

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 1 No. 3	Edition: April 2021 – Juni 2021
	<a href="http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPPH">http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPPH</a>	
Received: 16 Juni 2021	Revised: -----	Accepted: 25 Juni 2021

**PENYULUHAN TENTANG PEMANFAATAN DAUN BANGUN-BANGUN (COLEUS AMBOINICUS LOUR.) TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI**

**Counseling On The Utilization Of Coleus Amboenicus Lour. On The Improvement Of Breast Milk Production**

**Septa Dwi Insani<sup>1</sup>, Dewi Novika Manullang<sup>2</sup>, Eka Sriwahyuni<sup>3</sup>, Husna Sari<sup>4</sup>, Siti Marlina<sup>5</sup>, Lili Suryani Tumanggor<sup>6</sup>**

<sup>1</sup>Prodi Kebidanan Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

<sup>2</sup>Prodi Keperawatan Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

e-mail : [septadwiin@gmail.com](mailto:septadwiin@gmail.com), [dewinovikamanullang@gmail.com](mailto:dewinovikamanullang@gmail.com), [bidanekagentle@gmail.com](mailto:bidanekagentle@gmail.com), [husnasarisitorus@gmail.com](mailto:husnasarisitorus@gmail.com), [sitimarlina090@gmail.com](mailto:sitimarlina090@gmail.com), [lili\\_tumanggor@yahoo.co.id](mailto:lili_tumanggor@yahoo.co.id)

**Abstract**

*A systematic analysis of non-communicable diseases (NCD) risk factors, globally in 21 countries in 1999-2010, showed that not optimal of breastfeeding was one of the risk factors contributing to the development of NCD. According to research reported that limited of milk production is the main reason for mother's not giving exclusive breastfeeding to the infant. As an alternative solution to treat these problems, used galactopoetics herbs are highly recommended. The medicinal-herb interactions associated with galactagogues have concrete evidence, but the evidence explaining the mechanism of action of herbs as galactagogues is still very limited and scares. One of the pharmacological-used plants has been used as galactagogues, is Coleus amboenicus Lour. In vivo studies using animals and human experiments showed that this plant had anti-diabetic activity, immunomodulator, analgesic and lactagogue. However, this has not been widely socialized to postpartum mothers. The purpose of this activity is to provide education to post-partum mothers regarding plants that can increase breast milk production. The method of implementing this activity is the socialization to postpartum mothers about the benefits of the leaves of the wakes (Coleus Amboenicus Lour.) on increasing breast milk production. The result of this activity is that postpartum mothers can find out and utilize traditional plants such as the wake-up leaf (Coleus Amboenicus Lour.) and can apply it directly to increase milk production.*

**Keywords:** Counseling, Coleus Amboenicus Lour., Breastfeeding

**Abstrak**

*Analisis sistematis faktor risiko Penyakit Tidak Menular (PTM) secara global di 21 negara pada tahun 1999-2010 menunjukkan bahwa pemberian ASI yang tidak optimal merupakan salah satu faktor risiko yang berkontribusi terhadap PTM. Menurut penelitian tahun 2012, dilaporkan bahwa produksi ASI yang terbatas menjadi alasan utama ibu tidak memberikan ASI Eksklusif kepada bayi. Sebagai solusi alternatif untuk mengatasi hal tersebut, herbal yang dapat meningkatkan sekresi susu (galaktopoetik) sangat direkomendasikan. Interaksi obat medis terkait dengan obat yang meningkatkan aliran ASI memiliki bukti nyata, namun bukti yang menjelaskan mekanisme kerja obat herbal sebagai obat yang meningkatkan aliran ASI masih sangat terbatas dan menakutkan. Salah satu tumbuhan yang digunakan secara farmakologi sebagai obat untuk meningkatkan aliran ASI (lactogog) adalah Coleus Amboenicus Lour. Studi In Vivo menunjukkan bahwa tumbuhan ini memiliki aktivitas anti-diabetes, imunomodulator, analgesik dan laktogog. Namun hal ini belum banyak disosialisasikan kepada ibu nifas. Tujuan dari kegiatan ini adalah untuk memberikan penyuluhan kepada ibu nifas mengenai tanaman yang dapat meningkatkan produksi ASI. Adapun metode dari pelaksanaan kegiatan ini adalah sosialisasi kepada ibu nifas mengenai manfaat daun bangun-bangun (Coleus Amboenicus Lour.) terhadap peningkatan produksi ASI. Hasil dari kegiatan ini yaitu ibu-ibu nifas dapat mengetahui dan memanfaatkan tanaman tradisional seperti*

*daun bangun-bangun (Coleus Amboinicus Lour.) dan dapat mengaplikasikan langsung untuk meningkatkan produksi ASI.*

**Kata Kunci :** *Penyuluhan, Daun Bangun-Bangun, ASI*

## **1. PENDAHULUAN**

Pemberian ASI merupakan cara alami untuk memberikan nutrisi pada bayi yang dibutuhkan untuk tumbuh kembangnya. WHO merekomendasikan bayi untuk diberikan ASI Eksklusif selama enam bulan pertama kehidupannya untuk mencapai pertumbuhan, perkembangan dan kesehatan yang optimal (WHO, 2013). Menyusui harus dilanjutkan hingga dua tahun atau lebih. Dalam ASI Eksklusif, ASI merupakan satu-satunya sumber nutrisi bagi bayi, tanpa tambahan susu formula atau makanan dan minuman lainnya. Menurut UNICEF, 2018, hanya 41% bayi dibawah usia 6 bulan di dunia yang menerima ASI Eksklusif. Di Indonesia, hanya 40-59% bayi dibawah umur 6 bulan mendapatkan ASI Eksklusif. Persepsi produksi ASI tidak mencukupi menyebabkan ibu menggunakan susu formula bayi dan tidak menyusui secara eksklusif (Balitabanges Kemenkes, 2018).

Menurut Victoria CG, dkk, 2016, “payudara adalah yang terbaik” untuk kesehatan seumur hidup dan jika dipraktikkan secara optimal maka dapat berpotensi mengurangi kematian 823.000 bayi setiap tahunnya dan memiliki potensi terbesar dari semua pencegahan untuk menurunkan angka kematian bayi tiap tahunnya. Menyusui memberikan manfaat kesehatan ekonomi jangka panjang yang berkelanjutan bagi bayi, ibu dan masyarakat (Rollins NC, dkk, 2016). Secara global hanya 38% bayi berusia antara 0 hingga 6 bulan yang disusui secara eksklusif sedangkan angka tersebut masih jauh lebih rendah dari target WHO 2025 dengan target 50% (WHO, 2019). Belfield, et al (2010), dalam penelitiannya menjelaskan bahwa menyusui dapat meningkatkan probabilitas anak menjadi lebih sehat dan dapat mencegah terjadinya obesitas. Selain itu, menyusui selama 6 bulan atau lebih dapat meningkatkan perkembangan motorik kasar pada saat anak berusia 9 bulan.

Menurut Onah, S, dkk, 2014, terdapat bukti dalam literatur yang menunjukkan bahwa pemberian ASI Eksklusif memiliki hasil yang lebih baik untuk kesehatan anak saat ini dan di masa depan dibandingkan dengan makanan dan minuman yang lainnya. Sebagai contoh, pemberian ASI Eksklusif antara 6 bulan dan 2 tahun diharapkan berkaitan dengan penurunan mortalitas dan morbiditas. Untuk ibu sendiri, menurut bukti yang ada menunjukkan bahwa ibu yang menyusui bayinya secara eksklusif cenderung tidak mengalami gejala depresi (Stuebe AM, 2013).

Terlepas dari bukti yang luas tentang manfaat pemberian ASI Eksklusif, tingkat pemberian ASI Eksklusif masih rendah baik di negara maju maupun berkembang. Secara global, kurang dari 40% bayi di bawah usia 6 bulan mendapat ASI Eksklusif (Cai, Wardlaw, Brown, 2012). Negara berkembang melaporkan prevalensi menyusui eksklusif sebesar 36% diantara bayi yang berusia kurang dari 6 bulan (Khamis, AG, dkk, 2017).

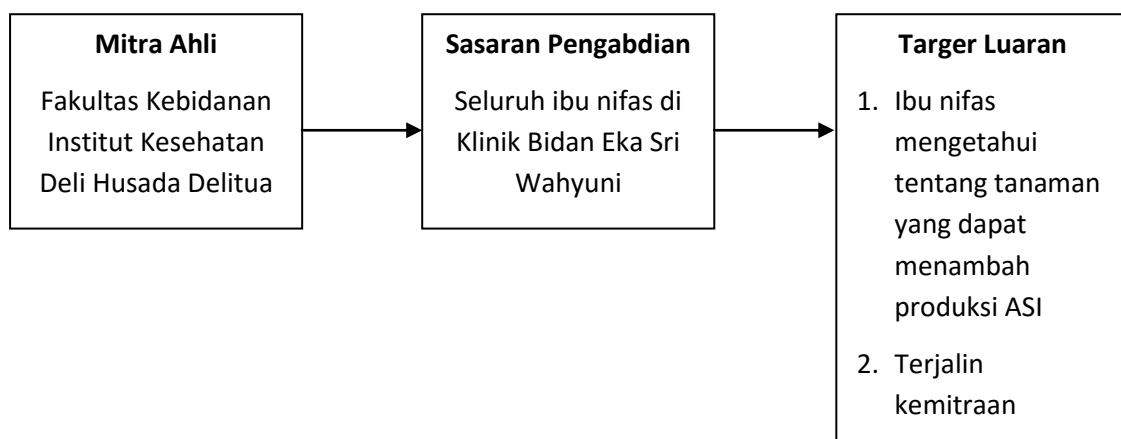
Galactagogue adalah bagian farmakologis, makanan atau suplemen herbal yang dianggap membantu dalam memulai, mempertahankan atau meningkatkan produksi susu. Di seluruh dunia, salah satu alasan ibu berhenti menyusui adalah persepsi pasokan ASI yang tidak memadai (Brown, dkk, 2014). Penggunaan galactagogue sering dipertimbangan untuk ibu yang produksi ASInya menurun dan tidak menanggapi tindakan nonfarmakologis (Mortel dan Mehta, 2013). Beberapa tanaman digunakan dibanyak daerah untuk merangsang produksi susu pada wanita dan mamalia. Galactagogue dari berbagai jenis tumbuhan telah banyak dipelajari dan terbukti meningkatkan sintesis susu dan sebagian besar senyawa tersebut aman bagi manusia (Tabares, Jaramillo dan Ruiz-Cortés, 2014).

Daun bangun-bangun (*Coleus Amboinicus* Lour.) merupakan ramuan yang banyak digunakan di masyarakat untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa daun bangun-bangun mengandung komponen fitokimia alkaloid, sterol, triterpenoid, tanin dan flavonoid yang mempengaruhi peningkatan produksi ASI, konsentrasi protein susu dan laju ovulasi, meningkatkan protein susu dan membantu produksi ASI. Senyawa flavonoid juga dapat merangsang pelepasan prolaktin (PRL) dan hormon pertumbuhan (GH), peningkatan ekspresi gen reseptor hormon prolaktin (PRLR) dan reseptor hormon pertumbuhan (GHR) dan merangsang perkembangan payudara (Damanik, dkk, 2017).

## 2. METODE

Pendekatan penyelesaian masalah adalah dengan membangun kemitraan dengan kelompok ibu nifas pada program-program posyandu di Klinik Bidan Eka Sri Wahyuni. Untuk menjalankan kemitraan ini, dilakukan penyuluhan kepada ibu nifas. Tim terdiri dari dosen dan dibantu oleh mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Institut Kesehatan Deli Husada Delitua.

**Gambar 1.** Bagan Model Kemitraan Pengabdian Kepada Masyarakat



## 3. HASIL

### a. Mitra

Mitra pengabdian masyarakat dalam kegiatan ini adalah Ibu Nifas yang berada di wilayah delitua sejumlah 30 orang. Ibu nifas mengikuti penyuluhan mengenai manfaat mengkonsumsi daun bangun-bangun untuk meningkatkan produksi ASI. Kegiatan ini dilakukan di Klinik Bidan Eka Sri Wahyuni pada saat ibu membawa bayinya untuk imunisasi

### b. Lokasi

Lokasi penyuluhan dilakukan di Klinik Bidan Eka Sri Wahyuni. Pemilihan lokasi mempertimbangkan dari banyaknya Ibu Nifas pada bulan Februari 2020. Lokasi cukup luas dan memadai dilakukannya pengabdian. Lokasi juga strategis mudah dijangkau oleh ibu nifas

c. TIM Pelaksana

Pelaksanaan pengabdian dilakukan oleh ketua tim dan 4 anggota penelitian serta melibatkan 1 mahasiswa. Ketua, anggota dan mahasiswa masing-masing memiliki tugas dan tanggung jawab

d. Kegiatan

Pengabdian dilakukan dengan perkenalan kepada ibu nifas sebagai peserta. Sebelum dilakukan penyuluhan, tim memberikan pertanyaan apakah ibu menyusui bayinya dan apakah ibu mengetahui daun bangun-bangun. Materi diberikan oleh tim selama 30 menit, yaitu 5 menit pendahuluan berupa perkenalan dari tim, 10 menit penyampaian materi, 10 menit sesi tanya jawab dan 5 menit penutup.

e. Evaluasi

Penyuluhan berjalan dengan lancar, ibu nifas mengerti tentang manfaat daun bangun-bangun. Ibu nifas begitu antusias akan mengkonsumsi daun bangun-bangun. Hal ini dibuktikan dengan terdapat 3 orang ibu-ibu yang bertanya sepuar materi penyuluhan

#### 4. KESIMPULAN

Pentingnya dilakukan kegiatan penyuluhan tentang manfaat daun bangun-bangun guna meningkatkan produksi ASI serta mensukseskan ASI Eksklusif selama 6 bulan dan dapat berlanjut sampai 2 tahun.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Belfield., Clive R. 2010. "*The BenefitsOf Breastfeeding Across The Early Years Of Childhood*".
- Balitabangkes Kemenkes. (2018). HASIL UTAMA RISET KESEHATAN DASAR (RISKESDAS)
- Brown, CR., dkk. (2014). FACTORS INFLUENCING THE REASONS WHY WOTHERS STOP BREASTFEEDING. *Can J Public Health* ; 105 (3) : E179 - 85
- Cai, X., Wardlaw, T., Brown, DW. (2012). GLOBAL TRENDS IN EXCLUSIVE BREASTFEEDING. *Int Breastfeeding J.* 7 : 12
- Damanik, RM., dkk. (2017). EVALUATION LACTOGENIC ACTIVITY OF ETHYL ACETATE FRACTION OF TORBANGUN (COLEUS AMBOINICUS L.) LEAVES. *IOP Conf. Ser : Earth Environ. Sei* ; 101:1-10
- Khamis, AG., dkk. (2017). PREVALENCE OF EXCLUSIVE BREASTFEEDING AND ITS PREDICTORS AMONG MOTHERS IN MICHEWENI, CHAKE-CHAKE AND NORTH 'A' DISTRICTS, ZANIBAR. *Clin Mother Child Health.* 14-2
- Lim, S., dkk. (2012). A COMPARATIVE RISK ASSESSMENT OF BURDEN OF DISEASE AND INJURY ATTRIBUTE TO 67 RISK FACTORS AND RISK FACTORS CLUSTERS IN 21 REGIONS, 1999-2010 : Systematic and Analysis For The Global Burden of Disease Study 2010. *Lancet* 380 : 2224-60

- Mortel, M., dan Mehat, SD. (2013). SYSTEMATIC REVIEW OF THE EFFICACY OF HERBAL GALACTOGOGUE. *J Hum Lact.* 29 (2) : 154-62
- Onah, S., dkk. (2014). INFANT FEEDING PRACTICES AND MATERNAL SOCIO-DEMOGRAPHIC FACTORS THAT INFLUENCE PRACTICE OF EXCLUSIVE BREASTFEEDING AMONG MOTHERS IN NNEWI SOUTH-EAST NIGERIA : A Cross-Sectional And Analytical Study. *Int Breastfeeding J.* 9.6
- Rollins, NC., dkk. (2016). WHY INVEST AND WHAT IT WILL TAKE TO IMPROVE BREASTFEEDING PRACTICES? *Lancet* ; 387 (10017) : 491
- Stuebe, AM., Grewen, K., Meltzer-Brody, S. (2013). ASSOCIATION BETWEEN MATERNAL MOOD AND OXYTOCIN RESPONSE TO BREASTFEEDING. *J. Women's Health* ; 22:352
- Tabares, FP., Jaramilo, JVB., Ruiz-Cortés, ZT. (2014). PHARMACOLOGICAL OVERVIEW OF GALACTOGOGUES. *Vet Med Int.* 1-20
- UNICEF. (2018). INFANT AND YOUNG CHILD FEEDING – UNICEF Data
- Victoria, CG., dkk. (2016). BREASTFEEDING IN THE 21ST CENTURY: Epidemiology, Mechanisms and Lifelong Effect. *Lancet* 87 (10017) : 479
- WHO. (2013). BREASTFEEDING. World Health Organization
- WHO. (2019). GLOBAL NUTRITION TARGETS 2025: Breastfeeding Policy Brief : World Health Organization