

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 4 No. 2	Edition: Maret 2024 – Juni 2024
	<a href="http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPPH">http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPPH</a>	
Received : 19 Maret 2024	Revised: 25 Maret 2024	Accepted: 28 Maret 2024

## EDUKASI MANFAAT REBUSAN DAUN BANGUN-BANGUN TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI DI DESA SIDOMULYO KECAMATAN BIRU-BIRU MEDAN TAHUN 2024

<sup>1</sup>Kristin Natalia <sup>2</sup>Naimah Nasution

Program Studi Profesi Bidan

Program Studi S1 Sarjana kebidanan

e-mail : [1kristin.desember28@gmail.com](mailto:kristin.desember28@gmail.com), [2naymah.nay@gmail.com](mailto:naymah.nay@gmail.com)

### Abstract

*Breast milk (ASI) is an emulsion of fat in a solution of protein, lactation and inorganic salts secreted by the mother's mammary glands, and is useful as baby food and fluid to meet the baby's nutritional needs and protect him against possible disease attacks (Maryunani, 2012). Bangun-bangun leaves are one of the Indonesian ethno-botanicals which have been used for generations by people, especially in the North Sumatra region, as a daily vegetable menu and are especially served to mothers who have just given birth. One of the ingredients contained in wake leaves is lactogagum which functions to increase the rate of secretion and increase breast milk production. This community service activity was carried out in Sidomulyo Village, Biru - Biru District, which was carried out for 1 day, on March 3 2024. This activity was carried out by 5 Community Service Team members. This extension method takes the form of conveying individual knowledge and skills using learning or instruction aimed at converting or influencing human actions, whether in society, groups or individuals, to be more independent in achieving extension targets. The results of field observations were used as a basis for strengthening the concept of counseling delivered in the form of Educational Socialization on the Benefits of Bangun-Bangun Leaf Boil on Increasing Breast Milk Production in Sidomulyo Village*

**Keywords:** ASI, Wake Up Leaves

### Abstrak

Air susu ibu (ASI) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktasi, dan garam garam anorganik yang disekresikan oleh kelenjar mammae ibu, dan berguna sebagai makanan bayi dan cairan untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi dan melindunginya melawan kemungkinan serangan penyakit (Maryunani, 2012). Daun bangun-bangun merupakan salah satu *etno botani* Indonesia yang secara turun temurun dimanfaatkan masyarakat khususnya wilayah Sumatera Utara sebagai menu sayuran sehari-hari dan terutama disajikan untuk ibu-ibu yang baru melahirkan. Salah satu kandungan yang terdapat dalam daun bangun adalah kandungan *laktogagum* yang berfungsi meningkatkan laju sekresi dan peningkatan produksi ASI. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Desa Sidomulyo, Kecamatan Biru-Biru yang dilakukan selama 1 hari, pada tanggal 3 Maret 2024. Metode penyuluhan ini berupa penyampaian pengetahuan dan keterampilan individu menggunakan pembelajaran atau intruksi yang bertujuan mengkonversi atau memengaruhi tindakan manusia baik secara masyarakat, kelompok, atau individu dapat lebih independent dalam mencapai target penyuluhan.

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

## 1. PENDAHULUAN

WHO mengatakan asi eksklusif wajib 6 bulan pertama kehidupan bayi tanpa ada makanan tambahan karena ASI sangat seimbang dalam memenuhi kebutuhan nutrisi bayi yang baru lahir. Berdasarkan profil Kesehatan Indonesia(2018) Persentase bayi 0-5 bulan yang masih mendapat ASI eksklusif sebesar 54,0%, sedangkan bayi yang telah mendapat ASI eksklusif sampai usia enam bulan adalah sebesar 29,5%. Melihat hal ini pemberian ASI eksklusif belum memenuhi target nasional. Di Sumatera Utara untuk pemberian ASI eksklusif sudah mencapai target yaitu sebesar 46,8% dari target Renstra 42% namun belum memenuhi target nasional (Hidayat,2010)

Berdasarkan profil Kesehatan Indonesia (2018) Persentase bayi 0-5 bulan yang masih mendapat ASI eksklusif sebesar 54,0%, sedangkan bayi yang telah mendapat ASI eksklusif sampai usia enam bulan adalah sebesar 29,5%. Melihat hal ini pemberian ASI eksklusif belum memenuhi target nasional. Di Sumatera Utara untuk pemberian ASI eksklusif sudah mencapai target yaitu sebesar 46,8% dari target Renstra 42% namun belum memenuhi target nasional (Hidayat,2010)

Air susu ibu (ASI) adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktasi, dan garam-garam anorganik yang disekresikan oleh kelenjar mammae ibu, dan berguna sebagai makanan bayi dan cairan untuk memenuhi kebutuhan gizi bayi dan melindunginya melawan kemungkinan serang (Maryunani, 2012).

Tumbuhan daun Bangun atau bahasa latin *Coleus amboinicus* banyak memiliki sejuta manfaat terutama untuk ibu yang baru melahirkan. tumbuhan jenis ini memiliki ciri dimana batangnya berbentuk bulat dan sedikit berambut, jarang berbunga dan sangat mudah untuk berkembang. Daun bangun-bangun merupakan salah satu *etno botani* Indonesia yang secara turun temurun dimanfaatkan Masyarakat khususnya wilayah Sumatera Utara sebagai menu sayuran sehari-hari dan terutama disajikan untuk ibu-ibu yang baru melahirkan. Daun ini dapat dijadikan jus yang digunakan untuk obat batuk anak-anak..

Salah satu kandungan yang terdapat dalam daun bangun adalah kandungan *laktogagum* yang berfungsi meningkatkan laju sekresi dan peningkatan produksi ASI. Selain itu daun bangun memiliki kandungan lain seperti anti oksidan immunoglobulin, anti hipertensi, anti radang dan kandungan vitamin C dan Vitamin B12 yang terdapat dalam daun bangun akan membantu ibu untuk memenuhi kebutuhan nutrisi.

## 2. METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di Desa Sidomulyo, Kecamatan Biru-Biru yang dilakukan selama 1 hari, pada tanggal 3 March 2024. Metode penyuluhan ini berupa penyampaian pengetahuan dan keterampilan individu menggunakan pembelajaran atau intruksi yang bertujuan mengkonversi atau memengaruhi tindakan manusia baik secara masyarakat, kelompok, atau individu dapat lebih independ ent dalam mencapai target penyuluhan. Hasil pengamatan lapangan dijadikan dasar untuk memantapkan konsep penyuluhan yang disampaikan dalam bentuk Sosialisasi Edukasi Manfaat Rebusan Daun Bangun-Bangun Terhadap Peningkatan Produksi ASI di Desa Sidomulyo yang dilakukan meliputi tahapan yaitu yang dilakukan meliputi tahapan yaitu

1. Mengundang peserta. Peserta yang mengikuti penyuluhan adalah 10 orang ibu pos partum/menyusui.
2. Input kepada masing-masing peserta diwajibkan membawa alat tulis dan kebutuhan lain yang dianggap perlu untuk kegiatan edukasi.

3. Pelaksanaan sesi presentasi oleh pemateri yang dilaksanakan setelah pretest berlangsung menggunakan media Presentasi Power Point (PPT) yang terdiri dari 10 slide tentang Edukasi Manfaat Rebusan Daun Bangun-Bangun Terhadap Peningkatan Produksi Asi di Desa Sidomulyo.
4. Diskusi bersama dengan sesi tanya jawab antara pemateri dengan para peserta.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil penyuluhan tentang Edukasi Manfaat Rebusan Daun Bangun-Bangun Terhadap Peningkatan Produksi Asi di Desa Sidomulyo adalah sebagai berikut:

1. Adanya kekurangan pemahaman atau kurangnya pengetahuan masyarakat yang mengikuti Sosialisasi Edukasi Manfaat Rebusan Daun Bangun-Bangun Terhadap Peningkatan Produksi Asi di Desa Sidomulyo, dengan melakukan pembinaan dan pendampingan dengan metode penyuluhan, didapatkan hasil dimana masyarakat terutama yang mengikuti penyuluhan menunjukkan antusias dalam keingintahuan dari manfaat Rebusan Daun Bangun-Bangun Terhadap Peningkatan Produksi Asi.
2. Telah dilakukan proses pertukaran informasi dan berbagi pengalaman dalam memecahkan masalah yang berkaitan dengan Edukasi Manfaat Rebusan Daun Bangun-Bangun Terhadap Peningkatan Produksi Asi di Desa Sidomulyo.
3. Bertambahnya pengalaman dan pengetahuan ibu menyusui dari masyarakat desa Sidomulyo yang ikut bersama dalam Sosialisasi Edukasi Manfaat Rebusan Daun Bangun-Bangun Terhadap Peningkatan Produksi Asi di Desa Sidomulyo dan simulasi yang dipe oleh selama sosialisasi. Berdasarkan hasil yang diperoleh sebagian besar masyarakat yang mengikuti penyuluhan tentang Manfaat Rebusan Daun Bangun-Bangun Terhadap Peningkatan Produksi Asi di Desa Sidomulyo, tingkat pengetahuannya masih rendah dikarenakan kurangnya sosialisasi yang diterima. Selanjutnya dengan pemberian sosialisasi atau penyuluhan mengenai Manfaat Rebusan Daun Bangun-Bangun Terhadap Peningkatan Produksi Asi di Desa Sidomulyo, masyarakat Desa Sidomulyo yang mengikuti sosialisasi ikut serta dalam memecahkan masalah yang berkaitan dengan materi yang disampaikan dan sekaligus menambah pengetahuan dan pengalaman baik pembicara maupun masyarakat di Desa Sidomulyo yang ikut serta penyuluhan.

Populasi dalam sosialisasi ini yaitu seluruh ibu postpartum atau nifas yang di desa sidomulyo kecamatan sibiru-biru sebanyak 10 orang.

#### **Tabel 1.** Hasil Pelaksanaan Kegiatan

PKM di desa sidomulyo kecamatan sibiru-biru tahun 2024

#### **N Target Capai Upaya o Prioritas an Pelaksana (Oranang)**

- 1 Ibu pos 10 Penyampai tentang materi partum/menyusui di Desa Sidomulyo. Edukasi Manfaat Rebusan Daun Bangun-Bangun Terhadap Peningkatan Produksi Asi di Desa Sidomulyo

### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan uraian pada atas, maka dapat diasumsikan bahwa pemeberian daun bangun bangun dapat meningkatkan produksi ASI karena salah satu kandungan yang terdapat dalam daun bangun adalah kandungan *laktogagum* yang berfungsi meningkatkan laju sekresi dan peningkatan produksi ASI. Selain itu daun bangun memiliki kandungan lain seperti antioksidan immunoglobulin, anti

hipertensi, anti radang dan kandungan vitamin C dan Vitamin B12 yang terdapat dalam daun bangun akan membantu ibu untuk menyukupi kebutuhan nutrisi.

Sosialisasi ini sejalan dengan hasil penelitian (Putri Ayu, 2019) yang menyatakan adanya pengaruh peningkatan produksi ASI setelah diberikan daun bangun-bangun yaitu dari nilai (>12 kali/hari) sebanyak 10 orang (31,3%) dan minoritas produksi ASI responden baik (8-12 kali/hari) sebanyak 6 orang (18,8%). Dengan dengan hasil uji statistik menunjukkan nilai  $p=0,000 < 0,05$ . Maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang bermakna antara sebelum diberikan sayur daun bangun-bangun dan setelah dilakukan sayur daun bangun-bangun. Peneliti dapat mengansumsikan bahwa penurunan Produksi ASI pada ibu yaitu dengan intensitas menyusui.

Daun ini memiliki kandungan minyak atsiri yang berdaya sebagai antiseptika. Komponen daun ini pernah dimasukkan sebagai komponen obat jamu ibu hamil yang didalamnya mempunyai sifat oksitosik dan analgesik. Daun bangun-bangun merupakan salah satu sumber tanaman obat di Indonesia yang manfaatnya digali secara terus-menerus. Daun bangun-bangun memiliki kandungan kimia itu vitamin C, vitamin B1, vitamin b12 beta karoten komania sinkoma carvachrol, kalsium, asam-asam lemak asam oksalat dan juga serat. Senyawa kimia utama dalam daun bangun-bangun ialah *karvakrol*, *thymol*, *humulene*, *undicanal*, *terpinene*, *cymene*, *caryophyllene oxide*, *terpineol* dan *selinene*.

Tidak hanya itu daun bangun-bangun juga merupakan daun yang memiliki kandungan obat jamu ibu hamil yang bersifat *oksitosis* yaitu zat yang memiliki sifat yang merangsang kontraksi yang kuat pada dinding rahim

#### DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, Nurdianti, Padmawati. *Keberhasilan Ibu Bekerja Meberikan ASI Eksklusif. Jurnal Gizi dan Dietik Indonesia*. 2015 Mei ; Vol.III(2):69-76
- Astutik, 2015. *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Cetakan Pertama. CV. Trans Info Media: Jakarta Timur
- Ayu P. 2019. *Pengaruh Pemberian Daun Bangun – Bangun (Coleus Ambonicus Lour ) Terhadap Produksi Asi Di Desa Candirejo Kecamatan Biru -Biru Kab. Deli Serdang Tahun 2018*. Jurnal Kebidanan Kestra (JKK); Vol.I(2):1-6
- Ginting 2013. *Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Tentang Pemberian ASI serta Pemberian ASI Eksklusif dengan Status Gizi Balita*. Usia 6-24 Bulan .
- Hidayat, 2010. *Hubungan konsumsi makanan ibu selama kehamilan dan pemberian ASI pertama kali setelah melahirkan*. Penelitian Gizi dan Makanan.
- Kadir, N.A. *Menelusuri Akar Masalah Rendahnya Persentase Pemberian ASI Eksklusif di Indonesia*. Jurnal Al-Hikmah. 2014 Maret 24 ; vol XV(1):106-110
- Kementerian Kesehatan RI. *Infodatin ASI* . Pusat Data dan Informasi RI 2018 . Agustus 1-7; Hal 3-4
- Marni dan Kuku, 2015. *Asuhan Neonatus, Bayi, Balita, dan Anak Pra Sekolah*. Cetakan Ketiga. Pustaka Pelajar: Yogyakarta.
- Maryunani, 2012. *Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Ibu Bayi Terhadap Pemberian Asi Eksklusif*. Buletin Penelitian Sistem Kesehatan– Vol. 15 No. 4 Oktober 2012.
- Santosa CM. 2001. *Khasiat konsumsi daun bangun-bangun (Coleusa oinicus L) sebagai pelancar sekresi air susu ibu menyusui dan pemacu pertumbuhan bayi*. [Tesis]. Bogor (ID): Institut Pertanian Bogor.