
Efektivitas Pemberian Teh Daun Bangun (*Coleus Amboinicoloury*) Terhadap Kelancaran Produksi Asi Ibu Menyusui

Siti Aisyah

Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan, Intitut Kesehatan Helvetia Medan

E-mail: sitiaisyah@helvetia.ac.id

Article History:

Received: 01 Oktober 2024

Revised: 15 Oktober 2024

Accepted: 18 Oktober 2024

Keywords: Daun Bangun-
bangun, ASI, Menyusui

Abstract: Rendahnya cakupan ASI dikarenakan ketidaklancaran ASI pada ibu menyusui, berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun 2022 bayi usia kurang dari 6 bulan mendapat ASI Eksklusif sebesar (35,96%) survey awal yang dilakukan di Klinik Bidan Mera terdapat 10 orang ibu menyusui yang memberikan ASI kepada bayinya namun ASI yang keluar hanya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya efektivitas pemberian teh daun bangun-bangun terhadap kelancaran produksi ASI ibu menyusui di Klinik Bidan Mera Tanjung Mulia Kec. Medan Deli Tahun 2024. Jenis penelitian ini menggunakan eksperimen semu dengan one grup pre test and post test without control design. Teknik pengambilan sampel menggunakan Purposive Sampling yaitu dengan 10 orang ibu menyusui dari 20 orang jumlah populasi. Analisis menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji Saphiro Wilk dan Paired Sample T-test. Hasil penelitian di dapatkan nilai mean sebelum dan sesudah diberikan teh daun bangun-bangun (17,50-57,00) dengan standar deviasi sebelum dan sesudah diberikan teh daun bangun-bangun (7,546-13,375). Hasil uji statistik dengan Paired Sample T-test diperoleh dengan nilai $P 0,001 < 0,05$, yang artinya terdapat efektivitas pemberian teh daun kelor terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan hasil bahwa ada pengaruh signifikan pemberian teh daun bangun-bangun terhadap kelancaran produksi ASI Saran pada lokasi penelitian Klinik Bidan Mera Tanjung Mulia untuk memotivasi ibu menyusui dalam pemanfaatan daun bangun bangun terhadap produksi ASI.

PENDAHULUAN

Pemberian ASI sangat penting bagi tumbuh kembang yang optimal baik fisik maupun mental dan kecerdasan bayi sehingga bayi dapat tumbuh sempurna sebagai manusia yang sehat,

selain itu pemberian Air Susu Ibu (ASI) dapat menurunkan resiko kematian bayi. Bagi ibu yang bersalin untuk pertama kalinya (primipara), akan terjadi penyesuaian yang bersifat sosial karena perempuan yang bersalin untuk pertama kali akan memikul tanggung jawab sebagai seorang ibu. Salah satu peran penting seorang ibu yang bersalin untuk pertama kali adalah memberikan ASI sesegera mungkin setelah bayi lahir, hal ini disebut dengan inisiasi menyusui dini (1).

Setelah 6 minggu pasca persalinan, wanita mengalami suatu proses alamiah yang disebut nifas. Ketika proses ini terjadi maka wanita akan mengalami perubahan-perubahan fisiologis, seperti involusi uterus dan pengeluaran lochea, perubahan psikis dan fisik, serta laktasi/pengeluaran air susu ibu (2).

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO) angka rata rata pemberian ASI Eksklusif di dunia tahun 2022 hanya sebesar 44% pada bayi usia 0-6 bulan diseluruh dunia yang mendapatkan ASI Eksklusif selama periode 2015-2020 dari 50% target pemberian ASI Eksklusif (4).

Laporan Badan Pusat Statistik (BPS) menunjukkan, persentase bayi berusia di bawah usia 6 bulan di Indonesia yang mendapat air susu ibu (ASI) eksklusif mencapai 73,97% pada 2023. Pemberian ASI terbukti dapat menurunkan risiko stunting sebesar 13%. Hal ini tak lain karena ASI mengandung semua nutrisi yang dibutuhkan bayi untuk tumbuh dan berkembang secara optimal, termasuk protein, lemak, karbohidrat, vitamin, dan mineral (5).

Menurut data hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2021, 52,5% atau hanya setengah dari 2,3 juta bayi berusia <6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di Indonesia, atau menurun 12% dari angka di tahun 2019 (6).

Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara tahun 2022, capaian indikator bayi usia kurang dari 6 bulan mendapat ASI Eksklusif sebesar 67,96% capaian persentase bayi usia kurang dari 6 bulan mendapatkan ASI eksklusif per provinsi tahun 2022 yaitu 35,96%, pemenuhan kebutuhan gizi bayi 0-6 bulan yaitu diperoleh melalui ASI bagi bayi dengan ASI eksklusif (7).

Satu diantara faktor yang dapat menjadi penyebab rendahnya angka pemberian ASI eksklusif adalah air susu ibu yang sukar keluar di minggu pertama setelah melahirkan dan persepsi ibu bahwa produksi air susu ibu tidak mencukupi. Produksi air susu ibu dapat dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor utama yang dapat mempengaruhi adalah faktor hormonal yaitu hormon prolaktin dan oksitosin (8).

Daun bangun-bangun dipercaya dapat meningkatkan produksi air susu ibu (ASI) dan memiliki kandungan zat gizi tinggi, terutama zat besi dan karoten. Konsumsi daun bangun-bangun berpengaruh nyata terhadap peningkatan kadar beberapa mineral seperti: zat besi, kalium, seng, dan magnesium dalam ASI serta dapat mengakibatkan peningkatan berat badan bayi secara nyata. Menurut tradisi masyarakat Batak di Propinsi Sumatera Utara, daun bangun- bangun diyakini mampu meningkatkan produksi air susu ibu. 4 jam setelah pemberian daun torbangun akan meningkatkan volume ASI sebesar 47,4%. Ibu-ibu yang mengkonsumsi daun bangun-bangun mengatakan bahwa mereka merasa segar dan tidak lelah (9).

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Maulana Apriynggi dan Nur Israyati yang berjudul “Pengaruh Pemberian Teh Daun Bangun-Bangun Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Klinik Pratama Afiyah” dengan jenis penelitian kuantitatif dengan metode quasi eksperimen, populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu postpartum 0-6 bulan sebanyak 18 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Setelah dilakukan uji menggunakan Uji MC Nemar diperoleh Pvalue = 0,063 ($p > 0,05$), maka dapat diambil kesimpulan terdapat pengaruh konsumsi teh daun bangun-bangun terhadap produksi ASI bagi ibu

Postpartum.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Mei 2024 di Klinik Bidan Mera Tanjung Mulia Kec. Medan Deli, peneliti melakukan wawancara terhadap 15 orang, terdapat 10 orang ibu nifas memberikan ASI kepada bayinya namun ASI yang keluar sedikit, 5 orang ibu nifas memberikan tidak memberikan ASI karna ibu bekerja dan juga ibu tidak mengetahui manfaat daun bangun-bangun dan tidak pernah mengkonsumsinya.

Dari latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Efektivitas Bubuk Teh Daun Bangun-bangun dengan Madu Terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui di Klinik Bidan Mera Tanjung Mulia Kec. Medan Deli Tahun 2024.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan eksperimen semu (*Quasy Experimen*) dengan *one grup pre test* dan *post test without control design*, yang dilakukan *pre test* terlebih dahulu sebelum diberikan intervensi kepada responden yang kemudian setelah dilakukan intervensi dilakukan *post test*. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 10 orang ibu menyusui yang mengalami ketidاكلancaran ASI. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling* dengan kriteria kriteria Inklusi Ibu *post partum* hari ke 3-40 hari, Ibu yang memberikan ASI secara eksklusif. Kriteria Eksklusi yaitu Ibu *post partum* lebih dari 40 hari, Ibu *post partum* yang tidak memberikan ASI secara eksklusif. Uji statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah *Saphiro Wilk*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan karakteristik ibu yang terdiri dari umur ibu, paritas, pendidikan, dan pekerjaan ibu hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik ibu nifas berdasarkan umur responden di Klinik Bidan Mera Tanjung Mulia Medan diperoleh umur 20-35 tahun sebanyak 9 orang (90%), dan umur >35 tahun sebanyak 1 orang (10%). Berdasarkan karakteristik paritas ibu dengan primipara sebanyak 2 orang (20%), dan paritas ibu dengan multipara sebanyak 8 orang (80%). Berdasarkan karakteristik ibu dengan pendidikan SD-SMA sebanyak 10 orang (100%). Serta berdasarkan karakteristik ibu yang bekerja sebanyak 3 orang (30%), ibu yang tidak bekerja sebanyak 7 orang (70%).

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	f	%
Umur		
< 20 tahun	0	0
20-35 tahun	9	90.0
> 35 tahun	1	10.0
Total	10	100
Paritas		
Primipara	2	20.0
Multipara	8	80.0
Total	10	100
Pendidikan		
SD-SMA	10	100
Sarjana	0	0

Total	10	100
Pekerjaan		
Bekerja	3	30.0
Tidak Bekerja	7	70.0
Total	10	100

Selanjutnya untuk menguji pengaruh pemberian teh daun bangun-bangun terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu nifas digunakan uji statistik *Saphiro Wilk* yaitu sebagai berikut ;

Tabel 2. Uji Statistik *Pre test* dan *Post test*

Kelompok	Saphiro – Wilk		
	Statistik	F	Sig
Produksi ASI ibu nifas sebelum diberikan teh daun bangun-bangun (<i>Pre-test</i>)	0,845	10	0,051
Produksi ASI ibu nifas sesudah diberikan teh daun bangun-bangun (<i>Post-test</i>)	0,932	10	0,466

Hasil uji diketahui df (derajat kebebasan) produksi ASI *pre test* dan *post test* adalah 10 artinya kurang dari 50 sehingga teknik uji normalitas yang digunakan adalah *Saphiro-wilk*. Berdasarkan uji normalitas menggunakan *Saphiro-wilk* didapatkan nilai sig *pre-test* $0,051 > 0,05$ dan sig *post-test* $0,466 > 0,05$ yang artinya data berdistribusi normal.

Tabel 3. *Paired Sampel T-test*

Paired Samples Statistics					
Pair 1	N	Mean	Min	Max	P Value
Pre test	10	17.50	10	30	<,001
Post test	10	57.00	40	80	

Hasil penelitian efektivitas pemberian teh daun bangun-bangun terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di Klinik Bidan Mera Tanjung Mulia tahun 2024 menunjukkan adanya perbedaan peningkatan produksi ASI antara sebelum dan sesudah pemberian teh daun bangun-bangun. Nilai mean produksi ASI sebelum pemberian teh daun bangun-bangun dan produksi ASI sesudah pemberian teh daun bangun-bangun (17,50-57,00) dan standar deviasi produksi ASI sebelum dan sesudah pemberian teh daun bangun-bangun (7,546-13,375). Hasil analisis bivariat menggunakan uji normalitas pada produksi ASI sebelum pemberian teh daun bangun-bangun dan produksi ASI sesudah pemberian teh daun bangun-bangun menunjukkan bahwa nilai *p-value* = 0,466 yang berarti $p > 0,05$ (data berdistribusi normal).

Daun bangun-bangun dipercaya dapat meningkatkan produksi air susu ibu (ASI) dan memiliki kandungan zat gizi tinggi, terutama zat besi dan karoten. Konsumsi daun bangun-bangun berpengaruh nyata terhadap peningkatan kadar beberapa mineral seperti: zat besi, kalium, seng, dan magnesium dalam ASI serta dapat mengakibatkan peningkatan berat badan bayi secara nyata.

Sejalan dengan penelitian Juni Andriani Rangkuti dan Putri Runggu Siregar yang berjudul “Pengaruh Konsumsi Seduhan Air Rebusan Daun Bangun-Bangun Terhadap Produksi Air Susu Ibu (ASI) Untuk Ibu Menyusui Di Desa Batang Pane II Kecamatan Halongonan Timur” untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui dapat dilakukan dengan mengkonsumsi seduhan daun bangun-bangun, hasil menunjukkan Setelah dilakukan uji menggunakan uji Paired t-test diperoleh P-value = 0,020 ($p < 0,05$), maka dapat diambil kesimpulan terdapat pengaruh konsumsi seduhan air rebusan daun bangun-bangun terhadap produksi ASI untuk ibu menyusui. Disarankan ibu menyusui dapat mengkonsumsi daun bangunbangun untuk menambah volume ASI nya sesuai

takaran dan dosis yang dianjurkan (10).

Sejalan dengan penelitian Apryanggi Maulana dan Nur Israyati yang berjudul “Pengaruh Pemberian Teh Daun Bangun-Bangun Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum Di Klinik Pratama Afiyah”. Hasil penelitian ini menunjukkan setelah dilakukan uji menggunakan Uji MC Nemar diperoleh P-value = 0,063 ($p > 0,05$), maka dapat diambil kesimpulan terdapat pengaruh konsumsi teh daun bangun-bangun terhadap produksi ASI bagi ibu postpartum (1).

ASI merupakan suatu emulsi lemak dalam larutan protein, Laktosa dan garam-garam anorganik yang di sekresi oleh kelenjar mammae ibu, yang berguna sebagai makanan bagi bayinya. ASI eksklusif adalah bayi yang hanya di beri ASI saja tanpa tambahan lain seperti cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air putih dan tanpa tambahan makanan padat seperti pisang, papaya, bubur susu, biskuit, bubur nasi dan tim. Lebih lanjut dikatakan bahwa penyusuan ASI eksklusif dianjurkan untuk jangka waktu empat bulan sampai enam bulan. Depkes RI (2018) mendefinisikan ASI eksklusif adalah memberikan hanya ASI tanpa memberikan makanan dan minuman lain kepada bayi sejak lahir sampai bayi berusia 6 bulan, kecuali obat dan vitamin. ASI, ASI dalam jumlah cukup merupakan makanan terbaik pada bayi dan dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi selama 6 bulan pertama. ASI merupakan makanan alamiah yang pertama dan utama bagi bayi sehingga dapat mencapai tumbuh kembang yang optimal (13) .

Daun bangun-bangun (*Coleus amboinicus* Lour) adalah salah satu tanaman pangan yang sangat banyak fungsi dan khasiatnya karena kandungan laktagogum, yang dapat meningkatkan sekresi dan produksi air susu ibu. Oleh karena itu, daun bangun-bangun dapat dimanfaatkan sebagai salah satu bahan dalam pengembangan produk makanan tambahan fungsional bagi ibu menyusui. Daun bangun-bangun dipercaya dapat meningkatkan produksi air susu ibu (ASI) dan memiliki kandungan zat gizi tinggi, terutama zat besi dan karoten. Konsumsi daun bangun-bangun berpengaruh nyata terhadap peningkatan kadar beberapa mineral seperti: zat besi, kalium, seng, dan magnesium dalam ASI serta dapat mengakibatkan peningkatan berat badan bayi secara nyata (20).

Menurut peneliti selama melakukan penelitian selama 7 hari, mengkonsumsi teh daun bangun-bangun merupakan salah satu upaya atau terapi komplementer non farmakologi yang dapat membantu ibu dalam memperlancar ASI, selain itu ibu juga dapat memberikan ASI kepada bayi tanpa jadwal untuk merangsang hormone prolaktin. Asupan makanan yang bergizi juga dapat membantu meningkatkan produksi ASI pada ibu. Ibu dapat mengkonsumsi daun bangun-bangun dikarenakan dalam daun bangun-bangun terdapat kandungan laktagogum, yang berfungsi meningkatkan laju sekresi dan peningkatan produksi ASI.

Selain itu daun bangun memiliki kandungan lain seperti antioksidan immunoglobulin, anti hipertensi, anti radang dan kandungan vitamin C dan Vitamin B12 yang terdapat dalam daun bangun akan membantu ibu untuk melengkapi kebutuhan nutrisi. Daun bangun-bangun dipercaya dapat meningkatkan produksi ASI dan memiliki kandungan zat gizi tinggi terutama zat besi dan karoten, komposisi kandungan ilmiah daun bangun-bangun antara lain memiliki kandungan vitamin C, vitamin B1, vitamin B12, beta karoten, niasin, karvakol, kalsium, asam lemak, asam oksalat dan serat. Penyajian daun bangun bangun dengan memasukkan 1 kantung bubuk teh daun bangun-bangun (2gr) kedalam gelas, seduh dengan 150ml air panas, diamkan selama 8-10 menit dikonsumsi setiap 1 kali sehari setiap pagi selama 7 hari.

KESIMPULAN

Daun bangun-bangun mampu meningkatkan produksi air susu ibu. 4 jam setelah

pemberian daun torbangun akan meningkatkan volume ASI sebesar 47,4%. Ibu-ibu yang mengkonsumsi daun bangun bangun mengatakan bahwa mereka merasa segar dan tidak lelah. Konsumsi daun bangun-bangun berpengaruh nyata terhadap peningkatan kadar beberapa mineral seperti: zat besi, kalium, seng, dan magnesium dalam ASI serta dapat mengakibatkan peningkatan berat badan bayi secara nyata.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat efektivitas pemberian teh daun bangun-bangun terhadap kelaancaran produksi ASI Ibu menyusui di Klinik Bidan Mera Tanjung Mulia tahun 2024.

DAFTAR REFERENSI

1. Maulana A, Israyati N. Pengaruh Pemberian Teh Daun Bangun-bangun Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum di Klinik Pratama Afiyah. *Journal of Hospital Management and Health Sciences (JHMHS)*. 2023;6–9.
2. Muhartono, Graharti R, Graharti R GH. Pengaruh Pemberian Buah Pepaya (*Carica Papaya L.*) terhadap Kelancaran Produksi Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Menyusui The Effect of Papaya (*Carica Papaya L.*). *Jurnal Medula*. 2018;39–43.
3. Eka Sriwahyun, Intan Suwati Marpaung. Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Nifas di Klinik Alisah Treisya Kec. Medan Area tahun 2022. 2022;
4. Ahlia P, Ardhia D, Fitri A. Karakteristik Ibu yang Memberikan ASI Eksklusif di Puskesmas Lampaseh. *Public Health Center*. 2022;
5. Badan Pusat Statistik. Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi (Persen), 2021-2023. 2022;1.
6. Yustina I, Aguslina Siregar F, Siagian D, Sidabutar RR. Pengabdian Masyarakat Tentang Sosialisasi Pentingnya Pemberian Asi Eksklusif. 2023;2:6–32.
7. Rismawati, Situmorang K, Simanjuntak L. Ilmu Kesehatan dan Kedokteran. *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran* . 2023;275–82.
8. Perdani ZP, Wijoyo EB, Hastuti H, Merlinda A. Efektivitas Pemberian Buah Pepaya Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Cikokol Kota Tangerang. *Jurnal JKFT: Universitas Muhamadiyah Tangerang*. 2021;39–47.
9. Hutajulu TF, Juniaidi L. Manfaat ekstrak daun bangun-bangun (*Coleus amboinicus*) for increasing of rat breast milk production. . *Jurnal Riset Industri*. 2013;15–24.
10. Rangkuti JA, Siregar PR. Pengaruh Konsumsi Seduhan Air Rebusan Daun Bangun-bangun Terhadap Produksi ASI untuk Ibu Menyusui di Desa Batang Pane II Kec. Halongonan Timur.
11. Liliana A, Dwi Hapsari E, Artanti Nisman W, Studi S- P, Keperawatan dan Profesi Ners I, Ilmu Kesehatan F, et al. Pengaruh Konseling Laktasi Terhadap Pengetahuan Kemampuan dan Keberhasilan Ibu dalam Pemberian ASI. *Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta*. 2017;4(2):189.
12. Nurheti Yuliarti. Keajaiban ASI-Makanan terbaik untuk kesehatan, kecerdasan, dan kelincahan si Kecil. 1st ed. Yogyakarta: Penerbit Andi; 2010.
13. Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia 2018. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2018.
14. Hegar B. Kajian dari Berbagai Sudut Pandang Ilmiah. Jakarta: Ikatan Dokter Anak Indonesia Cabang DKI Jakarta Kajian dari Berbagai Sudut Pandang Ilmiah. Jakarta: Ikatan Dokter Anak Indonesia Cabang DKI Jakarta. 2008.

15. Baskoro A. ASI Panduan Praktis Ibu Menyusui. . Yogyakarta: Banyu Media; 2008.
16. Nugroho T. Patologi Kebidanan. Yogyakarta: Nuha Medika; 2012.
17. Setianingsih HR. Manfaat ASI Eksklusif Untuk Buah Hati Anda. Yogyakarta: Gosyen PUBLISHING; 2014.
18. Kurniawan B, Sakit R, Lamongan M. Determinan Keberhasilan Pemberian Air Susu Ibu Eksklusif Determinants of the Successful of Exclusive Breast Feeding.
19. Rindasari Munir, Fitria Lestari. Edukasi Teknik Menyusui Yang Baik Dan Benar Pada Ibu Menyusui. Jurnal Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat. 2023;1:28–34.
20. Mangkuji B, Siregar Y, Lovita B. Pengaruh Seduhan Teh Daun Bangun-Bangun Terhadap Produksi ASI Di Desa Selayang Wilayah Kerja Puskesmas Selesai Kecamatan Selesai Kabupaten Langkat Tahun 2018. Jurnal Ilmiah PANNMED (Pharmacist, Analyst, Nurse, Nutrition, Midwivery, Environment, Dentist) . 2018;17–9.
21. Irmayani Artalena. Pengaruh Konsumsi Seduhan Air Rebusan Daun Bangun- Bangun Terhadap Produksi ASI Untuk Ibu Menyusui di Desa Batang Pane II Kec. Halongonan Timur Kab. Padang Lawas Utara tahun 2021. 2021;
22. Husna N, Panjaitan DB, Febriana A, Ginting DY, Purba SB. Hubungan Daun Bangun-bangun Terhadap Produksi ASI pada Ibu Nifas di Kelurahan Seribu Dolok [Internet]. Vol. 3, Jurnal Penelitian Kebidanan &. 2020. Available from: <http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPK2R>
23. Sarwono J. Metode Penelitian Kuantitatif & Kualitatif. 1st ed. Vol. 10. Yogyakarta: Graha Ilmu; 2006. 1–286 p.