

## **Pengaruh Pemberian Jus Daun Katuk terhadap Peningkatan Jumlah ASI pada Ibu Nifas di Posyandu Desa Jangka Keutapang Kecamatan Jangka Kabupaten Bireuen**

### ***The Effect of Giving Katuk Leaf Juice on Increasing the Amount of Breast Milk in Postpartum Mothers at the Posyandu in Jangka Keutapang Village, Jangka District, Bireuen Regency***

Nurlaili<sup>1\*</sup>& Bukhari<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh, Indonesia

Disubmit 12 Maret 2024; Diproses:18 April 2024; Diaccept:30 Juli 2024; Dipublish:31 Juli 2024

\* Corresponding author : E-mail ; nurlaili.alamsyah@gmail.com

#### **Abstrak**

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi esensial bagi bayi baru lahir. Namun, data World Health Organization (WHO) tahun 2022 menunjukkan cakupan ASI eksklusif global masih rendah, dengan 60% bayi tidak mendapatkan ASI. Produksi ASI yang sedikit menjadi kendala awal yang umum dihadapi ibu nifas. Konsumsi jus daun katuk (*Sauropus androgynus*) secara tradisional dipercaya dapat meningkatkan produksi ASI karena kandungan nutrisinya seperti protein, lemak, kalsium, fosfor, besi, serta vitamin A, B, dan C. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh pemberian jus daun katuk terhadap peningkatan volume ASI pada ibu nifas di Posyandu Desa Jangka Keutapang, Kecamatan Jangka, Kabupaten Bireuen. Penelitian ini menggunakan desain *Quasi-eksperimen one-group pretest-posttest* dengan populasi seluruh ibu nifas di wilayah tersebut 12 orang. Teknik pengambilan sampel adalah *total sampling*. Volume ASI diukur menggunakan kuesioner sebelum dan sesudah intervensi pemberian jus daun katuk. Hasil analisis statistik menunjukkan adanya peningkatan signifikan volume ASI setelah pemberian jus daun katuk (nilai  $t = 2,803$ ;  $p = 0,017$ ). Dengan demikian, penelitian ini menyimpulkan bahwa pemberian jus daun katuk berpengaruh positif terhadap peningkatan volume ASI pada ibu nifas. Disarankan bagi ibu nifas untuk mempertimbangkan jus daun katuk sebagai alternatif alami untuk meningkatkan produksi ASI.

**Kata Kunci** : Daun Katuk; ASI; Masa Nifas

#### *Abstract*

*Breast milk (ASI), or human milk, is essential nutrition for newborns. However, 2022 data from the World Health Organization (WHO) indicate that global exclusive breastfeeding coverage remains low, with 60% of infants not receiving it. Low breast milk production is a common early challenge faced by postpartum mothers. Traditionally, the consumption of katuk leaf juice (*Sauropus androgynus*) is believed to increase breast milk production due to its nutritional content, such as protein, fat, calcium, phosphorus, iron, and vitamins A, B, and C. This study aimed to examine the effect of katuk leaf juice administration on increasing breast milk volume in postpartum mothers in Posyandu Desa Jangka Keutapang, Jangka Subdistrict, Bireuen Regency. This study employed a one-group pretest-posttest quasi-experimental design with a total population of 12 postpartum mothers in the specified area. The sampling technique used was total sampling. Breast milk volume was measured using questionnaires before and after the katuk leaf juice intervention. Statistical analysis results showed a significant increase in breast milk volume after the administration of katuk leaf juice ( $t = 2.803$ ;  $p = 0.017$ ). Thus, this study concludes that the administration of katuk leaf juice has a positive effect on increasing breast milk volume in postpartum mothers. It is recommended that postpartum mothers consider katuk leaf juice as a natural alternative to enhance breast milk production.*

**Keywords:** *Katuk Leaf; Breast Milk; Postpartum Mothers*

DOI: 10.51849/j-bikes.v%vi%i.84

#### **Rekomendasi mensitasi :**

Nurlaili, Bukhari. 2024, Pengaruh Pemberian Jus Daun Katuk terhadap Peningkatan Jumlah ASI pada Ibu Nifas di Posyandu Desa Jangka Keutapang Kecamatan Jangka Kabupaten Bireuen. *Jurnal Kebidanan, Keperawatan dan Kesehatan (J-BIKES)*, 4 (1): Halaman 48-53

## PENDAHULUAN

Kualitas sebuah Negara sangat ditentukan oleh kesehatan para ibu yang melahirkan dan mengasuh anaknya. Oleh karena itu kesehatan ibu menjadi prioritas bagi semua Negara termasuk Indonesia, karena masih banyak tantangan yang harus diatasi selama masa kehamilan, bersalin, masa nifas serta bayi baru lahir (Widuri, 2021).

Air Susu Ibu (ASI) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein laktosa dan garam – garam anorganik yang disekresikan oleh kelenjar mammae ibu, yang berguna sebagai makanan bagi bayinya. ASI merupakan makanan alamiah yang pertama dan utama bagi bayi sehingga dapat mencapai tumbuh kembang yang optimal (Walyani & Purwoastuti, 2020).

WHO melaporkan pada tahun 2022 prevalensi bayi baru lahir sebanyak 75 juta jiwa, bayi baru lahir yang mendapatkan ASI sebanyak 40% dan yang tidak mendapatkan ASI sebanyak 60% (WHO, 2023). Di Indonesia bayi baru lahir yang mendapatkan ASI sebesar 70% dan 30% tidak mendapatkan ASI (Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia, 2023). Sedangkan menurut Dinas Kesehatan Aceh (2023) bayi baru lahir di Provinsi Aceh yang mendapatkan ASI mencapai 67,05% dan sebanyak 32,5% tidak mendapatkan ASI. Sedangkan Menurut Badan Pusat Statistik Kabupaten Bireuen (2023) prevalensi bayi baru lahir yang mendapatkan ASI sebanyak 47,06% dan 52,94% tidak mendapatkan ASI.

Bayi baru lahir, sangat memerlukan makanan yang bergizi, dimana makanan tersebut dapat diperoleh dari ASI ibu. ASI

yang cukup itu dapat dilihat dari bayi menyusui ASI setiap 2-3 jam atau dalam 24 jam minimal mendapatkan ASI 8 kali sehari (Dewi & Sunarsih, 2021).

Banyaknya bayi yang tidak mendapatkan ASI salah satunya disebabkan oleh ketidaklancaran pengeluaran ASI. Oleh karena itu pihak dari pelayanan kesehatan membuat sebuah demonstrasi kepada masyarakat tentang pengolahan lingkungan sekitar untuk mengolah sayur-sayuran, salah satunya daun katuk (Akhmad, 2023).

Salah satu tantangan utama dalam pemberian ASI eksklusif adalah sindrom ASI kurang pada ibu nifas. Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin dan oksitosin, serta sangat terkait dengan nutrisi ibu. Untuk mengatasi masalah produksi ASI yang kurang, pemanfaatan tanaman tradisional seperti daun katuk menjadi salah satu solusi yang banyak diteliti. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ekstrak daun katuk dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh konsumsi air rebusan daun katuk terhadap pengeluaran produksi ASI pada ibu nifas di Bidan Praktek Mandiri (BPM) Manurung Medan (Situmorang, 2019).

Daun katuk (*sauropus androgynous*) adalah tumbuhan hijau yang berbentuk oval dan tersusun dalam satu tangkai yang panjang. Daunnya memiliki warna hijau tua yang mengandung sumber klorofil dan sering tumbuh subur di lingkungan yang lembab. Setelah daun katuk tinggi mencapai 50-60 cm dilakukan pemangkasan agar selalu didapatkan daun muda dan segar (Saras, 2023).

Dalam 100 gram daun katuk mengandung 72 kalori, 70 gram air, 4,8 gram protein, 2 gram lemak, 11 gram karbohidrat, 2,2 gram mineral, 24 mg kalsium, 83 mg fosfor, 2,7 mg besi, 31,11 µg vitamin D, 0,10 mg vitamin B6 dan 200 mg vitamin C (Santoso, 2021).

Daun katuk dapat dikonsumsi sebagai lalapan dapat juga dijus. Mengonsumsi daun katuk terutama dijus, sangat disarankan untuk merebusnya terlebih dahulu. Hal ini berguna untuk menghilangkan sifat anti protozoa yang artinya membunuh racun. Pengolahan daun katuk dengan cara dijus dapat dilakukan dengan direbus daun katuk yang muda dan segar sebanyak 300 gram terlebih dahulu selama  $\pm$  2 menit, masukkan daun katuk kedalam blender dan tambahkan air 300 ml setelah itu disaring dan diambil sarinya (Ramayulis, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Sagala (2022) pada ibu nifas untuk peningkatan ASI pada ibu menyusui, dalam penelitiannya memberikan jus daun katuk pada ibu sebanyak 2x sehari setiap pagi pada jam 09.00 dan sore hari jam 16.00 WIB sebanyak 300 ml setelah makan serta dilakukan selama 1 minggu (7 hari).

Penelitian dilakukan oleh Suyanti & Anggraeni (2020) didapatkan hasil, adanya pengaruh dari daun katuk terhadap produksi ASI ibu, dan terjadi peningkatan frekuensi menyusui 6-12 kali menyusui pada ibu yang mengonsumsi daun katuk, dan pada ibu yang tidak mengonsumsi daun katuk hanya 4-10 kali menyusui pada bayinya.

Berdasarkan Survei awal pada tanggal tanggal 13 s/d 14 Februari 2024,

yang dilakukan di Posyandu Desa Jangka Keutapang pada 10 orang ibu, didapatkan hasil 6 ibu tidak mengonsumsi daun katuk dapat dilihat dari bayi yang tidak puas saat menyusui sehingga ibu perlu mencukupi kebutuhan ASI dengan memberikan susu formula. Ketidak kecukupan ASI pada ibu disebabkan oleh ibu tidak makan secara teratur, makanan yang dikonsumsi tidak mengandung zat gizi yang cukup, kurang istirahat dan jarang melakukan perawatan payudara. Sedangkan 4 orang ibu mengatakan tidak ada masalah dengan pemberian ASI pada bayinya karena ASI yang keluar cukup banyak.

Ibu juga mengatakan bayinya minum ASI sebanyak 9 kali sehari, dapat tidur dengan nyenyak dan ibu juga sering mengonsumsi daun katuk untuk memperlancar produksi ASI sehingga dapat memberikan ASI secara maksimal. Kecukupan ASI pada ibu disebabkan karena ibu makan makanan yang teratur dan bergizi, istirahat yang cukup serta sering melakukan perawatan payudara.

Berdasarkan pengambilan data awal di Posyandu Desa Jangka Keutapang didapatkan jumlah ibu nifas pada Bulan Januari s/d Februari 2024 tercatat jumlah ibu nifas di Desa Jangka Keutapang sebanyak 14 orang ibu nifas dan sebanyak 12 orang ibu hamil akan melahirkan pada bulan Agustus (Medical Record Posnyandu Desa Jangka Keutapang, 2023)

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini menggunakan *metode Case Control*. Kelompok subjek di observasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian diobservasi lagi setelah intervensi. Populasi dalam penelitian ini

adalah seluruh ibu Nifas di Posyandu Desa Jangka Keutapang Kecamatan Jangka Kabupaten Bireuen yang berjumlah 12 orang. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *total sampling*. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariante.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Analisis Univariat

#### 1. Data Demografi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Data Demografi Responden di Posyandu Desa Jangka Keutapang Kecamatan Jangka Kabupaten Bireuen (n = 12)

No	Kategori	Frekuensi	%
1	Umur (Tahun)		
	• 17 - 25	3	25%
	• 26 - 35	5	41%
	• 36 - 45	2	17%
	• 46 - 55	2	17%
	Total	12	100%
2	Pendidikan		
	• Dasar	1	8%
	• Menengah	6	50%
	• Tinggi	5	42%
	Total	12	100%

Berdasarkan tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa Dari segi umur, mayoritas responden berada pada rentang usia 26-35 tahun, dengan jumlah 5 orang atau sebesar 41% dari total responden. Kelompok usia 17-25 tahun menempati urutan kedua terbanyak dengan 3 responden atau 25%. Sementara itu, kelompok usia 36-45 tahun dan 46-55 tahun masing-masing berjumlah 2 responden atau 17%. Secara keseluruhan, distribusi usia responden cukup beragam namun didominasi oleh

kelompok usia dewasa muda dan dewasa awal.

#### 2. Produksi ASI Sebelum Intervensi

Tabel 2. Distribusi Frekuensi produksi ASI Sebelum Intervensi

No	Produksi ASI	Frekuensi	%
1	Cukup	5	42%
2	Kurang	7	58%
	Total	12	100%

Berdasarkan tabel 2 diatas tersebut, dari total 12 responden, mayoritas atau sebanyak 7 responden (58%) memiliki produksi ASI yang kurang. Sementara itu, terdapat 5 responden (42%) yang memiliki produksi ASI yang cukup. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum dilakukan intervensi, lebih dari separuh responden mengalami masalah dengan produksi ASI yang tidak mencukupi.

#### 3. Produksi ASI Setelah Intervensi

Tabel 3. Distribusi Frekuensi produksi ASI Setelah Intervensi

No	Produksi ASI	Frekuensi	%
1	Cukup	10	83%
2	Kurang	2	17%
	Total	12	100%

Berdasarkan tabel 3 di atas Setelah dilakukan intervensi, terjadi perubahan yang signifikan dalam produksi ASI responden. Mayoritas responden, yaitu sebanyak 10 orang atau 83% dari total 12 responden, kini memiliki produksi ASI yang cukup. Sebaliknya, jumlah responden dengan produksi ASI yang kurang menurun drastis menjadi hanya 2 orang atau 17%.

### B. Analisis Bivariat

Tabel 4. Analisa Bivariat Pengaruh Pemberian Jus Daun Katuk Terhadap Peningkatan Jumlah ASI Pada Ibu Nifas.

Produksi ASI	Mean	SD	SE	$\alpha$	$\rho$ -value	t hitung	t Tabel	df
Pre Intervensi	1,58	.515	.149	0,05	0,017	2,803	2,200	11
Post Intervensi	1,17	.389	.112					

Berdasarkan tabel 5 di atas dapat di lihat bahwa rata-rata produksi ASI sebelum intervensi adalah 1,58 dengan standar deviasi 0,515 dan pada produksi ASI setelah dilakukan intervensi di dapatkan rata-rata 1,17 dengan standar deviasi 0,389. Hasil uji statistik di dapatkan besarnya nilai p value 0.017 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat di simpulkan ada perbedaan yang signifikan antara produksi ASI sebelum intervensi dengan produksi ASI sesudah intervensi dengan nilai  $t_{hit} = 2,803 > t_{tabel} = 2,200$  dengan  $\alpha 0,05$ , maka  $H_0$  di tolak dengan demikian  $H_a$  diterima. Dapat di simpulkan bahwa adanya pengaruh pemberian jus daun katuk terhadap peningkatan jumlah ASI pada ibu nifas di Posyandu Desa Jangka Keutapang Kecamatan Jangka Kabupaten Bireuen.

Berdasarkan hasil uji statistik di dapatkan besarnya nilai *p-value* 0.017 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat di simpulkan ada perbedaan yang signifikan antara produksi ASI sebelum intervensi dengan produksi ASI sesudah intervensi dengan nilai  $t_{hitung} = 2,803 > t_{tabel} = 2,200$  dengan  $\alpha 0,05$ , maka  $H_0$  di tolak dengan demikian  $H_a$  diterima. Dapat di simpulkan bahwa adanya pengaruh pemberian jus daun katuk terhadap peningkatan jumlah ASI pada ibu nifas di Posyandu Desa Jangka Keutapang Kecamatan Jangka Kabupaten Bireuen.

## SIMPULAN

Hasil penelitiannya dapat disimpulkan sebagai berikut Responden yang memiliki produksi ASI kategori kurang sebelum dilakukan intervensi sebanyak 58%. Responden memiliki produksi ASI kategori cukup setelah dilakukan intervensi sebanyak 10 responden 83%. Hasil uji statistik di dapatkan besarnya nilai p value 0.017 ( $p < 0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara produksi ASI sebelum intervensi dengan produksi ASI sesudah intervensi dengan nilai  $t_{hit} = 2,803 > t_{tabel} = 2,200$  dengan  $\alpha 0,05$ , maka  $H_0$  di tolak dengan demikian  $H_a$  diterima. Dapat di simpulkan bahwa

adanya pengaruh pemberian jus daun katuk terhadap peningkatan jumlah ASI pada ibu nifas.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada berbagai pihak yang telah mendukung dan berkontribusi dalam penyelesaian penelitian ini hingga terwujudnya publikasi jurnal ini. Ucapan terima kasih khusus kami sampaikan kepada Pimpinan Perguruan tinggi, Universitas Muhammadiyah Mahakarya Aceh, Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ketua Prodi dan kader Posyandu Desa Jangka Keutapang Kecamatan Jangka Kabupaten Bireuen serta kawan-kawan seperjuangan yang sangat membantu memberikan ide-ide terbaru. Dukungan dan kolaborasi dari berbagai pihak ini sangat berharga dan memungkinkan kami untuk menyajikan hasil penelitian ini kepada khalayak yang lebih luas melalui jurnal nasional ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, M. K. (2023). Perbedaan Efektivitas Rebusan Kacang Hijau Dan Rebusan Daun Katuk Terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum Di Wilayah Puskesmas Banjarsengon. Badan Pusat Statistik Kabupaten Bireuen. (2023). Kabupaten Bireuen Dalam Angka.
- Dewi, N & Sunarsih, T. (2021). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas. Jakarta: Selemba Medika.
- Dinas Kesehatan Aceh. (2023). Profil Kesehatan Aceh.
- Puskesmas Jangka.. (2023). Medical Record.
- Ramayulis. (2021). Green Smoothie. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Rukmana, R. (2020). Daun

- Katuk Potensi Dan Manfaatnya. Yogyakarta: Kanisius.
- Sagala, Choirunissa & Syamsiah (2022). Efektivitas Pemberian Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di BPM Bidan Y di Bekasi Timur.
- Santoso. (2021). Katuk Tumbuhan Multi Khasiat. Jakarta: Selemba Medika.
- Saras, T. (2023). Daun Katuk: Manfaat Kesehatan Dan Penggunaannya. Semarang: Tiram Media.
- Situmorang, T. S. (2019). Pengaruh Konsumsi Air Rebusan Daun Katuk Terhadap Pengeluaran Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Bidan Praktek Mandiri Manurung Medan Tahun 2018. *Indonesian Trust Health Journal*, 1(2), 55-60. <https://doi.org/10.37104/ithj.v1i2.13>
- Survei Demografi Kesehatan Indonesia. (2023). Laporan Survei Demografi Dan Kesehatan Indonesia.
- Suyanti, S., & Anggraeni, K. (2020).. Efektivitas Daun Katuk Terhadap Kecukupan Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui Di Bidan Praktek Mandiri (BPM) Bd. Hj. Iin Solihah, S.St., Kabupaten Majalengka.
- Walyani & Purwoastuti. (2020). Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui. Yogyakarta: Pustaka Baru. WHO. (2023). World Breastfeeding.
- Widuri, H. (2021). Cara Mengelola ASI Eksklusif Bagi Ibu Yang Bekerja. Yogyakarta: Gosyen Publising.