

Pengaruh Konsumsi Daun Torbangun terhadap Produksi ASI

Effect of Torbangun Leaves Consumption on Breast Milk Production

Marlina¹, Indah Trianingsih², Adinda Juwita Sari³

^{1,2}Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Tanjung Karang, Indonesia

³Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat, Politeknik Kesehatan Tanjung Karang, Indonesia

ARTICLE INFO

ABSTRACT/ ABSTRAK

Article history

Received date
02 Mar 2022

Revised date
19 Apr 2022

Accepted date
19 Apr 2022

Keywords:

Breastfeeding;
Mothers;
Torbangun leaves.

Babies who are not breastfed will be susceptible to infectious diseases. In 2016 the exclusive breastfeeding rate in South Lampung Regency was 49.76% while in 2018 it decreased to 47.08%. The purpose of this study was to determine the effect of torbangun leaf decoction on breast milk production in postpartum mothers. The research design used is a true experimental design, researchers can control all external variables that affect the course of the experiment. Researchers conducted measurements before and after the treatment/intervention was given to the treatment group/experimental group. By giving Torbangun leaf steeping water to determine its effect on breast milk production in postpartum mothers, there is an effect on breast milk production for breastfeeding mothers after consuming Torbangun leaf drink. The results of the study obtained data that the dependent t-test obtained a t-count value of 17.169 with a p-value of 0.000. It can be seen that the p-value indicates that there is a significant difference in milk production before and after the administration of the torbangun leaf drink. The average milk production of breastfeeding mothers as seen from the baby's weight in the control group was 108.3grams. The average milk production of breastfeeding mothers as seen from the baby's weight in the experimental group was 356.6grams. There is an effect of breastfeeding mothers' milk production after consuming torbangun leaf drink.

Kata kunci:

ASI;
Ibu;
Daun Torbangun.

Bayi yang tidak diberi ASI akan rentan terhadap penyakit infeksi. Tahun 2016 angka pemberian ASI Eksklusif di Kabupaten Lampung Selatan berada di 49,76% sedangkan pada tahun 2018 menurun menjadi 47,08%. Tujuan dari Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh rebusan daun torbangun terhadap produksi ASI pada Ibu nifas. Rancangan penelitian yang digunakan adalah rancangan penelitian *true experimental design*, peneliti dapat mengontrol semua variabel luar yang mempengaruhi jalannya eksperimen. Peneliti melakukan pengukuran sebelum dan sesudah perlakuan/intervensi diberikan pada kelompok perlakuan/kelompok eksperimen. Dengan memberikan seduhan air Daun Torbangun untuk mengetahui pengaruhnya terhadap produksi ASI pada ibu nifas ada Pengaruh produksi ASI ibu menyusui sesudah mengkonsumsi minuman daun torbangun. Hasil penelitian diperoleh data bahwa uji t-dependen didapatkan nilai t-hitung sebesar 17,169 dengan *p-value* sebesar 0,000. Terlihat bahwa *p-value* menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan pemberian minuman daun torbangun. Rata-rata produksi ASI ibu menyusui yang dilihat dari berat badan bayi pada kelompok kontrol adalah 108,3gr. Rata-rata produksi ASI ibu menyusui yang dilihat dari berat badan bayi pada kelompok eksperimen adalah 356,6gr. Ada Pengaruh produksi ASI ibu menyusui sesudah mengkonsumsi minuman daun torbangun.

Corresponding Author:

Adinda Juwita Sari

Pusat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat, Politeknik Kesehatan Tanjung Karang, Indonesia

Email: adindajuwitasari@poltekkes-tjk.ac.id

PENDAHULUAN

Periode menyusui merupakan hal yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan

anak, pada bayi baru lahir akan menyusui lebih sering, rata-rata adalah 10-12 kali menyusui tiap 24 jam atau bahkan 18 kali. Menyusui *on demand* adalah menyusui kapanpun bayi

meminta atau dibutuhkan oleh bayi. Sebaiknya dalam menyusui bayi tidak dijadwal, sehingga tindakan menyusui bayi dilakukan di setiap saat bayi membutuhkan karena bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya. Bayi yang sehat dapat mengosongkan satu payudara sekitar 5-7 menit, sedangkan ASI dalam lambung bayi akan kosong dalam waktu 2 jam (Astutik, 2015). Menyusui merupakan suatu cara yang tidak ada duanya dalam memberikan makanan ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat serta mempunyai pengaruh biologis dan kejiwaan unik terhadap kesehatan ibu dan bayi (Hanifa, 2004 dalam Bolon, 2016). Zat-zat anti infeksi yang terkandung dalam ASI membantu melindungi bayi terhadap berbagai penyakit. Akan tetapi menyusui tidak selamanya dapat berjalan dengan mudah dan tidak semuanya ASI ibu lancar (Astutik, 2015).

ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan pembunuh kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi. (Dinas Kesehatan Provinsi Riau, 2016 dalam Noviawanti, 2019). Kolostrum berwarna kekuningan dihasilkan pada hari pertama sampai hari ketiga. Hari keempat sampai hari kesepuluh ASI mengandung immunoglobulin, protein, dan laktosa lebih sedikit dibandingkan kolostrum tetapi lemak dan kalori lebih tinggi dengan warna susu lebih putih. Selain mengandung zat-zat makanan, ASI juga mengandung zat penyerap berupa enzim tersendiri yang tidak akan mengganggu enzim di usus. Susu formula tidak mengandung enzim sehingga penyerapan makanan tergantung pada enzim yang terdapat di usus bayi.

Angka nasional menyebutkan cakupan bayi yang memperoleh ASI eksklusif tahun 2018 yaitu sebesar 68,74%. Angka tersebut sudah melampaui target Renstra tahun 2018 yaitu 47%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Provinsi Jawa Barat (90,79%), sedangkan persentase terendah terdapat di Provinsi Gorontalo (30,71%). Masih ada enam provinsi belum mencapai target Renstra tahun 2018 (Kementerian Kesehatan RI, 2015; 2018).

Proporsi alasan anak umur 0-23 bulan belum/tidak pernah disusui di Indonesia adalah karena ASI tidak keluar (65,7%), anak tidak bisa menyusu (6,6%), repot (2,2%), rawat pisah (8,4%), alasan medis (5,7%), anak terpisah dari ibunya (5,4%), ibu meninggal (1,5%), dan lainnya (4,5%). Sedangkan menurut provinsi, proporsi alasan tertinggi anak umur 0-23 bulan

belum/tidak pernah disusui karena ASI tidak keluar diduduki oleh Provinsi Lampung yaitu sebesar 55,4% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Sedangkan cakupan ASI Eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan di Provinsi Lampung tahun 2017 yaitu sebesar 64,98% dan mengalami kenaikan pada tahun 2018 yaitu sebesar 67,01%. Cakupan Bayi usia 0-6 bulan yang mendapat ASI Eksklusif menurut tingkatan Kabupaten/Kota seprovinsi Lampung Tahun 2018 tertinggi adalah Kabupaten Pringsewu yaitu 78,91%, (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Berdasarkan hasil data cakupan ASI eksklusif menurut tingkatan Kabupaten/Kota seprovinsi Lampung dari Tahun 2016 ke Tahun 2018 Kabupaten Lampung Selatan mengalami penurunan yang signifikan dalam pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-6 bulan. Tahun 2016 angka pemberian ASI eksklusif di Kabupaten Lampung Selatan berada di 49,76% sedangkan pada tahun 2018 menurun menjadi 47,08%. Maka tim peneliti melakukan *pra survey* di beberapa Praktek Mandiri Bidan (PMB) di Kabupaten Lampung Selatan pada Oktober-November Tahun 2019 didapatkan populasi terbesar ibu menyusui yang menyatakan ASI tidak lancar dan sulitnya merangsang ASI untuk keluar khususnya pada ibu primipara. Diperoleh data dari 14 ibu menyusui, 10 orang (78%) menyatakan ASI tidak keluar dengan lancar atau maksimal, dan 4 orang (3%) lainnya menyatakan tidak ada masalah dalam memberikan ASI kepada buah hatinya.

Berbagai faktor penyebab rendahnya pemberian ASI eksklusif, diantaranya yaitu ibu menyusui merasa jumlah ASI yang diproduksi tidak cukup untuk memenuhi permintaan bayi, selain itu masih adanya promosi susu formula pengganti ASI serta asupan gizi ibu yang rendah. Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh 2 hormon yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin memengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin memengaruhi proses pengeluaran ASI. Prolaktin berkaitan dengan nutrisi ibu, semakin baik asupan nutrisi ibu maka produksi ASI juga akan semakin banyak (Maryunani, 2012).

Pada keadaan fisiologis menyusui, kebutuhan gizi ibu meningkat karena kebutuhan untuk memproduksi ASI, salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI adalah melalui penggunaan obat ramuan tradisional. Terdapat beberapa tanaman yang dipercaya baik secara turun temurun maupun yang sudah terbukti uji ilmiahnya dalam meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI, misalnya daun katuk (*Sauropus androgynus*), klabet (*Trigonella graecum L.*), dan

daun bangun-bangun (*Coleus amboinicius*), serta daun kelor (*Moringa oleifera*).

Berbagai jenis penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa ada beberapa bahan pangan di Indonesia yang memiliki fungsi sebagai laktagogum. Salah satu tanaman yang memiliki laktagogum adalah tanaman bangun-bangun. Fungsi dari laktagogum sendiri adalah dapat meningkatkan volume produksi ASI (Syarief, *et al.*, 2014). Di Indonesia tanaman kelor merupakan bahan makanan lokal yang memiliki potensi untuk dikembangkan dalam kuliner ibu menyusui karena mengandung senyawa fitosterol yang berfungsi meningkatkan dan memperlancar produksi ASI (efek laktagogum). Penggunaan dalam meningkatkan produksi ASI adalah dengan mengkonsumsi daun tanaman baik dikukus ataupun direbus sebagai sayuran, dapat juga menggunakan daun bangun-bangun dan daun kelor untuk dibuat minuman. Daun bangun-bangun sangat potensial untuk dikembangkan baik dari segi manfaatnya sebagai laktagogum maupun dari segi sifat tanaman tersebut yang sangat mudah tumbuh dengan umur panen yang singkat. Meskipun demikian, pemanfaatannya masih terbatas di kalangan masyarakat suku Batak dengan bentuk olahan hanya sebagai sayuran atau sop.

Dari beberapa penelitian yang sudah dibuktikan tentang rebusan air torbangun diketahui bermanfaat dalam peningkatan produksi ASI, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh daun herbal tersebut terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di PMB Wilayah kerja Kecamatan Jati Agung Lampung Selatan Tahun 2020. Keterbatasan dalam

penelitian ini menentukan responden yang mau konsisten mengkonsumsi rebusan daun torbangun ini selama 14 hari tanpa mengkonsumsi laktagogum yang lain, sehingga hasil tidak menjadi bias.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif. Waktu penelitian ini akan dilaksanakan pada Januari-November 2020 dan tempat penelitian dilaksanakan di PMB Wilayah Kerja Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan. Penelitian ini menggunakan rancangan analisis dengan menggunakan pendekatan *quasi* eksperimen, dengan dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Kelompok eksperimen yaitu kelompok daun torbangun yang dipilih secara acak kemudian diberi perlakuan pada kelompok yang sama untuk melihat adakah perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (Riyanto, 2017). Prosedur pengambilan data dilakukan pada hari ke 4 masa nifas selama 14 hari dengan memberikan rebusan daun torbangun sebanyak 120-150gr per hari lalu di rebus dengan 3 gelas air sampai tersisa 1½ gelas. Pemberian 1½ gelas ini diberikan dalam 3 kali dalam sehari.

Penelitian ini telah lolos kaji etik dan mendapatkan Persetujuan Etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Politeknik Kesehatan Tanjung Karang Nomor: 245/EA/KEPK-TJK/VIII/2020.

HASIL

Tabel 1 Hasil Observasi Variabel

Indikator	Kontrol		Eksperimen					
	Ya	tidak	ya	tidak				
	n	%	n	%	n	%	n	%
Bayi paling sedikit menyusu 8 kali dalam 24 jam	21	70,0	9	30,0	27	90,0	3	10,0
Kotoran (Feses) berwarna kuning dengan frekuensi sering	22	73,3	8	26,7	27	90,0	3	10,0
Bayi BAK dengan frekuensi sering yaitu 6-8 kali	21	70,0	9	30,0	30	100,0	0	0,0
Ibu dapat mendengarkan hisapan saat bayi menelan ASI	18	60,0	12	40,0	30	100,0	0	0,0
Payudara terasa lebih lembek setelah selesai menyusui	26	86,7	4	13,3	30	100,0	0	0,0
Bayi terlihat puas dan tidur, bangun sewaktu-waktu jika lapar	19	63,3	11	36,7	28	93,3	2	6,7

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa pada item observasi, bayi paling sedikit menyusu 8 kali dalam 24 jam, terlihat pada

kelompok kontrol hanya sebanyak 70% sedangkan pada kelompok eksperimen sebanyak 90%. pada observasi kotoran (feses) berwarna

kuning dengan frekuensi sering terlihat pada kelompok kontrol sebanyak 73,3% dan pada kelompok eksperimen sebesar 90%. Melalui observasi Bayi BAK dengan frekuensi sering yaitu 6-8 kali di kelompok kontrol sebanyak 70% sedangkan pada kelompok eksperimen sebanyak 100%. Observasi Ibu dapat mendengarkan hisapan saat bayi menelan ASI, di kelompok kontrol sebanyak 60% dan kelompok eksperimen sebanyak 100%. Observasi payudara terasa lebih lembek setelah selesai menyusui, di kelompok kontrol sebanyak 86,7% dan kelompok eksperimen sebesar 100%. Observasi Bayi terlihat puas dan tidur, bangun sewaktu-waktu jika lapar, kelompok kontrol sebesar 63,3% dan kelompok eksperimen sebesar 93,3%.

Tabel 2. Rata-Rata produksi ASI yang Dilihat dari Peningkatan Berat badan Bayi

Rata – rata produksi ASI yang dilihat dari Peningkatan Berat badan bayi	Mean	SD	Min	Maks	n
Kontrol	108,3	121,1	-100	300	30
Eksperimen	356,6	91,6	200	500	30

Berdasarkan hasil diketahui bahwa pada kelompok kontrol, diketahui bahwa rata-rata berat badan bayi mengalami peningkatan sebesar 108,3gr, dapat dilihat pada kelompok kontrol terdapat bayi yang mengalami penurunan berat badan sebesar 100gr dan terdapat bayi yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 300gr. Sedangkan pada kelompok eksperimen diketahui bahwa rata-rata peningkatan berat badan sebesar 356,6gr dengan peningkatan berat badan minimal sebesar 200gr dan berat badan maksimal sebesar 500gr, dari hasil juga tidak terdapat bayi yang mengalami penurunan berat badan.

Tabel 3. Uji Normalitas Pengaruh Konsumsi Minuman Daun Torbangun terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Menyusui

Variabel	Kolmogorov-Smirnov ^a	Ket
Kelompok kontrol	0.002	tidak normal
Kelompok eksperimen	0.001	tidak normal

Berdasarkan tabel 3 masing-masing variabel mempunyai nilai Kolmogorov-Smirnov^a, bila nilai $\leq 0,005$, maka distribusi tidak normal, bila data berdistribusi tidak normal maka dapat dilanjutkan untuk uji (*Mann-Whitney Test*).

Tabel 4. Pengaruh Produksi ASI Ibu Menyusui Sesudah Mengkonsumsi Minuman Daun Torbangun

Variabel	n	Rata-rata rank	median (min-maks)	p-value
Kelompok kontrol	30	16,6gr	150 (-100-300)	0,000
Kelompok eksperimen	30	44,3gr	400 (200-500)	

Berdasarkan tabel 4. diketahui hasil uji statistik didapatkan nilai *p-value* $0,000 < 0,05$ maka dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan pada kelompok kontrol dan eksperimen, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh produksi ASI ibu menyusui sesudah mengkonsumsi minuman daun torbangun di PMB Wilayah Kerja Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil diketahui bahwa pada kelompok kontrol rata-rata berat badan bayi mengalami peningkatan sebesar 108,3gr, dapat dilihat pada kelompok kontrol terdapat bayi yang mengalami penurunan berat badan sebesar 100gr dan terdapat bayi yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 300gr. Sedangkan pada kelompok eksperimen diketahui bahwa rata-rata peningkatan berat badan sebesar 356,6gr dengan peningkatan berat badan minimal sebesar 200gr dan berat badan maksimal sebesar 500gr, dari hasil juga tidak terdapat bayi yang mengalami penurunan berat badan.

Volume ASI yang dikeluarkan oleh kelenjar payudara dapat berbeda berdasarkan faktor-faktor yang memengaruhinya (Astutik, 2014, dalam Juliastuti, 2018). Pengeluaran ASI yang akan dihasilkan ibu pada kelenjar payudaranya tidaklah sama setiap waktunya. Dikatakan bahwa volume ASI akan menurun sesuai dengan waktu (Wiji, 2013).

Pada keadaan fisiologis menyusui, kebutuhan gizi ibu meningkat karena kebutuhan untuk memproduksi ASI, salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI adalah melalui penggunaan obat ramuan tradisional, terdapat beberapa tanaman yang dipercaya baik secara turun temurun maupun yang sudah terbukti uji ilmiahnya dalam meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI, misalnya daun daun banggun-bangun (*Coleus amboinicius*) (Kementerian Kesehatan RI, 2016). Berbagai penelitian yang

menunjukkan bahwa ada beberapa bahan pangan di Indonesia yang memiliki fungsi sebagai laktagogum. Salah satu tanaman yang memiliki laktagogum adalah tanaman bangun-bangun. Fungsi dari laktagogum sendiri adalah dapat meningkatkan volume produksi ASI (Hidayat, 2014).

Tumbuhan torbangun, memiliki berbagai bahan aktif seperti karvakrol forksolin, koleol, fitosterol, barbatusin, dan fitokemikal lain yang bermanfaat untuk merangsang produksi ASI, pemulihan keseimbangan setelah melahirkan, *uterine cleansing agent*, antioksidan, merangsang semangat, mengobati sariawan, demam, asma, batuk, ayan, kembung dan sebagai afrodisiak. Kandungan kimianya adalah saponin, flavonoid, polifenol dan minyak atsiri, dan kandungan senyawa yang digunakan sebagai antipiretik adalah flavonoid.

Penelitian Ariescha (2019) terdapat pengaruh antara pemberian daun bangun-bangun dengan produksi ASI yang dilihat berdasarkan hasil signifikan dengan uji regresi linear sederhana nilai p -value $0,000 < 0,005$ dan didapat nilai R sebesar 0,590, artinya bahwa ada pengaruh yang sangat kuat. Syarief, *et al.*, (2014), pada penelitiannya daun bangun bangun-bangun diberikan pada ibu *postpartum*. Beliau memberikan sebanyak 150gr yang diberikan selama 14 hari. Beliau mengukur volume ASI pada minggu pertama pemberian daun bangunbangun dan hasil volume ASI meningkatkan sebesar 47,4%. Ibu-ibu yang mengkonsumsi daun bangun-bangun mengatakan bahwa mereka merasa segar dan tidak lelah.

Berdasarkan hal tersebut peneliti berpendapat bahwa kurangnya pengeluaran ASI pada ibu menyusui sebelum mengkonsumsi minuman daun torbangun dikarenakan kurang maksimalnya hormon oksitosin pada ibu menyusui tersebut. Untuk itu disarankan ibu menyusui dapat diberikan minuman daun torbangun agar dapat memperlancar ASI dan meningkatkan kenyamanan ibu. Menurut pendapat peneliti pikiran dan perasaannya tidak tenang menimbulkan beban fikiran untuk responden yang berakibat pada tidak meningkatnya volume pengeluaran ASI setelah diberikan minuman daun torbangun. Jumlah pengeluaran ASI sebelum dilakukan pemberian minuman daun torbangun dan setelah dihitung dengan cara pemerah ASI dengan menggunakan pompa payudara yang kemudian diukur dengan menggunakan gelas ukur dalam satuan ml. Didapatkan hasil yaitu rata-rata volume ASI sebelum pemberian minuman daun torbangun adalah 9,7ml dan setelah adalah 48,2ml . Dilihat

dari volume tersebut, rata-rata masih terbilang sedikit hal ini bisa terjadi dikarenakan upaya-upaya ibu menyusui dalam mengatasi masalah dalam ASI nya belum optimal dan ibu menyusui yang dijadikan responden mengaku belum pernah pemberian minuman daun torbangun. Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa setelah dilakukan pemberian minuman daun torbangun terjadi kontraksi yang menyebabkan air susu keluar, proses keluarnya air susu disebut dengan refleks *let down*. Ibu menyusui yang telah diberikan minuman daun torbangun dapat meringankan bahkan terhindar dari stres, membangkitkan rasa percaya diri, membantu ibu agar mempunyai pikiran dan perasaan baik tentang bayinya, meningkatkan ASI dan memperlancar ASI.

Pengaruh Produksi ASI Ibu Menyusui Sesudah Mengonsumsi Minuman Daun Torbangun

Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh yang signifikan pada kelompok kontrol dan eksperimen, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh produksi ASI ibu menyusui sesudah mengkonsumsi minuman daun torbangun di PMB Wilayah Kerja Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020.

Pada penelitian ini sampel ibu yang diambil adalah ibu nifas. Jumlah pengeluaran ASI sebelum dilakukan pemberian minuman daun torbangun dan setelah dihitung dengan cara mengukur berat badan bayi pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa pada kelompok kontrol terdapat bayi yang mengalami penurunan berat badan sedangkan pada kelompok eksperimen secara keseluruhan semua bayi mengalami peningkatan berat badan, walaupun peningkatan berat badan bayi tidak sama dan bervariasi, hal ini dapat terjadi dikarenakan pada saat penelitian. Peneliti tidak dapat mengontrol asupan makanan lain yang dikonsumsi ibu, sehingga hasil yang didapat beragam.

Pengeluaran ASI merujuk pada volume ASI yang dikeluarkan oleh payudara dan banyaknya ASI tersebut diasumsikan sama dengan pengeluaran ASI. Meningkat dan menurunnya pengeluaran ASI dapat dipengaruhi beberapa faktor seperti makanan yang dikonsumsi ibu, ketenangan jiwa dan pikiran, penggunaan alat kontrasepsi, perawatan payudara, anatomis payudara, faktor fisiologis, pola istirahat, faktor isapan anak atau frekuensi penyusuan, berat lahir bayi, umur kehamilan saat

melahirkan, dan konsumsi rokok serta alkohol (Wiji, 2013).

Salah satu bahan alam yang digunakan untuk mengatasi masalah produksi ASI adalah minuman daun torbangun (*Coleus amboinicus*LOUR). Minyak atsiri dalam minuman daun torbangun dapat meningkatkan sekresi air susu, yang mengarah ke peningkatan berat badan anak dan mencegah kematian bayi. Selain itu, daun torbangun mudah ditemukan di berbagai wilayah dengan harga yang terjangkau bagi masyarakat ekonomi menengah-rendah.

Selain itu, minuman daun torbangun (*Coleus amboinicus*LOUR) sangat kaya antioksidan, serta memiliki kandungan laktogagum yang berfungsi meningkatkan laju sekresi dan peningkatan produksi ASI. Ekstrak dari minuman daun torbangun (*Coleus amboinicus*LOUR) juga mengandung vitamin A yang tinggi dan sumber polifenol yang sangat baik untuk membantu meningkatkan produksi susu dan prolaktin.

Adapun cara pembuatan minuman daun torbangun untuk meningkatkan produksi ASI yaitu: jumlah daun yang digunakan pada pengembangan produk ini didasarkan atas jumlah daun yang umum dikonsumsi oleh masyarakat suku Batak, yaitu 120-150gr per hari, rebus dengan 3 gelas air sampai tersisa 1½ gelas.

Salah satu cara meningkatkan pengeluaran ASI melalui salah satu faktor yang mempengaruhinya dapat dilakukan intervensi berupa pemberian daun torbangun (Ariescha, 2019). Dari pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa pemberian daun torbangun dapat meningkatkan oksitosin terbentuk sehingga dapat memicu pengeluaran ASI.

Untuk membandingkan perbedaan pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan (pemberian minuman daun torbangun) Sebelum dilakukan *t-test dependent* data terlebih dahulu dilakukan uji normalitasnya. Berdasarkan uji *t-dependent* didapatkan nilai *t*-hitung sebesar 17,169 dengan *p-value* sebesar 0,000. Terlihat bahwa ada perbedaan yang signifikan pengeluaran ASI sebelum dan sesudah dilakukan pemberian minuman daun torbangun.

Berdasarkan hasil penelitian terlihat perbedaan berat badan pada bayi di kedua kelompok, dimana pada kelompok kontrol diketahui terdapat 5 orang bayi yang mengalami penurunan berat badan sebesar 100gr dan peningkatan berat badan maksimal pada kelompok kontrol adalah sebesar 300gr dan terjadi hanya pada 1 orang bayi. Sedangkan pada kelompok eksperimen diketahui secara keseluruhan bayi mengalami peningkatan berat

badan, namun peningkatan berat badan pada bayi bervariasi dari yang peningkatan sebanyak 200gr terdapat 4 orang bayi dan maksimal terdapat 4 bayi yang mengalami peningkatan sebesar 500gr.

Laktasi atau menyusui merupakan proses yang cukup kompleks. Laktasi atau menyusui mempunyai dua pengertian yaitu pengeluaran (pembuatan) dan pengeluaran ASI. Terapi (pemberian minuman daun torbangun) bertujuan memberikan tambahan asupan nutrisi pada peningkatan produksi ASI yakni minyak atsiri juga antioksidan yang terkandung di dalam daun torbangun.

Penelitian Idris (2012) dengan judul Pengaruh Daun Bangun-Bangun (*Coleus Amboinicus*) untuk Meningkatkan Produksi ASI, menunjukkan bahwa hasil uji *t-dependent* diperoleh dari 32 responden sebagian besar responden berusia 25-35 tahun sebanyak 19 orang (59,4%). Berdasarkan paritas mayoritas responden mempunyai >3 anak sebanyak 17 orang (53,1%). Berdasarkan pendidikan mayoritas responden berpendidikan sekolah dasar (SD) sebanyak 16 orang (50,0). Berdasarkan pekerjaan sebagian besar mayoritas responden adalah ibu rumah tangga sebanyak 21 orang (65,6%), dimana sebelum diberikan sop daun bangun-bangun produksi ASI ibu berdasarkan nilai rata-rata berat badan bayi 4284,38gr dan sesudah diberikan daun bangun-bangun nilai rata-rata 4531,25gr dengan *p-value*=0,003, berdasarkan frekuensi menyusui nilai rata-rata 8,19x/hari dan sesudah diberikan 10,44x/hari dengan *p-value*=0,000, berdasarkan BAK bayi nilai rata-rata 6,38x/hari dan sesudah diberikan 7,41x/hari dengan *p-value*=0,008, dari hasil tersebut H_0 ditolak yang artinya ada pengaruh daun bangun bangun untuk meningkatkan produksi ASI.

Penelitian Ariescha (2019) terdapat pengaruh antara pemberian daun bangun-bangun dengan produksi ASI yang dilihat berdasarkan hasil signifikan dengan uji regresi linear sederhana *p-value* 0,000<0,005 dan diperoleh nilai R sebesar 0,590, artinya bahwa ada pengaruh yang sangat kuat. Penelitian yang dilakukan oleh Syarif, *et al* tahun 2014, ternyata daun bangun-bangun memiliki laktogagum. Pada penelitiannya, Syarif, *et al.*, memberikan 150gr sayur daun bangun-bangun kepada ibu sejak pertama melahirkan dan berlangsung selama 30 hari dan terbukti mampu meningkatkan produksi ASI hingga 65% per hari. Terjadi perubahan nilai rata-rata pengukuran berat badan bayi sebagai indikator produksi ASI diberi dan tidak diberikan daun bangun-bangun yaitu 180 menjadi 400 dengan *p-*

value=0,000<0,05, maka dapat disimpulkan bahwa Ada pengaruh daun bangun-bangun terhadap produksi ASI di Desa Selayang Wilayah Kerja Puskesmas Selesai Kecamatan Selesai Kabupaten Langkat tahun 2018 (Mangkuji, *et al.*, 2018).

Menurut pendapat peneliti ASI dimulai dari asupan nutrisi ibu, volume serta kandungan ASI merupakan hasil dari apa yang di makan oleh ibu, kecukupan nutrisi ibu wajib terpenuhi serta asupan makanan ibu dapat diberikan yang bermanfaat sebagai pembantu meningkatkan volume ASI seperti terapi tradisional yang dapat digunakan dalam meningkatkan produksi ASI yakni daun torbangun, selain itu pikiran dan perasaannya tidak tenang menimbulkan beban pikiran untuk responden yang berakibat pada tidak meningkatnya volume pengeluaran ASI setelah dilakukan pemberian minuman daun torbangun, ibu yang berada dalam keadaan stres, kacau, marah dan sedih, kurang percaya diri, terlalu lelah, ibu tidak suka menyusui, serta kurangnya dukungan dan perhatian keluarga dan pasangan kepada ibu merupakan faktor psikologis yang dapat mengganggu pengeluaran ASI pada ibu.

Ibu yang selalu dalam keadaan gelisah, kurang percaya diri, rasa tertekan, ketakutan, pengunjug yang tidak simpatik dan berbagai bentuk ketegangan emosional, mungkin akan mengakibatkan ibu gagal dalam menyusui bayinya karena kondisi ini dapat menghambat

pengeluaran hormon oksitosin sehingga mencegah masuknya air susu ke dalam pembuluh payudara. Ketentraman jiwa dan pikiran ibu juga dipengaruhi oleh dukungan dari keluarga, suami dan petugas kesehatan.

Berdasarkan hal tersebut peneliti berpendapat bahwa pengeluaran ASI sangat dipengaruhi oleh kondisi fisik dan psikologis ibu menyusui. Ibu yang menyusui dengan pola makan yang baik dan makanan yang baik akan mempengaruhi produksi ASI, terapi yang diberikan yakni terapi minuman daun torbangun dapat dimanfaatkan sebagai sumber karbohidrat, lemak, protein, serat kasar dan mineral (kalium, natrium, magnesium, zat besi).

SIMPULAN

Ada pengaruh produksi ASI ibu menyusui sesudah mengkonsumsi minuman daun torbangun di PMB Wilayah Kerja Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020. Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu cara untuk melancarkan produksi ASI yang mudah dilakukan tanpa efek yang membahayakan. Bagi Petugas Kesehatan dapat menerapkan pemberian minuman daun Torbangun dengan benar ke seluruh ibu bersalin dalam rangka mutu pelayanan dan meningkatkan derajat kesehatan pada ibu.

DAFTAR PUSTAKA

- Ariescha, P. A. Y., & Tryaningsih, U. (2019). Pengaruh Pemberian Daun Bangun-Bangun (*Coleus Amboenicus* Lour) Terhadap Produksi Asi. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)*, 1(2), 23-28. <https://doi.org/10.35451/jkk.v1i2.129>
- Astutik, R. Y. (2015). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas dan Menyusui*. Jakarta: Trans Info Media.
- Bolon, C. M. T. (2016). Gambaran Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tehnik Menyusui Yang Benar Pada Ibu Yang Memiliki Bayi Usia 0-6 Bulan Di Klinik Cahaya Medan. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Imelda*, 2(2), 90-93. <https://jurnal.uimedan.ac.id/index.php/JURNALKEPERAWATAN/article/view/241>
- Idris, R. (2012). Pengaruh Daun Bangun-Bangun (*Coleus Amboenicus*) Untuk Meningkatkan Produksi ASI. *Universitas Sumatera Utara. [Skripsi]*. Medan: Fakultas Keperawatan, Universitas Sumatera Utara.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia tahun 2017*. Jakarta: Indonesia
- Kementerian Kesehatan, R. I. (2015). *Rencana strategis kementerian kesehatan (Renstra) tahun 2015-2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar tahun 2018*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. (2016). *Permenkes No 6 Tentang 2016 Tentang Formularium Obat Herbal Asal Indonesia*. Jakarta
- Juliastuti, J., & Sulastri, S. (2018). Pengaruh Pemberian Massage Depan (Breast Care) dan Massage Belakang (Pijat Oksitosin) Terhadap Produksi ASI Ibu Post Partum di Rumah Sakit Zainal Abidin Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah PANNMED*

- (*Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwifery, Environment, Dentist*), 12(3), 227-231.
<https://doi.org/10.36911/panmed.v12i3.122>
- Mangkuji, B., Siregar, Y., & Lovita, B. (2018). Pengaruh Seduhan Teh Daun Bangun-bangun Terhadap Produksi ASI di Desa Selayang Wilayah Kerja Puskesmas Selesai Kecamatan Kabupaten Langkat. 17–19. [Skripsi]. Medan: Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Medan.
- Maryunani, A. (2012). *Inisiasi menyusui dini, ASI eksklusif dan manajemen laktasi*. Jakarta: Trans Info Media.
- Noviawanti, R., Fitri, L., & Silalahi, I. I. (2019). Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Di Desa Sungai Putih Tahun 2018. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 8(2), 83-88.
<https://doi.org/10.35328/kebidanan.v8i2.151>
- Riyanto. (2017). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Nuha Medika
- Syarief, H., Damanik, R. M., Sinaga, T., & Doloksaribu, T. H. (2014). Pemanfaatan daun bangun-bangun dalam pengembangan produk makanan tambahan fungsional untuk ibu menyusui. *Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia*, 19(1), 38-42.
<https://jurnal.ipb.ac.id/index.php/JIPI/article/view/8404>
- Wiji, R. N. (2013) *ASI dan Panduan Ibu Menyusui*. Yogyakarta: Nuha Medika.