

## HUBUNGAN PEMBERIAN DAUN KATUK (SAUROPUS ANDROGYNOUS) TERHADAP PROSES KELANCARAN ASI PADA IBU POSTPARTUM

Vindy Lucky Permatasari, Amalia Iin Sidiqkah, Dyah Ayu Sasmita, Maya Septriana\*

Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga, Indonesia

Email: amalia.iin.sidiqkah-2021@fk.unair.ac.id, mayasep triana@vokasi.unair.ac.id

### Abstrak

Penelitian ini merupakan kajian literatur yang merupakan artikel penelitian data primer tentang herbal yang digunakan untuk memperlancar ASI. Sumber data yang digunakan berupa publikasi artikel yang bersumber dari Google Scholar, Pubmed, dan Scopus dengan kata kunci herbal, daun katuk dan breast milk. Didapatkan 5 artikel yang sesuai kriteria inklusi kemudian dilakukan sintesis data. Hasil: Daun katuk dikenal dalam pengobatan tradisional sebagai obat untuk memperbanyak ASI karena senyawa yang terkandung dalam ekstrak daun katuk memiliki potensi dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin dapat merangsang dan meningkatkan produksi ASI. Kesimpulan: Daun katuk dapat memberikan efek yang positif dalam produksi ASI, maka seorang ibu postpartum dapat disarankan untuk mengkonsumsi rebusan daun katuk ataupun ekstrak daun katuk apabila memiliki permasalahan ketidاكلancaran ASI.

**Kata kunci:** Herbal, Daun Katuk, Breast Milk

### Abstract

This research is a literature review which is a primary data research article about herbs used to facilitate breast milk. The data sources used are in the form of published articles from Google Scholar, Pubmed, and Scopus with the keywords herbal, katuk leaves and breast milk. There were 5 articles that met the inclusion criteria and then data synthesis was carried out. Results: Katuk leaves are known in traditional medicine as a medicine to increase breast milk because the compounds contained in katuk leaf extract have the potential to stimulate the hormones oxytocin and prolactin can stimulate and increase milk production. Conclusion: Katuk leaves can have a positive effect on breast milk production, so a postpartum mother can be advised to consume katuk leaf decoction or katuk leaf extract if she has problems with non-fluent breastfeeding.

**Keywords:** Herbs, Katuk Leaves, Breast Milk.

<b>How to cite:</b>	Permatasari, et al. (2023). Hubungan Pemberian Daun Katuk (Sauropus Androgynous) terhadap Proses Kelancaran Asi pada Ibu Postpartum. <i>Syntax Literate</i> (8) 12, <a href="https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v8i12">https://doi.org/10.36418/syntax-literate.v8i12</a>
<b>E-ISSN:</b>	2548-1398
<b>Published by:</b>	Ridwan Institute

## Pendahuluan

Berdasarkan data yang dilaporkan ke Direktorat Gizi dan Kesehatan Ibu dan Anak pada tahun 2021 sebanyak 27.566 kematian balita. Dari seluruh kematian balita, 73,1% diantaranya terjadi pada masa neonatal (20.154 kematian). Dari seluruh kematian neonatal yang dilaporkan, sebagian besar diantaranya (79,1%) terjadi pada usia 0-6 hari, sedangkan kematian pada usia 7-28 hari sebesar 20,9%. Sementara itu, kematian pada masa post neonatal (usia 29 hari-11 bulan) sebesar 18,5% (5.102 kematian) dan kematian anak balita (usia 12-59 bulan) sebesar 8,4% (2.310 kematian) (Kemenkes RI, 2021a).

Penyebab kematian tersebut dapat dicegah dengan pemberian ASI (Handayani *et al.*, 2021). Pemberian ASI eksklusif berperan penting dalam menurunkan angka kematian bayi (AKB) (Khasanani *et al.*, 2021). Apabila ASI diberikan secara optimal sejak lahir maka dapat membantu proses tumbuh kembang bayi karena ASI mengandung nutrisi yang sesuai dengan kebutuhan bayi dan tersedia dalam jumlah yang tepat (Kebo *et al.*, 2021).

Pada tahun 2021 pemberian ASI eksklusif pada bayi usia 0-5 bulan lebih tinggi di pedesaan (74,05%) dibandingkan di perkotaan (69,64%) (Badan Pusat Statistik, 2021). Rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia salah satunya disebabkan produksi ASI yang kurang (Handayani *et al.*, 2021). Peran ibu dianggap sangat penting baik dalam keluarga maupun dalam masyarakat bahkan dalam pilar-pilar negara. Oleh karena itu, menghargai, melindungi, menabung dan memenuhi kebutuhan dasar ibu merupakan salah satu cara untuk menciptakan generasi unggul (Kemenkes RI, 2021b).

Nutrisi awal kehidupan itu penting (Limanto *et al.*, 2019), maka menyusui dianggap sangat penting bagi ibu dan bayi baru lahir, karena keduanya bermanfaat (Utomo *et al.*, 2022). Produksi ASI yang kurang merupakan faktor penghambat yang paling sering menyebabkan terhentinya praktik pemberian ASI eksklusif (Safitri *et al.*, 2021). Salah satu penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif adalah persepsi kekurangan ASI yang disebabkan oleh faktor fisiologis dan psikologis. Rendahnya produksi ASI dapat disebabkan oleh faktor nutrisi dan hormonal (Handayani *et al.*, 2021).

Di Indonesia, terdapat banyak tanaman yang dipercaya dapat meningkatkan produksi ASI (Handayani *et al.*, 2021). Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI adalah melalui penggunaan herbal seperti ekstrak daun katuk (*Sauropus androgynous*) (Mawaddah & Karlawaty, 2021). Daun katuk dapat dikonsumsi dengan mudah, baik dengan cara direbus atau diolah sebagai obat herbal yang berkhasiat melancarkan ASI (Sholihah & Widyastari, 2022).

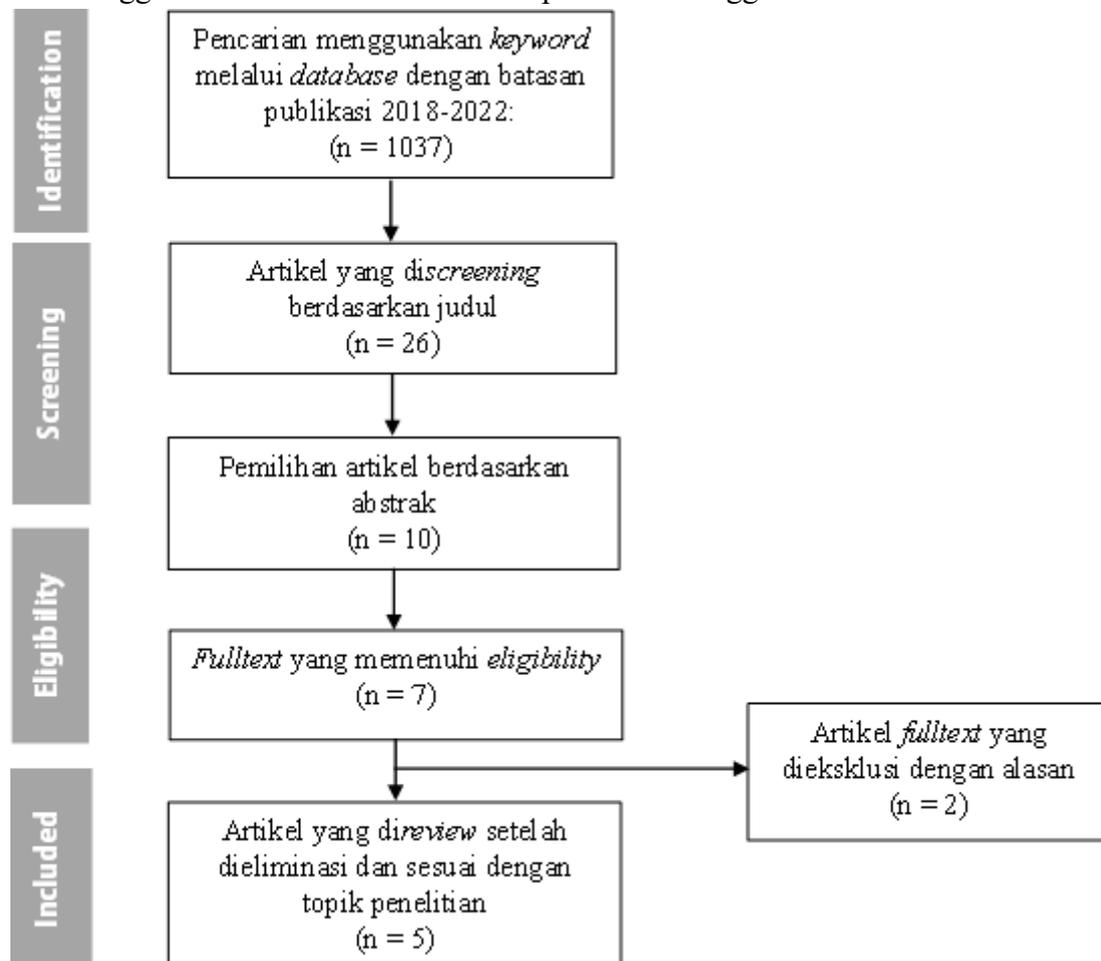
Tujuan dari kajian literatur ini adalah untuk menganalisa hubungan antara pemberian daun katuk untuk memperlancar ASI pada ibu postpartum. Dengan adanya kajian literatur ini diharapkan dapat memberikan gambaran nutrisi yang berhubungan dengan kelancaran ASI, sehingga dapat meningkatkan pemberian ASI eksklusif.

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan strategi *literature review*, yaitu berisi uraian tentang teori, temuan dan bahan penelitian lain yang diperoleh dari bahan acuan untuk dijadikan

landasan kegiatan penelitian tentang herbal yang digunakan untuk memperlancar ASI. Penelusuran artikel bersumber dari *Google Scholar*, *Pubmed* dan *Scopus*. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian artikel adalah “herbal”, “daun katuk” dan “air susu ibu (ASI)”.

Metode strategi pencarian menggunakan PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Review & Meta Analysis*) melalui empat tahapan yang terdiri dari *identification*, *screening*, *eligibility*, dan *included*. Artikel-artikel tersebut dipilih berdasarkan kriteria inklusi yaitu artikel penelitian dengan menggunakan desain penelitian *pra eksperimental* dan *purposive sampling*, artikel yang dipublikasi menggunakan Bahasa Inggris atau Bahasa Indonesia, artikel yang digunakan diunduh secara gratis, batas pencarian artikel merupakan artikel yang dipublikasikan di tahun 2018 dan 2022 dengan jenis *research article* dan *original article*. Sementara, kriteria eksklusi yaitu artikel dengan jenis *review article* atau *literature review* atau *systematic review* dan tidak menggunakan Bahasa Indonesia maupun Bahasa Inggris.



Gambar 1 Alur Pencarian Artikel

Berdasarkan hasil pencarian yang diperoleh dengan menggunakan keyword melalui beberapa database yaitu Google Scholar, pada tahap identification dilakukan dengan mengidentifikasi artikel didapatkan sebanyak 980 artikel, Pubmed didapatkan

sebanyak 58 artikel. Seluruh artikel yang tersaring tersebut merupakan publikasi pada 4 tahun terakhir, sehingga didapatkan total keseluruhan pada tahap identification sebanyak 1038 artikel.

Pada tahap kedua dilakukan tahap screening. Dari artikel yang sudah disaring lalu dieliminasi berdasarkan judul dan didapatkan sebanyak 26 artikel dengan judul yang relevan dengan literature review. Eliminasi kedua dilakukan berdasarkan isi abstrak sehingga hanya didapatkan sebanyak 10 artikel. Pada tahap ketiga yaitu eligibility dengan melakukan proses seleksi artikel kemudian diperketat dengan melakukan proses seleksi pada artikel yang tersedia dalam bentuk full text.

Dari artikel full text tersebut dipilih artikel yang memenuhi eligibility penelitian dan tidak mengikutsertakan pada artikel yang membahas di luar konteks pemanfaatan daun katuk terhadap kelancaran ASI serta artikel yang berbayar atau tidak free akses, sehingga didapatkan sebanyak 7 artikel. Pada tahap akhir included diperoleh sebanyak 5 artikel dari total artikel yang disaring sesuai dengan kriteria inklusi. Kemudian 5 artikel tersebut disintesis untuk mengetahui hubungan antara pemberian daun katuk untuk memperlancar ASI pada ibu postpartum.

## Hasil dan Pembahasan

Penelusuran artikel yang telah dilakukan menggunakan flowchart PRISMA berdasarkan kriteria inklusi penelitian dan didapatkan 5 artikel yang sesuai dengan kriteria. Dari kelima sumber tersebut menggunakan metode penelitian eksperimental serta studi kasus dengan proses penelitian yang dilakukan di berbagai tempat yang berbeda, yaitu Bandar Lampung, Aceh, Palangka Raya, Malang dan Palembang. Walaupun batasan publikasi yang dimasukkan dalam kriteria inklusi mulai tahun 2018 sampai 2022, namun artikel yang diolah dalam naskah ini hanya terdiri dari tahun 2019, 2021 dan 2022.

No	Peneliti dan Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1	RE Safitri <i>et al.</i> , (2021)	Pemberian Ekstrak Daun Katuk Dapat Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui	Eksperimental	Pada penelitian ini terjadi kenaikan yang signifikan dari produksi ASI ssebelum dan ASI sesudah, peningkatan antara kenaikan berat badan pada hasil sebelum dilakukan intervensi, menurut peneliti kandungan senyawa yang terkandung dalam ekstrak daun katuk memiliki potensi dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan substansi lainnya paling efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan $H_a$ diterima yang artinya ada pengaruh pemberian ekstrak daun katuk terhadap ibu menyusui

				menyusui Di Puskesmas Rawat Inap Kemiling Bandar Lampung 2021
2	Juliastuto <i>et al.</i> , (2019)	Efektivitas Daun Katuk ( <i>Sauropus Androgynous</i> ) Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui di Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar	Eksperimental	Hasil penelitian menunjukkan pada daun katuk juga mengandung steroid dan polifenol yang dapat meningkatkan kadar prolaktin. Prolaktin merupakan salah satu hormon yang mempengaruhi produksi ASI. Dengan tingginya kadar prolaktin maka secara otomatis akan meningkatkan produksi ASI. Selain itu, rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk efektif dalam memenuhi kecukupan ASI. Rebusan daun katuk dalam penelitian ini terbukti meningkatkan kenaikan berat badan bayi dibandingkan ekstrak daun katuk dengan p value 0,000
3	U Primadhani (2021)	How to Increasing Prolactine Levels of Breastfeeding Mother with Consumption Katuk ( <i>Sauropus androgynous (L Merr)</i> Leaf	Eksperimen	Pengaruh Pemberian Biskuit Daun Katuk ( <i>Sauropus androgynous (L Merr)</i> ) Terhadap Peningkatan Kadar Prolaktin Ibu Menyusui. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian biskuit daun katuk terhadap peningkatan kadar prolaktin serum pada ibu menyusui. Biskuit daun katuk dapat dijadikan salah satu alternatif dalam upaya meningkatkan produksi ASI sehingga dapat mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk efektif untuk memenuhi kecukupan ASI. Rebusan daun katuk pada penelitian ini terbukti meningkatkan berat badan bayi dibandingkan ekstrak daun katuk dengan nilai p 0,000.
4	Farida & Niah (2022)	Efektifitas Pemberian Daun Katuk Terhadap Produksi ASI Ibu Postpartum di PMB M Singasari Malang	Eskperimental	Hasil analisis ditemukan adanya pembeda yang berarti antara kelompok intervensi yang diberi daun katuk dimana nilai $p=0,021 < 0,05$ dengan rata-rata data awal 3093,3 kemudian setelah pemberian daun katuk data berubah menjadi 3306,6, ini mengartikan bahwa dengan diberikannya daun katuk pada ibu setelah melahirkan efektif untuk membantu keluaran ASI nya, sehingga ASI yang dihasilkan akan dapat mencukupi kebutuhan
5	Mawaddah, Sofia dan Karlawaty, Novia, (2021)	Efektivitas Teh Daun Katuk terhadap Produksi ASI pada	Eksperimental	Hasil penelitian menunjukkan adanya respon positif terhadap produksi ASI ibu postpartum hari ke 4-7 dengan nilai p value = 0,000 (<0,05), sehingga

# Pengaruh Marketing Mix, User Experience dan Brand Equity terhadap Customer Retention pada Perusahaan Redbus Indonesia

Ibu Postpartum Hari  
ke 4-7

peneliti menganjurkan mengkonsumsi  
teh daun katuk sebagai obat-obatan  
tradisional jika produksi ASI kurang  
baik

---

Manfaat daun katuk dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu pada masa postpartum dibahas dalam penelitian Juliastuti (2019) dalam artikel “Efektivitas Daun Katuk (*Sauropus Androgynous*) Terhadap Kecukupan ASI Di Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar” terbukti pada berat badan bayi yang mengalami kenaikan sebanyak 140-200gram selama seminggu.

Dalam penelitiannya, rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk memiliki perbedaan rata-rata pertambahan berat badan yaitu 259gram pada rebusan daun katuk dan 182gram pada ekstrak daun katuk, artinya rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk memiliki efektivitas dalam pemenuhan kebutuhan ASI. Artinya kualitas ASI mengalami peningkatan dalam setiap minggunya.

Hasil penelitian tersebut juga didukung oleh beberapa penelitian lain yang salah satunya dilakukan oleh Safitri *et al* (2021), dalam artikel yang berjudul “Pemberian Ekstrak Daun Katuk Dapat Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui” dimana produksi ASI mengalami peningkatan secara signifikan dari produksi ASI sebelum dan ASI sesudah, peningkatan antara kenaikan berat badan pada hasil sebelum dilakukan intervensi karena senyawa yang terkandung dalam ekstrak daun katuk memiliki potensi dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan zat lain dapat merangsang dan meningkatkan produksi ASI.

Sholihah & Widyastari (2022) menjelaskan bahwa ASI merupakan salah satu makanan kompleks untuk bayi karena mengandung nutrisi yang dibutuhkan bayi untuk tumbuh kembang bayi yang optimal. ASI mengandung zat-zat yang penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi dan sesuai dengan kebutuhannya (Mawaddah & Karlawaty, 2021). Produksi ASI yang kurang merupakan faktor penghambat yang paling sering menyebabkan berhentinya pemberian ASI eksklusif (Safitri & Yuviska, 2021).

Berbagai pengobatan baik secara farmakologi maupun non farmakologi dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI. Salah satu upaya yang bisa dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI yaitu menggunakan obat herbal tradisional seperti ekstrak daun katuk (*Sauropus androgynous*). Daun katuk dikenal dalam pengobatan tradisional di Asia Selatan dan Tenggara sebagai obat untuk memperbanyak ASI. Daun katuk dapat dikonsumsi dengan mudah, baik dengan cara direbus atau diolah sebagai obat herbal yang berkhasiat melancarkan ASI (Sholihah & Widyastari, 2022).

## Kesimpulan

Terdapat beberapa herbal yang berfungsi untuk membantu proses kelancaran produksi ASI, seperti daun katuk, daun kelor, madu, biji fenugreek, jantung pisang klutuk, jahe, pepaya, serta teh wang nam yen. Namun dari semua artikel ilmiah yang ditemukan peneliti, sebagian besar menyebutkan lebih berpengaruh daun katuk untuk membantu proses kelancaran ASI. Saat ini telah banyak produk booster ASI yang terbuat dari ekstrak

daun katuk. Di Indonesia masih terdapat banyak tanaman katuk, sehingga tidak akan sulit untuk mencarinya. Selain ekstrak daun katuk yang dikemas dalam bentuk kapsul, daun katuk juga dapat dikonsumsi langsung dengan cara dimasak menjadi sayur.

Daun katuk memiliki kandungan zat besi yang tinggi dan kaya akan vitamin (A, B1, dan C), protein, lemak, dan mineral. Daun katuk juga mengandung tanin, saponin, flavonoid, dan alkaloid papaverin yang bermanfaat untuk memperlancar ASI. Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh 2 hormon yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI.

Prolaktin berhubungan dengan gizi ibu, semakin baik asupan gizi maka semakin banyak produksi ASInya. Jika dengan bantuan konsumsi herbal, yang dalam hal ini adalah daun katuk dapat memberikan efek yang positif dalam produksi ASI, maka seorang ibu postpartum dapat disarankan untuk mengkonsumsi rebusan daun katuk ataupun ekstrak daun katuk apabila memiliki permasalahan ketidaklancaran ASI.

### BIBLIOGRAFI

- Badan Pusat Statistik. (2021). Profil Statistik Kesehatan 2021. *Badan Pusat Statistik*, 22. [bps.go.id](https://bps.go.id)
- Handayani, S., Pratiwi, Y. S., & Fatmawati, N. (2021). Pemanfaatan Tanaman Lokal Sebagai Pelancar Asi (Galaktogogue). *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(3), 518–522. <https://doi.org/10.33024/jkm.v7i3.4451>
- Handayani, S., Suryatim Pratiwi, Y., Ulya, Y., & Kebidanan Program Sarjan STIKes Yarsi Mataram, P. (2021). Daun Katuk (*Sauropus androgynus* (L.) Merr) Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu. *Jurnal Ilmiah STIKES Yarsi Mataram*, 11(1), 34–41.
- 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. <http://103.79.91.18/index.php/IJHS/article/view/1600/0>
- Kebo, S. S., Husada, D. H., & Lestari, P. L. (2021). Factors Affecting Exclusive Breastfeeding in Infant At the Public Health Center of Ile Bura. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 5(3), 288–298. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v5i3.2021.288-298>
- Kemenkes RI. (2021a). *Profil Kesehatan Indonesia 2021* (MSc. P. Farida Sibuea, SKM, M. Boga Hardhana, S.Si, & M. Winne Widiyanti, SKM, Eds.). Kementerian Kesehatan RI.
- Kemenkes RI. (2021b). *Turunkan AKI-AKB, Kemenkes Pertajam Transformasi Sistem Kesehatan*. <https://www.kemkes.go.id/article/view/21122400006/turunkan-aki-akb-kemenkes-pertajam-transformasi-sistem-kesehatan.html>

- Khasanani, N. K., Darsini, N., & Puspitasari, D. (2021). Perbedaan Frekuensi Sakit Bayi Usia 6-12 Bulan Yang Diberikan Asi Eksklusif Dan Non Asi Eksklusif. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 3(4), 293–304. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v3i4.2019.293-304>
- Limanto, T. L., Sampurna, M. T. A., Handayani, K. D., Angelika, D., Utomo, M. T., Etika, R., & Harianto, A. (2019). The effect of early parenteral nutrition on return to birth weight and gain weight velocity of premature infants with low birth weight. *Carpathian Journal of Food Science and Technology*, 11(5), 101–107. <https://doi.org/10.34302/CRPJFST/2019.11.5.15>
- Mawaddah, S., & Karlawaty, N. (2021). Efektivitas Teh Daun Katuk terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum Hari ke 4-7. *Jurnal Surya Medika*, 6(2), 167–171. <https://doi.org/10.33084/jsm.v6i2.2135>
- Safitri, R. E., & Yuviska, I. A. (2021). Pemberian Ekstrak Daun Katuk Dapat Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 7(4), 751–756.
- Safitri, R. E., Yuviska, I. A., Astriana, A., & ... (2021). Pemberian Ekstrak Daun Katuk Dapat Meningkatkan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(4), 751–756. <http://www.ejurnalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/4936>
- Sholihah, I. A., & Widyastari, S. (2022). the Difference Between Acupuncture Therapy and Katuk Leaf Extract on Breast Milk Production in Breastfeeding Mothers in Duwetan Ngunut Jumantono Karanganyar. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 10(1), 23. <https://doi.org/10.20961/placentum.v10i1.54340>
- Utomo, M. T., Puspitasari, D., Thirafi, S. Z. T., & Handayani, K. D. (2022). Recommendations for Mothers With COVID-19 for Breastfeeding: A Review. *Perinatology*, 23(2), 87–91.

---

**Copyright holder:**

Vindy Lucky Permatasari, Amalia Iin Sidiqkah, Dyah Ayu Sasmita, Maya Septriana (2023)

**First publication right:**

Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia

**This article is licensed under:**

