

Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro	Vol. 7 No. 1	Edition: Oktober 2024 – April 2025
<a href="http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPK2R">http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPK2R</a>		
Received : 23 September 2024	Revised: -----	Accepted: 29 April 2024

## **PENGARUH PEMBERIAN REBUSAN DAUN KATUK TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI**

**Naimah Nasution<sup>1</sup>, Septa Dwi Insani<sup>2</sup>, Palupi Bodro Sayekti<sup>3</sup>, Ria Nita Ginting<sup>4</sup>**

<sup>1,2,4</sup>Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

<sup>3</sup>Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Darmo

e-mail : [naymah.nay@gmail.com](mailto:naymah.nay@gmail.com)

### **Abstract**

*Breast milk is the ideal food for babies because it provides all the energy and nutrients what they need in early life. The World Health Organization (WHO) and the United Nations Children's Fund UNICEF recommend that babies start breastfeeding within the first hour of birth and continue breastfeeding exclusively. The study examines the effect of Katuk leaf decoction on increasing breast milk production in lactating mothers who attended the Pera Independent Practical Midwifery Clinic in Medan Tuntungan District, Deli Serdang, in 2024. This study uses a quasi-experimental design using a single Group Pre Test-Post Test Design approach that does not use a control group; instead, the intervention is preceded by a pre-test followed by a post-test to assess change. According to the Wilcoxon signed rank test, the Z value was found to be 0.211 with a significance level of  $p=0.01$  or less than 0.05 as a predetermined threshold indicating that breast milk production increased by an average of 9.30 after boiling katuk leaves. This result leads to the rejection of  $H_0$  and the acceptance of  $H_a$ , indicating that the findings support the effect of Katuk leaf decoction on increasing breast milk production in lactating mothers at Pera Independent Practice Midwifery Clinic, Tuntungan District, Medan, Deli Serdang, in 2024.*

**Keywords:** *Katuk Leaf Decoction, Increased Breast Milk, Breastfeeding Mothers*

### **1. PENDAHULUAN**

Seorang ibu memiliki tanggung jawab yang sangat besar dalam memenuhi kebutuhan, pertumbuhan dan perkembangan anak sejak masa janin hingga masa kelahiran. Pemenuhan nutrisi yang paling baik dan utama pada bayi di enam bulan pertama hingga usia dua tahun adalah air susu ibu (ASI). Pemberian asi di enam bulan pertama bayi disebut asi eksklusif. Asi eksklusif adalah pemberian air susu ibu kepada bayi di umur enam

bulan ke bawah tanpa memberikan makanan cair dan padat lainnya, kecuali pemberian vitamin dan juga obat-obatan. Tujuan pemberian ASI adalah untuk memenuhi nutrisi, menunjang pertumbuhan dan perkembangan bayi. (Nurhidayah et al. 2023)

Pada tahun 2022 di Indonesia memiliki cakupan asi eksklusif sebesar 67,96%. Data cakupan ini turun dari 69,70% di tahun 2021. Data cakupan asi eksklusif di tahun 2023 sebanyak 68,60% dan ini juga

masih turun dari tahun 2021 meskipun cakupannya sudah naik dari tahun 2022. Menurut data dari Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023, cakupan asi eksklusif tertinggi yaitu di Provinsi Nusa Tenggara Barat (NTB) dengan 87,9%, yang terendah yaitu di Gorontalo dengan 47,4%. Sedangkan cakupan asi eksklusif di Sumatera Utara pada tahun 2023 yaitu sebesar 61,98%. Oleh karena itu sangat pentingnya dilakukan berbagai upaya dalam meningkatkan produksi asi pada ibu menyusui agar memenuhi target capaian dan dapat mensukseskan program pembangunan bangsa. (Kemenkes RI 2023)

Pemberian asi kerap kali dirasa sulit dikarenakan masih banyak ibu yang tidak mempersiapkannya dengan baik apalagi pemberian asi ini membutuhkan cara dan teknik dasar agar pemberian asi dapat sukses dilakukan. Tak hanya itu, dalam pemberian asi juga membutuhkan nutrisi yang baik agar produksi asi lancar. Ada beberapa jenis tumbuh-tumbuhan yang secara ilmiah dapat meningkatkan produksi asi pada ibu menyusui, dimana salah satunya adalah daun katuk. Daun katuk ini berasal dari Asia Tenggara yang termasuk dalam keluarga *phyllanthaceae* yang memiliki kandungan yang baik terhadap produksi asi. Daun katuk memiliki kaya akan zat hijau (klorofil), mengandung 7% protein, 19% serat, vitamin K, pro vitamin A (beta karotin vitamin B dan C), kalsium, kalium, fosfor,

magnesium, zat besi. Protein yang ada didalam daun katuk bermanfaat untuk merangsang pertumbuhan atau produksi asi, sedangkan steroid dan polifenol yang ada pada daun katuk yang dapat meningkatkan kadar prolactin sehingga dapat meningkatkan jumlah asi. (Dolang et al. 2021)

## 2. METODE

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan desain quasi experiment yaitu desain single-group pretest-posttest tanpa kelompok perbandingan. Dalam model ini, pre-test dilakukan sebelum intervensi. Setelah beberapa waktu, kelompok yang sama diberikan post-test untuk mengukur perubahan yang terjadi akibat percobaan.

Penelitian ini akan dilakukan di Klinik Bidan Praktik Mandiri Anita Pera Kecamatan Medan Tuntungan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2024. Data dikumpulkan menggunakan lembar observasi yang diberikan kepada responden.

## 3. HASIL

**Tabel 3.1** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Ibu Menyusui

Umur	Frekuensi	Persen
<20 Tahun	2	13.3
21-30 Tahun	9	60.0
31-45 Tahun	4	26.7
Total	15	100.0

Dari hasil tabel 3.1 dilihat bahwa dari 15 responden, mayoritas responden berusia 21-30 tahun yaitu 9 responden

(60.0%). Responden berusia di bawah 20 tahun berjumlah 2 orang (13.3%), sedangkan responden berusia 31-45 tahun hanya 4 orang (26.7%). Dapat di simpulkan bahwa mayoritas ibu menyusui di usia 21-30 tahun yaitu sebanyak 9 responden (60.0%).

**Tabel 3.2** Distribusi Responden Menurut Tingkat Pendidikan Ibu Menyusui

Pendidikan	Frekuensi	Persen
SD	3	20.0
SMP	3	20.0
SMA	2	13.3
PERGURUAN TINGGI	7	46.7
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 3.2 dilihat bahwa mayoritas responden yang memiliki pendidikan perguruan tinggi adalah 7 responden (46.7%), diikuti dengan pendidikan SD dan SMP 3 responden (20.0%) lalu pendidikan SMA 2 responden (13,3%). Dapat disimpulkan bahwa mayoritas ibu menyusui memiliki pendidikan perguruan tinggi.

**Tabel 3.3** Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu Menyusui

Pekerjaan	Frekuensi	Persen
Karyawan Swasta	7	46.7
PNS	5	33.3
Ibu Rumah Tangga	3	20.0
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 3.3 dilihat bahwa mayoritas responden yang bekerja sebagai karyawan swasta adalah 7 responden (46.7%), diikuti dengan pekerjaan PNS sebanyak 5 responden (33.3%), lalu pekerjaan

ibu rumah tangga sebanyak 3 responden (20.0%). Dapat disimpulkan bahwa mayoritas ibu menyusui memiliki pekerjaan sebagai karyawan swasta.

**Tabel 3.4** Frekuensi Responden Berdasarkan Jumlah Anak Ibu Menyusui

Jumlah Anak	Frekuensi	Persen
1 Anak	6	40.0
2 Anak	5	33.3
>3 Anak	4	26.7
Total	15	100.0

Berdasarkan tabel 3.4 dilihat bahwa 6 responden yang memiliki jumlah 1 anak (50.0%), 5 responden yang memiliki jumlah 2 anak dan 4 responden yang memiliki >3 anak.

**Tabel 3.5** Frekuensi Responden Sebelum Diberikan Rebusan Daun Katuk

Pre	Frekuensi	Min-Max	Persen
ASI Banyak	5	8-9	33.3
ASI Cukup	8	7-8	53.3
ASI Sedikit	2	4-5	13.3
Total	15		100.0

Berdasarkan tabel 3.5 diketahui bahwa ada sebanyak 5 (33.3%) responden ibu menyusui yang memiliki asi banyak sebelum diberikannya rebusan daun katuk dimana dilihat dari frekuensi menyusui sebanyak 8-9 kali/hari. Sebanyak 8 (53.3%) responden ibu menyusui yang memiliki asi sedikit sebelum diberikannya rebusan daun katuk dimana dilihat dari frekuensi

menyusui sebanyak 7-8 kali/hari. Dan sebanyak 2 (13.3%) responden ibu menyusui yang memiliki asi sedikit sebelum diberikannya rebusan daun katuk dimana dilihat dari frekuensi menyusui sebanyak 4-5 kali/hari.

**Tabel 3.6** Frekuensi Responden Setelah Diberikan Rebusan Daun Katuk

Post	Frekuensi	Min- Max	Persen
Asi banyak	8	9-10	53.3
Asi cukup	7	8-9	46.7
Total	15	100.0	100.0

Berdasarkan tabel 3.6 diatas, ibu menyusui telah diberikan intervensi dengan pemberian rebusan daun katuk dimana ditemukan sebagian besar ibu menyusui mengalami peningkatan air susu yaitu sebanyak 8 (53.3%) responden volume asi ibu menyusui meningkat yang dilihat dari frekuensi menyusui bertambah yaitu 9-10 kali/hari. Dan sebanyak 7 (46.7%) responden memiliki kecukupan asi yang dilihat dari frekuensi menyusui bertambah yaitu 8-9 kali/hari.

**Tabel 3.7** Uji Normalitas Data Pre-Post Pemberian Rebusan Daun Katuk

Tests of Normality	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig
Rebusan Daun Katuk Pre	.801	15	.004
Rebusan Daun Katuk Post	.643	15	.000

Berdasarkan data tes uji normalitas yang telah dilakukan, diperoleh bahwa data tidak berdistribusi normal yang terlihat dari nilai signifikansi dibawah 0,05, dikarenakan data tidak berdistribusi normal maka peneliti akan memakai uji Wilcoxon.

**Tabel 3.8** Uji Wilcoxon Pemberian Rebusan Daun Katuk Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui

Pemberian Rebusan Daun Katuk	N	Mean	Z	Sig.
Pre	15	4.50	0,611	0,13
Post	15	9,30	0,211	0,01

Berdasarkan uji wilcoxon yang dilakukan, didapatkan nilai signifikansi post pemberian daun katuk yaitu lebih kecil dari 0,05 yang dimana terdapat perbedaan pemberian signifikan rebusan daun katuk sebelum dan juga sesudah dilakukan intervensi. Hal ini dapat diartikan bahwa adanya pengaruh pemberian rebusan daun katuk terhadap volume asi pada ibu menyusui.

#### 4. PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang diperoleh, usia responden yang dominan yaitu sebanyak 60% ibu menyusui di usia rentang 21-30 tahun. Usia ibu menyusui sangat mempengaruhi terhadap kesiapan ibu selama proses menyusui, tak hanya dari kesiapan fisik tapi juga mental. Menurut kementerian kesehatan, usia ideal seorang

wanita untuk hamil yaitu di usia rentang 20 – 35 tahun, karena pada usia ini kondisi fisik dan mental sudah memumpuni, tingkat dari kesuburan wanita juga dalam kondisi yang tinggi dan untuk resiko komplikasi yang akan dialami lebih rendah. (Kemenkes RI 2021)

Berdasarkan data yang diperoleh, pendidikan responden yang dominan yaitu sebanyak 46.7% ibu menyusui yang memiliki pendidikan di perguruan tinggi. Tingkat pendidikan dapat menjadi salah satu indikator tingkat pengetahuan seseorang terhadap pemecahan masalah mengenai masalah-masalah proses menyusui dan produksi asi. (Bahri et al. 2023)

Berdasarkan data yang diperoleh, pekerjaan responden yang dominan yaitu sebanyak 46.7% ibu menyusui memiliki pekerjaan sebagai karyawan swasta. Ibu dengan bekerja diluar rumah dapat mempengaruhi proses produksi asi selama masa menyusui. Ibu yang dominan memiliki jumlah anak 1 yaitu 40%.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden yang diteliti dan sebelum dilakukannya intervensi yaitu sebelum pemberian rebusan daun katuk, ada 5 responden (33.3%) yang memiliki asi banyak yang dilihat dari frekuensi menyusui 8-9 kali dalam sehari, ada 8 responden (53.3%) yang memiliki asi cukup yang dilihat dari frekuensi menyusui 7-8 kali dalam sehari. Dan ada 2 responden (13.3%) yang memiliki asi sedikit yang dilihat dari frekuensi menyusui 4-5 kali dalam

sehari. Setelah dilakukannya intervensi yaitu pemberian rebusan daun katuk selama 1 minggu berturut-turut diminum 2 kali sehari diwaktu pagi dan juga sore hari dengan menggunakan dosis 50 gram daun katuk yang direbus menggunakan air sebanyak 300 ml, di dapatkan hasil sebanyak 8 responden (53.3%) yang memiliki asi dengan jumlah banyak yang dilihat dari frekuensi menyusui 9-10 kali dalam sehari. Dan sebanyak 7 responden (46.7%) yang memiliki asi dengan jumlah cukup yang dilihat dari frekuensi menyusui sebanyak 8-9 kali dalam sehari. Dari hasil uji yang dilakukan juga menunjukkan adanya pengaruh pemberian rebusan daun katuk terhadap produksi asi pada ibu menyusui yang ditandai dengan nilai  $p=0,01 < 0,05$ . Oleh karena itu, setelah dilakukannya pengujian, didapatkan bahwa pemberian rebusan daun katuk mempengaruhi peningkatan produksi asi pada ibu menyusui yang dilihat dari volume asi ibu bertambah banyak.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Serli Bahri dkk yang membahas tentang efek rebusan daun katuk terhadap peningkatan asi pada ibu postpartum, dimana dilakukan uji T yang menunjukkan nilai  $p=0,000 < 0,05$ .

Pada penelitian Kristia Sagala dkk juga menunjukkan hal yang sama dimana dilakukan pemberian ekstrak daun katuk terhadap kecukupan asi pada ibu menyusui yang dilihat dari adanya penambahan berat badan bayi pre

dan post setelah diberikan ekstrak daun katuk. (Sagala and Choirunissa 2022).

Tak hanya itu ada juga penelitian dari Suyanti dan Kiki yang meneliti tentang adanya pengaruh atau efektifitas penggunaan daun katuk dengan kecukupan asi pada ibu menyusui yang dilihat dari frekuensi bayi menyusui, dimana nilai rata-rata frekuensi menyusui sebesar 6,80. Hal ini dapat diartikan bahwa sebelum dilakukannya intervensi, frekuensi menyusui dibawah 8-19 kali dalam sehari. Normalnya frekuensi menyusui bayi yaitu sebanyak 8-10 kali dalam sehari. Setelah dilakukannya intervensi yaitu pemberian rebusan daun katuk, frekuensi menyusui sebanyak 8,47. Hal ini diartikan bahwa adanya pengaruh ataupun efek pemberian rebusan daun katuk terhadap produksi asi ibu yang dilihat dari frekuensi menyusui meningkat menjadi 8 kali dalam sehari. (Suyanti and Anggraeni 2020)

Pada studi literatur yang dilakukan oleh Izhar dan Ayu dengan hasil pencarian 9 artikel pada google search engine, researchgate dan Pubmed/Medline juga didapatkan bahwa pemberian daun katuk dengan berbagai olahan bisa meningkatkan produksi asi pada ibu menyusui. Hal ini juga merupakan sebuah anjuran yang dinyatakan oleh Dinas Kesehatan Republik Indonesia bahwa benar adanya keefektifan pemberian daun katuk pada ibu menyusui. (Ibrahim et al. 2021)

Daun katuk adalah salah satu jenis tanaman sayuran yang dapat dimanfaatkan sebagai bahan pangan yaitu sayuran yang banyak terdapat di Asia Tenggara. Tanaman ini banyak dimanfaatkan mulai dari daun, bunga, akar, batang, yang memiliki banyak manfaat untuk tubuh seseorang. Pada bagian daun dapat dimanfaatkan pada ibu menyusui, karena ini memiliki manfaat dalam memproduksi asi pada ibu semakin banyak dan juga meningkatkan kualitas asi. Daun katuk dapat meningkatkan produksi hormon prolaktin dan juga oksitosin karena memiliki kandungan fitosterol dan papaverine. Kandungan galactagogue dalam daun katuk juga dapat memicu peningkatan produksi asi. Pada daun katuk juga memiliki kandungan baik lainnya, seperti vitamin (vitamin A, B1, C), protein, zat besi, kalsium, fosfor, lemak, saponin, flavonoid. (Herawati and Desriyeni 2017)

## **5. KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti di Klinik Anita Pera, didapatkan hasil bahwa adanya pengaruh pemberian daun katuk terhadap produksi asi pada ibu menyusui yang dilihat dari semakin bertambahnya frekuensi pemberian asi dalam sehari. Pada uji penelitian juga didapatkan hasil signifikansi 0,01 yang dimana lebih kecil dari 0,05 yang memiliki arti adanya pengaruh pemberian daun katuk terhadap pemberian asi pada ibu menyusui.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bahri, Serli, Farida Umamy, Luluk Khusnul Dwihestie, and Ilma Widiya Sari. 2023. "Effect Of Giving Katuk Leaf Decoction ( Saropus Androgynus ) On Breast Milk Production In Post Partum Mothers In Sei Renggas Village." 14(01): 644-50.
- Dolang, Mariene Wiwin et al. 2021. "Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas." JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan) 6(3): 256.
- Herawati, Yunila, and Desriyeni. 2017. "Kemas Ulang Informasi Manfaat Daun Katuk Untuk Produksi Air Susu Ibu (ASI)." Jurnal Ilmu Informasi Perpustakaan dan Kearsipan 6(1): 78-85. <http://ejournal.unp.ac.id/index.php/iipk/article/view/8165>.
- Ibrahim, Izhar et al. 2021. "Literature Review: Pengaruh Daun Katuk (Sauropus Androgynus) Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui." Jurnal Kesehatan 10(2): 31-37. <https://jurnal.stikesyatsi.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/353>.
- Kemenkes RI. 2021. Buku Saku Merencanakan Kehamilan Sehat.
- . 2023. "Temu Media Pekan Menyusui Sedunia Tahun 2023." Enabling Brestfeeding: 1-10.
- Nurhidayah, Nurhidayah et al. 2023. "Persiapan Laktasi Dan Pemeriksaan Hemoglobin Ibu Hamil Dan Ibu Nifas." JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri) 7(2): 1095.
- Sagala, Kristina, and Risza Choirunissa. 2022. "Efektivitas Pemberian Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Bpm Bidan Y Di Bekasi Timur Tahun 2022." Jurnal Ilmiah Kesehatan 14(1): 117-26.
- Suyanti, Suyanti, and Kiki Anggraeni. 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." Journal of Midwifery Care 1(1): 1-10.