

Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Posyandu Anggrek Desa Kalirejo Kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023

Ditha Sheilla Fathul Amanah¹, Santi Oktavia², Tubagus Erwin³

^{1,2,3}Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia, Lampung, Indonesia

Article Info

Article history:

Received September 5, 2023

Revised September 10, 2023

Accepted September 28, 2023

Kata Kunci:

Rebusan Daun Katuk,
Produksi ASI,
Posyandu Anggrek Desa
Kalirejo,

Keywords:

*Decoction of Katuk Leaves,
Breast Milk Production
Posyandu Anggrek Kalirejo
Village,*

ABSTRAK

Untuk menjaga kualitas ASI, sebaiknya ibu menjaga pola makan berdasarkan prinsip gizi seimbang dan mengonsumsi makanan yang bervariasi, antara lain: sayuran berwarna hijau yang baik untuk melancarkan ASI, seperti daun katuk, daun bayam, brokoli, dan daun pepaya. Tujuan dalam penelitian ini adalah mengetahui Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Posyandu Anggrek Desa Kalirejo Kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023. Jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *quasy eksperimen* dengan pendekatan dalam penelitian ini adalah *one group Pre-test – Post-test*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui pada bayi usia 0-6 bulan yang ada Di Posyandu Anggrek 1, 2, 3 dan 4 Desa Kalirejo Kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan Periode Januari- Maret 2023 berjumlah 53 orang, Sehingga di dapatkan sampel sejumlah 27 responden. Dalam penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Berdasarkan *uji paired t-test*, diketahui Ada Pengaruh Pemberian Sayur Katuk Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Posyandu Anggrek Desa Kalirejo Kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023 dengan nilai p-value 0,000 atau p-value < 0,05. Diharapkan kepada ibu dengan bayi usia 0-6 bulan Salah satu cara meningkatkan produksi ASI adalah dengan rutin mengonsumsi sayuran berdaun katuk selama menyusui..

ABSTRACT

To maintain the quality of breast milk, mothers must follow a diet with the principle of balanced nutrition and consume a variety of foods, especially green vegetables which are good for promoting breast milk, such as katuk leaves, spinach leaves, broccoli and papaya leaves. The aim of this study was to know the effect of using katuk decoction on breast milk production in lactating mothers. at the Anggrek Posyandu, Kalirejo Village, Palas District, South Lampung Regency in 2023. This type of quantitative research with a quasy experimental research design with an approach In this study, there was a Pre-test - Post-test group. The population of this study is all breastfeeding mothers with babies aged 0-6 months who were at Posyandu Anggrek 1, 2, 3 and 4 in Kalirejo Village, Palas District, South Lampung Regency for the January-March 2023 period, totaling 53 people, so that a sample of 27 respondents was obtained. . In this study the sampling technique used was purposive sampling. Based on the paired t-test, it is known that there is an

effect of giving katuk vegetables on milk production in breastfeeding mothers at the Anggrek Posyandu, Kalirejo Village, Palas District, South Lampung Regency in 2023 with a p-value of 0.000 or p-value <0.05. It is expected that respondents can increase their knowledge about how to increase milk production in infants, one of which is to regularly consume katuk leaves during the breastfeeding process so that babies get enough breast milk.

This is an open access article under the [CC BY](#) license.



Corresponding Author:

Ditha Sheilla Fathul Amanah
Fakultas Kesehatan, Universitas Mitra Indonesia
Lampung, Indonesia
Email: dithasheilla.student@umitra.ac.id

1. PENDAHULUAN

ASI adalah Air Susu Ibu yang merupakan sumber gizi utama bagi bayi yang belum bisa mengonsumsi makanan padat. Pemberian ASI untuk bayi disarankan hingga anak berusia 6 bulan. Setelah menginjak usia 6 bulan, biasanya bayi diberi makanan pendamping ASI (MP-ASI). ASI mengandung beberapa 500 nutrisi dan juga formula susu yang berkisar sampai 40 jenis, dan ASI juga merupakan susu yang telah di khendaki oleh Tuhan untuk balita. [1]. Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2020, menyebutkan bahwa jumlah bayi baru lahir sebanyak 46,280 juta jiwa, dari jumlah tersebut hanya 32,8% yang mendapat ASI dengan baik dan benar, 12,5% tidak mendapat ASI karena banyak faktor yang mempengaruhi pemberian ASI (ibu). tingkat pengetahuan, status kesehatan ibu, dan kelainan ASI [2]. Riset Kesehatan Dasar (RIKESDAS) menyatakan cakupan pemberian ASI setiap tahun selalu menurun 7,12%, pada tahun 2013 angka cakupan pemberian ASI mencapai 66,7%, dan pada tahun 2018 menurun hingga mencapai 58,5%. Ada faktor yang mempengaruhi ASI pada bayi yaitu seperti gangguan asupan nutrisi sehingga mempengaruhi produksi ASI [3].

Menurut data Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, tahun 2020 cakupan pemberian ASI hanya mencapai 76%, dan pada tahun 2021 cakupan ASI sudah mencapai 80%, namun angka ini masih jauh dari target cakupan pemberian ASI yaitu 100%. Sementara itu, diketahui pada tahun 2021 di Kabupaten Nam Lampung jumlah ibu yang memiliki anak usia 0-6 bulan sebanyak 4.360 orang, dimana hanya 2.922 anak yang mendapatkan ASI, sisanya ibu yang mendapatkan susu formula, sedangkan pada tahun 2022 Sementara itu, jumlah ibu yang mengasuh anak usia 0-6 bulan mencapai 4.521 anak, dimana hanya 2.430 anak yang mendapat ASI, selebihnya ibu yang diberi susu formula. Berdasarkan data tersebut terlihat bahwa tingkat pemberian ASI pada anak belum mencapai target yang ditetapkan, dan risiko gizi.

[4]. Ada beberapa kegunaan yang didapat dari ASI untuk bayi, didalam ASI mengandung sebuah antibody yang dimana dalam jumlah besar pada seorang ibu menyusui, dan juga antibody itu dapat meningkatkan kekebalan tubuh pada balita. Jadi terbuti kalau bayi jika diberi ASI akan lebih terhindar dan kuat dari penyakit yaitu diare, alergi, diabetes, ataupun asma. Dan juga sebuah hormon yang ada di dalam ASI dapat membuat rasa mengantuk dan juga nyaman. Ini juga dapat membuat bayi cepat tidur.

Beberapa ASI dari ibu menyusui sebuah cara yang sangat ampuh dalam menurunkan diet ibu. Menyusui juga membakar kalori yang banyak yaitu 200-250 hari dan juga membantu uterus untuk kembali normal lebih cepat. [5] Jadi arti penting dari Menyusui atau asi itu sendiri banyak sekali kendala dari ibu itu sendiri atau dari bayi. Jika pada ibu, sering sekali

terjadi seperti ASI yang kurang atau mama tidak paham cara pemberian laktasi yang tepat, tetapi untuk bayi dapat juga terjadi seperti abnormalitas atau juga bayi sakit.[6]

Untuk menjaga kualitas ASI, ibu harus mengikuti pola makan dengan prinsip gizi seimbang dan mengonsumsi beragam makanan, terutama sayuran berwarna hijau yang baik untuk melancarkan ASI, seperti daun katuk, daun bayam, brokoli, dan daun papaya. Slain mengonsumsi makanan sehat dan seimbang seperti sayuran hijau, mengonsumsi ekstrak daun katuk sebanyak 2 x 200 mg selama 7 hari dapat memperlancar ibu menyusui karena kandungan dalam daun katuk cukup kaya akan protein, vitamin C, fosfor, kalsium dan zat besi. kemudian dengan berpuas diri ibu dengan memberikan ASI pada bayinya sesuai permintaan sehingga bayi dapat merangsang hormon oksitosin dan prolaktin untuk dikeluarkan ke dalam ASI. [7]. Katuk (*Sauropus androgynus*) merupakan tumbuhan sayuran yang banyak terdapat di Asia Tenggara. Ciri-ciri tanaman katuk adalah cabang-cabang agak lunak, daun tersusun selang-seling pada satu tangkai, berbentuk lonjong sampai bundar dengan panjang 2,5 cm, dan lebar 1,25-3 cm. Katuk mempunyai zat gizi tinggi, sebagai antibakteri, dan mengandung beta karoten sebagai zat aktif warna karkas. Senyawa fitokimia yang terkandung di dalamnya adalah : *saponin*, *flavonoid*, dan *tanin*, *isoflavonoid* yang menyerupai estrogen ternyata mampu memperlambat berkurangnya massa tulang (*osteomalasia*), sedangkan *saponin* terbukti berkhasiat sebagai antikanker, antimikroba, dan meningkatkan sistem imun dalam tubuh [8]. Berdasarkan prasurey yang peneliti lakukan di Desa Kalirejo Kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan, terdapat 4 Posyandu yang ada di Desa Kalirejo, yaitu posyandu anggrek 1, anggrek 2, anggrek 3 dan anggrek 4. jumlah ibu menyusui di posyandu anggrek 1 pada bulan Januari - Maret 2023 mencapai 16 orang, anggrek 2 mencapai 18 orang, anggrek 3 mencapai 11 orang dan anggrek 4 mencapai 8 orang. Berdasarkan data wawancara terhadap 10 ibu menyusui Kita mengetahui ada 6 orang ibu yang mengatakan ASInya sudah habis namun masih tersisa sedikit dan 4 orang ibu mengatakan ASInya belum habis dan berdasarkan hal tersebut wawancara juga, diketahui 8 ibu menyusui tidak mengetahui tentang manfaat dari rebusan daun katuk dan tidak pernah mendapatkan edukasi tentang makanan-makanan yang dapat meningkatkan produksi ASI.

2. METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian *quasy eksperimen* yaitu penelitian yang berlandaskan filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi dan sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif statistik dengan tujuan untuk menguji hipotesis. Pendekatan dalam penelitian ini adalah Kelompok Pretest – Posttest, dilakukan dengan melakukan pengukuran sebelumnya (pretest) sebelum diberikan perlakuan (treatment) dan kemudian melakukan pengukuran lagi (posttest).[9].

2.1 Subyek Penelitian

2.1.1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek peneliti yang akan diteliti.[10].Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui pada bayi usia 0-6 bulan yang ada Di Posyandu Anggrek 1, 2, 3 dan 4 Desa Kalirejo Kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan Periode Januari- Maret 2023 berjumlah 53 orang.

2.1.2 Sampel

Sampel penelitian adalah sebagian dari keseluruhan obyek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi.[11].Dalam penelitian ini cara perhitungan sampel untuk *penelitian survey*.[12]. Hosmer dan klar. Dengan rumus yang digunakan:

$$N = \frac{Z^2_{1-\alpha/2} P(1-p)}{d^2(N-1) + Z^2_{1-\alpha/2} P(1-p)}$$

Ket :

$Z^2_{1-\alpha/2}$: Standar devisi normal pada derajat kepercayaan (kemaknaan 95 % adalah 1.96)

d : Tingkat penyimpangan yang diinginkan 0.05

P : Proporsi sifat populasi 0.5 (50%)

N : Besarnya Populasi

n : Besarnya sampel

$$n = \frac{1,96 \cdot 0,5 (1 - 0,5) 53}{(0,05)^2 (53 - 1) + 1,96 (1 - 0,5)}$$

$$n = \frac{0,98 \cdot 0,5 \cdot 53}{(0,0025) \cdot (52) + 0,98}$$

$$n = \frac{25,97}{1,11} \\ = 23,39$$

Sehingga di dapatkan sampel sejumlah 23 responden, untuk menghindari terjadinya droup out pada responden, maka peneliti menambah jumlah sampel 10%, sehingga jumlah sampel seluruhnya berjumlah 27 responden.

2.2 Pengolahan Data

Stelah data terkumpul, langkh selanjutnya adalah pengolahan data. Proses pengolahan data, meliputi:

1. Editiing

Kegiatan ini meliputi pengecekan apakah tabel hasil penelitian sudah lengkap, jelas dan sesuai. Saat mengolah data ini, peneliti memberikan inisial responden, bukan nama sebenarnya.

2. Processing

Proses memasukan data dari lembar observasi ke program komputer agar data dianalisis.

3. *Cleanning*

Kegiatan pengecekan kembali data yang di entry kedalam komputer agar tidak terdapat kesalahan.

2.3 Analisa Data

Analisis univariat digunakan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari masing-masing variabel. Analisa univariat menggunakan rumus rata-rata. Analisis bivariat digunakan untuk melihat pengaruh rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu Menyusui bayi dari usia 0 hingga 6 bulan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan uji t berpasangan yang dilakukan terhadap dua variabel yang diduga mempunyai pengaruh, yaitu jika $p\text{-value} < 0,05$ maka H_0 dieliminasi.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Analisis Univariat

Berdasarkan tabel 4.5, diketahui bahwa sebelum diberikan sayur daun katuk, rata-rata produksi ASI mencapai 505,93 ml dengan standar deviasi 53,224, sesudah diberikan sayur daun katuk, rata-rata produksi ASI meningkat menjadi 583,33 dengan standar deviasi 69,780.

Tabel 4.5. Produksi ASI Sebelum Dan Sesudah Diberikan Sayur Daun Katuk

Produksi ASI	N	Nilai Min	Nilai Max	Rata-Rata	Standar Deviasi
Sebelum	27	420	610	505,93	53,224
Sesudah	27	500	720	583,33	69,780

3.2 Hasil Analisis Bivariat

Untuk mengetahui pengaruh konsumsi sayuran daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Posyandu Anggrek Desa Kalirejo Kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan pada tahun 2023 digunakan uji coba (Trial T untuk sampel berpasangan), yaitu:

Tabel 4.7. Pengaruh Pemberian Sayur Katuk Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui

Variabel	N	Mean	Selisih	SD	SE	P-Value
Sebelum Diberikan Sayur Daun Katuk	27	505,93	77,407	53,224	10,243	0,000
Sesudah Diberikan		583,33		69,780	13,429	

Sayur Daun Katuk						
------------------------	--	--	--	--	--	--

Berdasarkan tabel 4.7, diketahui bahwa Di Posyandu Anggrek Desa Kalirejo Kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023, sebelum diberikan sayur daun katuk, rata-rata produksi ASI mencapai 505,93 ml dan sesudah diberikan sayur daun katuk, rata-rata produksi ASI meningkat menjadi 583,33 dengan nilai mean selisih mencapai 77,407.

Berdasarkan uji statistik diperoleh p-value 0,000 atau p-value < 0,05 yang berarti terdapat pengaruh konsumsi sayur katuk terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Posyandu Anggrek Desa Kalirejo Kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan pada tahun 2023.

Pembahasan Univariat

3.4 Produksi ASI Sebelum Diberikan Sayur Daun Katuk

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebelum diberikan sayur daun katuk, rata-rata produksi ASI mencapai 505,93 ml dengan standar deviasi 53,224. Ada kegunaan dari Asui itu sendiri yaitu Air susu ibu banyak sekali mengandung sebuah antibody yang sangat besar sekali pada ibu. Antibodi ini juga yang dapat membantu seorang bayi menjadi kebal penyakit. Dan terbukti bahwa balita yang diberi air susu ibu ini dapat menjadi lebih kuat terhadap penyakit seperti obesitas, usus buntu, infeksi telinga, kanker anak maupun ‘SIDS’. Dan juga hormone dalam asi ini sendiri dapat membuat ngantuk, dan juga nyaman. Keadaan ini dapat menenangkan bayi dalam proses pertumbuhan gigi dan membantu bayi agar tertidur pulas, dan masih banyak sekali manfaat yang lain.[13] Rendahnya cakupan ASI eksklusif memberikan dampak terutama pada kesehatan bayi. Pada penelitian yang dimuat dalam European Respiratory Journal menyebutkan anak-anak yang tidak pernah disusui memiliki resiko penyakit gangguan pernapasan dan pencernaan pada empat tahun pertama kehidupannya dibanding dengan bayi yang mendapat ASI selama 6 bulan atau lebih, dan pemberian ASI yang tidak eksklusif memberikan kontribusi sebanyak 11,6% dalam mortalitas anak dibawah usia 5 tahun.[14]. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas menunjukkan bahwa memberikan ASI pada bayi baru lahir sangatlah penting, dengan ASI yang cukup maka bayi akan mendapat nutrisi yang maksimal untuk dapat tumbuh dan berkembang secara normal, namun dalam hasil penelitian peneliti menemukan bahwa rata-rata jumlah ASI yang diproduksi bayi tetap kuran, hal ini dikarenakan ada beberapa faktor yang mempengaruhi seperti paritas, kurangnya informasi kesehatan karena tingkat pendidikan rendah, kurangnya asupan makan/nutrisi selama kehamilan, serta adanya kelainan payudara.

3.5 Produksi ASI Sesudah Diberikan Sayur Daun Katuk

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sesudah diberikan sayur daun katuk, rata-rata produksi ASI meningkat menjadi 583,33 dengan standar deviasi 69,780. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas menunjukkan bahwa memberikan ASI pada bayi baru lahir sangatlah penting, dengan ASI yang cukup maka bayi akan mendapat nutrisi yang maksimal untuk dapat tumbuh dan berkembang secara normal, namun dalam hasil penelitian peneliti menemukan bahwa rata-rata jumlah ASI yang diproduksi bayi tetap Untuk menjaga kualitas ASI, ibu harus mengikuti pola makan dengan prinsip gizi seimbang dan mengkonsumsi beragam makanan, terutama sayuran berwarna hijau tua yang baik untuk melancarkan ASI.[15]. Salah satu tumbuh yang secara tradisional dipakai untuk memperbanyak dan melancarkan ASI adalah daun katuk (*Sauropus androgynous (L.) Merr*, kandungan kalori, protein, dan karbohidrat daun katuk hampir setara.[16]. Bahkan kandungan

zat besi daun katuk lebih unggul dari pada daun pepaya dan daun singkong. Selain itu, juga kaya vitamin A, B1 dan C. Disamping kaya protein, lemak, vitamin, dan mineral, daun katuk juga memiliki kandungan tanin, saponin, dan alkaloid papaverin (Suryaningsih, 2019).

Penggunaan daun katuk telah dipelajari secara luas untuk penggunaannya sebagai sayuran dan untuk dikonsumsi. Namun mengkonsumsi daun katuk sebagai sayur atau lalap kurang praktis terutama bagi masyarakat perkotaan, karena sulitnya mendapatkan bahan segar setiap saat dan kurang baik jika bubur harus disimpan dalam waktu lama. [17] Kemudian, konsumsi daun katuk secara berlebihan dapat menyebabkannya. Efek samping keracunan kertas jika dimakan mentah dapat menyebabkan kemacetan udara di paru-paru bahkan kematian.[18].

Selain mengkonsumsi makanan yang sehat dan seimbang seperti sayuran hijau, mengkonsumsi ekstrak daun katuk sebanyak 2 x 200 mg selama 15 hari dapat memperlancar ibu menyusui karena kandungan di dalam daun katuk cukup kaya akan protein, vitamin C, fosfor, kalsium dan zat besi. , maka dengan ketaatan ibu, pemberian ASI sesuai permintaan sehingga bayi dapat menyusu dapat merangsang hormon oksitosin dan prolaktin untuk dikeluarkan ke dalam ASI [19]. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, menurut peneliti sebagian besar responden pernah mendapatkan sayur daun katuk sebelumnya, namun jumlah ASI ibu sangat sedikit. sesudah dilakukan pemberian sayur daun katuk, produksi ASI ibu bertambah, hal ini dikarenakan khasiat daun katuk sebagai peningkat produksi ASI karena mengandung senyawa kimia sterol yang bersifat estrogenic dan diduga berasal dari efek hormonal yang dapat merangsang dan meningkatkan produksi ASI.

Pembahasan Bivariat

3.6 Pengaruh Pengaruh Pemberian Sayur Daun Katuk Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa Di Posyandu Anggrek Desa Kalirejo Kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023, sebelum diberikan sayur daun katuk, rata-rata produksi ASI mencapai 505,93 ml dan sesudah diberikan sayur daun katuk, rata-rata produksi ASI meningkat jadi 583,33 dengan rata-rata spread mencapai 77.407. Berdasarkan uji statistik diperoleh P-Value 0,00 atau P-Value < 0,05 artinya terdapat pengaruh konsumsi sayuran daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Posyandu Anggrek Desa Kalirejo Kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan pada tahun 2023.

Air Susu Ibu (ASI) mengandung banyak nutrisi dan antibodi yang membantu melindungi bayi dari infeksi karena mudah dicerna dan diserap, bermanfaat untuk tumbuh kembang bayi secara optimal. Faktanya, manfaat ASI telah dibuktikan oleh banyak peneliti [20].

Rendahnya angka ASI menunjukkan sangat sedikitnya seorang ibu yang mampu memberikan ASI kepada anaknya. beberapa yang mempengaruhinya adalah anak berhenti menyusu dengan alasan ASI tidak cukup. Penelitian menunjukkan bahwa persepsi ibu yang kurang ASI menjadi salah satu faktor penghambat pemberian ASI eksklusif. Faktanya, menyusui tidaklah sesederhana yang Anda bayangkan namun juga tidak sesulit yang Anda bayangkan. Menyusui tidak hanya memerlukan nutrisi yang cukup dan kesehatan yang baik, namun juga tekad dan keyakinan bahwa ibu akan berhasil dalam usahanya memberikan sumber nutrisi terbaik yaitu ASI. Ketika seorang ibu dengan tegas memutuskan untuk memberikan ASI eksklusif pada bayinya, maka ia akan menghadapi kendala yang seringkali membuatnya ragu, takut, merasa sedih, dan merasa tidak mampu untuk menyusui.

Untuk menjaga kualitas ASI, sebaiknya ibu menjalani pola makan berdasarkan prinsip gizi seimbang dan mengonsumsi makanan yang bervariasi, termasuk sayuran berwarna hijau tua yang membantu produksi ASI (Saskiyanto Manggarani, Anto Jamma Hadi, & Bunga,

2018). Salah satu tanaman yang secara tradisional digunakan untuk memperlancar dan memperlancar ASI adalah daun katuk (*Sauropus androgynous* (L.) Merr. Namun kandungan katuk, produksi ASI pada ibu sangat sedikit sayur daun katuk/100 gram meliputi 5–7 gram protein, 1 gram lemak, 1,8–2 gram serat, 250 miligram vitamin C, 190 miligram folat, 1 miligram zinc, 45 miligram kalium, 3,5 mg zat besi dan 120 miligram magnesium. Faktanya, kandungan zat besi pada daun katuk lebih tinggi dibandingkan daun pepaya (0,8 mg) dan daun bayam. (2,6 mg). Selain itu juga sayur daun katuk kaya vitamin A, B1 dan C. Disamping kaya protein, lemak, vitamin, dan mineral, daun katuk juga memiliki kandungan tanin, saponin, dan alkaloid papaverin yang merupakan kandungan utama yang terdapat pada daun katuk yang dapat meningkatkan hormone oksitosin dan merangsang produksi ASI menjadi meningkat.

Menurut peneliti, berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas terdapat pengaruh pemberian sayur daun katuk terhadap produksi ASI dengan nilai selisih antara sebelum dan setelah dipijat oksitosin, rata-rata 77,407. Pemberian sayur daun katuk dalam penelitian ini diberikan selama 7 hari, hal ini dikarenakan rata-rata ibu menyusui mempunyai produksi ASI selama 7 hari sebanyak 400-600 ml perhari, sehingga masih dikategorikan belum cukup untuk keutuhan bayi yaitu > 650ml/hari. Namun masih terdapat beberapa responden yang angka kenaikan produksi ASI nya masih belum meningkat secara signifikan, hal tersebut dikarenakan pendidikan responden yang masih tergolong SD dan SMP, sehingga kurang mendapatkan informasi kesehatan dan pengetahuan responden akan tanda kecukupan ASI pada bayi masih rendah, serta sikap responden yang kurang baik, seperti ketika bayi bangun tidur ibu tidak memberikan bayi untuk minum ASI, dan juga paritas responden yang masih primigravida sehingga responden belum cukup berpengalaman dalam cara meningkatkan produksi ASI, dan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi produksi ASI pada ibu primigravida yaitu pemakaian kontrasepsi, makanan, dan pola hidup responden yang sering merokok.

4. KESIMPULAN

Diketahui bahwa Di Posyandu Anggrek Desa Kalirejo Kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023, Responden terbanyak adalah usia kerja yaitu 24-35 tahun sebanyak 26 responden (96,3%), tamatan SMA sebanyak 14 responden (51,9%), bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 11 responden. responden (40,7%), responden. mempunyai anak pertama (primigravida) yang berjumlah 15 responden (54,5%). Diketahui bahwa sebelum diberikan sayur daun katuk, rata-rata produksi ASI mencapai 505,93 ml dengan standar deviasi 53,224. Diketahui bahwa sesudah diberikan sayur daun katuk, rata-rata produksi ASI meningkat menjadi 583,33 dengan standar deviasi 69,780. Diketahui Ada Pengaruh Pemberian Sayur Katuk Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Posyandu Anggrek Desa Kalirejo Kecamatan Palas Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2023 dengan nilai p-value 0,000 atau p-value < 0,05.

REFERENSI

- [1] Aliya. *et.all.* (2020). *Pengaruh sayur daun katuk terhadap produksi ASI*. Jurnal e-malahayati. Bandar Lampung.
- [2] Ambarwati. (2020). *Asuhan kebidanan pada ibu setelah melahirkan*. Yogyakarta: Buku kedokteran.
- [3] Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2022). *Profil kesehatan Lampung*: Bandar Lampung.

- [4] Endang Sutisna Sulaeman, dkk. (2017). Tentang pengaruh pijat oksitosin pada ibu nifas terhadap produksi ASI di Surakarta, Indonesia.
- [5] Jannah, AM (2020). Faktor yang berhubungan dengan perilaku pemberian ASI Eksklusif pada bayi usia 6 sampai 12 bulan di desa Gerem', Jurnal Informasi Kimia dan Pemodelan.
- [6] Jeni Ambarwati (2020) *tentang pengaruh pemberian sayur daun katuk terhadap peningkatan produksi ASI*
- [7] Kementerian Kesehatan Indonesia.(2020).Penelitian kesehatan dasar. Ibukota Jakarta:Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Indonesia.
- [8] Mariene W. Dolang, dkk (2021) *tentang Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas*
- [9] Manjoer. (2020). Penyakit dalam. Ibukota Jakarta:Obat Salemba.
- [10] Natia Wiji, (2018). ASI dan Panduan Ibu Menyusui Yogyakarta. Nuha Medika.
- [11] Notoatmodjo, S. (2018). Metode penelitian kesehatan. Ibukota Jakarta: Editor PT.Rineka Cipta.
- [12] Nurhidayat. (2020). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Salemba Medika.
- [13] Nurhidayat Triananinsi (2020) *tentang Hubungan Pemberian Sayur Daun Katuk Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Multipara Di Puskesmas Caile*
- [14] Proverawati, (2020). *Kapita Selecta ASI dan menyusui Yogyakarta. Buku kedokteran*.
- [15] Roesli, Utami, (2018). *Mengenal ASI Eksklusif*. Jakarta : Rineka Cipta.
- [16] Purwati (2020). *Asuhan Kebidanan Ibu Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- [17] Santoso (2019). *10 sayuran yang baik untuk ibu menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- [18] Setiadi, (2018). *Konsep dan artikel penelitian keperawatan, Yogyakarta. Ilmuwan*
- [19] Sulistyaningsih, (2020). *Metode penelitian kebidanan: Kualitatif dan kuantitatif*. Yogyakarta. Ilmuwan.
- [20] WHO. (2020). *Prevalensi Kesehatan Ibu Dan Anak*. Philadelphia, USA.