



**EFEKTIVITAS SIMPLISIA DAUN KATUK TERHADAP PRODUKSI ASI  
PADA IBU POSTPARTUM DI PMB SITI JUWARIYAH, S.ST  
KABUPATEN TANGGAMUS**

***EFFECTIVENESS OF KATUK LEAF SIMPLISIA ON BREAST MILK PRODUCTION  
IN POSTPARTUM MOTHERS AT PMB SITI JUWARIYAH, S.ST. TANGGAMUS  
DISTRICT***

Ade Indriyani<sup>1</sup>, Beniqa Maharani Besmaya<sup>2</sup>, Komalasari<sup>3</sup>, Maulia Isnaini<sup>4</sup>  
Program Studi Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu  
Jl. A. Yani No. 1A Tambahrejo Kecamatan Gadingrejo Kabupaten Pringsewu Lampung 35372  
email: adeindriyani221@gmail.com

**ABSTRAK**

Cakupan ASI eksklusif di Kabupaten Tanggamus di tahun 2021 merupakan cakupan tertinggi kedua di Provinsi Lampung yaitu sebesar 87.2% namun di tahun 2022 diketahui terjadi penurunan cakupan pemberian ASI eksklusif menjadi sebesar 72,36%. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI yang dihasilkan melalui peningkatan konsumsi laktogogum. Komponen makanan yang memiliki efek laktogogum salah satunya adalah daun katuk. Tujuan penelitian efektivitas simplisia daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di PMB Siti Juwariyah, S.ST Kabupaten Tanggamus. Jenis penelitian kuantitatif, rancangan penelitian pre experiment (pra eksperimen) dengan desain one group pretest posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum di PMB Siti Juwariyah, S.ST Kabupaten Tanggamus sebanyak 36 orang dengan sampel yang digunakan sebanyak 15 orang menggunakan teknik purposive sampling. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Analisis data secara univariat dan bivariat (uji t-test). Hasil penelitian rata-rata produksi ASI sebelum mengonsumsi simplisia daun katuk adalah 2.5 ml dan sesudah mengonsumsi simplisia daun katuk adalah 90.4 ml. Ada efektivitas simplisia daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di PMB Siti Juwariyah, S.ST Kabupaten Tanggamus tahun 2023 (p-value = 0,000). Saran bagi PMB agar pemberian simplisia daun katuk dapat diterapkan sebagai terapi nonfarmakologi untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu postpartum agar tercapai cakupan pemberian ASI eksklusif.

**Kata Kunci:** Ibu postpartum, produksi ASI, dan simplisia daun katuk

**ABSTRACT**

*Exclusive breastfeeding coverage in Tanggamus District in 2021 was the second highest coverage in Lampung Province at 87.2%, but in 2022 there was a known decrease in exclusive breastfeeding coverage to 72.36%. One of the efforts that can be made to increase the production of breast milk produced is through increasing the consumption of lactogogum. One of the food components that has lactogogum effect is katuk leaf. The purpose of the study was the effectiveness of katuk leaf simplisia on breast milk production in postpartum mothers at PMB Siti Juwariyah, S.ST, Tanggamus Regency. Type of quantitative research, pre experiment research design with one group pretest posttest design.*

*The population in this study were all postpartum mothers at PMB Siti Juwariyah, S.ST Tanggamus Regency as many as 36 people with a sample of 15 people using purposive sampling technique. Data collection using observation sheets. Data analysis was univariate and bivariate (t-test). The average breast milk production before consuming katuk leaf simplisia was 2.5 ml and after consuming katuk leaf simplisia was 90.4 ml. There is an effectiveness of katuk leaf simplisia on breast milk production in postpartum mothers at PMB Siti Juwariyah, S.ST Tanggamus Regency in 2023 (p-value = 0.000). Suggestions for PMB that the administration of katuk leaf simplisia can be applied as a non-pharmacological therapy to increase breast milk production in postpartum mothers in order to achieve exclusive breastfeeding coverage.*

**Keywords:** *postpartum mothers, breast milk production, and katuk leaf simplisia*

## I. PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) dan United International Childrens Emergency Fund (UNICEF) merekomendasikan beberapa hal penting yang harus dilakukan untuk mencapai tumbuh kembang optimal seperti memberikan Air Susu Ibu kepada bayi segera dalam waktu 30 menit setelah bayi lahir, memberikan hanya Air Susu Ibu (ASI) saja atau pemberian ASI secara eksklusif sejak lahir sampai bayi berusia enam bulan tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral). ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi (Kemenkes, 2021).

Menurut Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif, ASI eksklusif merupakan pemberian ASI kepada bayi sejak lahir selama enam bulan tanpa menambahkan atau mengganti dengan makanan atau minuman lain, kecuali obat, vitamin, dan mineral (Kemenkes, 2021). Periode menyusui merupakan hal yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Selain mengandung zat-zat makanan, ASI juga mengandung zat penyerap berupa enzim tersendiri yang tidak akan mengganggu enzim di usus. Susu formula tidak mengandung enzim sehingga penyerapan makanan tergantung pada enzim yang terdapat di usus bayi. Zat zat anti infeksi yang terkandung dalam ASI membantu melindungi bayi terhadap berbagai penyakit (Astutik, 2017).

World Health Organization (WHO) dan United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) menyarankan bahwa sebaiknya anak hanya diberi Air Susu Ibu (ASI) paling sedikit 6 bulan dan pemberian ASI dilanjutkan sampai anak berumur 2 tahun. Menurut data (WHO, 2018), 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. Pada Benua Eropa cakupan ASI Eksklusif sebesar 20%. Cakupan pemberian ASI Eksklusif di Amerika Latin dan Karibia sebesar 32%, Afrika Tengah sebesar 25%, Asia Timur sebesar 30%, Asia Selatan sebanyak 47%, dan Negara berkembang sebanyak 46%. Secara keseluruhan masih kurang dari 40% anak yang memiliki usia sebelum usia enam bulan yang diberikan ASI secara Eksklusif (WHO, 2018).

Secara nasional, cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2021 yaitu sebesar 56,9%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Provinsi Nusa Tenggara Barat (82,4%) dan persentase terendah terdapat di Provinsi Maluku (13,0%). Sedangkan di Provinsi Lampung terdapat 73,6% bayi yang mendapatkan ASI eksklusif (Kemenkes, 2022).

Cakupan bayi mendapatkan ASI Eksklusif di Provinsi Lampung tahun 2019 terdapat 69,3% bayi yang mendapatkan ASI Eksklusif, tahun 2020 terdapat 70,1%, tahun 2021 sebesar 73,6% dan tahun 2022 yang mendapatkan ASI eksklusif 75,37% (Dinkes Lampung, 2023).

Cakupan bayi < 6 bulan mendapatkan ASI Eksklusif di Provinsi Lampung tahun 2022

sebesar 75,37%, dimana angka ini sudah mencapai target yang diharapkan yaitu 70%. Cakupan bayi mendapat ASI eksklusif menurut Kabupaten / Kota di Provinsi Lampung di tahun 2022 yang tertinggi berada di Kota Bandar Lampung sebesar 88,87%, dan yang terendah berada di Kabupaten Mesuji sebesar 55,33% sedangkan cakupan ASI Eksklusif di Kabupaten Tanggamus mencapai 87,22% (Dinkes Lampung, 2023).

Cakupan ASI eksklusif di Kabupaten Tanggamus di tahun 2021 merupakan cakupan tertinggi kedua di Provinsi Lampung yaitu sebesar 87,2% namun di tahun 2022 diketahui terjadi penurunan cakupan pemberian ASI eksklusif menjadi sebesar 72,36% dan angka ini masih dibawah dari nilai rata-rata pencapaian Provinsi Lampung serta merupakan urutan lima terendah di Provinsi Lampung (Dinkes Lampung, 2023).

Pemberian ASI yang tidak optimal mempengaruhi terjadinya 45% kematian akibat infeksi neonatal, 30% kematian akibat diare dan 18% kematian akibat infeksi saluran pernafasan pada balita. Anak yang tidak diberikan ASI eksklusif beresiko 14 kali akan mengalami kematian karena penyakit diare dan pneumonia, dibandingkan dengan anak yang mendapatkan ASI eksklusif (Nisa et al., 2023). Bayi yang tidak diberikan ASI eksklusif lebih rentan terhadap penyakit yang dapat menyerang ibu dan bayinya. Menyusui dapat menurunkan risiko infeksi saluran pernapasan atas hingga sepertiga, diare hingga setengahnya, dan gangguan usus serius pada bayi prematur hingga lima per delapan. Risiko kanker payudara juga dapat diturunkan sebesar 6–10% pada ibu (Wardiningsih, 2020).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI yang dihasilkan melalui peningkatan konsumsi laktogogum. Komponen makanan yang memiliki efek laktogogum salah satunya adalah daun katuk. Daun katuk mengandung 59 kalori, 6,4 gram protein, 1 gram lemak, 9,9 gram karbohidrat, 0,31 miligram vitamin B2, 2,3 miligram vitamin B3, dan 164 miligram vitamin C per 100 gram (Ngadiarti & Damayanti, 2021).

Pemanfaatan olahan daun katuk oleh masyarakat sudah banyak ditemui dan dipercaya memiliki manfaat kesehatan yang baik. Manfaat daun katuk untuk meningkatkan produksi ASI ibu setelah melahirkan sudah

dipercaya secara turun temurun oleh masyarakat. Daun katuk merupakan sumber makanan bergizi yang mudah tumbuh dipekarangan dan mudah dijangkau oleh masyarakat (Nasution, 2018). Kandungan laktogogum pada daun katuk merupakan zat yang dapat meningkatkan dan melancarkan produksi ASI, selain itu alkaloid pada daun katuk dapat mempengaruhi hormon prolaktin sehingga berfungsi dalam meningkatkan kelancaran proses pengeluaran ASI. Untuk memperlancar produksi ASI dapat dilakukan dengan mengkonsumsi daun katuk berupa rebusan maupun ekstrak daun katuk karena mengandung alkaloid dan sterol yang dapat meningkatkan kelancaran ASI. Selain itu daun katuk mengandung vitamin A, B1, C, *tanin*, *saponin* *alkaloid papaverin* (Lestari, 2022).

Penggunaan daun katuk telah banyak diteliti dengan pemakaian dibuat sayur dan dilalap. Namun mengkonsumsi daun katuk dalam bentuk sayur atau lalap tidak praktis apalagi untuk masyarakat perkotaan karena kesulitan untuk mendapatkan bahan segar setiap saat dan kurang baik jika air rebusan harus di simpan lama dalam tempat penyimpanan. Untuk mengatasi permasalahan tersebut dibuat sediaan dalam bentuk kapsul siap minum yang mengandung 100% ekstrak daun hijau yang diproses secara alami dan higienis tanpa tambahan bahan apapun dan tetap menjaga khasiat daun katuk. Tanpa efek samping apapun sehingga kapsul daun katuk aman dikonsumsi untuk ibu dalam masa menyusui dan penyembuhan beberapa penyakit. Manfaat ekstrak daun katuk mengobati penyakit kulit, mengatasi sembelit, menyembuhkan luka, mengobati susah BAK, meningkatkan vitalitas seksual pria, meredakan dan menurunkan demam (Rosdianah, 2021)

Hasil penelitian Lestari (2022) Hasil penelitian menunjukkan perbedaan yang bermakna pada kelompok intervensi pemberian simplisia daun katuk  $p=0,021$  dengan rata-rata sebelum pemberian 3258,3 dan sesudah pemberian 3595,8. Sehingga pemberian simplisia daun katuk efektif untuk produksi ASI pada ibu post partum. Pemberian simplisia daun katuk dapat diterapkan sebagai terapi non farmakologis untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum agar tercapai cakupan pemberian ASI eksklusif.

Hasil penelitian Ibrahim (2021) Penelitian yang ditemukan partisipan mengkonsumsi daun katuk dengan cara mengkonsumsi ekstrak daun katuk 2 kapsul 2x1 hari, metode simplisia 2x1 hari 150 ml, rebusan daun katuk 3x150 ml. Kesimpulan: Berdasarkan artikel pencarian yang ditemukan pada 9 jurnal didapatkan bahwa seluruh artikel yang ditemukan menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang efektif antara konsumsi daun katuk terhadap peningkatan produksi ASI baik dengan cara mengkonsumsi daun katuk dengan diolah menjadi sayur bening, ekstrak daun katuk, rebusan daun katuk, maupun diolah menjadi biskuit atau cemilan bagi ibu menyusui

Berdasarkan hasil prasurvei yang dilakukan pada bulan Juni tahun 2023 di PMB Siti Juwariyah, S.ST terhadap 10 ibu postpartum didapatkan bahwa 6 (60%) ibu postpartum mengeluh ASInya yang keluar hanya beberapa tetes (kurang dari 30 ml), tidak deras dan takut bayinya tidak kenyang, sehingga 2 dari 6 ibu ini sudah memberikan bayinya susu formula sejak hari ketiga postpartum. Sebagian besar faktor penyebab rendahnya produksi ASI adalah status pola konsumsi makanan yang tidak sesuai dengan prinsip gizi seimbang. Produksi ASI yang sedikit akan membuat ibu mendorong ibu mencari cara yang praktis yaitu dengan memberikan susu formula.

Berdasarkan uraian masalah di atas maka peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas simplisia daun katuk terhadap produksi asi pada ibu postpartum di PMB Siti Juwariyah, S.ST Kabupaten Tanggamus tahun 2023.”

## II. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yaitu dengan rancangan *pre experiment* dengan *one group pretest and posttest design*. Subjek penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum di PMB Siti Juwariyah, S.ST. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 15 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Objek dalam penelitian ini adalah produksi ASI. Penelitian ini telah dilakukan di PMB Siti Juwariyah, S.ST pada tanggal 25 November – 31 Desember 2023. Analisis yang digunakan analisis univariat dan analisis bivariat.

## III. HASIL PENELITIAN

### Analisis Univariat

Tabel 1

Rata-rata produksi ASI sebelum mengkonsumsi simplisia daun katuk di PMB Siti Juwariyah, S.ST Kabupaten Tanggamus tahun 2023

Produksi ASI	Mean	SD	Min	Max	N
Sebelum	2.5	1.9	0	6.0	15

Diketahui rata-rata produksi ASI sebelum mengkonsumsi simplisia daun katuk adalah 2.5 dengan nilai standar deviation 1.9, nilai minimal 0 dan nilai maksimal 6.0.

Tabel 2

Rata-rata produksi ASI sesudah mengkonsumsi simplisia daun katuk di PMB Siti Juwariyah, S.ST Kabupaten Tanggamus tahun 2023

Produksi ASI	Mean	SD	Min	Max	N
Sesudah	90.4	11.3	70.0	114.0	15

Diketahui rata-rata produksi ASI sesudah mengkonsumsi simplisia daun katuk adalah 90.4 dengan nilai standar deviation 11.3, nilai minimal 70.0 dan nilai maksimal 114.0.

Tabel 3

Uji Normalitas Data

Produksi ASI	Shapiro-Wilk	Ket
Sebelum intervensi	0.258	Normal
Sesudah intervensi	0.998	Normal

Berdasarkan uji normalitas data menggunakan *Shapiro-Wilk* tersebut untuk variabel baik sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi diperoleh nilai signifikan  $> 0,05$  yang artinya data tersebut normal.

### Uji Bivariat

Tabel 4

Efektivitas simplisia daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di PMB Siti Juwariyah, S.ST Kabupaten Tanggamus

Produksi ASI	Mean	SD	T-test	p-value
Sebelum intervensi	87.8	10.4	32.4	0.000

Sesudah intervensi				
-----------------------	--	--	--	--

Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,000$  ( $p\text{-value} < \alpha = 0,05$ ) yang berarti ada efektivitas simplisia daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di PMB Siti Juwariyah, S.ST Kabupaten Tanggamus

#### IV. PEMBAHASAN

##### Pembahasan Univariat

##### Rata-rata produksi ASI sebelum mengkonsumsi simplisia daun katuk

Berdasarkan hasil penelitian diketahui rata-rata produksi ASI sebelum mengkonsumsi simplisia daun katuk adalah 2.5 ml dengan nilai standar deviation 1.9, nilai minimal 0 dan nilai maksimal 6.0.

Sejalan dengan penelitian Lestari (2023) hasil pengukuran produksi ASI sebelum diberikan perlakuan pada kelompok intervensi diperoleh nilai rata-rata 3258,3. Penelitian Nasution (2019) kelompok intervensi yang diberikan sebelum pemberian simplisia daun katuk rata-rata 3258,3. Penelitian Safitri (2021) diketahui hasil pre 3766,67 gram median 3800,00 gram std.deviasi 386,683 intervensi mean 3360,00 gram median 3400,00 gram std.deviasi 358,170.

ASI adalah makanan yang terbaik bagi bayi pada 6 bulan pertama kehidupannya. Semua kebutuhan nutrisi yaitu protein karbohidrat, lemak, vitamin dan mineral sudah tercukupi dari ASI (Agustin, 2021). Pada hari pertama, bayi hanya mengonsumsi kolostrum setiap sesi menyusui sebanyak 5-7 ml, meningkat pada hari ketiga sebanyak 22-27 ml, dan meningkat dengan pesat ketika volume produksi ASI bertambah setelah hari ke-4 (Monika, 2014). Volume ASI yang diproduksi dipengaruhi oleh kondisi psikis seorang ibu dan makanan yang dikonsumsinya, oleh karena itu ibu tidak boleh merasa stres dan gelisah secara berlebihan. Keadaan ini sangat berpengaruh terhadap volume ASI pada minggu pertama menyusui bayi (Aminah et al., 2022).

Menurut asumsi peneliti kurangnya produksi ASI dapat disebabkan oleh berbagai hal, salah satunya adalah makanan yang dikonsumsi, jika ibu mengkonsumsi makanan yang mengandung laktogogum maka dapat meningkatkan produksi ASI. Pada penelitian ini, banyak ibu yang pada hari pertama

produksi ASI kurang dari normal, yang seharusnya 5-7 ml, namun rata-rata hanya sebanyak 2,5 ml.

##### Rata-rata produksi ASI sesudah mengkonsumsi simplisia daun katuk

Berdasarkan hasil penelitian diketahui rata-rata produksi ASI sesudah mengkonsumsi simplisia daun katuk adalah 90.4 ml dengan nilai standar deviation 11.3, nilai minimal 70.0 dan nilai maksimal 114.0.

Sejalan dengan penelitian Nasution (2019) kelompok intervensi yang diberikan sesudah pemberian simplisia daun katuk rata-rata 3595,8. Penelitian Safitri (2021) diketahui hasil post intervensi mean 3766,67 gram median 3800,00 gram std.deviasi 386,683. Penelitian Lestari (2023) nilai rata-rata pengukuran produksi ASI 3595,8 sesudah diberikan simplisia daun katuk.

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI yang dihasilkan melalui peningkatan konsumsi laktogogum. Komponen makanan yang memiliki efek laktogogum salah satunya adalah daun katuk. Daun katuk mengandung 59 kalori, 6,4 gram protein, 1 gram lemak, 9,9 gram karbohidrat, 0,31 miligram vitamin B2, 2,3 miligram vitamin B3, dan 164 miligram vitamin C per 100 gram (Ngadiarti & Damayanti, 2021).

Menurut peneliti, produksi ASI dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, seperti frekuensi memberikan ASI, makanan yang dikonsumsi hingga pola istirahat, kandungan gizi pada ekstrak daun katuk dapat meningkatkan kelancaran ASI ibu. Dari hasil ini terlihat adanya peningkatan produksi ASI pada ibu setelah diberikan ekstrak daun katuk, hal ini dikarenakan daun katuk merupakan salah satu makanan laktogenik yang mengandung galaktogog, sehingga dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui, dari hasil terbukti bahwa produksi ASI ibu meningkat dengan rata-rata sebanyak 90,4 ml perhari, dan terdapat ibu yang dalam sekali sesi menyusui sebanyak 114 ml.

##### Analisis Bivariat

##### Efektifitas simplisia daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu postpartum

Berdasarkan hasil penelitian diketahui hasil uji statistik didapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,000$  ( $p\text{-value} < \alpha = 0,05$ ) yang berarti ada efektivitas simplisia

daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di PMB Siti Juwariyah, S.ST Kabupaten Tanggamus.

Sejalan dengan penelitian Safitri (2021) hasil uji statistik menggunakan independen didapat nilai p-value  $0,001 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara pemberian ekstrak daun katuk dan yang tidak diberikan ekstrak daun katuk. Penelitian Yolanda (2022) hasil penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh pengaruh ekstrak daun katuk terhadap Kecukupan Produksi ASI pada ibu postpartum dengan hasil p-value 0,000. Penelitian Nasution (2019) hasil penelitian dengan menggunakan uji independen t test didapatkan p value = 0,021 (p value  $< 0,05$ ) berarti  $H_0$  ditolak, yang artinya ada efek simplisia daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di Praktik Mandiri Bidan Afriana, Am.Keb Tahun 2018.

Sejalan dengan penelitian Nurhayati dengan judul *The Effect of Katuk Leaves on Breast Milk Production in Postpartum Mothers at Wanayasa Health Center, Purwakarta Regency, Indonesia*. This study shows that the intervention of giving katuk leaf extract is effective in increasing breast milk production. There was an increase in breast milk production after giving katuk leaf extract and it was stated to be statistically different,  $p < 0.05$ . Penelitian Darmawati (2023) dengan judul *The Effectiveness of Katuk Leaf Extract (Sauropus Androgynus) on Breastmilk Production*. The ANOVA test on the results showed a p-value of 0.001 for the three groups. There was a difference in the amount of breastmilk produced between the groups, 0.04 (0.002-0.084) on the 1<sup>st</sup> day, 0.05 (0.020-0.090) on the 7<sup>th</sup> day, and 0.12 (0.065-0.175) on the 14<sup>th</sup> day. Daun katuk merupakan salah satu jenis makanan yang mengandung laktagogum memiliki potensi dalam menstimulasi hormon oksitoksin dan prolaktin seperti *alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid* dan substansi lainnya paling efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI. Reflek prolaktin secara hormonal untuk memproduksi ASI, waktu bayi menghisap puting payudara ibu, terjadi rangsangan neorohormonal pada putting susu dan areola ibu. Rangsangan ini diteruskan ke hipofisis melalui nervos vagus, kemudian ke lobus anterior. Dari lobus ini akan mengeluarkan hormon prolaktin, masuk ke

peredaran darah dan sampai pada kelenjar-kelenjar pembuat ASI. Kelenjar ini akan terangsang untuk menghasilkan ASI (Hubaedah, 2022).

Ekstrak *Sauropus androgynus* yang ada di daun katuk, mempunyai pengaruh laktagogen yang ditandai oleh peningkatan kadar hormone prolaktin. Daya laktagogum adalah peningkatan jumlah air susu. Mekanisme daya laktagogum suatu senyawa dapat terjadi antara lain dengan melalui mekanisme merangsang secara langsung aktivitas protoplasma sel-sel sekretoris kelenjar susu, merangsang ujung saraf sekretoris di dalam kelenjar susu sehingga sekresi air susu meningkat, atau merangsang hormon prolaktin yang bekerja pada sel-sel epitelium alveolar (Widowati, Isnawati, Alegantina, & Retiaty, 2019).

Menurut peneliti kandungan yang terdapat pada simplisia daun katuk dapat memperlancar produksi ASI, selain itu faktor dari makanan ibu yang sesuai, frekuensi menyusui sesuai keinginan bayi, ketentraman jiwa dan pikiran serta penggunaan alat kontrasepsi yang tidak mengandung hormon. Penelitian ini dengan memberikan ibu simplisia daun katuk yang dikeringkan sebanyak 2 gram dalam satu bungkus yang diseduh dengan air mendidih sebanyak 150 ml selama 5- 10 menit. Kemudian diminum 2x1 pada pagi dan sore hari selama 15 hari, setelah di lakukan intervensi diketahui terdapat perubahan produksi ASI, diketahui rata-rata produksi ASI sebelum mengkonsumsi simplisia daun katuk adalah 2.5ml dan sesudah mengkonsumsi simplisia daun katuk adalah 90.4 ml, dengan peningkatan sebesar 87,8 ml. Sehingga peneliti mengambil kesimpulan bahwa ekstrak daun katuk dapat memperlancar dan meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui ditambah dengan mengkonsumsi gizi yang cukup, frekuensi menyusui sesuai keinginan bayi, ketentraman jiwa dan pikiran.

## KESIMPULAN

Diketahui rata-rata produksi ASI sebelum mengkonsumsi simplisia daun katuk adalah 2.5. Rata-rata produksi ASI sesudah mengkonsumsi simplisia daun katuk adalah 90.4. Terdapat efektivitas simplisia daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di PMB Siti Juwariyah, S.ST Kabupaten Tanggamus (p-value =  $0,000 < 0,005$ )

## SARAN

Bagi Ibu postpartum dapat dijadikan salah satu bahan dan cara tepat dalam mempercepat produksi ASI dengan menggunakan simplisia daun katuk, ibu dapat mengkonsumsi daun katuk sedini mungkin sehingga saat proses menyusui, produksi ASI sudah banyak. Seperti ibu bisa konsumsi saat kehamilan di usia 38 minggu. Bagi PMB Siti Juwariyah untuk memanfaatkan tanaman daun katuk sebagai tanaman yang diolah menjadi herbal guna meningkatkan produksi ASI kepada ibu agar ibu memberikan ASI eksklusif, bekerja sama dengan puskesmas dan pihak terkait dalam budi daya penanaman daun katuk di pekarangan rumah masyarakat di wilayah kerja PMB. Bagi Universitas Aisyah Pringsewu dapat dijadikan salah satu referensi bagi akademisi di kampus dalam peningkatan derajat kesehatan masyarakat khususnya dalam pengabdian masyarakat bagi pihak akademisi untuk melakukan penelitian peningkatan produksi ASI ibu post partum sehingga pencapaian asi eksklusif tercapai. Bagi Peneliti Selanjutnya dapat digunakan sebagai referensi untuk melakukan penelitian yang serupa, ataupun mengembangkan penelitian serupa dengan menambah variable baru.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Agustin, W. A. (2021). *Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui Di Pmb Sri Warismi Sekampung Lampung Timur (Doctoral Dissertation, Poltekkes Tanjungkarang)*. 31, 2021.
- [2] Aminah, S., Ardiyanti, Y., Listiana, E., & Haryanti, D. (2022). *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Produksi ASI Pertama Pada Ibu Melahirkan Spontan di Ruang Mawar RSUD DR. H. Soewonsho Kendal*. 4(1).
- [3] Dinkes lampung. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Lampung*. 44.
- [4] Kemenkes, R. (2021). *Profil kesehatan indonesia*.
- [5] Monika, F. B. (2014). *Buku Pintar ASI dan Menyusui* (Jagakarsa (ed.); 1st ed.). Jagakarsa.
- [6] Nasution, A. N. (2018). *Efektifitas Pemberian Simplisia Daun Katuk Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di PMB Afriana Tahun 2018. Skripsi. Poltekkes Kemenkes RI Medan*.
- [7] Ngadiarti, I., & Damayanti, D. (2021). *Pengaruh pemberian minuman campuran daun katuk , daun pepaya , dan kacang hijau terhadap produksi ASI dan berat badan bayi mencit The effect of giving mixed drink with katuk leaves , papaya leaves , and green beans on milk production and weight of the bab*. 6(2), 147–155.
- [8] Nisa, Z. H., Merben, O., Selatan, J., Kehamilan, J., Kehamilan, J., & Kunci, K. (2023). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Ketidakberhasilan Dalam Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Yang Memiliki Bayi Usia 0-6 Bulan Di Klinik Pratama SPN Polda Metro Jaya Periode 06 Juni 06 – 06 Juli 2022. Jurnal Ilmiah Kesehatan BPI, Vol. 7 No. 1 Feb 2023*. 7(1).
- [9] Wardiningsih. (2020). *Diajukan sebagai syarat untuk mencapai Sarjana Terapan Kebidanan JURUSAN KEBIDANAN PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN*.
- [10] WHO. (2018). *Breast Feeding. In Facilities World Health Organization*.