

Efektivitas Rebusan Daun Katuk Terhadap Produksi ASI

Effectiveness of Katuk Leaf Decoction on Breast Milk Production

Lina Mardianti*¹, Henny Theresia Marbun², & Suprawati

¹STIKes Salsabila Serang, Indonesia

Penulis Korespondensi:

*linamardianti@gmail.com

Proses Artikel

Dikirim : Mei 2024

Direview : Juni 2024

Diterima : Juli 2024

Tersedia Online : Agustus 2024

Keywords: Knowledge, Women of Reproductive Age, Pill Contraception

Kata Kunci: Pengetahuan, Rebusan Daun Katuk, Produksi Asi

Diterbitkan oleh: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Salsabila, Serang Banten

Abstract

Breastfeeding is a natural process. Nursing is not only for the purpose of feeding the baby but also for the forming of an inner relationship between mother and child. Exclusive breast feeding in Indonesia at only 35%. That figure is still well under 50% of the World Health Organization, which is one reason why breast-feeding is underproduction. Efforts being made to increase breast-feeding in the mother's feeding system by consuming the cascading water of the katuk leaves home become well-known for improving breast milk as it contains galactagogue, which is fueling the increase in breast milk production. In this case the author feeds on suckling mom with a measure of boiled chiseled water of 90 grams of castares and 450 ml of boiled water up to 15 minutes and then consumed by nursing 150 ml by three meals a day for 14 days this was taken three visits. Lividity spent of Mrs.S 31 years old with a shortage of breast milk. After an inbreeding program with 14 days of boiled castle-leaf water, the result was increased breast milk production in the mother.

Abstrak

Menyusui merupakan proses yang alami. Menyusui bukan hanya bertujuan untuk memberikan makanan kepada bayi, tetapi juga untuk menjalin hubungan bathin antara ibu dan anak. Pemberian ASI eksklusif di Indonesia hanya 35%. Angka tersebut masih jauh dibawah rekomendasi WHO (Badan Kesehatan Dunia) sebesar 50%, salah satu alasan nya yaitu karna produksi ASI yang kurang. Upaya yang dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui yaitu dengan mengkonsumsi rebusan air daun katuk, daun katuk telah terkenal dalam hal peningkatan ASI karena mengandung galactagogue yang memicu peningkatan produksi ASI. Dalam kasus ini penulis melakukan asuhan kebidanan pada ibu menyusui dengan takaran untuk rebusan air daun katuk yaitu 90 gram daun katuk dan 450ml air direbus hingga 15 menit lalu dikonsumsi oleh ibu menyusui 150ml dengan 3 kali minum dalam sehari selama 14 hari asuhan agar produksi ASI optimal dan juga melakukan asuhan secara menyeluruh dan berkesinambungan melalui metode pendokumentasian S-O-A-P.

Cara Mengutip Artikel :

Mardianti, L., Marbun, H. T., & Suprawati. (2024) Efektivitas Rebusan Daun Katuk Terhadap Produksi ASI, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Delima*, 7(1): 250-252. <https://doi.org/10.60010/jikd/v4i1.124>

PENDAHULUAN

Menyusui merupakan proses yang alami. Menyusui sebenarnya tidak hanya bertujuan untuk memberikan makanan kepada bayi, tetapi juga menjalin hubungan bathin antara ibu dan anak. Hal ini sangat penting untuk perkembangan psikologis dan emosional anak. Bagi ibu menyusui juga menguntungkan karena dapat mempercepat pengecilan rahim menjarangkan kehamilan juga dapat mengurangi resiko penyakit kanker payudara dan kanker rahim (Suhartika & Djamilus, 2015).

World Health Organization (WHO) merekomendasikan pemberian ASI Eksklusif sekurang - kurangnya 6 bulan pertama kehidupan dan dilanjutkan dengan makanan pendamping sampai usia 2 tahun. American Academy of Pediatrics (AAP), Academy of Breastfeeding Medicine (ABM) dan ikatan dokter indonesia (IDAI) merekomendasikan hal yang sama tentang pemberian ASI eksklusif sekurang - kurangnya 6 bulan. Berdasarkan data UNICEF Sebanyak 136,7 juta bayi lahir diseluruh dunia dan hanya 32,6% dari mereka yang disusui secara eksklusif dalam 6 bulan pertama., sementara di negara berkembang hanya 39% ibu-ibu yang memberikan ASI Eksklusif (Rizki Ramadhan, 2015). Angka pemberian ASI eksklusif di indonesia masih tergolong rendah.

Menurut pusat data dan Informasi kementerian kesehatan 2017, pemberian ASI eksklusif di indonesia hanya 35%. Angka tersebut masih jauh dibawah rekomendasi WHO (Badan Kesehatan Dunia) sebesar 50% (Astuti, I. 2018). Sedangkan di provinsi riau tahun 2017 pencapaian ASI eksklusif 69,4% (Nislawati, 2018). Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan sekresi dan produksi ASI adalah melalui penggunaan obat ramuan tradisional seperti daun katuk (*Sauropus androgynus*). Daun katuk ternyata telah dikenal dalam pengobatan penambah ASI. Daun katuk dapat dikonsumsi dengan mudah, serta dapat di rebus dan di produksi sebagai fitofarmaka yang berkhasiat untuk melancarkan ASI (Juliastuti, 2019). Asuhan yang dapat diberikan pada ibu menyusui yaitu dengan cara pemberian rebusan air daun katuk. Rebusan daun air katuk yang akan diberikan kepada ibu menyusui diambil 90 gram daun katuk kemudian direbus dengan air sebanyak 450ml atau (2 gelas setengah gelas belimbing) selama 15 menit (hingga daun katuk matang/lunak) kemudian disaring. Air rebusannya yang akan diminum oleh ibu tiga kali 150ml sehari Dan ini selama 14 hari. (Situmorang, 2019)

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini dilaksanakan dalam bentuk Penyuluhan dan Metode demonstrasi terhadap pemberian rebusan daun katuk pada ibu menyusui dengan menerapkan langsung setelah diberikan penyuluhan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penelitian telah dilaksanakan pada tanggal 22 Agustus 2023 sebanyak 2 orang di PMB Lilis Nurhasanah S.ST. Berdasarkan wawancara, tanya jawab dan pengamatan langsung selama kegiatan penelitian ini memberikan hasil berikut :

1. Meningkatnya pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu tentang pemberian rebusan daun katuk pada ibu menyusui.
2. Kegiatan penelitian telah dilaksanakan pada tanggal 22 Agustus 2023 sebanyak 2 orang di PMB Lilis Nurhasanah S.ST. Berdasarkan wawancara, tanya jawab dan pengamatan langsung selama kegiatan penelitian ini memberikan hasil berikut :
3. Meningkatnya pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu tentang pemberian rebusan daun katuk pada ibu menyusui.

PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan dan praktik cara merebus daun katuk yang dilaksanakan di PMB Lilis Nurhasanah S.ST berjalan dengan baik dan sesuai rencana. Hal ini terbukti antusiasme para peserta saat mengikuti jalanya kegiatan. Para peserta penyuluhan benar-benar memperhatikan dan mendengarkan dengan baik penyuluhan dan praktik yang disampaikan.

KESIMPULAN

Rebusan daun katuk di gunakan untuk memproduksi asi pada ibu menyusui mengetahui cara dan manfaatnya daun katuk, serta dapat menjelaskan kembali mengenai daun katuk. Selain bermanfaat untuk menambah air susu ibu selaama menyusui

DAFTAR PUSTAKA

- Astutik, Y. (2015). asuhan kebidanan pada ibu nifas dan menyusui. gosyen publishing.
Herawati, Y., & Desriyeni. (2017). Kemas Ulang

Informasi Manfaat Daun Katuk Untuk Produksi Air Susu Ibu (ASI). *Jurnal Ilmu Informasi Perpustakaan Dan Kearsipan*, 6(1), 78–85.

Juliastuti, J. (2019). Efektivitas Daun Katuk (*Sauropus Androgynus*) Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 3(1), 1. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v3i1.1600>