PENGARUH PEMBERIAN PUDING DAUN KATUK TERHADAP PENINGKATAN KELANCARAN ASI PADA IBU MENYUSUI DI KELURAHAN KEBRAON RW 03 SURABAYA

Pelangi Novela Rosada¹), Bambang Gunawan²), Nurul Hidayati³)

Fakultas Kesehatan/SI Ilmu Gizi

Email: 2011311033.student@ikbis.ac.id

ABSTRAK

Menyusui adalah salah satu cara yang efektif bagi kesehatan dan kelangsungan hidup anak dengan proses pemberian susu kepada bayi dengan air susu ibu (ASI) dari payudara ibu sejak bayi lahir dan minimal 6 bulan sampai dengan 2 tahun atau lebih. Penatalaksanaan untuk peningkatan kelancaran ASI pada ibu menyusui dapat dilakukan dengan terapi non farmakologi yaitu salah satunya dengan pemberian puding daun katuk. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian puding daun katuk terhadap peningkatan kelancaran ASI pada ibu menyusui.

Metode ini menggunakan penelitian kuantitatif. Jenis penelitian eksperimen semu (quasy eksperimen). Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One group pre-test post-test*. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 32 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik *purposive sampling*. Data setiap kelompok pretest dengan posttest tersebut akan dilakukan uji Wilcoxon untuk mengetahui ada perubahan atau tidak.

Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah diberikan perlakuan puding daun katuk serta adanya hubungan yang signifikan ($p=0,001<0,05$) pada peningkatan kelancaran ASI pada saat pre dan posttest maka hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti adanya pengaruh pemberian puding daun katuk terhadap peningkatan kelancaran ASI pada ibu menyusui.

Kata Kunci: Puding daun katuk, Ibu menyusui, ASI.

ABSTRACT

Breastfeeding is an effective way for the health and survival of children by providing breast milk to infants from the mother's breast since birth and for at least 6 months to 2 years or more. Enhancement for improving the smoothness of breastfeeding in breastfeeding mothers can be done with non-pharmacological therapy, one of which is the provision of moringa leaf pudding. The purpose of this study is to determine the effect of moringa leaf pudding on improving breastfeeding smoothness in breastfeeding mothers.

This method uses quantitative research. The type of research is quasi-experimental. The design used in this study is *One group pre-test post-test*. The number of samples used was 32 people. Data collection techniques use *purposive sampling* technique. Data from each pretest and posttest group will be tested using the Wilcoxon test to determine if there is a change or not.

The results showed a difference in the average before and after being given moringa leaf pudding treatment as well as a significant relationship ($p=0.001<0.05$) in the improvement of breastfeeding smoothness at pre and posttest, then the null hypothesis (H_0) is rejected and the alternative hypothesis (H_a) is accepted which means there is an influence of moringa leaf pudding on the improvement of breastfeeding smoothness in breastfeeding mothers.

Keywords: Moringa leaf pudding, breastfeeding, breast milk.

PENDAHULUAN

Menyusui merupakan salah satu cara yang efektif bagi kesehatan dan kelangsungan hidup anak. Menyusui adalah proses pemberian susu kepada bayi dengan air susu ibu (ASI) dari payudara ibu sejak bayi lahir dan minimal 6 bulan sampai dengan 2 tahun atau lebih. Pemenuhan kebutuhan gizi bayi 0-6 bulan mutlak diperoleh melalui Air Susu Ibu (ASI) bagi bayi dengan ASI eksklusif. Pemberian ASI salah satu upaya untuk meningkatkan status gizi anak dalam 1000 Hari Pertama Kelahiran (HPK) (Harahap, 2021).

ASI memiliki keseimbangan nutrisi yang tepat dan mudah dicerna oleh tubuh bayi, serta membantu meningkatkan sistem kekebalan dan mengurangi risiko ISPA pada bayi. ASI adalah satu-satunya makanan dan minuman terbaik untuk bayi, dengan komposisi yang sesuai untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Gizi kurang pada usia kurang dari 2 tahun akan berdampak terhadap proses pertumbuhan dan jaringan otak bayi, serta pemberian ASI eksklusif dapat melindungi bayi dari sindrom kematian bayi mendadak atau SIDS (*Sudden Infant Death Syndrome*) (Dolang et al., 2021).

World Health Organization (WHO) menunjukkan data bahwa pada tahun 2022 lebih dari 3.000 peneliti menunjukkan pemberian ASI selama 6 bulan paling optimal untuk pemberian ASI eksklusif dan setelah itu dilanjutkan dengan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI). Pemberian ASI di dunia berkisar 50%. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RIKESDAS) tahun 2018, proporsi pemberian ASI pada bayi usia 0-5 bulan di Indonesia adalah 37,3% ASI eksklusif, 9,3% ASI parsial, dan 3,3% ASI predominan.

Di Indonesia, hampir 9 dari 10 ibu pernah memberikan ASI, namun penelitian IDAI menemukan bahwa hanya 49,8% yang memberikan ASI secara eksklusif selama 6 bulan. Rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif ini dapat mempengaruhi kualitas hidup generasi mendatang dan perekonomian nasional.

Data posyandu RW 03 Kebraon pada bulan Maret-Mei 2024 bayi berusia 1-24 bulan sebanyak 38 orang. Berdasarkan survey awal yang dilakukan dengan wawancara kepada orang ibu menyusui bayi 0-6 bulan terdapat 6 orang ibu tidak memberikan ASI eksklusif dengan alasan ASI tidak lancar di awal kelahiran bayi, keluarga yang tidak mensupport ibu dalam pemberian ASI, karena ibu bekerja sehingga sulit untuk menyusui sehingga memberikan susu formula kepada bayinya. Sedangkan 9 orang ibu memberikan bayinya ASI eksklusif, dimana ibu mengetahui manfaat pemberian ASI dan keluarga mendukung pemberian ASI.

ASI adalah cairan putih yang dihasilkan oleh kelenjar payudara ibu melalui proses menyusui. ASI dapat diklasifikasikan menjadi 3 kategori

dimulai dari kolostrum yang keluar sejak hari pertama hingga hari ke 3-5 yang mengandung protein lebih tinggi dibandingkan dengan ASI matang, ASI peralihan pada hari ke 4-10 mengandung lebih banyak kalori dibandingkan kolostrum, dan ASI matang sejak hari ke 10 hingga seterusnya yang mengandung banyak kalori dari pada ASI kolostrum dan peralihan.

Faktor resiko peningkatan kelancaran produksi ASI yang tidak dapat dimodifikasi adalah faktor usia, pendidikan sedangkan faktor resiko yang dapat dimodifikasi adalah ketentraman jiwa dan pikiran, umur kehamilan yang kurang, makanan yang dikonsumsi, frekuensi menyusui, dan perawatan payudara.

Penanganan secara farmakologis yaitu dengan obat yang dapat meningkatkan kelancaran ASI. Penanganan farmakologis dianggap mahal oleh Sebagian Masyarakat, selain itu penanganan farmakologis sering menimbulkan efek samping baik secara langsung atau terakumulasi. Penanganan upaya nonfarmakologis yang dilakukan adalah dengan memberikan puding daun katuk. Puding daun katuk dapat merangsang pengeluaran ASI, serta meningkatkan dan memperlancar produksinya. Beberapa herbal yang telah melalui penelitian daun katuk dapat diolah menjadi bubuk daun katuk, menjadi olahan minuman teh daun katuk seperti dan diolah menjadi puding dan terbukti meningkatkan kelancaran ASI di antaranya adalah daun katuk dan daun kelor,

Dalam hubungannya peningkatan kelancaran ASI daun katuk merupakan salah satu jenis terapi herbal untuk peningkatan kelancaran ASI. Beberapa kandungan daun katuk yang berperan penting untuk meningkatkan kelancaran ASI, antara lain steroid dan polifenol didalamnya dapat berfungsi untuk menaikkan kadar prolactin, dengan demikian produksi asi dapat meningkat.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti merasa tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang pengaruh pemberian puding daun katuk terhadap peningkatan kelancaran ASI pada ibu menyusui di Kelurahan Kebraon RW 03 Surabaya karena dilokasi peneliti belum pernah ada penelitian yang dilakukan sebelumnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian puding daun katuk terhadap peningkatan kelancaran ASI pada ibu menyusui.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif. Jenis penelitian eksperimen semu (quasy eksperimen). Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One group pre-test post-test*. Kelompok eksperimen dipilih bukan dengan cara random melainkan dengan kriteria tertentu. Lokasi penelitian dilakukan di Kelurahan Kebraon RW 03 Surabaya. Waktu penelitian dilakukan selama 7 hari.

Sampel dari penelitian ini adalah responden yang memenuhi kriteria sebanyak 32 responden di Kelurahan Kebraon RW 03 Surabaya.

Teknik pengambilan sampling yang digunakan penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling* karena sampel dipilih bukan secara acak melainkan melalui kriteria tertentu.

Variabel dalam penelitian terdiri dari variabel bebas yaitu peningkatan kelancaran ASI pada Ibu menyusui dan variable terikat yaitu pemberian puding daun katuk. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah wawancara, observasi, dan dokumentasi.

HASIL

a. Analisa Univariat

- Karakteristik responden berdasarkan umur dan Pendidikan dapat dilihat dalam tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	N	%
Umur		
< 20 tahun	0	0
20 – 35 tahun	27	84,4
> 35 tahun	5	15,6
Jumlah	32	100,0
Pendidikan		
SD	0	0
SMP	0	0
SMA	11	34,4
Perguruan Tinggi	21	65,6
Jumlah	32	100,0

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa umur responden mayoritas berumur 20-35 tahun sebanyak 27 orang (84,4%) dan minoritas berumur >35 tahun sebanyak 5 orang (15,6%). Berdasarkan pendidikan mayoritas berpendidikan Perguruan Tinggi sebanyak 21 orang (65,6%) dan minoritas berpendidikan SMA sebanyak 11 orang (34,4%).

- Kelancaran ASI dapat dilihat dalam tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Kelancaran ASI Sebelum Intervensi dan Sesudah Intervensi

Produksi ASI	Sebelum Intervensi		Sesudah Intervensi	
	N	%	N	%
Tidak Lancar	24	75,0	3	9,4
Lancar	8	25,0	29	90,6
Jumlah	32	100,0	32	100,0

Berdasarkan tabel diatas didapatkan hasil penelitian sebelum intervensi mayoritas produksi ASI tidak lancar sebanyak 24 orang (75,0%) dan minoritas produksi ASI lancar sebanyak 8 orang (25,0%). Sesudah intervensi mayoritas produksi ASI

lancar sebanyak 29 orang (90,6%) dan minoritas produksi ASI tidak lancar sebanyak 3 orang (9,4%).

b. Analisa Bivariat

- Uji Normalitas dapat dilihat dalam tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Uji Normalitas Responden Sebelum dan Sesudah Intervensi

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre Test	.465	32	<,001	.540	32	<,001
Post Test	.530	32	<,001	.334	32	<,001

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa uji normalitas yang digunakan adalah Shapiro-Wilk karena jumlah responden ≤50 orang. Hasil uji normalitas diperoleh nilai sebelum diberikan intervensi adalah $p=0,001$. Hal ini menunjukkan bahwa data pretest tidak berdistribusi normal ($p<0,05$). Sedangkan data posttest pada sesudah intervensi tidak berdistribusi normal ($p<0,05$). Sehingga pengujian hipotesis data menggunakan uji Wilcoxon.

- Uji Wilcoxon dapat dilihat dalam tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Pengaruh Pemberian Puding Daun Katuk Terhadap Peningkatan Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui Di Kelurahan Kebraon RW 03 Surabaya

	Post Test - Pre Test
Z	-4.583 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.001

Berdasarkan tabel diatas dari perhitungan uji Wilcoxon Signed Ranks dengan menggunakan SPSS (Data SPSS Terlampir). Menunjukkan bahwa didapatkan nilai Asymp. Sig. (2-tailed) yaitu $p=0,001$ artinya lebih kecil dari ($p<0,05$). Hal ini menunjukkan adanya perbedaan rata-rata nilai pre test sebelum pemberian puding daun katuk dengan rata-rata nilai post test setelah pemberian puding daun katuk. Maka hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti adanya pengaruh pemberian puding daun katuk terhadap peningkatan kelancaran ASI pada ibu menyusui di Kelurahan Kebraon RW 03 Surabaya.

PEMBAHASAN

Berdasarkan data dari 32 responden, mayoritas berumur 20-35 tahun sebanyak 27 orang (84,4%) dan minoritas berumur >35 tahun sebanyak 5 orang (15,6%). Umur reproduksi sehat termasuk

produksi ASI adalah rentang umur 20-35 tahun, selain itu secara psikologis pada umur ibu yang lebih muda tingkat emosionalnya belum matang sehingga banyak akan lebih banyak mengalami kecemasan dalam melakukan perawatan kepada bayi termasuk memberikan ASI. Dengan pendidikan mayoritas berpendidikan Perguruan Tinggi sebanyak 21 orang (65,6%) dan minoritas berpendidikan SMA sebanyak 11 orang (34,4%). Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal-hal yang menunjang kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup.

Hasil penelitian dari 32 responden, pada kelompok sebelum intervensi mayoritas produksi ASI tidak lancar sebanyak 24 orang (75,0%) dan minoritas produksi ASI lancar sebanyak 8 orang (25,0%). Sesudah intervensi mayoritas produksi ASI lancar sebanyak 29 orang (90,6%) dan minoritas produksi ASI tidak lancar sebanyak 3 orang (9,4%) dengan selisih nilai rata-rata sebesar 11,00.

Uji statistik dilakukan dengan menggunakan uji *Wilcoxon Signed Test* diperoleh p-value = 0.000 < 0,05 pada tingkat kelancaran ASI pada saat pretest dan posttest, maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti nilai rata-rata sebelum diberikan puding daun katuk (pretest) berbeda dengan nilai rata-rata setelah diberikan puding daun katuk (post test). Hal ini menunjukkan adanya pengaruh pemberian puding daun katuk terhadap peningkatan kelancaran ASI pada ibu menyusui di Kelurahan Kebraon RW 03 Surabaya. Hal ini disebabkan daun katuk memiliki potensi sebagai bahan alami yang efektif dalam peningkatan kelancaran ASI pada ibu menyusui, karena penggunaan obat dengan bahan alami mempunyai efek samping yang lebih minimal apabila dikonsumsi.

Hal ini dikarenakan daun katuk memiliki kandungan hampir 7% protein dan 19% serat kasar, vitamin K, pro-vitamin A (beta karotin Vitmin B dan C. Mineral yang dikandung adalah Kalsium (2,8%) zat besi, kalium, fosfor dan magnesium.

Daun katuk juga mengandung protein dalam daun katuk berkhasiat untuk menstimulasi pengeluaran air susu ibu. Sedangkan kandungan steroid dan polifenol didalamnya dapat berfungsi untuk menaikkan kadar prolactin, dengan demikian produksi ASI dapat meningkat.

Hal ini didukung juga dalam penelitian oleh ilmuan pada seorang sampel telah membuktikan bahwa dengan mengkonsumsi daun katuk secara rutin selama 1 minggu (sesuai dengan intervensi) terbukti mampu meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

Hasil penelitian dapat disimpulkan pengobatan non-farmakologi yang dapat menjadi alternatif pengobatan untuk meningkatkan kelancaran ASI. Salah satu penanganan yang dilakukan yaitu berupa pemberian puding daun katuk.

Berdasarkan analisa peneliti. Adanya perbedaan rata-rata nilai pre test sebelum pemberian puding daun katuk dengan rata-rata nilai posttest setelah pemberian puding daun katuk. dikarenakan menurut teori adanya perlakuan yang diberikan yaitu mengkonsumsi puding daun katuk selama 7 hari terhadap 32 responden. Dalam penelitian ini dari 32 responden pada hasil adanya 11 responden yang tidak memberikan efek perubahan, hal ini diduga dikarenakan faktor kurangnya dukungan keluarga dan faktor psikologis pada ibu serta faktor hisapan bayi dan frekuensi pemberian ASI yang tidak terjadwal membuat frekuensi ASI kurang. Diantaranya ada 3 responden yang ASInya tidak lancar dikarenakan faktor utama yaitu stress dan ibu bekerja sehingga kurangnya rangsangan oleh bayi serta kurangnya dukungan keluarga terhadap ASInya yang hanya sedikit dan kurangnya rangsangan yang disebabkan oleh kelemahan fisik bayi prematur yang membuatnya tidak mampu menghisap secara optimal, sehingga produksi ASI dapat menjadi lebih rendah dibandingkan dengan bayi yang lahir pada waktu yang tepat.

Hal ini menunjukkan adanya pengaruh pemberian puding daun katuk terhadap peningkatan kelancaran ASI pada ibu menyusui di Kelurahan Kebraon RW 03 Surabaya.

Ibu menyusui yang mengalami ASI tidak lancar akan mengalami ketidaknyamanan karena payudara terasa tegang sebelum disusukan, sehingga mereka memerlukan cara agar gejala-gejala tersebut berkurang bahkan bisa hilang dengan cara pengobatan non-farmakologi yang dapat menjadi alternatif pengobatan untuk meningkatkan kelancaran ASI. Salah satu penanganan yang dilakukan yaitu berupa pemberian puding daun katuk.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang kami lakukan tentang pengaruh pemberian puding daun katuk terhadap peningkatan kelancaran ASI pada ibu menyusui di Kelurahan Kebraon RW 03 Surabaya. Nilai $p=0,001$ $p < 0,05$ maka, H_0 ditolak H_a diterima terdapat pengaruh pemberian puding daun katuk terhadap peningkatan kelancaran ASI pada ibu menyusui di Kelurahan Kebraon RW 03 Surabaya.

Saran

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan terapi non farmakologis untuk meningkatkan kelancaran ASI pada ibu menyusui dengan memanfaatkan daun katuk.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada Allah SWT dan kedua orang tua tercinta serta pihak lainnya yang telah membantu terlaksananya kegiatan penelitian ini, sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik dan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Abduh, R. A. M. S. (2019). Uji Coba Pemanfaatan Sari Daun Katuk (*Sauropus Nucifera* L .) Dalam Pembuatan Nata De Coco. *Jurnal Ilmiah Pariwisata*, 24(3), 219–232.
- dnyani, N., & Praminatih, G. (2023). Kualitas Pudding Berbahan Campuran Daun Katuk (*Sauropus Androgynus*). *Jurnal Ilmiah Pariwisata Dan Bisnis*, 2, 2695–2701.
- Amanah, D. S. F., Oktavia, S., & Erwin, T. (2023). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Posyandu Angrek Desa Kalirejo Kecamatan Palas Kabupaten Lampung *Nusantara Journal of ...*, 1(2).
- Dewi, F. N. K., & Masruroh. (2023). Tingkat Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara di Wilayah Kerja Puskesmas Jetak Kab. Semarang. *Journal of Holistics and Health Science*, 5(1), 103–110.
- Dolang, M. W., Wattimena, F. P. ., Kiriwenno, E., Cahyawati, S., & Sillehu, S. (2021). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 6(3), 256.
- Fera, Hasan, M., & Saputra, S. D. (2023). Edukasi Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi di Puskesmas Gambesi. *Jurnal Surya Masyarakat*, 5(2), 208.
- Harahap, M. H. (2021). *Pengaruh Pemberian Rebusan Air Daun Kelor (Moringa Oleifera) Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui 0-6 Bulan Di Desa Siamporik Lombang Tahun 2021*. 4, 101–107. 1
- Ratna, R. D. (2020). Hubungan Pola Makan Ibu Menyusui dan Vitamin A yang Terkandung dalam Air Susu Ibu (ASI) dengan Berat Badan Bayi Usia 1 Bulan. *Jurnal Bidan Komunitas*, 3(2), 52–56.
- Rosita, N., & Harindra. (2020). Pekerjaan Faktor Yang Berhubungan Dengan Prilaku Pemberian Asi Eklsusif. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(1), 43–49.
- Safitri, R. E., Yuviska, I. A., Astriana, A., & Sunarsih, S. (2021). Pemberian Ekstrak Daun Katuk Dapat Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(4), 751–756.
- Tiara, M. S., & Muchtaridi, M. (2020). Aktivitas Farmakologi Ekstrak Daun Katuk (*Sauropus androgynus* (L.) Merr). *Farmaka*, 16(2), 398–405.
- Triwibowo, C., & Humaira, W. (2016). Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Ibu Tentang Asi Eksklusif di Posyandu Cempaka II Puskesmas Pembantu Kwala Bekala Medan Tahun 2015. In *Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Lingkungan Hidup* (Vol. 1, Issue 1, pp. 29–37).
- Tyahnandari, F., Zara, N., & Akbar, M. K. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang ASI Eksklusif di Puskesmas Muara Batu Kabupaten Aceh Utara. *GALENICAL : Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Mahasiswa Malikussaleh*, 1(1), 38.
- Yanti, H. F., Yohanna, W. S., & Nurida, E. (2018). Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Post Partum Ditinjau dari Inisiasi Menyusu Dini dan Isapan Bayi. *Jurnal Aisyah : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(1), 39–46.