

## UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL TENTANG PEMANFAATAN TANAMAN LOKAL SEBAGAI PELANCAR ASI

Sri Handayani<sup>1</sup>, Yopi Suryatim Pratiwi<sup>2</sup>, Nurul Fatmawati<sup>3</sup>, Yadul Ulya<sup>4</sup>, Siskha Maya Herlina<sup>5</sup>, Rosa Ratna Umara<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup>Dosen Prodi Kebidanan Program Sarjana STIKes Yarsi Mataram

<sup>6</sup>Mahasiswa Prodi Kebidanan Program Sarjana STIKes Yarsi Mataram

Email: srikurniawan87@gmail

### ABSTRAK

Angka kematian bayi dan Balita masih tinggi di Indonesia. Tingginya kematian disebabkan oleh faktor nutrisi. Pemberian ASI eksklusif mampu menekan angka kematian bayi, tetapi capaian ASI eksklusif masih di bawah cakupan. Produksi ASI yang kurang merupakan salah satu penyebab rendahnya capaian ASI eksklusif. Di Indonesia terdapat banyak tanaman yang dapat melancarkan ASI, tetapi kejadian produksi ASI kurang masih tinggi. Penggunaan tanaman lokal sebagai pelancar ASI harus didukung oleh informasi yang komprehensif sehingga memberikan efek manfaat. Oleh karena itu, perlu dilakukan pendidikan kesehatan tentang pemanfaatan tanaman lokal sebagai pelancar ASI. Kegiatan pemberian pendidikan kesehatan tentang pemanfaatan tanaman lokal sebagai upaya meningkatkan produksi ASI dilaksanakan di Desa Terong Tawah Kecamatan Labuapi Kabupaten Lombok Barat pada tanggal 08 November 2021 dan diikuti 09 responden. Hasil pretest dan posttest peserta menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan tentang pemanfaatan tanaman lokal sebagai upaya meningkatkan produksi ASI. Setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan ibu hamil terutama ibu hamil trimester III dapat mulai menerapkan semua materi yang diperoleh tentang pemanfaatan tanaman lokal sebagai pelancar ASI, sebagai salah satu upaya persiapan masa menyusui.

**Kata kunci: ASI, Tanaman Lokal**

### ABSTRACT

*Infant and toddler mortality rates are still high in Indonesia. The high mortality rate in Indonesia is caused by nutritional factors. Exclusive breastfeeding is able to reduce infant mortality, but the achievement of exclusive breastfeeding is still below the scope. Insufficient milk production is one of the causes of the low achievement of exclusive breastfeeding. In Indonesia, there are many plants that can promote breast milk, but cases of insufficient milk production are still high. The use of local plants as breast milk stimulants must be supported by comprehensive information so that they have a beneficial effect. Therefore, it is necessary to conduct health education on the use of local plants as breast milk promoters. The activity of providing health education on the use of local plants as an effort to increase breast milk production was carried out in Terong Tawah Village, Labuapi District, West Lombok Regency on November 8, 2021 and was attended by 09 respondents. The results of the participants' pretest and posttest showed an increase in knowledge about the use of local plants as an effort to increase breast*

*milk production. After this community service activity, it is expected that pregnant women, especially pregnant women in the third trimester, can begin to apply all the material obtained about the use of local plants as breast milk, as an effort to prepare for breastfeeding.*

**Key words:** *Breast Milk, Local Plants*

**\*Corresponding Author:** Sri Handayani (email: srikurniawan87@gmail), STIKes Yarsi Mataram, Jl. TGH M. Rais Lingkar Selatan Kota Mataram, 83115

## ANALISIS SITUASI

Kesehatan bayi dan Balita merupakan salah satu penentu indeks pembangunan kesehatan di Indonesia. Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia tahun 2017 menunjukkan Angka Kematian Bayi (AKB) dan Angka Kematian Balita (AKABA) di Indonesia tahun 2017 masih tinggi, yaitu masing-masing sebesar 24/1000 KH dan 32/1000 KH. Angka ini masih di bawah target *Sustainable Development Goals* (SDGs) ketiga, yaitu menekan angka kematian bayi menjadi 16/1000 KH tahun 2024 dan AKABA 18.8/1000 KH tahun 2030.[1]

Berdasarkan data pada Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019, angka kematian bayi di Indonesia terutama disebabkan oleh pneumonia dan diare, masing-masing sebesar 979 kematian (15,9%) dan 746 kematian (12,1%), sedangkan angka kematian Balita terbanyak disebabkan diare, yaitu sebanyak 314 kematian (10,7%).[2]

Berdasarkan SDKI tahun 2012, AKB di Provinsi NTB adalah 57/1000 KH, masih jauh dari angka nasional, yaitu 32/1000 KH.[3] Data pada profil kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat tahun 2020, jumlah kematian bayi tahun 2019 sebanyak 863 kematian, dimana kasus kematian tertinggi berada di Kabupaten Lombok Timur, yaitu 288 kasus,

disusul Lombok Tengah dan Bima, masing-masing 204 dan 79 kasus.[4]

Berdasarkan data pada Profil Kesehatan Provinsi Nusa Tenggara Barat tahun 2020, penyebab utama kematian bayi usia 29 hari sampai 11 bulan di Provinsi NTB tahun 2019 adalah pneumonia sebanyak 71 bayi dan diare 13 bayi. Demikian halnya dengan penyebab kematian anak Balita (usia 12 bulan sampai 59 bulan), juga disebabkan oleh pneumonia dan diare, masing-masing 11 dan 5 Balita. Pneumonia dan diare pada bayi dan Balita umumnya terjadi pada bayi dengan gizi kurang.[4]

Penyebab kematian ini dapat dicegah dengan pemberian ASI. Hasil sistematis review menunjukkan pemberian ASI selama 6 bulan kehidupan bayi mampu mengurangi kesakitan dan kematian bayi akibat diare sampai bayi usia 2 tahun dan pemberian ASI selama 23 bulan kehidupan bayi merupakan kunci intervensi menekan morbiditas dan mortalitas karena pneumonia.[5,6]

Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 menunjukkan capaian ASI eksklusif di Indonesia sebesar 52%. Persentase ini meningkat dibandingkan data hasil SDKI tahun 2012, yaitu sebesar 42%. Walaupun demikian, persentase tersebut masih jauh dari target yang ditetapkan pemerintah, yaitu 80%.[1]

Data Profil Kesehatan Provinsi NTB tahun 2020 menunjukkan cakupan pemberian ASI eksklusif rata-rata sebesar 80,13%, dengan cakupan tertinggi di Kabupaten Lombok Tengah 92,11%, sedangkan cakupan terendah di Kabupaten dompu (46,39%) dan disusul Kota Mataram (55,28%).[4]

Kegagalan pemberian ASI eksklusif salah satunya disebabkan persepsi ketidakcukupan ASI, dimana bisa disebabkan faktor fisiologis dan psikologis. Hasil penelitian menunjukkan hampir 50% ibu menyusui di Kabupaten Karawang menghentikan ASI eksklusif karena merasa produksi ASI kurang.[7]

Produksi ASI yang kurang disebabkan oleh faktor nutrisi dan hormon. Di Indonesia terdapat banyak tanaman yang dipercaya dapat meningkatkan produksi ASI (galaktogogue). Tanaman lokal yang ditetapkan dalam obat herbal asli Indonesia tahun 2016 sebagai galaktogogue antara lain, daun katuk (*Sauropus androgynus*), biji klabet (*Trigonella foenum-graceum*), dan daun jinten atau torbangun (*Coleus ambonicius*). Hasil review kualitatif menunjukkan beberapa tanaman yang terbukti secara ilmiah dapat digunakan sebagai pelancar ASI adalah daun katuk, daun kelor, dan daun pepaya.[8]

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar ibu menyusui di Desa Terong Tawah Kecamatan Labuapi, Kabupaten Lombok Barat menggunakan daun katuk sebagai pelancar ASI, yaitu sebesar 62 responden (50,4%), daun kelor 47 responden (38,2%), daun turi sebanyak 11 responden (8,9%) dan menggunakan bayam, yaitu sebanyak 3

responden (2,4%), tetapi kejadian ASI kurang masih tinggi.[9]

Penggunaan tanaman lokal sebagai pelancar ASI belum didukung oleh informasi yang komprehensif terkait bentuk sediaan, dosis, dan lama penggunaan, manfaat empiris, dan kemungkinan efek samping. Oleh karena itu, perlu dilakukan pendidikan kesehatan tentang “Pemanfaatan Tanaman Lokal sebagai Pelancar ASI (Galaktogogue)”, yang terbukti secara ilmiah mampu meningkatkan produksi ASI.

## METODE

Mitra pengabdian kepada masyarakat ini yaitu Kepala Desa Terong Tawah, Kecamatan Labuapi Kabupaten Lombok Barat. Metode pelaksanaan pengabdian ini terdiri dari dua tahap. pertama merupakan perencanaan kegiatan yang akan dilakukan dan tahap kedua merupakan pelaksanaan kegiatan pengabdian berupa solusi yang telah disetujui kepala Desa Terong Tawah, Kecamatan Labuapi, Kabupaten Lombok Barat. Solusi yang ditawarkan adalah pemberian pendidikan kesehatan tentang pemanfaatan tanaman lokal sebagai pelancar ASI dengan sasarannya adalah ibu hamil yang berkunjung saat Posyandu. Kegiatan ini terdiri dari beberapa tahap, yaitu *pretest*, pelaksanaan pendidikan kesehatan, dan *posttest*. Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama 1 hari, yaitu pemberian pendidikan kesehatan tentang pemanfaatan tanaman lokal sebagai pelancar ASI, yang dilaksanakan pada tanggal 08 November 2021 bersamaan dengan kegiatan Posyandu.dengan kelompok sasaran adalah ibu hamil.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pelaksanaan pengabdian terdiri atas tiga tahap. Tahap pertama merupakan tahap *pretest*, dimana tim pengabdian membagikan kuesioner kepada 09 peserta ibu hamil. Hasil *pretest* menunjukkan 22,2% ibu hamil memiliki pemahaman yang baik, 44,4% memiliki pengetahuan yang cukup dan 33,3% ibu hamil memiliki pengetahuan yang kurang tentang pemanfaatan tanaman lokal sebagai upaya meningkatkan produksi ASI.

Setelah selesai kegiatan *pretest*, tim pengabdian memberikan materi pendidikan kesehatan selama 15 menit dan dilanjutkan dengan tanya jawab. Media yang digunakan adalah *leaflet*, yang berisi materi dilengkapi gambar sehingga peserta mudah memahami materi yang disampaikan. Para peserta sangat antusias mengikuti kegiatan tersebut, dilihat dari banyaknya peserta yang bertanya dan menjawab ketika diajukan pertanyaan. Selanjutnya dilakukan kegiatan *posttest* dengan membagikan kuesioner. Hasil *posttest* menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan, dengan presentase 66,7% ibu hamil memiliki pengetahuan yang baik dan 33,3% ibu hamil memiliki pengetahuan yang cukup tentang pemanfaatan tanaman lokal sebagai upaya meningkatkan produksi ASI.



**Gambar 1 Kegiatan Pemberian Materi**

Peningkatan pengetahuan ibu hamil dapat diartikan sebagai hasil dari pendidikan kesehatan yang diberikan oleh tim pengabdian. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pancawati dan Damayanti (2016) dimana menunjukkan pendidikan kesehatan berpengaruh terhadap peningkatan pengetahuan masyarakat tentang deteksi dini DM.[10]

Pendidikan kesehatan merupakan suatu cara penunjang program-program kesehatan yang dapat menghasilkan perubahan dan peningkatan pengetahuan dalam waktu yang pendek. Konsep pendidikan kesehatan merupakan proses belajar pada individu, kelompok atau masyarakat dari tidak tahu tentang nilai-nilai kesehatan menjadi tahu, dari tidak mampu mengatasi masalah kesehatan menjadi mampu.[10]

Pendidikan kesehatan dapat berperan untuk merubah perilaku individu, kelompok dan masyarakat sesuai dengan nilai-nilai kesehatan. Perubahan perilaku yang diharapkan adalah dapat memelihara dan meningkatkan kesehatan, mencegah risiko

terjadinya sakit, melindungi diri dari ancaman penyakit, serta berpartisipasi aktif dalam gerakan kesehatan masyarakat sehingga perubahan perilaku merupakan hasil dari pendidikan kesehatan. [10]

Pembentukan perilaku diawali dari kelompok sosial terkecil yaitu keluarga. Pencapaian perilaku masyarakat yang sehat harus dimulai di masing-masing keluarga.[11] Perilaku seseorang atau masyarakat yang sehat dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor yang salah satunya dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan. Pengetahuan merupakan hasil tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan kesehatan akan berpengaruh kepada perilaku selanjutnya perilaku kesehatan akan berpengaruh pada meningkatnya indikator kesehatan masyarakat sebagai keluaran pendidikan kesehatan.[10]

Mubarak (2006) mengatakan dalam memberikan pendidikan kesehatan agar dapat mencapai tujuan harus memperhatikan beberapa hal diantaranya yaitu materi atau pesan dan metode yang disampaikan menggunakan bahasa yang mudah dimengerti oleh masyarakat dalam bahasa kesehariannya, materi tidak terlalu sulit dan dimengerti oleh sasaran. Penyampaian materi sebaiknya menggunakan alat peraga agar menarik perhatian sasaran, materi atau pesan disampaikan merupakan kebutuhan dasar dalam masalah kesehatan dan keperawatan yang dihadapi sasaran.[12] Dalam hal ini, tim pengabdian menggunakan *leaflet* sebagai media dalam pemberian pendidikan kesehatan.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Kegiatan pemberian pendidikan kesehatan tentang pemanfaatan tanaman lokal sebagai upaya meningkatkan produksi ASI dilaksanakan di Desa Terong Tawah Kecamatan Labuapi Kabupaten Lombok Barat pada tanggal 08 November 2021 dan diikuti 09 ibu hamil. Selama proses, peserta sangat antusias dilihat dari keaktifan bertanya dan kemampuan menjawab pertanyaan yang diajukan pembicara tentang tanaman yang biasa dimanfaatkan untuk meningkatkan produksi ASI. Hasil evaluasi *pretest* dan *posttest* terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang materi yang disampaikan.

### **Saran**

Setelah kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini diharapkan ibu hamil terutama ibu hamil trimester III dapat mulai menerapkan semua materi yang diperoleh tentang pemanfaatan tanaman lokal sebagai palancar ASI, sebagai salah satu upaya persiapan masa menyusui.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terimakasih kami sampaikan kepada STIKes Yarsi Mataram yang telah memfasilitasi terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dan kepada semua ibu hamil yang sudah meluangkan waktunya pada kegiatan ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- [1] Kementerian Kesehatan RI. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2017. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI. 2017.
- [2] Kementerian Kesehatan RI. Profil Kesehatan Indonesia 2019. Jakarta:

- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019.
- [3] Kementerian Kesehatan RI. Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI. 2012.
- [4] Dinas Kesehatan Provinsi NTB. Profil Kesehatan Provinsi NTB 2020. Matarm: Dinas Kesehatan Provinsi NTB. 2020.
- [5] Lamberti et al. Breastfeeding and the risk for diarrhea morbidity and mortality. *BMC Public Health* 2011, 11(Suppl 3):S15.
- [6] Lamberti et al. Breastfeeding for reducing the risk of pneumonia morbidity and mortality in children under two: a systematic literature review and meta-analysis. *BMC Public Health* 2013, 13(Suppl 3):S18.
- [7] Fikawati S, Syafiq A. Status Gizi Ibu dan Persepsi Ketidacukupan Air Susu Ibu. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*. 2012;6(6).
- [8] Monika, NLGM. Potensi Tanaman Lokal sebagai Galaktogogue Herbal untuk Meningkatkan Produksi ASI. *Jurnal Emasains: Jurnal Edukasi Matematika dan Sains Volume IX Nomor 1 Maret Tahun 2020* Hal : 104 – 112.
- [9] Handayani S, Pratiwi YP, Fatmawati N. Pemanfaatan Tanaman Lokal sebagai Pelancar ASI (Galaktogogue). *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, Vol 7, No.3. Juli 2021, ISSN (Print) 2476-8944 ISSN (Online) 2579-762X, Hal 518-522.
- [10] Pancawati NLPS, Damayanti S. Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Deteksi Dini DM pada Masyarakat di Pedukuhan Ngemplakarang Jati Kelurahan Sinduadi Mlati Sleman Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Vol III Nomor 1 Maret 2016-Jurnal Keperawatan Respati*.
- [11] Notoatmodjo, S. (2007a). *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta: Rineka Cipta.
- [12] Notoatmodjo, S. (2007b). *Promosi kesehatan dan ilmu perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta.
- [13] Mubarak, S. (2006). *Ilmu Keperawatan Komunitas*. Jakarta: Salemba Medika.