

## Efektivitas Pemberian Ekstrak Kapsul Murni Daun Katuk Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Tahai

Yani<sup>\*1</sup>, Dwi Rahmawati<sup>2</sup>, Dede Mahdiyah<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Universitas Sari Mulia  
<sup>\*</sup>E-mail: [yaninani141218@gmail.com](mailto:yaninani141218@gmail.com)

### Abstrak

**Latar Belakang:** Laktasi merupakan aspek fundamental dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi bayi, khususnya pada periode neonatal. Namun, sejumlah ibu pasca melahirkan mengalami kendala dalam mengoptimalkan sekresi ASI sehingga memerlukan intervensi untuk memfasilitasi peningkatannya. *Sauropus androgynus* (daun katuk) merupakan flora herbal yang dipercaya memiliki kapasitas sebagai stimulan laktasi karena mengandung komponen nutrisi dan zat galaktagog. **Tujuan:** Menganalisis efektivitas suplementasi kapsul ekstrak murni daun katuk dalam meningkatkan volume ASI pada ibu pascapartum di area layanan Puskesmas Tahai. **Metode:** Studi ini mengaplikasikan desain pre-eksperimental dengan skema one group pretest-posttest design. Responden diperoleh melalui teknik purposive sampling dengan jumlah 10 ibu pascapartum. Evaluasi data dilakukan menggunakan analisis Wilcoxon Signed Rank Test. **Hasil:** Temuan penelitian mengindikasikan adanya disparitas signifikan pada volume ASI pre dan post intervensi kapsul ekstrak daun katuk ( $p < 0,05$ ). Hal ini memvalidasi bahwa suplementasi kapsul daun katuk efektif dalam mengoptimalkan produksi ASI. **Simpulan:** Administrasi kapsul ekstrak murni daun katuk terbukti memberikan dampak signifikan terhadap augmentasi produksi ASI pada ibu pascapartum. Daun katuk dapat dimanfaatkan sebagai alternatif herbal yang aman, aksesibel, dan beneficial dalam mendukung optimalisasi laktasi.

**Kata Kunci:** Laktasi, *Sauropus Androgynus*, Ibu Pascapartum, Suplementasi Herbal.

### Abstract

**Background:** Breast milk production represents a fundamental aspect in fulfilling infant nutritional requirements, particularly during the neonatal period. However, numerous postpartum mothers encounter challenges in optimizing milk secretion, necessitating interventions to facilitate enhancement. *Sauropus androgynus* (katuk leaves) constitutes an herbal flora believed to possess lactation-stimulating capacity due to its nutritional components and galactagogue compounds. **Objective:** To analyze the effectiveness of pure katuk leaf extract capsule supplementation in enhancing breast milk volume among postpartum mothers within the Tahai Health Center service area. **Methods:** This study employed a pre-experimental design with a one-group pretest-posttest schema. Respondents were recruited through purposive sampling techniques, totaling 10 postpartum mothers. Data evaluation was conducted using Wilcoxon Signed Rank Test analysis. **Results:** Research findings indicated significant disparities in breast milk volume pre and post katuk leaf extract capsule intervention ( $p < 0.05$ ). This validates that katuk leaf capsule supplementation effectively optimizes milk production. **Conclusion:** Administration of pure katuk leaf extract capsules demonstrably provides significant impact on breast milk production augmentation among postpartum mothers. Katuk leaves can be utilized as a safe, accessible, and beneficial herbal alternative in supporting lactation optimization.

**Keywords:** Lactation, *Sauropus Androgynus*, Postpartum Mothers, Herbal Supplementation.

## 1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) memiliki kandungan nutrisi yang optimal dan seimbang untuk mendukung tumbuh kembang bayi secara maksimal. ASI berperan sebagai asupan vital utama, dimana praktik pemberian ASI eksklusif mengharuskan bayi hanya mengonsumsi ASI tanpa penambahan cairan lain seperti formula, teh, madu, air mineral, maupun makanan pendamping (Habibah, 2021). Praktik ASI eksklusif telah menjadi pendekatan strategis tingkat dunia dalam mengoptimalkan pertumbuhan, perkembangan, status kesehatan, serta tingkat survival bayi. Rekomendasi pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan telah ditetapkan dalam panduan internasional berdasarkan evidence-based research mengenai manfaat ASI, dengan kontinuitas pemberian hingga usia dua tahun (V. N. L. Dewi & Sunarsih, 2011).

Pemenuhan kebutuhan ASI sesuai keperluan bayi memberikan keuntungan mutual, dimana bayi memperoleh kondisi kesehatan optimal, kecerdasan, dan karakter yang baik, sementara ibu juga mendapat manfaat kesehatan karena ASI mengandung berbagai substansi essential untuk perkembangan bayi. Kolostrum dalam ASI kaya akan antibodi dengan kandungan protein tinggi untuk sistem imunitas dan berkapasitas mengeliminasi patogen dalam konsentrasi tinggi, sehingga pemberian ASI eksklusif dapat meminimalkan risiko mortalitas infantil (Roesli, 2012). Aspek gizi ibu selama laktasi memerlukan perhatian khusus karena ibu harus memenuhi kebutuhan nutrisinya sendiri sambil memproduksi ASI. Asupan gizi ibu menyusui perlu diperkaya dengan Provitamin A, vitamin C, mineral besi dan fosfor yang fundamental bagi masa laktasi (Sutomo, 2010). Komponen fitokimia seperti polifenol dan steroid berperan dalam refleksi prolaktin untuk menstimulasi alveoli dalam produksi ASI serta merangsang hormon oksitosin untuk memfasilitasi pengeluaran dan distribusi ASI, termasuk laktogogum sebagai substansi yang mengoptimalkan sekresi air susu (Ramayulis, 2015).

Berbagai tantangan dapat dialami oleh ibu dalam periode laktasi, termasuk permasalahan terkait volume produksi ASI yang tidak optimal (Kemenkes RI, 2018). Sejumlah ibu menyusui menghadapi kendala berupa produksi ASI yang minim atau bahkan tidak ada, yang berdampak pada keberhasilan program ASI eksklusif. Fenomena rendahnya pasokan ASI dapat menghambat implementasi pemberian ASI eksklusif dan memerlukan intervensi segera. Meskipun angka cakupan ASI eksklusif Indonesia mencapai 61,33% dan telah melampaui target Renstra 2017 sebesar 44%, masih terdapat daerah-daerah dengan pencapaian terbatas akibat berbagai faktor, salah satunya adalah inadequate milk supply. Pendekatan alternatif melalui pemanfaatan tanaman herbal tradisional seperti chamomile dan echinacea dapat menjadi solusi untuk akselerasi produksi dan sekresi ASI.

Periode puerperium atau masa nifas merupakan fase yang dimulai setelah ekspulsi plasenta dan berakhir ketika organ reproduksi kembali ke kondisi pra-gravid, dengan durasi enam minggu atau 42 hari. Sepanjang periode recovery ini, ibu mengalami transformasi fisiologis yang signifikan dan seringkali menimbulkan diskomfort pada awal puerperium, yang berpotensi menjadi patologis tanpa penatalaksanaan yang appropriate (Yuliana & Hakim, 2020). Fase postpartum merupakan periode krusial dalam kehidupan seorang ibu yang ditandai dengan fluktuasi emosional kompleks, meliputi euphoria karena keberhasilan melahirkan, namun di sisi lain muncul anxiety terkait responsibility baru yang dapat menyebabkan fatigue dan berdampak pada penurunan produksi ASI (Pratimi et al., 2019).

Berbagai spesies flora telah dimanfaatkan secara turun-temurun oleh ibu laktasi untuk mengoptimalkan sekresi ASI. Salah satu spesies tersebut adalah *Sauropus Androgynus* (L.) Merr yang populer di Indonesia dengan sebutan daun katuk (Nova & Rahmanisa, 2016). Tanaman katuk merupakan vegetasi semak dari famili Euphorbiaceae (Agoes, 2012). Strategi peningkatan laju produksi ASI dapat dilakukan melalui aplikasi formulasi herbal tradisional seperti dekok dari ekstrak daun katuk (*Sauropus androgynus*) (Juliastuti, 2019). Ekstrak daun katuk (*Sauropus androgynus*) telah divalidasi memiliki beragam aktivitas farmakologis (Majid & Muchtaridi, 2018). Selanjutnya, daun katuk juga kaya akan nutrisi esensial seperti protein,

vitamin C, vitamin D, kalsium hingga asam folat (Nasution, 2021). Riset kontemporer menunjukkan bahwa konsumsi daun katuk dalam variasi bentuk seperti sayuran, teh, atau suplemen kapsul, mampu secara signifikan mengakselerasi produksi ASI pada ibu menyusui. Studi klinis membuktikan bahwa ibu postpartum yang mengonsumsi suspensi daun katuk menunjukkan peningkatan volume ASI yang bermakna dibandingkan kelompok kontrol yang hanya mendapat konseling laktasi, mengindikasikan potensi daun katuk sebagai alternatif natural untuk optimalisasi produksi ASI (Handayani et al., 2022).

Berbagai spesies flora telah dimanfaatkan secara turun-temurun oleh ibu laktasi untuk mengoptimalkan sekresi ASI. Salah satu spesies tersebut adalah *Sauropus Androgynus* (L.) Merr yang populer di Indonesia dengan sebutan daun katuk (Nova & Rahmanisa, 2016). Tanaman katuk merupakan vegetasi semak dari famili Euphorbiaceae (Agoes, 2012). Strategi peningkatan laju produksi ASI dapat dilakukan melalui aplikasi formulasi herbal tradisional seperti dekok dari ekstrak daun katuk (*Sauropus androgynus*) (Juliastuti, 2019). Ekstrak daun katuk (*Sauropus androgynus*) telah divalidasi memiliki beragam aktivitas farmakologis (Majid & Muchtaridi, 2018). Selanjutnya, daun katuk juga kaya akan nutrisi esensial seperti protein, vitamin C, vitamin D, kalsium hingga asam folat (Nasution, 2021).

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk mengangkat masalah tersebut di Puskesmas Tahai dengan melakukan penelitian yang berjudul “Efektifitas Pemberian Ekstrak kapsul Murni Daun Katuk Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di Wilayah Kerja Puskesmas Tahai”.

## 2. METODE PENELITIAN

Studi ini mengaplikasikan desain pre- eksperimental dengan skema *one group pretest-posttest design*. Responden diperoleh melalui teknik *purposive sampling* dengan jumlah 10 ibu pascapartum. Evaluasi data dilakukan menggunakan analisis Wilcoxon Signed Rank Test. Instrumen pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah lembar observasi konsumsi kapsul fungsinya untuk mencatat waktu dan jumlah konsumsi kapsul murni daun katuk oleh responden. Pompa ASI yang bertanda mililiter (ml) fungsinya untuk mengukur volume ASI yang diperah oleh ibu post partum (dalam ml). Formulir Identitas responden fungsinya untuk mencatat umur, hari ke berapa postpartum, dan riwayat persalinan. Analisis data yang dilakukan menggunakan analisis univariat dan analisis bivariat.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Usia

Usia	F	%
15-24	3	30,0 %
25-34	4	30,0 %
35-49	3	40,0 %
Total	10	100,0%

Berdasarkan hasil dari penelitian ini maka dapat diketahui bahwa responden yang paling banyak pada usia distribusi karakteristik dilihat dari usia 25-34 tahun sebanyak 4 orang (40%), lebih banyak di wilayah kerja puskesmas tahai. Temuan ini sejalan dengan penelitian Menurut (Rosdianah & Irmawati, 2021). Menunjukkan bahwa usia ibu antara 25-35 tahun merupakan kelompok usia yang paling responsif terhadap intervensi peningkatan ASI karena berada pada usia reproduktif optimal dan ekstrak daun katuk terbukti efektif memperlancar produksi ASI pada ibu dengan bayi berusia 0-6 bulan, dan dapat direkomendasikan sebagai suplemen alami selama masa laktasi.

Tabel 2. Pengetahuan Masyarakat

<b>Pendidikan</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
SD	4	40,0 %
SMA	5	50,0 %
SI	1	10,0 %
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100,0%</b>

Karakteristik responden menurut pendidikan didapatkan bahwa mayoritas responden memiliki pendidikan terakhir SMA sebanyak 5 orang (50%). Temuan ini sejalan menurut Sari, M. E. 2021. Mayoritas ibu yang taat dalam pemberian ASI eksklusif adalah lulusan SMA, menunjukkan bahwa pendidikan menengah memberikan pemahaman yang cukup baik tentang pentingnya ASI.

Tabel 3. Distribusi Jumlah Anak

<b>Jumlah Anak</b>	<b>F</b>	<b>%</b>
Ke- 1	3	30,0%
Ke- 2	3	30,0%
Ke- 3	1	10,0%
Ke- 4	1	10,0%
Ke- 5	2	20,0%
<b>Total</b>	<b>10</b>	<b>100,0%</b>

Karakteristik responden menurut jumlah anak, didapatkan bahwa mayoritas responden merupakan anak ke- 1 dan ke – 2 masing- masing sebanyak 3 orang (30%). Temuan ini sejalan menurut penelitian (Yunitasari & Wulandari, 2019), yang menemukan bahwa ibu dengan jumlah anak sedikit (anak pertama atau kedua) cenderung memiliki kesiapan lebih tinggi dalam menyusui, baik dari aspek fisik maupun psikis. Hal ini didukung oleh semangat belajar yang tinggi dan keaktifan dalam mencari informasi seputar laktasi.

Tabel 4 Distribusi Volume Produksi ASI Responden Sebelum Intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tahai terhadap produksi ASI ibu post partum

<b>Inisial Responden</b>	<b>Volume produksi ASI sebelum Intervensi (ml)</b>
R1	20
R2	25
R3	15
R4	30
R5	20
R6	18
R7	22
R8	17
R9	25
R10	19
<b>Total</b>	<b>211 ml</b>
<b>Rata -rata</b>	<b>21,1 ml</b>

Tabel 4 menampilkan data volume produksi ASI dari 10 responden sebelum dilakukan intervensi di wilayah kerja Puskesmas Tahai. Volume produksi ASI berada dalam rentang 15 ml hingga 30 ml, dengan rata-rata 21,1 ml. Angka ini menunjukkan bahwa mayoritas ibu post partum pada awal masa menyusui memiliki volume produksi ASI yang rendah (di bawah 30

ml), yang mengindikasikan adanya permasalahan dalam laktasi awal. Hal ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor seperti kurangnya stimulasi menyusui, kondisi psikologis ibu, pola makan yang kurang bergizi, atau belum optimalnya teknik menyusui. Oleh karena itu, intervensi sangat diperlukan untuk mendukung produksi ASI yang optimal guna memenuhi kebutuhan nutrisi bayi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Armaya, R. (2018) menunjukkan bahwa dukungan dari tenaga kesehatan dan edukasi tentang manajemen laktasi sangat berpengaruh terhadap peningkatan volume ASI. Intervensi seperti pijat oksitosin dan dukungan emosional terbukti membantu ibu meningkatkan produksi ASI.

Balqis, B., Amir, M. Y., & Hardianti, U. (2013) menyimpulkan bahwa intervensi berupa pijat payudara dan pemberian ASI secara dini efektif dalam meningkatkan volume ASI. Volume awal yang rendah seperti pada tabel 4.4 (15–30 ml) sangat umum ditemukan dan dapat meningkat secara signifikan setelah intervensi yang tepat.

Rohmah, N. (2017) menunjukkan bahwa frekuensi menyusui dan bonding antara ibu dan bayi berpengaruh langsung terhadap peningkatan produksi ASI. Produksi ASI yang rendah pada awal postpartum adalah kondisi umum, namun bisa diatasi dengan peningkatan kontak kulit ke kulit dan edukasi yang intensif. Volume produksi ASI awal pada ibu post partum yang rendah adalah kondisi umum dan perlu ditangani dengan intervensi yang sesuai seperti edukasi menyusui, pijat oksitosin, dan dukungan emosional. Data pada Tabel 4.4 memperkuat pentingnya peran intervensi dalam meningkatkan kualitas dan kuantitas produksi ASI. Penelitian dari Armaya (2018), Balqis (2013), dan Rohmah (2017) mendukung hal ini, dan dapat dijadikan rujukan dalam pengembangan strategi peningkatan produksi ASI di lapangan. Volume produksi ASI awal pada ibu post partum yang rendah adalah kondisi umum dan perlu ditangani dengan intervensi yang sesuai seperti edukasi menyusui, pijat oksitosin, dan dukungan emosional. Data pada Tabel 4.4 memperkuat pentingnya peran intervensi dalam meningkatkan kualitas dan kuantitas produksi ASI. Penelitian dari Armaya (2018), Balqis (2013), dan Rohmah (2017) mendukung hal ini, dan dapat dijadikan rujukan dalam pengembangan strategi peningkatan produksi ASI di lapangan.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Produksi ASI Responden Sesudah Intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Tahai terhadap produksi ASI ibu post partum

Inisial Responden	Volume produksi ASI sesudah Intervensi (ml)
R1	70
R2	80
R3	60
R4	85
R5	75
R6	65
R7	70
R8	60
R9	90
R10	60
<b>Total</b>	<b>723 ml</b>
<b>Rata -rata</b>	<b>72,3 ml</b>

Tabel 5 menunjukkan bahwa volume produksi ASI setelah dilakukan intervensi berupa pemberian ekstrak kapsul murni daun katuk mengalami peningkatan. Dari 10 responden ibu post partum, volume produksi ASI bervariasi antara 65 ml hingga 90 ml, dengan total keseluruhan sebesar 723 ml dan rata-rata 72,3 ml. Peningkatan ini mengindikasikan bahwa intervensi dengan kapsul ekstrak daun katuk berpotensi memberikan efek positif terhadap

produksi ASI. Sebelumnya, produksi ASI pada sebagian responden berada di bawah 70 ml, namun setelah intervensi, sebagian besar responden menunjukkan peningkatan yang signifikan. Secara fisiologis, daun katuk (*Sauropus androgynus*) diketahui mengandung senyawa galaktagog seperti sterol, flavonoid, dan papaverine yang berfungsi merangsang hormon prolaktin dan oksitosin, dua hormon utama dalam proses laktasi. Penelitian Sejalan dari Jurnal Terkait:

Fitriani, R., dkk. (2021) melakukan penelitian terhadap 20 ibu nifas yang diberikan daun katuk dalam bentuk kapsul. Hasilnya menunjukkan rata-rata produksi ASI meningkat dari 55 ml menjadi 75 ml setelah 7 hari intervensi. Penelitian ini menyimpulkan bahwa daun katuk efektif meningkatkan volume ASI secara statistik signifikan ( $p < 0.05$ ).

Indrawati, T. & Sari, D. (2020) meneliti pengaruh ekstrak daun katuk terhadap peningkatan produksi ASI dan menemukan bahwa kelompok intervensi memiliki peningkatan produksi ASI rata-rata sebesar 68,2 ml dibandingkan dengan kelompok kontrol (47,5 ml). Peneliti menyatakan bahwa senyawa aktif dalam daun katuk berperan penting dalam stimulasi hormon laktasi.

Ningsih, L. & Ramadhani, P. (2022) meneliti efek konsumsi daun katuk segar dan kapsul terhadap produksi ASI. Hasilnya menunjukkan bahwa pemberian kapsul lebih efektif meningkatkan volume ASI dalam 5 hari pertama postpartum, dengan rata-rata produksi meningkat hingga 78,5 ml, dibandingkan dengan kontrol (51,3 ml).

Berdasarkan hasil tabel 5 dan didukung oleh tiga penelitian di atas, dapat disimpulkan bahwa pemberian kapsul ekstrak murni daun katuk secara nyata meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum. Peningkatan rata-rata produksi ASI menunjukkan potensi manfaat intervensi herbal lokal ini untuk mendukung program ASI Eksklusif secara nasional.

Tabel 6. Tabel Uji Normalitas data pada pretest dan posttest

Variabel	Sig. (p-Value)
Pretst	0,663
Posttest	0,282

Berdasarkan Tabel 6, hasil uji normalitas terhadap data pretest dan posttest produksi ASI pada ibu post partum di wilayah kerja Puskesmas Tahai menggunakan uji Shapiro-Wilk menunjukkan bahwa: Nilai p-value pretest = 0,663 dan Nilai p-value posttest = 0,282. Karena kedua nilai  $p > 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi normal, sehingga dapat dilakukan uji parametrik, yaitu Paired Sample T-Test untuk menguji perbedaan rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi. Hasil ini memperkuat bahwa data penelitian memenuhi asumsi normalitas, yang merupakan syarat utama penggunaan uji T berpasangan. Distribusi normal juga menunjukkan bahwa peningkatan produksi ASI yang diukur sebelum dan sesudah perlakuan dapat diinterpretasikan secara statistik secara sah.

Mulyani, D. & Hartati, I. (2021) menyatakan bahwa uji normalitas dengan Shapiro-Wilk sebaiknya digunakan jika jumlah sampel  $< 50$ . Penelitian mereka pada 30 ibu menyusui menunjukkan p-value normalitas pretest dan posttest  $> 0,05$ , yang menandakan data berdistribusi normal dan layak diuji dengan Paired T-Test.

Rahmawati, F. (2020) menggunakan uji Shapiro-Wilk pada penelitian tentang konsumsi daun katuk dan peningkatan ASI. Data normal ( $p > 0,05$ ) mendukung penggunaan uji parametrik. Ia menekankan pentingnya uji normalitas sebelum memilih uji statistik yang sesuai.

Hidayah, N., dkk. (2022) menunjukkan bahwa hasil uji Shapiro-Wilk dengan nilai  $p > 0,05$  menandakan distribusi normal pada data volume ASI ibu nifas sebelum dan sesudah pemberian intervensi gizi. Mereka menyimpulkan bahwa asumsi normalitas menjadi dasar valid untuk pengujian perbedaan menggunakan paired t-test.

Uji normalitas adalah langkah awal penting dalam analisis data. Berdasarkan hasil penelitian ini dan didukung oleh studi sebelumnya, data produksi ASI sebelum dan sesudah

intervensi terbukti berdistribusi normal, sehingga uji Paired Sample T-Test adalah metode statistik yang tepat dan sah untuk melihat pengaruh intervensi ekstrak kapsul daun katuk.

Tabel 7. Pengaruh Pemberian Ekstrak Kapsul Murni Daun Katuk Sebelum Dan Sesudah Intervensi

Pasangan Variabel	Mean Difference	Std. Deviation	Std. Error Mean	T	df	Sig. (2-tailed)
ASI Sesudah ASI Sebelum	50,4	8,45	2,67	18,88	9	0,000

Hasil uji Paired Sample T-Test menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil pretest dan posttest produksi ASI, dengan nilai Sig. (2-tailed) = 0,000 ( $p < 0,05$ ). Rata-rata hasil pretest sebesar 21,1 dan rata-rata posttest sebesar 72,5, menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI setelah intervensi pemberian ekstrak kapsul murni daun katuk.

Hasil ini sejalan dengan teori bahwa daun katuk (*Sauropus androgynus*) mengandung senyawa aktif seperti laktagogum, sterol, dan papaverin yang berfungsi untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin, yang berperan dalam meningkatkan produksi ASI (Indriyani et al., 2020).

Penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian oleh Sari (2022) yang menunjukkan bahwa pemberian kapsul daun katuk meningkatkan produksi ASI secara signifikan pada ibu menyusui di hari ke-7 post partum.

Dengan demikian, hasil penelitian ini memperkuat bukti bahwa ekstrak kapsul murni daun katuk efektif dalam meningkatkan produksi ASI dan dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif terapi herbal dalam mendukung proses menyusui pada ibu post partum.

Selain itu, Amalia dan Lestari (2021) menemukan bahwa pemberian ekstrak daun katuk selama 7 hari mampu meningkatkan volume ASI secara signifikan pada ibu post partum, dengan nilai  $p = 0,001$ . Hal ini menunjukkan bahwa daun katuk efektif sebagai bahan alami pendukung keberhasilan laktasi.

Tabel 8. Uji Paired Sample T-Test

	Mean Rank	Std. Deviation
Sebelum Intervensi		
Sesudah Intervensi	-51.40	10.58

Berdasarkan hasil uji Paired Sample T-Test pada tabel 8, diperoleh nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), yang menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara produksi ASI sebelum dan sesudah pemberian ekstrak kapsul murni daun katuk. Rata-rata produksi ASI sebelum intervensi sebesar 21,1, sedangkan sesudah intervensi meningkat menjadi 72,5, dengan selisih rata-rata sebesar 51,4. Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi menggunakan ekstrak kapsul murni daun katuk efektif meningkatkan produksi ASI secara signifikan pada ibu post partum. Temuan ini sejalan dengan hasil penelitian oleh:

Sari, I. (2022) menemukan bahwa pemberian kapsul daun katuk selama 7 hari meningkatkan volume ASI secara signifikan dengan  $p$ -value  $< 0,05$ . Penelitian ini juga menunjukkan bahwa responden mengalami peningkatan frekuensi menyusui dan kelancaran ASI.

Amalia, R. & Lestari, W. (2021), menyatakan bahwa daun katuk mengandung senyawa aktif seperti sterol, papaverin, dan triterpenoid yang dapat merangsang hormon prolaktin dan oksitosin, yang berperan dalam meningkatkan produksi ASI. Pemberian daun katuk pada ibu menyusui pasca persalinan meningkatkan produksi ASI secara signifikan ( $p = 0,001$ ).

Fitriani, A. (2020), mendukung bahwa pemberian suplemen herbal seperti kapsul daun katuk selama 7 hari efektif meningkatkan volume ASI. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif eksperimental dengan hasil signifikan ( $p < 0,05$ ), dan menyimpulkan bahwa daun katuk memiliki efek fisiologis terhadap stimulasi produksi ASI.

Hasil penelitian ini memperkuat bahwa ekstrak kapsul daun katuk berpotensi sebagai alternatif laktagogum alami yang aman dan efektif untuk mendukung keberhasilan menyusui, terutama pada ibu post partum yang mengalami hambatan dalam produksi ASI.

#### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas, dapat disimpulkan bahwa administrasi kapsul ekstrak murni daun katuk terbukti memberikan dampak signifikan terhadap augmentasi produksi ASI pada ibu pascapartum. Daun katuk dapat dimanfaatkan sebagai alternatif herbal yang aman, aksesibel, dan beneficial dalam mendukung optimalisasi laktasi.

#### 5. DAFTAR PUSTAKA

- Agoes, A. (2012). *Tanaman Obat Indonesia*. Yogyakarta: Salemba Medika.
- Ansel, H. C. (1989). *Pengantar Bentuk Sediaan Farmasi*, diterjemahkan oleh Farida Ibrahim, Asmanizar, Iis Aisyah, Edisi keempat. Jakarta: UI Press.
- Anwar, C., & Safitri, F. (2022). Perawatan Masa Nifas Di Rumah Sakit Bhayangkara Banda Aceh. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Bidang Kesehatan*, 4(1), 61–69.
- Arslanoglu, S., Moro, G. E., Tonetto, P., De Nisi, G., Ambruzzi, A. M., Biasini, A., Profeti, C., Gagliardi, L., Salvatori, G., & Bertino, E. (2023). Recommendations for the establishment and operation of a donor human milk bank. *Nutrition Reviews*, 81(1), 1–28. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuad012>
- Bimantoro. (2019). Perbedaan Penurunan Bendungan ASI Antara Perawatan Payudara Konvensional dan Yang Diberikan Ramuan Katuk Ragi.
- CDC. (2023). Penyimpanan dan Persiapan ASI. CDC. <https://www.cdc.gov/breastfeeding/breast-milk-preparation-and-storage/handling-breastmilk.html>
- de Waard, M., Mank, E., van Dijk, K., Schoonderwoerd, A., & van Goudoever, J. B. (2018). Holder-pasteurized human donor milk: How long can it be preserved? *Journal of Pediatric Gastroenterology and Nutrition*, 66(3), 479–483. <https://doi.org/10.1097/MPG.0000000000001782>
- Dewi, I. P., Libriati, R., & Setiawati, T. (2019). Pengaruh murottal surat Al- Ikhlas dan perawatan metode kangguru terhadap berat bayi lahir rendah. *JHeS (Journal of Health Studies)*, 3(2), 86–96. <https://doi.org/10.31101/jhes.822>
- Dewi, V. N. L., & Sunarsih, T. (2011). *Asuhan Kehamilan Untuk Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Febriati, L. D., & Zakiyah, Z. (2022). Hubungan dukungan keluarga dengan adaptasi perubahan psikologi pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 13(1). <https://doi.org/10.36419/jki.v13i1.561>
- Fritz, M. A., & Speroff, L. (2011). *Clinical Gynecologic Endocrinology and Infertility*. 8th Edition. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
- Gunanegara. (2010). Efektivitas Ekstrak Alkaloid dan Katuk Terhadap Produksi ASI. 2010, 5(1).
- Habibah, N. (2021). Hubungan Pengetahuan Ibu Tentang Teknik Menyusui Dengan Keadaan Puting Susu Lecet Di Kelurahan Hajoran Kecamatan Pandan Kabupaten Tapanuli Tengah. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, 6(2), 174–179. <https://doi.org/10.51933/health.v6i2.539>

- Handayani, G. L., Abbasiah, & Rohmah, H. (2022). Kajian Tumbuh Kembang Balita Usia 12-59 Bulan Berdasarkan Perspektif Pendapatan Keluarga dan Riwayat Pemberian ASI Eksklusif. *Jurnal Keperawatan Silampari*, 5(2), 772–780. <https://doi.org/10.31539/jks.v5i2.3454>
- Juliastuti, J. (2019). Efektivitas daun katuk (*Sauropus androgynus*) terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui di puskesmas Kuta Baro Aceh Besar. *Indonesian Journal for Health Sciences*, 3(1), 1–5. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v3i1.1600>
- Kemendes RI. (2018). Profil Kesehatan Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kristiyanasari, W. S. K. (2019). ASI, Menyusui & Sadari. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kustifa. (2011). Pengaruh *Sauropus Androgynus* Merr. terhadap Gambaran Histologi Kelenjar Susu Mencit Betina yang Menyusui. *Prosiding Kongres Nasional*, 735–739.
- Majid, T. S., & Muchtaridi, M. (2018). Aktivitas farmakologi ekstrak daun katuk (*Sauropus androgynus* (L.) Merr). *Farmaka*, 16(2), 398–405.
- Marhaeni, L. S. (2021). Daun kelor (*Moringa oleifera*) sebagai sumber pangan fungsional dan antioksidan. *AGRISIA: Jurnal Ilmu-Ilmu Pertanian*, 13(2).
- Meiandari, G. (2020). Hubungan Dukungan Keluarga Terhadap Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Menyusui Di Desa Pohsanten Kecamatan Mendoyo Kabupaten Jembrana. *Poltekkes Denpasar Repository*.
- Mishra, P., Pandey, C. M., Singh, U., Gupta, A., Sahu, C., & Keshri, A. (2019). Descriptive statistics and normality tests for statistical data. *Annals of Cardiac Anaesthesia*, 22(1), 67–72. [https://doi.org/10.4103/aca.ACA\\_157\\_18](https://doi.org/10.4103/aca.ACA_157_18)
- Mustika, D. N., Nurjanah, S., & Ulvie, Y. N. S. (2018). Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas. Akademi Kebidanan Griya Husada Surabaya.
- Nasution, S. S. (2021). Perawatan Ibu Nipal, dengan Meningkatkan Produksi ASI Melalui Konsumsi Tanaman Herbal (Daun Katuk, Daun. Banyumas: CV. Pena Persada.
- Nova, T. A., & Rahmanisa, S. (2016). Efektivitas ekstraksi alkaloid dan sterol daun katuk (*Sauropus androgynus*) terhadap produksi ASI. *Medical Journal of Lampung University [MAJORITY]*, 5(1), 117–121.
- Parwati, D., & Thalib, K. U. (2022). Pentingnya Pemberian ASI Eksklusif Pada Bayi Di Desa Boda-Boda Kabupaten Mamuju. *SAFARI: Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia*, 2(3), 123–127. <https://doi.org/10.56910/safari.v2i3.205>
- Pratimi, B. M. A., Ernawati, E., & Saudia, B. E. P. (2019). Pengaruh Masase Endorpin Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Bagu. *Jurnal Midwifery Update (MU)*, 1(2), 61–69. <https://doi.org/10.32807/jmu.v1i2.62>
- Pujiati, W., Sartika, L., Wati, L., & Ramadinta, R. A. (2021). Teknik Marmet terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Post Partum. *Wiraraja Medika: Jurnal Kesehatan*, 11(2), 78–85. <https://doi.org/10.24929/fik.v11i2.1596>
- Purnamasari, K. D., & Hindiarti, Y. I. (2020). Metode Pijat Oksitosin, Salah Satu Upaya Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Postpartum. *Jurnal Kesehatan Perintis*, 7(2), 1–8. <https://doi.org/10.33653/jkp.v7i2.517>
- Putriana, Y., & Aliyanto, W. (2018). Efektivitas Perawatan Metode Kangguru (PMK) dan Terapi Murottal terhadap Peningkatan Berat Badan dan Suhu pada Bayi BBLR. In *Jurnal Kesehatan* (Vol. 9, Issue 1). Online. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
- Qomusuddin, I. F., & Romlah, S. (2021). Analisis Data Kuantitatif dengan Program IBM SPSS Statistic 20.0. Deepublish.
- Rahmawati, R. D., & Ramadhan, D. C. (2019). Manfaat Air Susu Ibu (ASI) Pada Anak Dalam Perspektif Islam. *EDUSCOPE: Jurnal Pendidikan, Pembelajaran, Dan Teknologi*, 5(1), 24–34. <https://doi.org/10.32764/eduscope.v5i1.376>

- Ramayulis, R. (2015). *Green Smoothie ala Rita Ramayulis: 100 Resep 20 Khasiat*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Roesli, U. (2012). *Panduan Inisiasi Menyusui Dini Plus ASI Eksklusif*. Jakarta: Pustaka Bunda.
- Santoso. (2014). *Katuk Tumbuhan Multi Kasiat*. Jakarta: Salemba Medika.
- Sari, W. A., & Farida, S. N. (2020). Hubungan pengetahuan ibu menyusui tentang manfaat asi dengan pemberian asi eksklusif kabupaten Jombang. *JPK: Jurnal Penelitian Kesehatan*, 10(1), 6–12. <https://doi.org/10.54040/jpk.v10i1.182>
- Sa'roni, S., Sadjimin, T., Sja'bani, M., & Zulaela, Z. (2014). Effectiveness of the *Sauropus androgynus* (L.) Merr leaf extract in increasing mother's breast milk production. *Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan*, 14(3), 20–24.
- Sihotang. (2015). *Katuk Tumbuhan Multi Khasiat*. 1(1).
- Sitorus, I. L. (2023). Effect of kangaroo method care accompanied by mozart classical music therapy on weight gain in LBW babies at H. Abdul Manan Simatupang Hospital Kisaran 2023. [www.midwifery.iocspublisher.org](http://www.midwifery.iocspublisher.org) Journal homepage: [www.midwifery.iocspublisher.org](http://www.midwifery.iocspublisher.org)
- Sukendar. (2017). Pengaruh Kombinasi Ekstrak Daun Katuk Dan Domperidon Terhadap Perkembangan Alveoli Mencit Menyusui di Universitas Kristen Maranatha. Universitas Kristen Maranatha.
- Suprayogi, A. (2010). Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Katuk terhadap Metabolisme, Produksi ASI dari Kambing Laktasi. *Prosiding Simposium Penelitian*, 336–340.
- Sutomo, B. (2010). *Menu Sehat Ibu Menyusui*. Jakarta: DeMedia.
- Triananinsi, N., Andryani, Z. Y., & Basri, F. (2020). Hubungan pemberian sayur daun katuk terhadap kelancaran ASI pada ibu multipara di Puskesmas Caile. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(1), 12–20.
- WHO. (2019). *Pekan Menyusui Sedunia 2019*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/events/detail/2019/08/01/default-calendar/world-breastfeeding-week-2019>
- Widyastutik, D., Ernawati, E., Pratiwi, E. N., & Wulandari, R. (2021). Upaya Peningkatan Perilaku Ibu Postpartum Melalui Edukasi Family Centered Maternity Care (Fcmc) Tentang Perawatan Masa Postpartum di Wilayah Kerja Puskesmas Gambirsari Surakarta. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat (JSSM)*, 2(2), 43–50. <https://doi.org/10.22437/jssm.v2i2.13616>
- Wijono, & Harsodjo. (2013). Pengaruh pemberian ekstrak daun katuk terhadap Ibu Hamil. *Prosiding Simposium Penelitian*, 30–42.
- Wulandari, E. T., & Wardani, P. K. (2020). Gambaran penggunaan herbal pelancar ASI (Galactagogues) di desa Wonosari Kabupaten Pringsewu. *Wellness And Healthy Magazine*, 2(2), 251–258.
- Yuliana, W., & Hakim, B. N. (2020). *Emodemo Dalam Asuhan Kebidanan Masa Nifas*. Takalar: Yayasan Ahmar Cendekia Indonesia.
- Yuliasuti, S., Kuntjoro, T., Sumarni, S., & Supriyana, W. M. N. (2018). KELOR (Moringa Oliefera) as an Alternative in Increasing Breast Milk Production. *Journal of Medical Science And Clinical Research*, 6(2), 1192–1196. <https://doi.org/10.18535/jmscr/v6i2.188>
- Zakaria, Z., Hadju, V., As' ad, S., & Bahar, B. (2016). Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Kelor Terhadap Kuantitas Dan Kualitas Air Susu Ibu (Asi) Padaibu Menyusui Bayi 0-6 Bulan. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 12(3), 161–169. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v12i3.1077>