



Giving katuk leaf extract to the smoothness of breast milk in mothers who have babies aged 0-6 months

Pemberian ekstrak daun katuk terhadap kelncaran ASI pada ibu yang memiliki bayi usia 0 – 6 bulan

Rosdianah, Irmawati S

Program studi kebidanan, Universitas Megarezky

Email korespondensi : nana.aswan15@gmail.com.

Keywords:

Counseling,
Herbal plants,
Midwifery Services

Kata kunci:

Penyuluhan,
Tanaman Herbal,
Pelayanan Kebidanan

Abstract

Some residents, sometimes use herbal plants to treat perceived health complaints, but their utilization has not been optimal because so far the use of traditional medicinal plants has only been based on the opinions of friends or neighbors and hereditary traditions. The use of traditional medicine that is not in accordance with the rules is feared to reduce the efficacy of the medicine itself. If the use is too much, it is feared that it will also have a toxic effect that will be harmful to the community. For this reason, it is necessary to educate the public, so that the utilization of family herbal plants can be optimal, and the degree of public health will increase. The socialization activity was carried out on Wednesday, February 16, 2022 at 09.00 WITA at Tanakaraeng Village, Kec. Manuju, Kab. Gowa. This activity aims to provide information to the public about various plants that have efficacy as herbal plants, how to use herbal plants, especially for midwifery services, which include how to use, process and dose/dose herbs. This educational process uses the lecture method with the help of powerpoints and leaflets. The results obtained from this activity are that the mothers participating in this service activity become more aware and know more about how to use herbal plants in midwifery services. The assessment is based on the response and enthusiasm of the participants in receiving the material provided. Including positive responses from participants in answering questions correctly when given a question by the presenter.

Abstrak

Obat tradisional adalah bahan atau ramuan bahan yang berupa bahan tumbuhan, bahan hewan, bahan mineral, sediaan sari atau galenik atau campuran dari bahan tersebut, yang secara turun temurun telah digunakan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman (Erlanda et al., 2021). Tanaman obat tradisional adalah bahan atau ramuan bahan alam yang berasal dari tumbuhan yang secara turun-temurun telah digunakan untuk pengobatan berdasarkan pengalaman Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilakukan adalah Untuk memberikan informasi kepada masyarakat, khususnya warga Desa Tanakaraeng Kecamatan Manuju tentang berbagai tanaman yang mempunyai khasiat sebagai tanaman herbal .

Penyuluhan dilakukan dengan menggunakan metode penyuluhan dan diskusi di kantor desa tanakaraeng. Kegiatan di lakukan tanggal 19 februari 2022

dengan jumlah ibu nifas yang datang yaitu 25 orang. Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini adalah semua ibu nifas yang datang sangat menerima baik edukasi yang telah sampaikan bahkan ada yang langsung menerapkan penggunaan kapsul daun katuk sebagai solusi utama dalam mengatasi ASI mereka yang kurang.

PENDAHULUAN

Organisasi Kesehatan Dunia WHO (World Health Organization) merekomendasikan agar setiap bayi baru lahir mendapatkan ASI eksklusif selama enam bulan. UNICEF menjelaskan bahwa kematian sekitar 30 ribu bayi Indonesia setiap tahunnya dapat dicegah melalui pemberian ASI secara eksklusif selama enam bulan sejak kelahiran bayi (Suyanti & Anggraeni, 2020).

ASI adalah hadiah terindah dari ibu kepada bayi yang disekresikan oleh kedua belah payudara ibu berupa makanan alamiah atau susu terbaik bernutrisi dan berenergi tinggi yang mudah dicerna dan mengandung komposisi nutrisi yang seimbang dan sempurna untuk tumbuh kembang bayi yang tersedia setiap saat, siap disajikan (Aminah & Purwaningsih, 2019).

Air susu ibu adalah susu yang diproduksi oleh manusia untuk konsumsi bayi dan merupakan sumber gizi utama bayi yang belum dapat mencerna makanan padat. Air susu ibu diproduksi karena pengaruh hormon prolaktin dan oksitosin setelah kelahiran bayi (Dolang et al., 2021).

Mengingat pentingnya ASI dan masih banyaknya ibu postpartum yang tidak memberikan ASI kepada bayinya maka dianjurkan untuk ibu yang baru melahirkan agar menyusui bayinya sedini mungkin hingga 2 tahun. Menyusui sangat penting bagi bayi karena sebagai nutrisi yang baik untuk kesehatan, pertumbuhan dan perkembangan yang optimal selama beberapa bulan pertama kehidupan (Suyanti & Anggraeni, 2020).

Daun katuk kaya akan kandungan gizi dibandingkan daun pepaya dan daun singkong. Kandungan kalori, protein dan karbohidrat daun katuk nyaris setara. 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 / oid, dan alkaloid papaverin, sehingga sangat potensial untuk dijadikan bahan pengobatan alami.

Salah satu manfaat daun katuk adalah untuk melancarkan produksi air susu ibu (ASI) karena mengandung senyawa seskuiterna. Daun katuk bisa dikonsumsi sebagai lalapan, sayuran maupun minuman. Adapun cara pembuatan, yaitu lalap, sayur menir, dan minuman (Dolang et al., 2021).

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang ditujukan kepada ibu postpartum ini bertujuan untuk memberi informasi kepada seluruh ibu postpartum yang ada di desa Tanakaraeng kabupaten gowa, agar memberikan ASI eksklusif kepada bayinya dan memperhatikan kelancaran ASI-nya dengan mengkonsumsi ekstrak daun katuk.

METODE

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan di kantor desa tana karaeng kabupaten gowa dengan metode penyuluhan dan diskusi serta membagikan brosur yang berisi informasi tentang kapsul daun katuk dan tetap menerapkan protokol Kesehatan. Adapun kegiatan yang dilakukan yaitu :

1. Meninjau dan menentukan tempat dan waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian

masyarakat.

2. Meminta izin kepada kepala desa sebagai lokasi yang akan kami tempati untuk melakukan pengabdian masyarakat.
3. Mengumpulkan ibu nifas untuk memberikan edukasi tentang ekstrak daun katuk terhadap kelancaran ASI

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 19 Februari 2022 di desa tanakaraeng dengan sasaran seluruh ibu nifas yang ada di desa tanakaraeng dusun manyampa yang berjumlah berjumlah 25 orang. dalam kegiatan ini seluruh ibu nifas yang ada di dusun manyampa di berikan edukasi tentang pentingnya pemberian ASI dan manfaat daun katuk terhadap kelancaran ASI dan Selanjutnya, ibu di berikan kesempatan untuk bertanya apabila ada yang tidak dimengerti atau belum diketahui.



Gamabr 1. Memberikan penyuluhan

Hasil yang diperoleh dari kegiatan ini adalah semua ibu nifas yang datang menerima baik edukasi yang telah disampaikan bahkan ada yang langsung menerapkan penggunaan ekstrak daun katuk sebagai solusi utama dalam mengatasi ASI mereka yang kurang.

Ibu menyusui dengan mengkonsumsi ekstrak daun katuk dapat membantu proses kelancaran ASI, dimana kandungan nutrisi yang terkandung pada kapsul daun katuk dapat merangsang Oksitosin yang sampai pada alveoli dan akan mempengaruhi sel mioepitelium. Kontraksi dari sel mioepitelium akan memeras air susu yang telah terbuat dari alveoli dan masuk ke sistem duktulus yang untuk selanjutnya mengalir melalui duktus laktiferus masuk kemulut bayi (Manuaba, 2016).

Daun katuk kaya akan kandungan gizi dibandingkan daun pepaya dan daun singkong. Kandungan kalori, protein dan karbohidrat daun katuk nyaris setara. 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 / oid, dan alkaloid papaverin, sehingga sangat potensial

untuk dijadikan bahan pengobatan alami.

Dalam 100 mg daun katuk terkandung: energy 59 kal, protein 6,4g, lemak 1,0 g, hidrat arang 9,9 g, serat 1,5 g, abu 1,7 g, kalsium 233 mg, fosfor 98 mg, besi 3,5 mg, karoten 10020 mcg (Vitamin A), B, dan C 164 mg serta air 81 g. Tanaman katuk dapat meningkatkan produksi ASI diduga berdasarkan efek hormonal dari kandungan kimia sterol yang bersifat estrogenik (Sapriani, 2014).

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada Kegiatan ini dapat disimpulkan bahwa dengan melaksanakan edukasi tentang manfaat ekstrak daun katuk dalam pelayanan kebidanan dapat meningkatkan pemahaman dan pengetahuan masyarakat untuk lebih memaksimalkan berbagai tanaman herbal. Selain itu, masyarakat dapat lebih mengoptimalkan pemanfaatan pekarangan rumah untuk ditanami tanaman herbal. Kegiatan ini dapat diselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun. Kegiatan ini mendapat sambutan sangat baik terbukti dengan banyaknya peserta mengikuti penyuluhan ini dengan tidak meninggalkan tempat sebelum waktu berakhir.

DAFTAR PUSTAKA

- Aminah, S., & Purwaningsih, W. (2019). Efektifitas Pemberian Buah Kurma Dan Daun Katuk Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui Umur 0-40 Hari Di Posyandu Desa Pojok Wilayah Kerja Puskesmas Sukorame Kota Kediri. *Journal of Public Health Research and Community Health Development*, 3(1), 37. <https://doi.org/10.20473/jphrecode.v3i1.12188>
- Dolang, M. W., Frisca, Wattimena, Kiriwenno, E., Cahyawati, S., & Sillehu, S. (2021). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas. *Jumantik*, 6(3), 256–261. <https://doi.org/10.30829/jumantik.v6i3.9570>
- Erlanda, C., Evrianasari, N., Susilawati, S., & Lathifah, N. S. (2021). Ekstrak Daun Katuk Mempengaruhi Produksi Asi Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(4), 647–651. <https://doi.org/10.33024/jkm.v7i4.1765>
- Suyanti, S., & Anggraeni, K. (2020). Efektivitas Daun Katuk Terhadap Kecukupan Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui Di Bidan Praktek Mandiri (Bpm) Bd. Hj. Iin Solihah, S.St., Kabupaten Majalengka. *Journal of Midwifery Care*, 1(1), 1–10. <https://doi.org/10.34305/jmc.v1i1.190>