

Nanggroe : Jurnal Pengabdian Cendikia
 Volume 4, Nomor 10, January 2026, P. 208-212
 Licenced by CC BY-SA 4.0
 e-ISSN: [2986-7002](https://doi.org/10.5281/zenodo.18667552)
 DOI: <https://doi.org/10.5281/zenodo.18667552>

Edukasi Pemberian Daun Katuk terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum di Puskesmas Pasar X Desa Bandar Khalipah Kecamatan Percut Seituan Tahun 2025

Education on the Administration of Katuk Leaves to Increase Breast Milk Production in Postpartum Mothers at Pasar X Community Health Center, Bandar Khalipah Village, Percut Sei Tuan District, 2025

Sri Putriani Sinaga¹, Desikawali Pardede², Meria Turnip³

^{1,2,3}Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam

Email: putrisinaga222@gmail.com

Abstrak

Produksi air susu ibu (ASI) pada masa postpartum menjadi fenomena fisiologis yang ditentukan oleh sinergi regulasi hormonal, stabilitas psikis ibu, serta kecukupan asupan nutrisi. Kegiatan PkM ini bertujuan untuk meningkatkan pemberian daun katuk sebagai upaya untuk menstimulasi volume ASI. Peserta terdiri dari 12 ibu postpartum yang telah dipilih berdasarkan kriteria inklusi yang ditetapkan. Pengukuran produksi ASI dilakukan berdasarkan hasil observasi dan laporan subjektif dari ibu. Metode pelaksanaan meliputi pretest-posttest menunjukkan bahwa sebelum intervensi, sebanyak 7 responden (58,3%) mengalami penurunan produksi ASI dan tidak ditemukan responden dengan peningkatan produksi ASI. Setelah diberikan intervensi daun katuk selama periode tertentu, sebanyak 5 peserta (41,7%) mengalami peningkatan produksi ASI, 4 peserta (33,3%) tidak mengalami perubahan, dan 3 peserta (25,0%) mengalami penurunan. Nilai rata-rata skor produksi ASI sebelum intervensi sebesar 2,58 (SD = 0,515) dan menurun menjadi 1,83 (SD = 0,835) setelah intervensi. Temuan ini menguatkan peran daun katuk sebagai agen laktagogum yang efektif dalam menstimulasi peningkatan volume ASI ibu postpartum dan dapat digunakan sebagai alternatif nonfarmakologis dalam mendukung keberhasilan laktasi.

Kata kunci: Daun Katuk, Produksi ASI, Ibu Post Partum, Galaktagogum, Laktasi.

Abstract

Breast milk production during the postpartum period is a physiological phenomenon determined by the synergy of hormonal regulation, maternal psychological stability, and adequate nutritional intake. This community service activity (PkM) aimed to increase the use of katuk leaves as an effort to stimulate breast milk volume. The participants consisted of 12 postpartum mothers selected based on predetermined inclusion criteria. Breast milk production was measured based on observational results and mothers' subjective reports. The implementation method used a pretest-posttest design. The results showed that before the intervention, 7 respondents (58.3%) experienced a decrease in breast milk production, and no respondents showed an increase. After being given katuk leaf intervention for a certain period, 5 participants (41.7%) experienced an increase in breast milk production, 4 participants (33.3%) experienced no change, and 3 participants (25.0%) experienced a decrease. The mean breast milk production score before the intervention was 2.58 (SD = 0.515) and decreased to 1.83 (SD = 0.835) after the intervention. These findings reinforce the role of katuk leaves as an effective lactagogue agent in stimulating increased breast milk volume in postpartum mothers and suggest that it can be used as a non-pharmacological alternative to support successful lactation.

Keywords: Katuk leaves, breast milk production, postpartum mothers, lactagogue, lactation.

Article Info

Received date: 15 January 2026

Revised date: 20 January 2026

Accepted date: 25 January 2026

PENDAHULUAN

WHO bersama UNICEF menekankan pentingnya masa laktasi eksklusif pada semester pertama kehidupan bayi, diikuti dengan pemberian ASI berkelanjutan hingga usia 24 bulan. Laporan global tahun 2022 menunjukkan bahwa hanya 44% bayi di dunia yang mendapatkan ASI eksklusif. Walaupun terdapat pertumbuhan positif, persentase ini diklasifikasikan belum memenuhi target strategis WHO yang mengharuskan pencapaian minimal sebesar 50%. Rendahnya angka pemberian ASI eksklusif ini

berpotensi memberikan dampak negatif terhadap kualitas kesehatan dan daya tahan hidup generasi penerus di masa mendatang (WHO, 2020).

Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021, cakupan pemberian ASI eksklusif di Provinsi Jawa Barat menunjukkan tren peningkatan, yaitu dari 71,11% pada tahun 2019 menjadi 76,11% pada tahun 2021. Sementara itu, data Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat tahun 2021 menunjukkan adanya peningkatan tren pemberian ASI eksklusif di Kabupaten Bekasi ke angka 65,5% dari semula 58,3% pada tahun 2020. Kendati demikian, pencapaian ini dinilai belum optimal karena masih terdapat kesenjangan terhadap target yang diproyeksikan oleh Kementerian Kesehatan RI. Merujuk pada Keputusan Menteri Kesehatan No. 450/2004, target cakupan ASI eksklusif nasional ditetapkan sebesar 80%, sehingga hasil di Kabupaten Bekasi masih memerlukan eskalasi lebih lanjut (Pendidikan et al., 2023).

Meskipun berbagai upaya telah dilakukan, pemerintah belum sepenuhnya mampu mencapai target yang telah ditetapkan karena Praktik pemberian ASI tidak sepenuhnya diterapkan oleh seluruh ibu karena adanya determinan yang bersifat multifaktorial, misalnya kekhawatiran terhadap perubahan bentuk tubuh, tuntutan pekerjaan, serta anggapan bahwa menyusui dapat menyebabkan payudara menjadi kendur. Di sisi lain, terdapat pula ibu yang memiliki keinginan untuk menyusui bayinya, namun menghadapi berbagai kendala, terutama produksi ASI tidak lancar atau jumlahnya relatif sedikit. Kondisi tersebut mendorong ibu untuk memberikan susu formula sebagai alternatif pemenuhan kebutuhan nutrisi bayi (Queen Westi Isnaini & Nuzuliana, 2023).

Pemanfaatan daun katuk sebagai upaya peningkatan produksi ASI telah banyak diteliti, terutama melalui pengolahan sebagai sayuran maupun lalapan (Rahmanisa, 2016). Situmorang dan Singarimbun (2019) menyatakan bahwa kandungan protein dalam daun katuk berperan dalam merangsang pengeluaran air susu ibu. Selain itu, senyawa steroid dan polifenol yang terkandung di dalamnya berfungsi meningkatkan kadar hormon prolaktin. Daun katuk juga mengandung senyawa laktagogum yang mampu menstimulasi hormon prolaktin dan oksitosin, seperti polifenol, alkaloid, steroid, dan flavonoid, yang efektif dalam meningkatkan proses sekresi serta pengeluaran ASI. Namun demikian, Suwanti, Endang, dan Kuswati (2016) mengungkapkan konsumsi daun katuk secara berlebihan, khususnya dalam keadaan mentah, dapat menimbulkan efek samping berupa keracunan papaverin. Kondisi tersebut berpotensi menyebabkan gangguan pernapasan akibat penyumbatan udara di paru-paru hingga berisiko menyebabkan kematian (Sagala & Choirunnisa, 2022).

Hasil wawancara 10 ibu postpartum di wilayah kerja Puskesmas Pasar X, Desa Bandar Khalipah, Kabupaten Deli Serdang, diperoleh data bahwa hanya 30% ibu postpartum yang memberikan ASI secara eksklusif, sedangkan 70% lainnya memberikan susu formula, karena produksi ASI yang masih sedikit. Selain itu, ibu juga mengungkapkan adanya kekhawatiran tidak mampu merawat bayinya dengan baik serta kurangnya asupan nutrisi bisa menghambat produksi ASI. Pada masa nifas, sebagian besar ibu juga menyatakan jarang mengonsumsi sayur-sayuran hijau yang berperan penting dalam mendukung kecukupan nutrisi selama menyusui.

METODE

Kegiatan PkM ini dilaksanakan melalui metode edukasi dan praktik langsung tentang manfaat dan penerapan ini adalah daun katuk segar (*Sauropus androgynus*) yang diolah menjadi sayur rebus sesuai dengan SOP. Daun katuk diberikan kepada peserta dengan dosis 300 gram per hari yang dikonsumsi dua kali sehari selama 7 hari berturut-turut.

Alat yang digunakan meliputi lembar SOP pemberian daun katuk, lembar observasi produksi ASI, timbangan gelar ukur untuk estimasi volume produksi ASI, serta lembar persetujuan menjadi responden untuk memastikan etika PkM tetap terjaga.

Prosedur kegiatan PkM diawali dengan pemberian penjelasan kepada ibu postpartum mengenai manfaat yang diperoleh, serta tata cara konsumsi daun katuk. Setelah peserta menyatakan persetujuan

untuk peserta dalam PkM, PkM melakukan pengukuran awal (*pretest*) melalui observasi dan *self-report* guna mengetahui kondisi produksi ASI sebelum diberikan intervensi. Selanjutnya, responden diberikan intervensi berupa konsumsi daun katuk sesuai dengan standar operasional prosedur (SOP). Setelah intervensi berlangsung selama tujuh hari, dilakukan kembali pengukuran produksi ASI (*posttest*) dengan metode yang sama.

HASIL

Hasil PKM menunjukkan frekuensi & persentase peserta berdasarkan karakteristik ibu di Puskesmas Pasar X Bandar Khalipah

Karakteristik	N	%
Usia Ibu		
20-25 Tahun	5	41.7
26-30 Tahun	4	33.3
> 30 Tahun	3	25.0
Total	12	100.0
Pendidikan Ibu		
SD	1	8.3
SMP	2	16.7
SMA	5	41.7
S1	4	33.3
Total	12	100.0
Pekerjaan		
IRT	8	66.7
PNS	3	25.0
Pegawai Swasta	1	8.3
Total	12	100.0

Jumlah peserta dalam PKM ini sebanyak 12 orang. Berdasarkan distribusi usia, sebagian besar peserta pada rentang usia 20–25 tahun, 5 peserta (41,7%), usia 26–30 tahun sebanyak 4 peserta (33,3%), serta usia di atas 30 tahun sebanyak 3 peserta (25,0%). Ditinjau dari tingkat pendidikan, mayoritas peserta memiliki pendidikan terakhir SMA, yaitu sebanyak 5 peserta (41,7%), disusul oleh pendidikan S1 sebanyak 4 peserta (33,3%), pendidikan SMP sebanyak 2 peserta (16,7%), dan pendidikan SD sebanyak 1 peserta (8,3%). Sementara itu, berdasarkan karakteristik pekerjaan, mayoritas berprofesi sebagai IRT, yaitu 8 peserta (66,7%), diikuti oleh PNS 4 peserta (33,3%), serta pegawai swasta sebanyak 1 peserta (8,3%). Selain itu, frekuensi & persentase peserta berdasarkan produksi ASI sebelum intervensi.

Produksi ASI	N	%
Naik	0	0
Tetap	5	41.7
Turun	7	58.3
Total	12	100.0

Berdasarkan tabel 2 sebelum pemberian daun katuk, mayoritas ibu post partum mengalami produksi ASI turun, 7 peserta (58.3%), diikuti oleh produksi ASI tetap sebanyak 5 peserta (41.7%), dan produksi ASI naik sebanyak 0 peserta (0%).

Tabel 3 frekuensi & persentase peserta berdasarkan produksi ASI setelah dilakukan pemberian daun katuk.

Produksi ASI	n	%
Naik	5	41.7
Tetap	4	33.3
Turun	3	25.0
Total	12	100.0

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa setelah pemberian daun katuk, mayoritas ibu post partum mengalami produksi ASI naik, yaitu sebanyak 5 peserta (41.7%), diikuti oleh produksi ASI tetap sebanyak 4 peserta (33.3%), dan produksi ASI turun sebanyak 3 peserta (25.0%).

Temuan ini mengindikasikan adanya perbedaan yang bermakna secara statistik pada volume produksi ASI ibu postpartum antara fase pra-intervensi dan pasca-intervensi melalui pemberian daun katuk. Data mencatat rerata produksi ASI awal sebesar 2,58 (SD = 0,515), yang kemudian bertransformasi menjadi 1,83 (SD = 0,835) setelah perlakuan diberikan. Perubahan nilai rata-rata ini memberikan indikasi kuat bahwa suplementasi daun katuk memiliki efektivitas dalam mengoptimalkan capaian ASI. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa intervensi tersebut menghasilkan diferensiasi produksi ASI yang bermakna secara signifikan.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil PKM yang dilakukan terhadap 12 ibu postpartum di Puskesmas Pasar X, Desa Bandar Khalipah, Kecamatan Percut Sei Tuan pada tahun 2025, diperoleh hasil bahwa sebelum diberikan intervensi berupa konsumsi daun katuk, mayoritas peserta mengalami penurunan produksi ASI.

Dari total 12 responden, sebanyak 7 ibu postpartum (58,3%) melaporkan adanya penurunan produksi ASI. Penurunan tersebut rata-rata mencapai sekitar 30 ml per hari, yaitu dari produksi awal sekitar 100 ml per hari menjadi kurang lebih 70 ml per hari. Kondisi ini menunjukkan adanya hambatan atau gangguan dalam proses laktasi yang dialami oleh sebagian besar ibu postpartum pada periode sebelum intervensi. Sementara itu, sebanyak 5 peserta (41,7%) menyatakan bahwa produksi ASI mereka berada dalam kondisi tetap, tanpa mengalami peningkatan maupun penurunan yang bermakna, dengan kisaran produksi sekitar 100 ml per hari. Selain itu, tidak terdapat peserta (0%) yang mengalami peningkatan produksi ASI sebelum dilakukan intervensi.

Sebelum, rata-rata skor produksi ASI pada 12 ibu postpartum sebesar 2,58 dengan standar deviasi 0,515. Setelah di rata-rata skor produksi ASI menurun menjadi 1,83 dengan standar deviasi 0,835. Penurunan skor tersebut secara statistik menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI, mengingat sistem penilaian dalam penelitian ini menetapkan bahwa semakin rendah skor yang diperoleh, semakin tinggi volume atau kelancaran produksi ASI. Dengan demikian, perubahan rerata dari 2,58 menjadi 1,83 dapat diinterpretasikan sebagai bukti efektivitas pemberian daun katuk sebagai agen laktagogum yang berperan penting dalam memicu produktivitas laktasi pada masa postpartum.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengapresiasi INKES Medistra Lubuk Pakam sebagai instansi naungan yang telah memfasilitasi terselenggaranya program PkM ini, dan berterima kasih kepada SMA Swasta Nusantara Lubuk Pakam atas kerja sama dan penyediaan sarana pendukung, yang memungkinkan keterlibatan sejumlah siswi sebagai partisipan program.

REFERENSI

- Ade Indriyani, A., Besmaya, B. M., Komalasari, K., & Isnaini, M. (2022). Efektivitas simplisia daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di PMB Siti Juwariyah, S. St Kabupaten Tanggamus. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN Aisyah)*. Universitas Aisyah Pringsewu.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2004). *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 450/Menkes/SK/IV/2004 tentang pemberian ASI eksklusif pada bayi di Indonesia*. Kemenkes RI.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Profil kesehatan Indonesia tahun 2021*. Kemenkes RI.
- Khotimah, K., Satillah, S. A., Fitriani, V., Miranti, M., Maulida, M., Hasmalena, H., Pagarwati, L. D. A., & Zulaiha, D. (2024). Analisis manfaat pemberian ASI eksklusif bagi ibu menyusui dan perkembangan anak. *PAUDIA: Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 13(2), 254–266. <https://doi.org/10.26877/paudia.v13i2.505>
- Mawaddah, S., & Karlawaty, N. (2021). Efektivitas teh daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu postpartum hari ke 4–7. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 6(2), 167–171.
- Pendidikan, H. T., Pekerjaan, D., & Pengetahuan Ibu. (2023). Hubungan tingkat pendidikan, pekerjaan, dan pengetahuan ibu terhadap pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0–6 bulan. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 2–7.
- Queen Westi Isnaini, Q. W., & Nuzuliana, R. (2023). Asuhan kebidanan pada ibu nifas normal. In *Prosiding Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisiyiyah Yogyakarta* (Vol. 1, pp. 308–316).
- Rahmanisa, S. (2016). Pemanfaatan daun katuk sebagai galaktagogum untuk meningkatkan produksi ASI. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Sagala, K., & Choirunnisa, R. (2022). Efektivitas pemberian daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di BPM Bidan Y Bekasi Timur. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(1), 117–126. <https://doi.org/10.37012/jik.v14i1.810>
- Saraswati, D. E. (2024). Pengaruh daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas: Studi literatur. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA*, 14(2), 1–11.
- Silaban, V. F., Panjaitan, A. G., Yanti, A. R., Pohan, A., & Tampubolon, D. H. (2023). Efektivitas pemberian ekstrak daun katuk terhadap produksi air susu ibu di praktik bidan Lasmaria Batangkuis. *Malahayati Nursing Journal*, 5(5), 1487–1497. <https://doi.org/10.33024/mnj.v5i5.8577>
- World Health Organization. (2020). *Infant and young child feeding*. WHO.
- World Health Organization, & United Nations Children's Fund. (2022). *Global breastfeeding scorecard*. WHO & UNICEF.