

## Literature Review : Efektivitas Pemberian Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui

Niken Ghurotul Basaria<sup>1)</sup>; Rizka Esty Safriana<sup>2)</sup>

<sup>1,2)</sup>Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik, Gresik, 61121, Indonesia

Corresponding Author: Niken Ghurotul Basaria  
E-mail: [nikenbasyaria15@gmail.com](mailto:nikenbasyaria15@gmail.com)

### INFORMASI ARTIKEL

#### Riwayat Artikel:

Submit : 31/07/2023

Revisi : 02/08/2023

Diterima : 30/11/2023

Publikasi : 30/11/2023

DOI : 10.30587/ijmt.v3i1.6179

#### Keywords:

Katuk Leaf Extract;

Breastfeeding;

Breast Milk;

#### Kata Kunci:

Ekstrak Daun Katuk;

Menyusui;

ASI;

### ABSTRACT

*Exclusive breastfeeding for babies is very important for optimal growth and development. Provision of good nutrition for babies is exclusive breastfeeding after birth until the age of 6 months and then continuing until the age of 24 months. Insufficient milk production in nursing mothers is a factor that is often common and causes the cessation of exclusive breastfeeding. One way to increase breast milk production is to use herbal plants such as katuk leaf extract. The purpose of this study was to determine the effectiveness of giving katuk leaf extract on the smoothness of breast milk in nursing mothers. The research method uses a literature review by analyzing from several scientific sources on Google Scholar. The results found 6 articles for review which stated that giving katuk leaf extract could facilitate milk production.*

### ABSTRAK

Pemberian ASI eksklusif bagi bayi sangat penting untuk tumbuh kembang yang optimal. Pemberian nutrisi bagi bayi yang baik ialah menyusui bayi secara eksklusif setelah lahir hingga usia 6 bulan lalu diteruskan hingga usia 24 bulan. Produksi ASI yang tidak cukup pada ibu menyusui ialah faktor yang sering umum terjadi dan menyebabkan berhentinya pemberian ASI eksklusif. Salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI ialah memanfaatkan tanaman herbal seperti ekstrak daun katuk. Adapun tujuan dari penelitian ini ialah untuk mengetahui efektivitas pemberian ekstrak daun katuk terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui. Metode penelitian menggunakan *literature review* dengan menganalisis dari beberapa sumber ilmiah di google scholar. Hasilnya ditemukan 6 artikel untuk direview yang menyatakan bahwa pemberian ekstrak daun katuk dapat memperlancar produksi ASI.

### PENDAHULUAN

ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi serta sangat penting bagi bayi untuk tumbuh kembang yang optimal. ASI bisa meningkatkan kesehatan bayi karena mengandung banyak nutrisi serta zat antibody untuk melindungi bayi terserang dari penyakit dan infeksi (Maryunani, 2015).

Pemberian ASI eksklusif bagi bayi perlu mendapatkan perhatian khusus supaya proses

menyusui bisa terlaksana dengan benar khususnya bagi ibu, keluarga, masyarakat, serta tenaga kesehatan. Pemberian nutrisi bagi bayi yang baik ialah menyusui bayi secara eksklusif setelah lahir hingga usia 6 bulan lalu meneruskan menyusui anak hingga usia 24 bulan. Sejak usia 6 bulan bayi mendapatkan makanan pendamping ASI atau biasa disebut dengan MP-ASI yang bergizi sesuai dengan kebutuhan untuk tumbuh kembang bayi (Kemenkes RI, 2013).

Menurut Data Badan Kesehatan Dunia (WHO, 2016) menunjukkan angka pemberian ASI eksklusif di dunia rata-rata 38% sedangkan target WHO mencapai 50% (IBI, 2018).

Data Profil Kesehatan Indonesia pada tahun 2020 mendapat cakupan bayi ASI eksklusif sebesar 66,06%. Angka ini sudah melebihi target Renstra sebesar 40%. Akan tetapi terdapat dua provinsi yang tidak memenuhi target yaitu Papua Barat sebesar 34,0% dan Maluku sebesar 37,2%. (Kemenkes RI, 2020).

Direktorat Gizi Masyarakat, Kemenkes RI menyatakan lebih dari 823.000 kematian anak dan 20.000 kematian ibu setiap tahunnya dapat dicegah secara optimal dengan menyusui. Hambatan untuk dapat menyusui secara optimal sangat banyak, salah satu tantangan terbesar yaitu dukungan bagi orangtua di tempat kerja yang sangat kurang dan tidak ramah lingkungan (Kemenkes RI, 2021).

Dukungan keluarga merupakan dukungan yang paling utama dalam pemberian ASI eksklusif, karena dukungan merupakan unit dasar dalam masyarakat yang membentuk suatu hubungan kasih sayang antara manusia sehingga keluarga mempunyai peran penting dalam pemberian ASI eksklusif (Khairuddin, 2007).

Produksi ASI yang tidak cukup pada ibu menyusui ialah faktor yang sering umum terjadi dan menyebabkan berhentinya pemberian ASI eksklusif. Salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI ialah memanfaatkan tanaman herbal seperti ekstrak daun katuk (Suwanti Endang & Kuswati, 2015).

Daun katuk mengandung polifenil dan steroid yang berperan dalam reflex prolaktin atau merangsang alveoli untuk memproduksi ASI dan merangsang hormon oksitosin agar memacu pengeluaran dan pengaliran ASI supaya lancar pengeluaran ASI-nya (Suwanti Endang & Kuswati, 2015).

Untuk tetap menjaga kualitas ASI ibu, ibu dianjurkan untuk mengikuti pola makan dengan gizi seimbang serta mengkonsumsi

beragam makanan, terutama sayuran berwarna hijau tua yang baik untuk memperlancar produksi ASI (Manggabarani et al., 2018).

Daun katuk mengandung hampir 7% protein, serat kasar 19%, vitamin K, vitamin B dan C, kalsium 2,8%, zat besi, kalium, fosfor, dan magnesium. Daun katuk juga mengandung papaverina, ialah suatu alkaloid yang terdapat pada candu (opium). Perlu diingat jika daun katuk tidak boleh dikonsumsi berlebihan karena dapat menyebabkan efek samping seperti keracunan papaverina. Warna daun katuk hijau gelap menunjukkan kadar klorofil yang tinggi. Daun katuk juga mempunyai sifat yang khas yaitu manis, mendinginkan, serta mempunyai khasiat antipiretik dan laktagogum (Suwanti, 2015).

Penggunaan daun katuk telah banyak diteliti sebelumnya untuk meneliti pemberian ekstrak daun katuk untuk meningkatkan ASI pada ibu menyusui. Penulisan artikel ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian ekstrak daun katuk terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui.

## METODE

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini ialah *literature review* dengan mencari, menganalisis fakta dari sumber ilmiah yang akurat dan valid, yang mengkaji efek ekstrak daun katuk terhadap peningkatan ASI. Sumber ilmiah di dapatkan dari google scholar berupa artikel ilmiah.

Data pustaka yang diperoleh kemudian dipilih sesuai kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Data pustaka termasuk inklusi jika dipublikasikan dalam 10 tahun terakhir, sumber untuk melakukan tinjauan literature ini meliputi studi pencarian sistematis database terkomputerisasi dengan format *PICO*, dimana *Population* adalah ibu menyusui *Intervention* adalah ekstrak daun katuk *Comparison* tidak ada *Outcomenya* adalah kelancaran ASI. Kata kunci yang digunakan yaitu “ekstrak daun katuk”, “ibu menyusui”, dan “kelancaran ASI”.

## HASIL PENELITIAN

Setelah mencari data dan menganalisis di google scholar ditemukan 80 artikel. Kemudian di skrining sesuai kriteria inklusi sehingga diperoleh 6 artikel yang sesuai untuk

review penelitian ini. Karakteristik artikel tersebut dapat dilihat pada tabel 1 dibawah ini.

Tabel 1. Karakteristik Artikel yang Dianalisa

Peneliti	Tahun	Populasi/ Sampel	Desain dan Metode	Kesimpulan
Asokawati, et al.	2021	60 responden ibu menyusui dibagi dalam 2 kelompok di PMB Madiun	Quasi eksperimen dengan two group pretest dan posttest	Pemberian ekstrak daun katuk efektif dalam memenuhi kecukupan ASI
Rosdianah, et al.	2021	30 responden ibu menyusui dibagi dalam 2 kelompok di Puskesmas Kassi Makassar	Quasi eksperimen dengan non equivalent control group design	Terdapat pengaruh pemberian ekstrak daun katuk terhadap kelancaran ASI
Safitri, et al.	2021	30 responden ibu menyusui di Puskesmas Bandar Lampung	Pra eksperimental dengan two group pretest dan posttest	Terdapat pengaruh pemberian ekstrak daun katuk terhadap ibu menyusui
Silaban, et al.	2023	50 responden di PMB Lasmaria Batangkuis dibagi dalam 2 kelompok	Quasi eksperimen dengan non equivalent control group design	Terdapat pengaruh konsumsi ekstrak daun katuk terhadap pengeluaran produksi Air Susu Ibu
Yolanda, et al.	2022	34 responden di bagi dalam 2 kelompok di 4 BPM Wilayah Puskesmas Perumnas Kec. Curup Tengah Bengkulu	Quasi eksperimen dengan two group only post design	Terdapat pengaruh ekstrak daun katuk terhadap Kecukupan Produksi ASI
Erlanda, et al.	2021	Sebanyak 30 orang ibu menyusui di Puskesmas Rawat Inap Kemiling Bandar Lampung	Pra eksperimental dengan two group pretest dan posttest	Terdapat pengaruh pemberian ekstrak daun katuk terhadap ibu menyusui

## PEMBAHASAN

Enam artikel yang telah diteliti sama-sama meneliti efektivitas pemberian ekstrak daun katuk untuk kelancaran ASI pada ibu menyusui. Metode penelitian yang digunakan kurang lebih sama yaitu quasi eksperimen dan pra eksperimental. Dimana ibu menyusui dibagi dalam 2 kelompok 1 kelompok ada yang diberikan ekstrak daun katuk dan 1 kelompok yang tidak diberi ekstrak daun katuk, adapun peneliti lain yang menggunakan metode seluruh ibu menyusui di beri ekstrak daun katuk setelah itu dinilai hasilnya.

Hasil telaah dari penelitian (Asokawati et al., 2021) bahwa pemberian ekstrak daun

katuk efektif untuk kelancaran ASI. Dengan nilai t-hitung lebih kecil dari t-tabel ( $-32,183 < -2,045$ ), sehingga dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima artinya terdapat hubungan pemberian ekstrak daun katuk terhadap peningkatan produksi ASI. Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan two group pretest dan posttest.

Hasil telaah dari penelitian (Rosdianah & S. Irmawati, 2021) bahwa pemberian ekstrak daun katuk efektif untuk kelancaran ASI. Desain penelitian ini menggunakan quasi eksperimen. Dengan nilai  $p\text{-value } 0,009 < \alpha (0,05)$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan bahwa ekstrak daun katuk memberikan

pengaruh terhadap pengeluaran Air Susu Ibu.

Hasil telaah dari penelitian (Safitri et al., 2021) bahwa pemberian ekstrak daun katuk efektif untuk kelancaran ASI. Dengan 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 ini menggunakan desain pra eksperimental.

Hasil telaah dari penelitian (Silaban et al., 2023) bahwa pemberian ekstrak daun katuk efektif untuk kelancaran ASI. Dengan hasil uji statistik t test menunjukkan bahwa pada kelompok eksperimen didapatkan bahwa sig (2-tailed) adalah  $0,000 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan ada pengaruh konsumsi ekstrak daun katuk terhadap pengeluaran produksi ASI.

Hasil telaah dari penelitian (Yolanda et al., 2022) bahwa pemberian ekstrak daun katuk efektif untuk kelancaran ASI. Hasil Penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh pengaruh ekstrak daun katuk terhadap Kecukupan Produksi ASI pada ibu postpartum dengan hasil p-value 0,000. Ekstrak daun katuk dapat direkomendasikan sebagai alternatif bagi ibu postpartum untuk meningkatkan produksi ASI sehingga dapat meningkatkan cakupan ASI Eksklusif.

Hasil telaah dari penelitian (Erlanda et al., 2021) bahwa pemberian ekstrak daun katuk efektif untuk kelancaran ASI. Hasil uji statistik menggunakan independen didapat nilai p-value  $0,001 < 0,05$  maka dapat disimpulkan bahwa ada efektivitas pengaruh pemberian ekstrak daun katuk pada ibu menyusui.

Produksi ASI dapat dipengaruhi oleh beberapa hal, seperti frekuensi pemberian ASI, makanan yang dikonsumsi hingga pola istirahat, kandungan gizi pada ekstrak daun katuk dapat meningkatkan kelancaran ASI ibu, hal tersebut dapat dilihat dari peningkatan rata-rata sebelum dan sesudah diberikan ekstrak daun katuk.

Ekstrak daun katuk telah terbukti efektif dalam meningkatkan kelancaran ASI

pada ibu menyusui. Kandungan sterolnya dapat meningkatkan metabolisme glukosa untuk sintesa laktosa, sehingga produksi ASI meningkat. Dan juga polifenol dan steroid yang berperan sehingga bisa memacu pengeluaran dan pengaliran ASI (Ramayulis, 2015). Dengan kandungan tersebut maka tidak heran jika tanaman daun katuk banyak digunakan sebagai tanaman obat tradisional.

## SIMPULAN

Berdasarkan dari hasil telaah dan review dari 6 artikel di peroleh bahwa pemberian ekstrak daun katuk efektif untuk memperlancar produksi ASI pada ibu menyusui.

## DAFTAR PUSTAKA

- Asokawati, F. D., Kristiarini, J. J., & Sari, F. (n.d.). *The effectiveness of giving katuk leaf extract on breast milk production and increasing baby weight in the independent practice of madiun district midwives efektivitas pemberian ekstrak daun katuk terhadap produksi asi*. 8(2), 114-120.
- Erlanda, C., Evrianasari, N., & Lathifah, N. S. (2021). *Daun katuk mempengaruhi produksi asi pada ibu menyusui*. 7(4), 647-651.
- Hamidah, S. (2016). *Hubungan antara dukungan keluarga dengan pemberian asi eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan*. Jurnal Midpro, 8 (1).
- Ibi. (2018, 08 01). *Pekan Asi Se-Dunia*. Diambil Kembali Dari Ikatan Bidan Indonesia: [https://www.ibi.or.id/id/article\\_view/A20180808002/Pekan-Asi-Se-Dunia-World-Breastfeeding-Week.html](https://www.ibi.or.id/id/article_view/A20180808002/Pekan-Asi-Se-Dunia-World-Breastfeeding-Week.html)
- Kemenkes. (2020). *Profil Kesehatan Indonesia*. Diambil Kembali Dari Kemkes.Go.Id: <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-tahun-2020.pdf>

Khoirudin. 2007. *Pemberian Makanan Untuk Bayi*. Jakarta : Perinesia

Maryunani, Anik. (2015). *Inisiasi Menyusu Dini Asi Eksklusif Dan Manajemen Laktasi*. Jakarta: Trans Info Media.

ProfilKemenkes RI . (2013). *Cakupan ASI Dan Inisiasi Menyusu Dini*

Rosdianah, R., & S, I. (2021). *Pemberian ekstrak daun katuk terhadap kelancaran asi pada ibu menyusui*. *Jurnal Kebidanan Malahyati*, 7(2), 265-271.

Safitri, R. E., & Yuviska, I. A. (2021). *Abstract giving katuk leaf extract can increase breast milk production in*. 7(4), 751-756.

Saskiyanto Manggabarani, Anto Jamma Hadi, I. S. and Bunga, S. (2018). *Hubungan Pengetahuan, Status Gizi, Pola Makan, Pantangan Makanan Dengan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Menyusui*, *Journal of The World of Nutrition*, 1(1), pp. 1-9.

Silaban, V. F., Panjaitan, A. G., & Yanti, A. R. (2023). *Efektivitas Pemberian Ekstrak Daun Katuk Terhadap Produksi Air Susu Ibu Di Praktik Bidan Lasmaria Batangkis*. *Malahyati Nursing Journal*, 5, 1487-1497.

Suwanti, Endang Kuswati. 2015. *Pengaruh Konsumsi Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kecukupan ASI Ibu Menyusui Di Klaten*. [https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=Suwanti%2C+Endang+%2C+Kuswati.+2015+.+Pengaruh+konsumsi+ekstrak+daun+katuk+terhadap+kecukupan+ASI+ibu+menyusui+di+Klaten&btnG=#d=gs\\_qabs&u=%23p%3DFEd\\_bwwDQ-4J](https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=Suwanti%2C+Endang+%2C+Kuswati.+2015+.+Pengaruh+konsumsi+ekstrak+daun+katuk+terhadap+kecukupan+ASI+ibu+menyusui+di+Klaten&btnG=#d=gs_qabs&u=%23p%3DFEd_bwwDQ-4J)(tanggal diakses 07 januari 2021)

Suwanti. (2015). *Pengaruh Konsumsi Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui di Klaten*. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, 10(2), 107-119.

Yolanda, P., Indah, W., Eka, P., Bengkulu, P. K., & Bengkulu, P. K. (2022). *Pengaruh Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kecukupan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum. The Effect Of Katuk Leaf Extract Against Sufficient Breast Milk On Postnatal Women*. 2(95), 80-

85. <https://doi.org/10.36082/jmswh.v2i2.569>.