

## Konsumsi Daun Katuk (*Sauropus Androgynus*) Meningkatkan Produksi Asi Ibu Postpartum Primipara

Consumption of Katuk (*Sauropus Androgynus*) Leaves Increases Primiparous Postpartum Mother's Breast Milk Production

Komang Anita<sup>\*</sup>, I Made Sukarta, Asmawati Gasma, Wirawati Amin

<sup>1</sup>Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Makassar

Email : [Komang\\_anita\\_2019@poltekkes-mks.ac.id](mailto:Komang_anita_2019@poltekkes-mks.ac.id)

---

### ABSTRACT

Breast milk (ASI) is the best food for babies at the beginning of life, not only because breast milk contains enough nutrients but also breast milk contains antibodies that protect babies from infection. Breastfeeding is very important for optimal growth and development, both physically and mentally, and for baby's intelligence. Therefore, breastfeeding needs to receive attention from mothers and health workers so that the breastfeeding process can be carried out well. This study aims to determine the effect of giving processed katuk leaves on the amount of breast milk production in primiparous postpartum mothers. This type of research is quantitative using a quasi-experiment series, with a one group Pretest-Posttest Time Series design. The population of this study were all 28 postpartum mothers at TPMB "H" Galesong Utara Takalar. The sample in this research was 23 subjects, using the Lemeshow formula. The analysis used is the one sample t-test. The results of the research prove that consuming katuk (*sauropus androgynus*) leaves can increase breast milk production in primiparous postpartum mothers, with a value of  $p = 0.000 < \alpha = 0.05$ , meaning  $H_a$  is accepted.

**Keywords :** Breast Milk, Katuk Leaves (*Sauropus Androgynus*).

### ABSTRAK

ASI mengandung antibodi yang melindungi bayi dari infeksi. Pemberian ASI sangat penting bagi tumbuh kembang yang optimal baik fisik maupun mental dan kecerdasan bayi. Oleh karena itu, pemberian ASI perlu mendapatkan perhatian dari ibu dan tenaga kesehatan agar proses menyusui dapat terlaksana dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian olahan daun katuk terhadap jumlah produksi ASI pada ibu postpartum primipara. Jenis penelitian ini kuantitatif yang menggunakan *quasi experiment seri*, dengan rancangan *one group Pretest-Posttest Time Series design*. Populasi penelitian ini seluruh ibu postpartum di TPMB "H" Galesong Utara Takalar sebanyak 28 orang. Sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 23 subjek, dengan menggunakan rumus *Lemeshow*. Analisa yang digunakan yaitu uji one sampel t-test. Hasil penelitian membuktikan bahwa mengonsumsi daun katuk (*sauropus androgynus*) dapat meningkatkan produksi ASI Ibu postpartum primipara, dengan nilai  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$  artinya  $H_a$  diterima.

**Kata Kunci :** ASI, Daun Katuk (*Sauropus Androgynus*)

### PENDAHULUAN

Menyusui tidak semudah yang dibayangkan, tetapi tidak sesulit yang dikira. Tidak hanya diperlukan gizi yang cukup dan kesehatan yang baik, menyusui juga membutuhkan tekad dan keyakinan bahwa ibu akan sukses dalam upayanya untuk memberikan ASI terbaik, yaitu ASI. Setelah ibu membuat keputusan untuk memberikan ASI eksklusif, ada banyak tantangan yang harus dihadapi, yang seringkali membuat ibu ragu, sedih, dan merasa tidak mampu memberikan ASI (Subratha, 2020).

*World Health Organization (WHO)* merekomendasikan pemberian air susu ibu (ASI) selama enam bulan selama pertumbuhan dan perkembangan bayi, dan melanjutkan pemberian ASI bersama dengan makanan pendamping ASI hingga usia dua tahun. ASI terbukti baik untuk kesehatan ibu dan bayi, dan merupakan makanan ideal untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi selama pertumbuhan dan perkembangan (Masrurroh et al. 2022).

Persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di Indonesia pada tahun 2021 sebanyak 71,58%, pada tahun 2022 sebanyak 72,04%, dan pada tahun 2023 sebanyak 73,97%. Persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di provinsi Sulawesi Selatan pada tahun 2021 sebanyak 76,43%, pada tahun 2022 sebanyak 75,88%, dan pada tahun 2023 sebanyak 77,02% persen (BPS, 2024).

Memenuhi kebutuhan nutrisi bayi adalah tugas ibu. Namun, ternyata ada kondisi kegagalan menyusui dan masalah pengeluaran ASI yang masih ada. Kondisi hambatan pengeluaran ASI ini dapat berdampak pada kemungkinan kegagalan mendapatkan ASI eksklusif. Kondisi fisik dan psikologis ibu nifas adalah salah satu komponen yang mempengaruhi kelancaran produksi ASI. Rendahnya kepercayaan diri ibu akan keberhasilan menyusui dapat menyebabkan produksi ASI menurun (Ningsih and Lestari 2019). Ibu menyusui sering

menghadapi masalah seperti khawatir bahwa ASI mereka tidak cukup dan tidak keluar, kurangnya dukungan dari keluarga, masalah fisik dan emosional, dan kurangnya kesadaran masyarakat tentang pemberian ASI eksklusif (Indrayani, 2020).

Mengonsumsi sayur daun katuk adalah salah satu dari banyak upaya yang dilakukan masyarakat untuk meningkatkan produksi ASI (Rosdianah and Irmawati 2021). Daun katuk mengandung polifenil dan steroid yang membantu dalam refleksi prolaktin atau merangsang alveoli untuk memproduksi ASI. Hormone oksitosin untuk meningkatkan pengeluaran dan pengaliran ASI, sehingga memperlancar pengeluaran ASI (Triananinsi et al. 2020).

Daun katuk mengandung fitokimia, termasuk alkaloid (papaverine) dan sterol (fitosterol), yang dapat meningkatkan kadar prolaktin dan oksitosin, serta mengandung nutrisi yang dapat digunakan sebagai bahan baku sintesis ASI (Atik Nurgiatminingsih, 2023).

Salah satu indikator keberhasilan upaya kesehatan anak adalah angka kematian bayi (AKB). Bidan juga memiliki tanggung jawab untuk memastikan setiap ibu dan bayi memiliki kualitas hidup yang baik, terutama dalam hal upaya kesehatan untuk mencegah dan menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi (Oruh 2021). Pemberian ASI eksklusif adalah salah satu cara untuk mengurangi angka kesakitan dan kematian bayi. Untuk meningkatkan cakupan menyusui eksklusif, organisasi kesehatan dunia WHO dan UNICEF telah menyarankan beberapa hal: memberi bayi kesempatan untuk menyusui dini pada satu jam setelah kelahiran, menyusui secara eksklusif sejak lahir sampai usia 6 bulan, memberikan makanan pendamping ASI yang bergizi sejak bayi berusia 6 bulan, dan melanjutkan menyusui sampai bayi berusia 2 tahun atau lebih (Lengkong et al. 2020).

## MATERI DAN METODE

Metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian eksperimental dengan *quasi experiment seri*, dengan rancangan *one group pretest-posttest time series design* yaitu penelitian yang dilakukan sebelum eksperimen (*pretest*) dan sesudah perlakuan (*posttest*) dengan satu kelompok subjek. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Ibu Postpartum

Primipara dengan produksi ASI kurang di TPMB "H" Galesong Utara Takalar dengan sampel Ibu Postpartum Primipara berdasarkan kriteria inklusi. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 23 orang. Teknik pengambilan sampel dengan teknik *random sampling* berdasarkan jumlah minimal yang diperoleh dari perhitungan sampel minimal dengan menggunakan rumus *Lemeshow*. Data penelitian dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji *T-Test*.

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik penelitian kesehatan dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Poltekkes Kemenkes Makassar Nomor: 0243/M/KEPK- PTKMS/III/2024.

## HASIL

Tabel 1 Distribusi subjek berdasarkan umur, pekerjaan dan pendidikan Ibu postpartum primipara di TPMB "H" Galesong Utara Takalar Maret – Mei Tahun 2024.

Karakteristik Responden	Frekuensi (N)	Presentase (%)
Umur :		
18 – 21	13	56.5
22 – 26	10	43.5
Pendidikan :		
SMP SMA	4	17.4
DIII	14	60.9
S1	3	13.0
	2	8.7
Pekerjaan : IRT		
Guru	21	91.3
Swasta	1	4.3
	1	4.3

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 1 diatas distribusi dari 23 subjek , Ibu dengan umur 18–21 sebanyak 13 orang (56.5%), dan umur 22 – 26 sebanyak 10 orang (43.5%). Dilihat dari tingkat pendidikan SMP 4 orang (17.4%), SMA sebanyak 14 orang (60.9%), DIII sebanyak 3 orang (13.0%), dan S1 sebanyak (8.7%). Serta menurut pekerjaan IRT sebanyak 21 orang (91.3%),

karyawan swasta 1 orang (4,3%), dan Guru sebanyak 1 orang (4.3%).

Tabel 2 Tabulasi data peningkatan produksi asi ibu postpartum primipara mengkonsumsi daun katuk (*sauropus androgynus*).

Pretest * Hasil Crosstabulation				
		Hasil		
		Meningkat	Tetap	Total
Pretest	60	1	1	2
	90	11	0	11
	100	9	1	10
Total		21	2	23

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 2 hasil tabulasi data, dapat dilihat ibu postpartum primipara yang mengalami peningkatan ASI sebanyak 21 orang, ibu dengan jumlah ASI 60ml yang mengalami peningkatan sebanyak 1 orang, ibu dengan jumlah ASI 90ml yang mengalami peningkatan sebanyak 11 orang, ibu dengan jumlah ASI 100ml yang mengalami peningkatan sebanyak 9 orang. Maka mengkonsumsi daun katuk (*sauropus androgynus*) mempengaruhi jumlah produksi ASI ibu postpartum primipara.

Tabel 3 Uji T-Test peningkatan produksi asi ibu postpartum primipara setelah mengkonsumsi daun katuk (*sauropus androgynus*).

T- Test	
Test Value = 0	
Sig. (2-tailed)	
Pretest	.000
Posttest	.000

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 3, hasil uji statistik dengan menggunakan uji statistik di peroleh nilai  $p=0,000$  dengan derajat kemaknaan ( $\alpha=0,05$ ), sehingga didapatkan hasil bahwa  $p<\alpha$ , berarti  $H_a$  diterima artinya ada pengaruh mengkonsumsi daun katuk (*sauropus androgynus*) terhadap peningkatan produksi ASI ibu postpartum primipara di TPMB Hasmah Galesong Utara Takalar.

## PEMBAHASAN

Dapat dilihat ibu postpartum primipara yang mengalami peningkatan ASI sebanyak 21 orang, ibu dengan jumlah ASI 60ml yang mengalami peningkatan sebanyak 1 orang, ibu dengan jumlah ASI 90ml yang mengalami peningkatan sebanyak 11 orang, ibu dengan jumlah ASI 100ml yang mengalami peningkatan sebanyak 9 orang. Maka mengkonsumsi daun katuk (*sauropus androgynus*) mempengaruhi jumlah produksi ASI ibu postpartum primipara.

Ibu memiliki tanggung jawab untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi mereka. Namun, masalah pengeluaran ASI dan kegagalan menyusui masih ada. Kondisi yang menghambat pengeluaran ASI ini dapat menyebabkan ketidakmampuan untuk mendapatkan ASI eksklusif. Salah satu hal yang dapat dilakukan yaitu memenuhi gizi ibu, Dimana tujuan dari gizi seimbang bagi ibu yaitu memberikan nutrisi yang ade kuat untuk produksi ASI kualitas dan kuantitas ASI maksimal serta pemulihan menjaga kesehatan ibu. Sehingga mengonsumsi daun katuk adalah salah satu dari banyak upaya yang dilakukan masyarakat untuk meningkatkan gizi ibu dalam produksi ASI.

Dari rumusan masalah yang diangkat “apakah daun katuk (*sauropus androgynus*) dapat meningkatkan produksi ASI Ibu postpartum primipara?”, maka hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa dari kriteria inklusi yaitu, ibu postpartum primipara ASI tidak lancar pada hari ketiga, dengan punting susu menonjol keluar, payudara normal, dan tidak sedang mengkonsumsi obat pelancar ASI. Setelah mengkonsumsi daun katuk (*sauropus androgynus*) didapatkan hasil bahwa berhubungan dengan peningkatan produksi ASI ibu postpartum di TPMB “H” Galesong Utara Takalar. Dengan hasil uji T-Test menunjukkan nilai  $p = 0,000 < \alpha$

$= 0,05$ , hal ini berarti  $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima artinya ada pengaruh konsumsi daun katuk (*sauropus androgynus*) terhadap peningkatan produksi ASI ibu postpartum primipara di TPMB “H” Galesong Utara Takalar bulan Maret – Mei 2024.

### SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan baik secara univariat maupun bivariat tentang Konsumsi Daun Katuk (*Sauropus Androgynus*) Meningkatkan Produksi ASI Ibu Postpartum Primipara di TPMB “H” Galesong Utara Takalar pada bulan Maret – Mei Tahun 2024, maka dapat ditarik kesimpulan. bahwa dengan mengkonsumsi daun katuk (*sauropus androgynus*) terbukti dapat meningkatkan produksi ASI Ibu postpartum primipara di TPMB “H” Galesong Utara Takalar.

Adapun saran yang bisa disampaikan kepada beberapa pihak adalah sebagai berikut:

Diharapkan bagi ibu postpartum primipara untuk segera memberikan ASI pertama atau colostrum setelah bayi lahir, agar ASI dapat dihasilkan karena adanya rangsangan isapan dari bayi. Selain itu pemenuhan nutrisi yang baik salah satunya yaitu dengan cara mengkonsumsi daun katuk sebagai upaya peningkatan produksi ASI ibu.

Disarankan bagi tenaga Kesehatan untuk memanfaatkan tanaman daun katuk sebagai tanaman yang diolah menjadi herbal guna meningkatkan produksi ASI kepada ibu postpartum agar ibu memberikan ASI eksklusif kepada bayi. Perlu melakukan sosialisasi di masyarakat tentang pengaruh daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu postpartum. Tenaga kesehatan perlu mengawasi ketepatan takaran/dosis, ketepatan waktu penggunaan, ketepatan cara penggunaan, dan ketepatan pemilihan bahan secara benar. Sehingga menghasilkan olahan daun katuk yang baik.

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah referensi untuk melengkapi bahan perpustakaan dan bahan bacaan yang bermanfaat dalam proses belajar mengajar di Poltekkes Kemenkes Makassar khususnya pada jurusan kebidanan serta dapat dijadikan data dasar bagi peneliti selanjutnya untuk meningkatkan penelitian yang telah ada sehingga dapat mengembangkan penelitian yang sudah ada.

### DAFTAR PUSTAKA

1. Atik Nurgiatminingsih, A. (2023). *Efektifitas Pemberian Sayur Daun Katuk Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Menyusui Bayi 0-14 Hari Di Wilayah Kerja Puskesmas Bulukerto Wonogiri*. Universitas Kusuma Husada.
2. BPS. (2024). *Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi (Persen), 2021-2023*.
3. Indrayani, D., Shahib, M. N., & Husin, F. (2020). *The Effect of Katuk (Sauropus androgynus (L) Merr) Leaf Biscuit on Increasing Prolactin Levels of Breastfeeding Mother*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 16(1), 1–7.
4. Lengkong, G. T., Langi, F. L. F. G., & Posangi, J. (2020). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kematian Bayi Di Indonesia*. *Kesmas: Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi*, 9(4).
5. Masrurroh, N., Rizki, L. K., Ashari, N. A., & Irma, I. (2022). *Analisis Perilaku Ibu Menyusui dalam Memberikan ASI Eksklusif di Masa Pandemi Covid 19 di Surabaya (Mix Method)*. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 3(1), 1–10.
6. Oruh, S. (2021). *Literatur Review: Kebijakan Dan Strategi Pemberdayaan Masyarakat Dalam Menurunkan Angka Kematian Ibu Dan Bayi*. *Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 12(1), 135–148.
7. Rosdianah, R., & Irmawati, S. (2021). *Pemberian Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui*. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(2), 265–273.
8. Subratha, H. F. A. (2020). *Determinan Kegagalan Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Rumah Tangga Di Kecamatan Marga*. *Jurnal Medika Usada*, 3(1), 61–72
9. Triananinsi, N., Andryani, Z. Y., & Basri, F. (2020). *Hubungan Pemberian Sayur Daun Katuk Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Multipara Di Puskesmas Caile*. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(1), 12–20.