

EFEKTIVITAS DAUN KATUK (*SAUROPUS ANDROGYNUS*) TERHADAP KECUKUPAN ASI PADA IBU MENYUSUI DI PUSKESMAS KUTA BARO ACEH BESAR

Juliaستی

Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh,
Kampus Terpadu Poltekkes Kemenkes RI Aceh Lampeneurut

ABSTRAK

Kata Kunci :

Efektivitas Daun Katuk
Kecukupan ASI
Ibu Menyusui

Abstract : *Inadequate breast milk production is the most common inhibiting factor causing the cessation of exclusive breast feeding practices an effort to increase the rate of secretion and production of breast milk is through the use of traditional herbal medicines such as decoction and extraction of sweet leaf (*Sauropus androgynus*). Sweet leaf extract (*Sauropus androgynus*) has been known to have a variety of pharmacological activities. Sweet leaf contains a number of important nutrients such as protein, vitamin C, vitamin D, calcium, and folic acid. This study aimed to determine the differences in the effectiveness of Sweet leaf decoction and sweet leaf (*Sauropus androgynus*) extract in adequacy of breastfeeding mother breast milk. The research used quasi-experimental design with pre-test and post-test design, the sampling technique with purposive sampling as many as 20 breastfeeding mothers, the results of the study were analyzed by independent t-test. The results showed that sweet leaf decoction and Sweet leaf extract were effective to fulfill the adequacy of breast milk. The sweet leaf decoction in this study proved to gain infant weight compared to sweet leaf extract with p value 0,000.*

Abstrak : Produksi ASI yang tidak cukup merupakan faktor penghambat yang paling umum menyebabkan berhentinya praktik pemberian ASI eksklusif. Salah satu upaya meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI adalah melalui penggunaan obat ramuan tradisional seperti rebusan dan ekstrak daun katuk (*Sauropus androgynus*). Ekstrak daun katuk (*Sauropus androgynus*) telah terbukti memiliki berbagai macam aktivitas farmakologi. Daun katuk mengandung sejumlah nutrisi penting seperti protein, vitamin C, vitamin D, kalsium, hingga asam folat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan efektivitas rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk (*Sauropus androgynus*) dan ekstrak daun katuk terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui. Metode penelitian ini menggunakan quasi eksperimen dengan rancangan *pre test and post test design*, teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling* sebanyak 20 ibu menyusui, hasil penelitian di analisa dengan uji independent *t-test*. Hasil Penelitian menunjukkan rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk efektif dalam memenuhi kecukupan ASI. Rebusan daun katuk dalam penelitian ini terbukti meningkatkan kenaikan berat badan bayi dibandingkan ekstrak daun katuk dengan *p value* 0,000.

Copyright © 2019. Indonesian Journal for Health Sciences,
<http://journal.umpo.ac.id/index.php/IJHS/>, All rights reserved

Penulis Korespondensi :

Juliaستی
Jurusan Kebidanan,
Politeknik Kesehatan Kemenkes Aceh, Indonesia
Email: juliasستی178@gmail.com

Cara Mengutip :

Juliaستی. Efektivitas Daun Katuk (*Sauropus Androgynus*) terhadap Kecukupan ASI pada Ibu Menyusui di Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar. J. Heal. Sci., vol. 3, no.1, pp.1-5, 2019.

PENDAHULUAN

Pemberian ASI eksklusif menjadi salah satu strategi global untuk meningkatkan pertumbuhan, perkembangan, kesehatan, dan kelangsungan hidup bayi (WHO, 2011). Modal dasar pembentukan manusia berkualitas dimulai sejak bayi berada dalam kandungan, kemudian dilanjutkan dengan pemberian Air Susu Ibu (ASI) (Prawiroharjo, 2008). Bayi di rekomendasikan mengonsumsi ASI secara eksklusif sampai usia enam bulan (Kemenkes RI 2011). Pemberian ASI eksklusif diperkirakan dapat mencegah 13% kematian balita per tahun, utamanya akibat diare dan pneumonia (Jones, *et al.*, 2003). Pemberian ASI eksklusif yang tidak optimal dapat mengakibatkan 10% beban penyakit pada balita di negara berpenghasilan rendah dan menengah (Black, *et al.*, 2008). Kebutuhan gizi ibu perlu diperhatikan pada masa menyusui, karena ibu tidak hanya harus mencukupi kebutuhan dirinya, tetapi juga memproduksi ASI untuk bayi. Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) bagi bangsa Indonesia, ibu yang sedang menyusui bayi umur hingga 6 bulan memerlukan tambahan kecukupan energi sebesar 330 kkal dan tambahan kecukupan protein sebesar 20 g (Kemenkes RI, 2016). Hasil survei konsumsi makanan individu di Indonesia tahun 2014 menunjukkan bahwa ternyata banyak dari kelompok umur ibu menyusui dengan konsumsi energi dan protein pada kategori kurang yaitu sebanyak 50% dengan konsumsi energi <70% dari AKG dan sebanyak 33,8% dengan konsumsi protein <80% AKG (Kemenkes RI, 2016). Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI adalah melalui penggunaan obat ramuan tradisional seperti ekstrak katuk (*Sauropus androgynus*). Daun katuk (*Sauropus androgynus*) ternyata telah

dikenal dalam pengobatan tradisional di Asia Selatan dan Asia Tenggara sebagai obat penambah ASI. Daun katuk dapat dikonsumsi dengan mudah, daun katuk dapat direbus dan diproduksi sebagai fitofarmaka yang berkhasiat untuk melancarkan ASI. Mengingat pentingnya daun katuk terhadap ibu menyusui, maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektivitas rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui perlu dilakukan penelitian.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian quasi eksperimen, dengan rancangan penelitian *pre test* dan *post test*. Rancangan ini bertujuan untuk membandingkan hasil yang didapat sebelum dan sesudah diberi perlakuan dengan rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk. Pada rancangan ini kedua kelompok diberi perlakuan berbeda.

Perbedaan nilai dari *post test* pada kedua kelompok dibandingkan untuk menentukan perbedaan peningkatan kecukupan ASI. Teknik penelitian menggunakan *Nonprobability Sampling*, pengambilan sampel menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol dengan jumlah anggota masing-masing kelompok antara 10 s/d 20.

Jumlah sampel yang ditetapkan dalam penelitian ini adalah 30 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan dibagi menjadi dua kelompok, 15 responden dalam kelompok rebusan daun katuk dan 15 responden kelompok ekstrak daun katuk. Populasi pada penelitian ini adalah ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Kuta Baro yang berjumlah 68 responden. Sampel berjumlah 20 orang dengan kriteria inklusi, ibu yang memiliki bayi usia 0-28 hari, menyusui ASI eksklusif, bersedia menjadi responden, tidak bekerja, tidak

mengonsumsi obat-obatan, tidak ada kelainan fisik pada payudara ibu, dan bayi sehat. Pengumpulan data menggunakan observasi dengan menimbang berat badan bayi, melihat kecukupan ASI sebelum dan sesudah diberikan rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan cara memberikan lembar persetujuan (*informed consent*) kepada ibu menyusui yang ada di wilayah kerja Puskesmas Ingin Jaya.

Data kemudian dibagi kedalam dua kelompok besar yaitu kelompok ibu yang diberikan rebusan daun katuk dan kelompok ibu yang diberikan ekstrak daun katuk selama 7 hari. Di hari pertama dan hari ke 7 akan diobservasi kecukupan ASI dengan penimbangan berat badan bayi. Kemudian dilakukan analisa data dengan memisahkan ibu dengan ke-cukupan ASI sebelum dan setelah in-tervensi tujuh hari intervensi. Tahap se-lanjutnya, data diubah menjadi katagorik untuk membagi kecukupan ASI menjadi cukup ASI dan tidak cukup ASI. Kemudian dilakukan Analisis menggunakan uji *independent t-test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian mengenai efektivitas rebusan daun katuk (*sauropus androgynus*) dan ekstrak daun katuk terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar telah dilaksanakan pada tanggal 15 juli s/d 23 September 2018. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 20 responden. Responden dibagi menjadi 2 kelompok perlakuan yaitu 10 responden dalam kelompok dengan pemberian rebusan daun katuk dan 10 responden dalam kelompok ekstrak daun katuk. Hasil pengukuran terhadap variabel dependen dan independen yaitu rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk terhadap kecukupan ASI pada ibu

menyusui di wilayah kerja Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar adalah sebagai berikut:

1. Analisa Univariat

Responden pada kelompok rebusan daun katuk berada pada kelompok usia 20-35 tahun berjumlah 8 responden (80%), sementara responden pada kelompok yang dilakukan intervensi ekstrak daun katuk berada pada kelompok usia 20-35 tahun yaitu 9 responden (90%).

Kategori paritas dapat dilihat dari kedua kelompok responden yang dilakukan intervensi rebusan daun katuk ibu multipara berjumlah 7 responden (70%), sementara pada kelompok ekstrak daun katuk ibu multipara berjumlah 6 responden (60%). Mayoritas responden yang dilakukan intervensi rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk berada pada kelompok umur 20-35 tahun dan kategori paritas mayoritasnya adalah multipara.

2. Analisa Bivariat

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa pada kelompok rebusan daun katuk terdapat rata-rata kenaikan berat badan 259 gram, dengan standar deviasi 22,34. Sedangkan pada kelompok ekstrak daun katuk rata-rata kenaikan berat badan 182 gram dengan standar deviasi 21,50.

Tabel 1.
Distribusi frekuensi kelompok Pemberian Daun katuk

| Kelompok | Rata-rata (gram) | Standar deviasi |
|--------------------|------------------|-----------------|
| Rebusan Daun Katuk | 259 | 22,34 |
| Ekstrak Daun Katuk | 182 | 21,50 |

Kelompok dengan pemberian rebusan daun katuk maupun ekstrak daun katuk berpengaruh dalam meningkatkan berat badan bayi untuk

memenuhi kecukupan ASI. Tabel 1 menunjukkan bahwa hasil analisis statistik dengan menggunakan uji *independent t-test* diperoleh *p value* 0,000 yang artinya terdapat perbandingan yang signifikan antara kenaikan berat badan bayi antara dua variabel yang telah dilakukan intervensi dimana rebusan daun katuk lebih banyak dalam menaikkan berat badan bayi dibandingkan dengan ekstrak daun katuk.

Tabel. 2
Distribusi frekuensi Teknik
Pemberian Daun katuk

| Teknik pemberian | Rata-rata (gram) | P-Value |
|-------------------------|-------------------------|----------------|
| Rebusan Daun Katuk | 259 | 0,000 |
| Ekstrak Daun Katuk | 182 | |

Hasil penelitian seperti yang tertera pada table 2 menunjukkan bahwa responden yang diberikan rebusan daun katuk dan responden yang diberikan ekstrak daun katuk dapat memenuhi kecukupan ASI. Penilaian terhadap kecukupan ASI dalam penelitian ini yaitu dengan melihat kenaikan berat badan bayi selama seminggu dengan indikator berat badan bayi meningkat 140-200 gram per minggu, untuk bayi yang 0 hari minimal berat badan bayi sama seperti pada waktu lahir. Berat badan bayi tidak turun melebihi 10% dari berat badan lahir pada minggu pertama kelahiran. Pada Tabel 1 dan tabel 2 menunjukkan rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk memiliki selisih dengan rata-rata kenaikan berat badan pada rebusan daun katuk 259 gram sedangkan pada ekstrak daun katuk didapatkan rata-rata kenaikan berat badan bayi 182 gram, yang artinya rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk sama-sama memiliki efektivitas dalam memenuhi kecukupan ASI, hanya saja rebusan daun katuk dalam penelitian

ini terbukti dapat lebih banyak dalam meningkatkan kenaikan berat badan bayi dengan *p value* 0,000. Hipotesa yang mengatakan bahwa terdapat perbedaan kecukupan ASI pada ibu menyusui setelah dilakukan intervensi rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk terbukti atau diterima. Daun katuk dapat meningkatkan kuantitas produksi ASI karena kandungan alkaloid dan sterol (Azis & Muktiningsih 2006). Pemberian ekstrak daun katuk pada kelompok ibu melahirkan dan menyusui dengan dosis 3x300 mg/hari selama 15 hari mulai dari hari ke 3 setelah melahirkan dapat meningkatkan produksi ASI 50,7% lebih banyak dibandingkan dengan ibu melahirkan dan menyusui bayinya tidak diberi ekstrak daun katuk, pemberian ekstrak daun katuk tersebut dapat mengurangi jumlah subyek kurang ASI sebesar 12,5% (Sa'roni, *et al.*, 2004). Hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh yang signifikan dari pemberian rebusan daun katuk terhadap ibu menyusui. Produksi ASI berpengaruh terhadap kecukupan ASI, penurunan produksi ASI pada beberapa hari pertama setelah melahirkan dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk makanan, ketenangan jiwa dan pikiran, pola istirahat, faktor isapan atau frekuensi penyusuan dan lain sebagainya (Riskani, 2012). Dari beberapa penelitian sebelumnya juga diketahui terdapat kandungan *galactagogue* dalam daun katuk yang memiliki peran penting (Prawiroharjo, 2008). Kandungan *galactagogue* dipercaya mampu memicu peningkatan produksi ASI. Pada daun katuk juga mengandung steroid dan polifenol yang dapat meningkatkan kadar prolaktin. Prolaktin merupakan salah satu hormon yang mempengaruhi produksi ASI. Dengan tingginya kadar prolaktin maka secara otomatis akan meningkatkan produksi ASI. Rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk

efektif memenuhi kecukupan ASI membantu kenaikan berat badan bayi. Akan tetapi, rebusan daun katuk lebih banyak dalam meningkatkan berat badan bayi dibandingkan dengan ekstrak daun katuk.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian tentang efektivitas rebusan daun katuk (*Sauropus androgynus*) dan ekstrak daun katuk terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar Tahun 2018 terhadap 20 orang responden ibu menyusui dengan membagi dua kelompok yaitu 10 responden kelompok rebusan daun katuk dan 10 responden kelompok ekstrak daun katuk yang telah dilaksanakan pada tanggal 15 Juli s/d 23 September 2018 di wilayah kerja Puskesmas Kuta Baro maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Dari 10 responden ibu menyusui yang telah dilakukan intervensi rebusan daun katuk ternyata didapatkan hasil bahwa rata-rata kenaikan berat badan bayi untuk memenuhi kecukupan ASI sebanyak 259 gram, dan intervensi ekstrak daun katuk rata-rata kenaikan berat badan bayi untuk memenuhi kecukupan ASI sebanyak 182 gram.
2. Terdapat perbandingan yang signifikan terhadap kenaikan berat badan bayi pada ibu menyusui setelah diberikan rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk dengan *p value* 0,000.

DAFTAR PUSTAKA

1. Azis S dan Muktiningsih SR. (2006). Studi Manfaat Daun Katuk (*Sauropus androgynus*), *Cermin Dunia Kedokteran*; 151: 48-50.
2. Black R, Allan LH, Bhutta ZA, Caulfield LE, de Onis M, Ezzati M, Mathers C, Rivera J. (2008). The maternal and child undernutrition study group: *maternal and child undernutrition: global and regional exposures and health consequences*. *Lancet*; 371: 243-260.
3. Jones G, Steketee RW, Black RE, Bhutta ZA, Morris SS, Bellagio CSS. (2003). *How Many Child Deaths Can We Prevent this Year?* *Lancet* 2003; 362: 65.
4. Kementerian Kesehatan RI. (2011). Sambutan Menteri Kesehatan pada Acara Temu Nasional Konselor Menyusui ke I Sebagai Rangkaian Kegiatan Pekan ASI Sedunia (PAS). Pusat Komunikasi Publik, Sekjen Kemenkes RI.
5. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2016). *Infodatin Pusat Data dan Informasi Kemenkes RI*. Jakarta (ID): Kemenkes RI.
6. Soka Susan, Wiludjaja Jessica. (2011). The Expression Of Prolactin And Oxytocin Genes In Lactating BALB/C Mice Supplemented With Mature *Sauropus Androgynus* Leaf Extracts. *International Conference on Food Engineering and Biotechnology IPCBEE*; 9.
7. Prawiroharjo S. (2008). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Nasional*, Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
8. Riskani, R. (2012). *Keajaiban ASI*. Jakarta Timur: Dunia Sehat.
9. Sa'roni, Sadjimin T, Sja'bani M, et al. (2004). *Effectiveness of the Sauropus androgynus (L.) Merr Leaf Extract in Increasing Mother's Breast Milk Production*, *Media Litbang Kesehatan*; XIV (3): 20-24.
10. World Health Organization. (2011). Exclusive Breast Feeding for Six Months Best for Babies Every Where, World Health Organization. www.who.int/mediacentre/news/statements/2011/breastfeeding_20110115/en/index.html