus*) terhadap Produksi ASI di desa candirejo Kecamatan Birubiru Kab. Deli Serdang. *Jurnal Kebidanan* Vol 1 No.2.