



PENINGKATAN PRODUKSI ASI MELALUI PEMBERIAN DAUN KATUK PADA IBU MENYUSUI

Meishella Ayu Reyaningtyas¹⁾, Rika Andriyani²

D3 Kebidanan, Fakultas Kesehatan Universitas Hang Tuah Pekanbaru

¹⁾ meishellatyas@gmail.com, ²⁾ rika.andriyani1985@gmail.com

Histori artikel

Received:
03 Oktober 2022

Accepted:
04 November 2022

Published:
22 Desember 2022

Abstrak

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi, khususnya bayi berusia 0-6 bulan, yang fungsinya tidak dapat tergantikan oleh makanan dan minuman apapun. Berdasarkan survey awal yang saya lakukan di PMB Ernita, ditemukan data ibu yang mempunyai bayi tidak mendapatkan ASI Eksklusif sekitar 10 orang, salah satu cara untuk meningkatkan program ASI terpenuhi adalah dengan daun katuk. Di Indonesia, Nutrisi daun katuk mampu meningkatkan produksi susu dengan meningkatkan metabolisme glukosa untuk sintesis laktosa. Tujuan asuhan ini adalah mampu melakukan asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan memberikan daun katuk untuk meningkatkan produksi ASI. Metode yang digunakan adalah Studi kasus pendekatan asuhan berdasarkan standar asuhan kebidanan ibu nifas. Hasil yang didapatkan pada ibu nifas yang diberi air rebusan daun katuk sebanyak. Hal ini sesuai dengan teori bahwa daun katuk merupakan tumbuhan multi khasiat tetapi juga bisa sebagai pelancar ASI yang berguna untuk membantu para ibu yang mengalami kesulitan tentang ASI atau seputar masalah menyusui bisa menggunakan daun katuk

Kata-kata Kunci : Rebusan Daun Katuk, Produksi ASI

Latar Belakang

Masa nifas atau masa puerperium adalah masa setelah persalinan selesai sampai 6 minggu atau 42 hari. Selama masa nifas, organ reproduksi secara perlahan akan mengalami perubahan seperti keadaan sebelum hamil (Maritalia, 2014). Kebijakan program nasional pada masa nifas yaitu paling sedikit empat kali melakukan kunjungan pada masa nifas, dengan tujuan untuk: menilai kondisi kesehatan ibu dan bayi, melakukan pencegahan terhadap kemungkinan-kemungkinan adanya gangguan kesehatan ibu nifas dan bayinya, mendeteksi adanya komplikasi atau masalah yang terjadi pada masa nifas dan menyusui, dan menangani komplikasi atau masalah yang timbul dan mengganggu kesehatan ibu nifas maupun bayinya. Cakupan pelayanan ibu nifas di pekanbaru pada tahun 2019 mengalami sedikit peningkatan dibandingkan dengan tahun 2018 sebesar 0,1%, yaitu tahun 2018 sebanyak 79,2% dan tahun 2019 menjadi 79,3% (*Profil Kesehatan Riau 2019*).

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi, khususnya bayi berusia 0-6 bulan, yang fungsinya tidak dapat tergantikan oleh makanan dan minuman apapun. Pemberian ASI merupakan pemenuhan hak bagi setiap ibu dan anak (Kemenkes, 2019). Menyusui merupakan salah satu investasi terbaik untuk kelangsungan hidup dan meningkatkan kesehatan, perkembangan sosial, serta ekonomi individu. Angka kematian bayi menjadi salah satu indikator penting untuk mengetahui derajat kesehatan di suatu negara, dan bahkan untuk mengukur tingkat kemajuan suatu bangsa. Salah satu cara untuk menekan angka kematian bayi adalah dengan memberikan makanan terbaik, yaitu air susu ibu (ASI) (Kemenkes, 2019).

Kebutuhan gizi ibu menyusui lebih banyak daripada ibu hamil. Kebutuhan makanan pada ibu menyusui meningkat dikarenakan makanan diperlukan untuk menghasilkan sejumlah ASI yang sangat diperlukan sebagai makanan utama bayi. Kebutuhan gizi ibu menyusui pada enam bulan pertama memerlukan tambahan kalori sebanyak 330 kalori, protein sebanyak 20 gram dan lemak sebanyak 11 gram dari kebutuhan utama sebesar 2150- 2250 kalori, 56- 57 gram protein dan 60- 75 gram lemak. Kekurangan gizi pada ibu menyusui menimbulkan gangguan kesehatan pada ibu dan bayinya. Gangguan pada bayi meliputi proses tumbuh kembang anak terhambat termasuk berat badan (BB) dan panjang badan (PB) bayi, bayi mudah sakit dan mudah terkena infeksi (Affandi, 2020).

Diet dengan gizi yang seimbang pada buteki dapat mendukung produktivitas ASI yang baik. Diet buteki yang dianjurkan seperti makan yang bersumber dari karbohidrat (nasi sebagai makanan pokok dapat ditambahkan dengan ubi, jagung, labu kuning yang juga mengandung karoten), selanjutnya dari sumber protein (ayam, daging, dan hati ayam atau sapi), lalu dari sumber lemak (minyak kedelai, minyak kelapa sawit dan minyak biji bunga matahari), dan dari sumber vitamin dan mineral (bayam, katuk, pepaya, mangga dan jeruk) (Sunaringtyas, 2018).

Di Indonesia, terdapat banyak tanaman yang dapat meningkatkan produksi ASI, salah satunya adalah daun katuk. Nutrisi daun katuk mampu meningkatkan produksi susu dengan meningkatkan metabolisme glukosa untuk sintesis laktosa. Pemberian suspensi daun katuk dapat meningkatkan

kecernaan, meningkatkan *absorpsi* glukosa di saluran pencernaan, dan metabolisme glukosa di hati. Peningkatan kecernaan mengindikasikan terjadinya efisiensi penyerapan nutrisi dalam saluran pencernaan utamanya karbohidrat sehingga ketersediaan nutrisi dalam tubuh meningkat untuk dapat memenuhi kebutuhan tubuh dan sintesis air susu (Karya, 2021).

Berdasarkan survey awal yang saya lakukan di PMB Ernita yang berada dalam wilayah kerja Puskesmas Rawat Inap Sidomulyo dan didapatkan masih banyak ibu menyusui yang kurang dalam asupan produksi ASI dan banyak ibu menyusui yang tidak mencukupi pemberian ASI Eksklusif pada bayinya dan tidak sesuai program pemerintah dalam menargetkan bayi mendapatkan ASI Eksklusif.

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dilihat bahwa masih banyak ibu nifas yang tidak tau cara mengonsumsi daun katuk dengan benar untuk memperlancar produksi ASI, maka dari itu pentingnya melakukan Asuhan Kebidanan pada Ibu Nifas, maka dari itu penulis tertarik untuk membuat Proposal Studi Kasus dengan judul "Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Dalam Pemberian Daun Katuk Untuk Meningkatkan Produksi ASI".

Metode

Metode yang digunakan penulis ialah berupa metode kasus yang diberikan pada ibu nifas dengan memberikan Asuhan tentang bagaimana ibu Nifas hari ke- 2 post partum. Maka dengan cara memberikan daun katuk sebagai bahan yang digunakan untuk memperlancar ASI dengan cara meminum air rebusan dari daun katuk yang akan dibuatkan oleh penulis kemudian ibu akan mengonsumsi air tersebut 3x sehari secara teratur dan akan dilihat hasilnya setelah 1 minggu setelah rutin meminumnya

Hasil

1. Pengkajian

a. Kajian 1

Dalam pelaksanaan asuhan kebidanan ini, penulis melakukan pengkajian untuk mendapatkan data subjektif yang dikumpulkan melalui anamnesis. Pengkajian I dilakukan pada tanggal 09 April 2021 bertepatan di rumah pasien melalui metode pendekatan pemecahan masalah. Berdasarkan hasil anamnesis yang didapatkan, ibu mengatakan masih terdapat rasa perih pada luka bekas jahitan, ibu belum berani untuk banyak bergerak, dalam proses menyusui terdapat masalah Karena asi yang keluar hanya sedikit, dan bayi rewel. Tidak terdapat masalah dalam pemenuhan kebutuhan sehari-hari.

Hasil pemeriksaan yang dilakukan ditemukan TTV, TD : 120/80 mmHg, N 80 x/l, S 36 °c, R 20 x/l, pada pemeriksaan payudara ditemukan teraba sedikit keras, tidak terdapat benjolan, putting susu menonjol. kontraksi uterus baik TFU 3 jari dibawah pusat, tidak terdapat tanda-tanda infeksi pada luka jalan lahir.

b. Kajian 2

Kajian kedua dilakukan pada Ny.N pada tanggal 16 April 2021 pukul 15.10 wib di Rumah Pasien. Ibu mengatakan tidak ada keluhan,ibu mengatakan ibu mengatakan proses menyusui lancar, ASI banyak

setelah minum air rebusan daun katuk sejak hari ke-2 setelah postpartum. Ibu mengatakan bayi BAK 6-7x/hari dan BAB 2x sehari.

Pada pengumpulan data objektif Keadaan umum baik dan kesadaran composmentis. Tanda- tanda vital : TD : 110/80 mmhg, N : 82x/i, P : 20x/i, S : 36,0 C, tinggi fundus uteri tidak teraba. ASI yang dikeluarkan sudah lancar, putting susu menonjol, Payudara teraba penuh, tidak ada rasa nyeri saat di tekan, tidak ada mastitis dan bendungan ASI, ASI yang di pompa 100ml.

2. Assement Kebidanan

Dari data subjektif dan objektif yang diperoleh, didapatkan diagnosis pada pasien yaitutelah dilakukan mengidentifikasi masalah mendapatkan Diagnose yang dapat ditegakkan pada asuhan kebidanan ini adalah P1A0 Nifas 1 hari postpartum produksi ASI keluar sedikit.

3. Planning

Planning yang diberikan pada pasien pada saat kunjungan 1, yaitu: lakukan pendekatan terapeutik pada pasien dan keluarga, berikan informed consent sebelum melakukan asuhan, memberitahu hasil pemeriksaan, menjelaskan pada ibu mengenai penyebab asi belum keluar, menjelaskan pada pasien cara penggunaan air rebusan daun katuk, bantu menyiapkan peralatan yang dibutuhkan.

Pada kunjungan kedua, penulis menetapkan beberapa rencana asuhan yang sesuai dengan hasil pengkajian yakni Menginformasikan hasil pemeriksaan, edukasi tentang cara mencegah bendungan ASI, informasikan untuk tetap meminum air rebusan daunkatuk serta mengajarkan ibu cara melakukan perawatan bayi.

4. Implementasi Kebidanan

Berdasarkan hasil pemeriksaan pada kajian 1 maka penulis melakukan beberapa asuhan kepada pasien yakni berupa pemberian informasi tentang rebusan air daun katuk untuk meningkatkan produksi asi, serta memberikan edukasi tentang asuhan rutin bayi baru lahir dirumah. Penulis mengajarkan ibu konsumsi daun katuk 2x sehari pada siang dan malam yaitu dengan merebus 90 gram daun katuk dengan 450 ml air lalu direbus selama 15 menit hingga katuk lunak/matang lalu dikonsumsi oleh ibu selama 7 hari. Kemudian pada hari ke-7 asi ibu sudah mulai penuh ditandai dengan hasil pumping payudara ibu yang meningkat 120 cc, selain itu kuantitas ASI juga terlihat dari kenaikan berat badan bayi sebanyak 600 gram.

Pada kunjungan ke 2 masalah ASI sudah teratasi, berdasarkan hasil pengkajian penulis melakukan beberapa asuhan rutin pada ibu nifas yakni memberikan edukasi tentang cara mencegah bendungan ASI, menjelaskan kepada ibu untuk terus mengkonsumsi rebusan air daun katuk dan tetap mempertahankan asupan nutrisi, serta mengajarkan kepada ibu cara perawatan bayi.

Pembahasan

1. Asi Eksklusif

Dalam pelaksanaan asuhan kebidanan ini, penulis melakukan pengkajian untuk mendapatkan data subjektif yang dikumpulkan melalui anamnesis. Pengkajian I dilakukan pada tanggal 09 April 2021 bertempat di rumah pasien melalui metode pendekatan pemecahan masalah, penulis menyajikan pembahasan dengan membandingkan teori dan kenyataan yang ditemui di lahan praktik, yang diterapkan pada Ny. F, usia 22 tahun, dengan pemberian air rebusan daun katuk untuk meningkatkan produksi ASI.

Berdasarkan data subjektif yang didapatkan dari ibu cemas akan ASI yang belum keluar teori menurut (Maritalia, 2014). Pada Hari-1 sampai ke-4 pasca persalinan, fisiologisnya ASI belum keluar dengan deras, karena di hari-1 yang akan keluar ialah kolostrum. Kolostrum ini adalah ASI yang pertama kali keluar. Kolostrum disekresi oleh kelenjar payudara yang mengandung protein, mineral, garam, vitamin a, nitrogen dan antibodi yang tinggi dari pada ASI matur.

Menurut (Santoso, 2016), Daun katuk merupakan tumbuhan multi khasiat tetapi juga bisa sebagai pelancar ASI yang berguna untuk membantu para ibu yang mengalami kesulitan tentang ASI atau seputar masalah menyusui bisa menggunakan daun katuk. Adapun hasil penelitian oleh (Triananinsi N. Y., 2020). Dalam penelitian ini terdapat 1 diantar 15 responden yang diberikan sayur daun katuk tetapi ASInya tidak lancar. Sehingga dengan adanya sayur daun katuk yang dapat di konsumsi ibu sehari-hari terutama penambahan menu sayur dapat meningkatkan produksi ASI ibu .

2. Efektifitas Daun Katuk

Melalui studi kasus ini, memberikan gambaran bahwa sayur daun katuk mempunyai efek positif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Hal ini dimungkinkan kebenaran teori yang menyatakan bahwa daun katuk diduga terkandung polifenol dan steroid yang berperan dalam reflex prolaktin atau merangsang alveoli untuk memproduksi ASI, serta merangsang hormon oksitosin untuk memacu pengeluaran dan pengaliran ASI. Daun katuk juga mengandung beberapa senyawa alifatik. Khasiat daun katuk sebagai peningkat produksi ASI, diduga berasal dari efek hormonal senyawa sterol yang bersifat estrogenik. Daun katuk juga mengandung beberapa senyawa alifatik.

Dapat di simpulkan bahwa ada hubungan pemberian sayur daun katuk terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas. Menurut asumsi dengan adanya penelitian yang membuktikan daun katuk dapat memproduksi ASI. Hal ini dikarenakan selain katuk memiliki kandungan yang dapat merangsang reflek prolactin yang mana tujuan reflek ini untuk merangsang alveoli untuk memproduksi asi dan juga memacu hormone oksitosin dalam membantu proses pengeluaran ASI. Dengan demikian daun katuk membantu ibu dalam mengatasi masalah yang berhubungan dengan produksi ASI.

Berdasarkan teori terdapat keselarasan dari data subjektif yang ditemukan pada Ny. F yang cemas akan pengeluaran ASI yang tidak mencukupi untuk bayinya. Penulis melakukan pemeriksaan fisik dan mendapatkan hasil pemeriksaan fisik atau yang lainnya didapatkan hasil normal baik keadaan umum maupun tanda-tanda vital.

Berdasarkan teori (Megasari, 2019). Pendokumentasian, assessment yaitu menggambarkan pendokumentasian hasil analisis dan interpretasi subjektif, dan objektif dalam satu identitas, baik diagnosis atau masalah, antisipasi diagnosis atau masalah potensial. Selain itu identifikasi mengenai perlunya tindakan segera oleh bidan dan dokter. Disini berdasarkan anamnesis dari data subjektif dan data objektif Ny. F dan telah dilakukan mengidentifikasi masalah mendapatkan Diagnose yang dapat ditegakkan pada asuhan kebidanan ini adalah P1A0 Nifas 1 hari postpartum produksi ASI keluar sedikit.

Rencana asuhan yang menyeluruh tidak hanya meliputi apa-apa yang sudah teridentifikasi dari kondisi klien atau dari setiap masalah yang berkaitan tapi juga dari kerangka pedoman antisipasi terhadap klien tersebut seperti apa yang diperkirakan akan terjadi berikutnya, apakah dibutuhkan penyuluhan, konseling, dan apa perlu merujuk klien bila ada masalah-masalah yang berkaitan dengan social ekonomi-kultural atau masalah psikologis.

Setiap rencana asuhan haruslah disetujui oleh kedua pihak, yaitu bidan dan klien agar dapat dilaksanakan dengan efektif karena klien juga akan melaksanakan rencana tersebut. Adapun rencana asuhan yang diberikan pada asuhan ini adalah sebagai berikut: Menurut teori (Safitri, 2016) . Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi alamiah terbaik bagi bayi karena mengandung kebutuhan energi dan zat yang dibutuhkan selama enam bulan pertama kehidupan bayi. Seorang ibu sering mengalami masalah dalam pemberian ASI eksklusif, salah satu kendala utamanya yakni produksi ASI yang tidak lancar. Hal ini akan menjadi faktor penyebab rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif kepada bayi baru lahir.

Pemberian ASI memiliki banyak manfaat bagi ibu dan bayi. Beberapa manfaat ASI bagi bayi yaitu sebagai perlindungan terhadap infeksi gastrointestinal, menurunkan risiko kematian bayi akibat diare dan infeksi, sumber energi dan nutrisi bagi anak usia 6 sampai 23 bulan, serta mengurangi angka kematian di kalangan anak-anak yang kekurangan gizi. Sedangkan manfaat pemberian ASI bagi ibu yaitu mengurangi risiko kanker ovarium dan payudara, membantu kelancaran produksi ASI, sebagai metode alami pencegahan kehamilan dalam enam bulan pertama setelah kelahiran, dan membantu mengurangi berat badan lebih dengan cepat setelah kehamilan.

Menurut (Santoso, 2016). Katuk merupakan tumbuhan multi khasiat tapi juga memiliki efek samping adalah Sebagai pelancar ASI (air susu ibu), katuk sangat berperan dalam menunjang program pemerintah. ASI memang diakui mempunyai beberapa kelebihan dibandingkan dengan susu formula. Dengan kelebihan itu, maka seorang bayi yang menerima ASI dalam jumlah dan waktu yang cukup akan mempunyai perkembangan fisik dan mental yang lebih baik serta mempunyai daya tahan terhadap penyakit yang lebih baik.

Menurut (Chikmah, 2013) Ibu nifas membutuhkan nutrisi yang cukup, bergizi seimbang, terutama kebutuhan protein dan karbohidrat. Mengonsumsi tambahan 500 kalori tiap hari, ibu harus mengonsumsi 3 – 4 porsi setiap hari. Sumber energi berguna untuk pembakaran tubuh, pembentukan jaringan baru, penghematan protein. Zat gizi sumber karbohidrat terdiri dari beras, jagung, tepung terigu, dan ubi. Sedangkan zat lemak dapat di peroleh dari hewani (mentega, keju), dan nabati (kelapa sawit, minyak sayur, minyak kelapa dan margarin). Menurut teori, Ibu nifas membutuhkan nutrisi yang cukup, bergizi seimbang,

terutama kebutuhan protein dan karbohidrat. Ibu nifas minum sedikitnya 3 liter air setiap hari. Pil zat besi untuk menambah zat gizi setidaknya selama 40 hari pasca persalinan, minum kapsul vitamin A 200.000 IU agar bisa memberikan vitamin A pada bayinya melalui ASI.

Kesimpulan

Asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan pemberian daun katuk di PMB Ernita Amd.Keb dilaksanakan menggunakan pendekatan dengan pendokumentasian SOAP (Subjektif, Objektif, Assesment, Penatalaksanaan). Setelah mengumpulkan data secara keseluruhan dapat disimpulkan yaitu: Dalam tindakan tata laksanakan kasus ini telah diberikan sesuai dengan keadaan pasien dan pasien telah menerima dan memahami dan serta melaksanakan anjuran yang diberikan. dalam pemeriksaan penulis lakukan penulis tidak menemukan masalah pada pasien.

Daftar Pustaka

- Affandi, L. (2020). Sistem Pakar Rekomendasi Menu. *Jurnal Abiduk*. 64-69.
- Ambarwati, E. R. (2010). *Asuhan Kebidanan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Aulianova, T. (2016). Efektivitas Ekstraksi Alkaloid dan Sterol Daun Katuk (*Sauropus androgynus*) terhadap Produksi ASI. *Jurnal Majority*, 117-121.
- Dewi, Y. (2020). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan 3*. Penerbit Media Sains Indonesia.
- El Sinta, L. (2019). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Neonatus, Bayi dan Balita*. Sidoarjo: Indomedika Pustaka.
- Endang Suwanti, K. (2015). Pengaruh Konsumsi Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui Di Klaten. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, 133-134.
- Indramukti, F. (2013). Faktor yang berhubungan dengan inisiasi menyusui dini (IMD) pada ibu pasca bersalin normal. *unnes journal of public health*.
- Karina. (2018). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Nifas Hari Ke 10-17 Pemberian Daun Katuk. *Jurnal BMC Public Health*. 40-44.
- Karya, S. (2021). Daun Katuk (*Sauropus androgynus* (L.) Merr) Meningkatkan ProduksiI Air Susu Ibu. *Jurnal Ilmiah Stikes YASRSI Mataram*. 1,2,3. 34-41.
- Kemenkes, R. (2019). Berikan ASI untuk Tumbuh Kembang Optimal. 1.
- Maritalia. (2014). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. Yogyakarta: Pustaka Pelaja.
- Megasari, M. (2019). *Catatan SOAP Sebagai Dokumentasi Legal Dalam Praktik*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Nugraheny, E. (2015). Faktor Penghambat dan Penerapan ASI Eksklusif. *Jurnal Akbiduk*, 1-10.
- RI., K. K. (2019). Berikan ASI untuk Tumbuh Kembang Optimal.
- Safitri, I. (2016). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Desa Bendan, Kecamatan Banyudono, Kabupaten Boyolali. *Jurnal Health*. 10.
- Santoso, U. (2016). Katuk , Tumbuhan Multi Khasiat Katuk , Tumbuhan Multi Khasiat. *Jurnal Pertanian* . 50-55

- Sartika, W. (2019). Vol. 2 No.1 Edisi 1 Oktober 2019 <http://jurnal.ensiklopediaku.org> Ensiklopedia of Journal. *Ensiklopedia of Journal*, 123-127.
- Sunaringtyas, W. (2018). Diet Ibu Menyusui Dan Kecukupan Air Susu Ibu. *Journal20 Adi Husada Nursing*. 4.
- Triananinsi, N. (2020). Hubungan Pemberian Sayur Daun Katuk Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Multipara Di Puskesmas . *journal of Healthcare*, 1.
- WHO. (2020). UNICEF dan WHO menyerukan Pemerintah dan Pemangku Kepentingan agar mendukung semua ibu menyusui di Indonesia selama COVID-19. 3.