

The Effect of Singkil Leaves (*Premna corymbosa*) on Continuity and Increased Milk Production in Breastfeeding Mothers at UPT Puskesmas Tanjung Redeb

Farhany Diah Rahayu^{1*}, Endah Wahyutri², Rahmawati Shoufiah³
Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Kalimantan Timur
Corresponding Author: Farhany Diah Rahayu dyahdidi407@gmail.com

ARTICLE INFO

Keywords: Singkil Leaf, Fluency of Mother's Milk, *Premna corymbosa*, Production of Mother's Milk

Received : 13, March

Revised : 15, April

Accepted: 16, May

©2023 Rahayu, Wahyutri, Shoufiah:
This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution 4.0 International](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRACT

Efforts to achieve the goals of the Sustainable Development Goals (SDGs) start from infancy by providing Mother's Milk so that humans can live in a healthy and prosperous life. There are still many breastfeeding mothers who have less milk production and lack of innovation based on family medicinal plants to overcome the problem of lack of milk production in breastfeeding mothers using cassava leaves. This study aims to determine the effect of cassava leaves (*Premna corymbosa*) on the smooth production of breast milk in breastfeeding mothers at the UPT Puskesmas Tanjung Redeb. This type of research is comparative quantitative with a true-experiment research design using a pre-post-test without control group design. The bivariate test showed smooth milk production (sig 0.000; t-count 8.375) and increased milk production (p-value 0.004; t-count 3.161). So it can be concluded that there is a significant effect on cassava leaves (*Premna corymbosa*) on the smoothness and increase in milk production in breastfeeding mothers at the UPT Puskesmas Tanjung Redeb.

Pengaruh Daun Singkil (*Premna corymbosa*) Terhadap Kelancaran dan Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Menyusui di UPT Puskesmas Tanjung Redeb

Farhany Diah Rahayu^{1*}, Endah Wahyutri², Rahmawati Shoufiah³

Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Kalimantan Timur

Corresponding Author: Farhany Diah Rahayu dyahdidi407@gmail.com

ARTICLE INFO

Kata Kunci: Daun Singkil, Kelancaran ASI, *Premna corymbosa*, Produksi ASI

Received : 13, March

Revised : 15, April

Accepted: 16, May

©2023 Rahayu, Wahyutri, Shoufiah:
This is an open-access article distributed under the terms of the [Creative Commons Atribusi 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).



ABSTRAK

Upaya mencapai tujuan *Sustainable Development Goals (SDGs)* dimulai sejak masa bayi dengan memberikan Air Susu Ibu (ASI) agar manusia dapat hidup dengan sehat dan sejahtera. Masih banyak ibu menyusui yang memiliki produksi ASI kurang dan kurangnya inovasi berbasis tanaman obat keluarga untuk mengatasi masalah kurangnya produksi ASI pada Ibu Menyusui menggunakan daun singkil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh daun singkil (*Premna corymbosa*) terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di UPT Puskesmas Tanjung Redeb. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif komparatif dengan desain *true-experiment research* menggunakan *pre-post-test without control group design*. Uji bivariat didapatkan hasil kelancaran ASI (sig 0,000; t-hitung 8,375) dan peningkatan produksi ASI (p-value 0,004; t-hitung 3,161). Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada daun singkil (*Premna corymbosa*) terhadap kelancaran dan peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui di UPT Puskesmas Tanjung Redeb.

PENDAHULUAN

Pembangunan berkelanjutan atau *Sustainable Development Goals (SDGs)* memiliki tujuan ke tiga secara global untuk menjamin kesehatan dan kesejahteraan penduduk pada seluruh golongan usia (BAPPENAS & UNICEF, 2017). Upaya mencapai tujuan tersebut dimulai sejak masa bayi dengan memberikan Air Susu Ibu (ASI) yang merupakan langkah awal memenuhi kebutuhan agar manusia dapat hidup dengan sehat dan sejahtera. Pemberian ASI terutama pada anak usia kurang dari 6 bulan menjadi modal utama tumbuh kembang anak serta menjadi indikator pencapai indeks keluarga sehat melalui Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (Kemenkes RI, 2016). Hal tersebut dilatar belakangi kandungan ASI yang diberikan kepada bayi usia 0 hingga 6 bulan secara eksklusif merupakan kebutuhan nutrisi terbaik bagi anak sebagai modal tumbuh kembang yang optimal (Kementerian PPN/Bappenas, 2019).

Kebutuhan hak ASI sebagai nutrisi utama tubuh kembang anak semakin banyak tidak disadari oleh ibu primipara (Aliyanto & Rosmadewi, 2019). Fenomena ini terjadi pada masyarakat negara berkembang yang lebih banyak ibu memilih berkarir dibandingkan memberikan hak ASI kepada bayinya (BAPPENAS & UNICEF, 2017). Hal tersebut dilatar belakangi kurangnya produksi ASI akibat dampak konsumsi makanan yang kurang memenuhi syarat kesehatan selama ibu berkarir. Sehingga banyak ibu primipara terbiasa mengkonsumsi makanan siap saji sejak sebelum melahirkan atau sebelum menjadi ibu (Aliyanto & Rosmadewi, 2019). Faktor penyebab lainnya adalah kurangnya informasi terkait alternatif meningkatkan produksi ASI meliputi terapi obat, metode tradisional, maupun terapi alternatifserta fasilitas yang dapat digunakan oleh ibu menyusui. Faktor inilah yang menjadikan produksi ASI tidak keluar atau dirasa kurang memenuhi kebutuhan bayi (Johan, Anggraini, & Noorbaya, 2019).

Dampak dari pemenuhan hak ASI kepada anak yang kurang dapat berpengaruh terhadap masa generasi penerus bangsa. Sebagaimana tujuan *Sustainable Development Goals (SDGs)*, menyusui merupakan nutrisi bagi kesehatan anak dengan komposisi bioaktif untuk memenuhi tujuan ke 2 dan ke 3 *SDGs*, yaitu menanggulangi kelaparan dan menanggulangi masalah kesehatan dan kesejahteraan (BAPPENAS & UNICEF, 2017). Melalui pemberian ASI yang tepat di masa keemasan, terbukti anak dapat memiliki IQ lebih tinggi dengan pekerjaan dan penghasilan yang layak di masa mendatang. Selain itu menyusui bayi dengan ASI juga dapat menekan pengeluaran secara ekonomi, lebih ramah lingkungan dan lebih hemat sehingga berdampak terhadap kesejahteraan ekonomi keluarga (Aliyanto & Rosmadewi, 2019).

Penelitian Aliyanto and Rosmadewi (2019) menjelaskan bahwa *International Baby Food Action Network* memberikan ulasan bahwa Indonesia pernah menduduki peringkat ke tiga terbawah dari 51 negara global melalui penilaian program makanan bayi dan anak serta status kebijakan (*Infant-Young Child Feeding*). Hal ini menunjukkan bahwa masyarakat Indonesia masih kurang dalam pemberian ASI sebagai makanan pertama untuk bayi. Target renstra tahun 2018 di Indonesia untuk ASI Eksklusif adalah 47% dengan

capaian telah mencapai 71,17 secara nasional (Kemenkes RI, 2019). Meskipun telah melebihi renstra, namun pemberian ASI yang tidak adekuat dapat berdampak pada status gizi dan beresiko terjadinya masalah gizi kurang hingga *stunting* serta berdampak pada kualitas masa depan generasi penerus bangsa (BAPPENAS & UNICEF, 2017).

Berdasarkan data riset kesehatan dasar Balitbangkes (2018) diketahui bahwa proporsi IMD pada anak usia 0 – 23 bulan sebesar 58,2 % dengan 84,1 % diberikan kurang dari 1 jam dan 15,9 % diberikan diatas 1 jam kelahiran. Selain itu secara nasional capaian ASI Eksklusif telah mencapai 71,17 %, dimana Kalimantan Timus telah mencapai 76,95 berada pada peringkat ke 15 secara nasional. Dari jumlah tersebut, Kalimantan timur menduduki peringkat ke empat tertinggi dalam proporsi IMD setelah DKI Jakarta, DI Yogyakarta, dan Kepulauan Riau. Disamping capaian tersebut, proporsi pola pemberian ASI pada bayi usia 0 – 5 bulan hanya 37,3 % dengan ASI Eksklusif, 9,3 % dengan ASI parsial, dan 3,3% dengan ASI predominan. Selain itu data riset kesehatan dasar juga menjelaskan bahwa Provinsi Kalimantan Timur masih di bawah rata-rata nasional terkait capaian ASI pada anak usia 0 hingga 5 bulan (Balitbangkes, 2018).

Studi pendahuluan di UPT Puskesmas Tanjung Redeb terdapat total 626 bayi sasaran pelayanan. Dari data tersebut menunjukkan bahwa capaian ASI Eksklusif selama tahun 2021 adalah 60,10 % dari total 193 bayi yang di recall. Kurangnya kecukupan ASI dari ibu menjadi salah satu penyebab kurangnya capaian pemberian ASI di wilayah kerjanya. Hal tersebut disebabkan beberapa masalah pengetahuan ibu tentang pentingnya ASI, kurangnya kecukupan ASI yang diberikan, kurangnya informasi tentang pemenuhan kebutuhan ASI pada ibu agar memenuhi kebutuhan bayi, serta adanya pembatasan pertemuan akibat penerapan protocol kesehatan sehingga penyuluhan kesehatan kurang dapat dilakukan dengan maksimal.

Upaya untuk mengatasi masalah kurangnya produksi ASI pada ibu dan pemenuhan kebutuhan ASI pada anak dapat dilakukan secara farmakologis maupun non-farmakologis. Secara non-farmakologis produksi ASI dapat ditingkatkan dengan memanfaatkan terapi alternatif melalui pemanfaatan tanaman dengan kandungan alkaloid, saponin, dan flavonoid yang dapat merangsang produksi ASI (Johan et al., 2019). Salah satu diantaranya tanaman tersebut adalah daun singkil dengan kandungan fenolik, flavonoid, alkaloid, folanol glikosida, saponin, dan steroid (Puspitaningrum & Franyoto, 2020; Wulandari, 2019). Selain itu menurut Wulandari (2019), daun singkil merupakan tanaman yang sering dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai sayuran atau lalapan dan juga dapat dimanfaatkan untuk mengatasi masuk angin, meningkatkan selera makan, dan memperlancar produksi ASI.

Pemanfaatan daun singkil juga dapat digunakan dengan rebusan daun singkil yang kemudian kandungan fenolik, flavonoid, alkaloid, folanol glikosida, saponin, dan steroid dapat diolah dalam tubuh dan berpotensi untuk meningkatkan produksi ASI (Puspitaningrum & Franyoto, 2020; Wulandari, 2019). Hal ini juga menjadi sebuah potensi sebagaimana berdasarkan tinjauan di lapangan ditemukan banyak/sedikit tumbuh daun singkil di lingkungan warga, namun masyarakat belum pernah menggunakan upaya tersebut sebagai

salah satu upaya meningkatkan produksi ASI. Upaya tersebut merupakan upaya kesehatan dengan pemberdayaan sumber daya di lingkungan sekitar masyarakat lokal.

Hingga saat ini, inovasi program kesehatan anak dan gizi masyarakat di wilayah kerja UPT Puskesmas Tanjung Redeb saat ini belum ada inovasi berbasis keluarga maupun masyarakat terkait pemenuhan ASI. Pelayanan di dalam gedung puskesmas terdapat ruang khusus laktasi untuk pengunjung yang menunjukkan bahwa UPT Puskesmas Tanjung Redeb mendukung upaya pemenuhan ASI kepada seluruh pengguna layanan kesehatan di puskesmas. Selain itu kegiatan penyuluhan kesehatan tentang Program ASI Eksklusif juga dilakukan pada kegiatan UKBM Posyandu yang dilakukan di seluruh wilayah kerja. Secara umum, ketersediaan alternatif melalui upaya daun singkil juga dapat dengan mudah ditemukan di sekitar lingkungan warga.

Penelitian terdahulu terkait pemanfaatan daun singkil untuk meningkatkan produksi ASI belum ditemukan dalam data base. Namun penelitian terkait kandungan daun singkil yang berpotensi memperlancar produksi ASI telah dilakukan dalam penelitian farmasi yang menyatakan bahwa daun singkil secara nyata mengandung fenolik, flavonoid, alkaloid, folanol glikosida, saponin, dan steroid (Puspitaningrum & Franyoto, 2020; Wulandari, 2019). Berdasarkan latar belakang sebagaimana diuraikan, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul "pengaruh daun singkil (*premna corymbosa*) terhadap kelancaran dan produksi ASI pada ibu menyusui di UPT Puskesmas Tanjung Redeb" sebagai salah satu dasar inovasi dalam rangka meningkatkan cakupan ASI pada bayi dan balita di wilayah kerjanya.

TINJAUAN PUSTAKA

Air Susu Ibu

Kemenkumham (2012) menjelaskan bahwa air susu ibu (ASI) merupakan cairan yang keluar hasil sekresi dari kelenjar payudara seorang ibu sebagai makanan terbaik bagi bayi yang mengandung tinggi nutrisi dan energi. Selain itu, ASI mengandung berbagai makro dan mikro nutrient yang diperlukan oleh bayi dimana 90% nya terdiri dari air (Ernawati, Ismarwati, & Hutapea, 2019). Kandungan yang termasuk pada golongan makronutrien adalah karbohidrat, lemak, dan protein ASI, sedangkan mikronutrien terdiri dari mineral dan vitamin yang terkandung di dalam ASI.

ASI merupakan makanan paling sempurna untuk diberikan kepada bayi sejak lahir hingga usianya mencapai 6 bulan tanpa tambahan atau mengganti dengan minuman dan atau makanan dalam bentuk apapun (Kemenkumham, 2012). ASI diberikan dengan proses pelaksanaan melalui kegiatan laktasi agar produksi dan sekresi berjalan lancar sesuai kebutuhan bayi. UNICEF dan WHO memberikan rekomendasi agar setiap bayi diberikan ASI secara Eksklusif hingga berusia 6 bulan yang dilanjutkan dengan pemberian ASI dengan makanan pendamping hingga usia bayi mencapai 24 bulan (Infodatin, 2014).

Berdasarkan tinjauan literatur sebagaimana diuraikan, disimpulkan bahwa ASI merupakan makanan paling sempurna yang berasal dari sekresi kelenjar payudara ibu diperuntukkan bagi bayi usia 0 hingga 6 bulan secara

eksklusif dan dilanjutkan pemberiannya dengan makanan pendamping hingga anak berusia 24 bulan.

ASI merupakan nutrisi paling sempurna dan paling mudah dicerna oleh bayi bagi keperluan tumbuh kembangnya. ASI memiliki komposisi vitamin yang lengkap dengan kandungan gizi paling sesuai dengan kebutuhan bayi didalamnya hingga berusia 6 bulan kecuali vitamin K. Perihal tersebut disebabkan bayi belum mampu membentuk vitamin K dari ususnya secara mandiri, sehingga vitamin K harus diberikan secara intramuscular pada saat bayi setelah lahir (Ernawati et al., 2019).

Nuraiman et al. (2020) menjelaskan bahwa rata-rata produksi ASI dalam satu hari adalah 800 mL hingga 1500 mL dihasilkan oleh 2 payudara. Produksi ASI setiap kali menyusui berada pada rentang volume 90 mL/kali hingga 120 mL/kali. Pada umumnya seorang anak bayi dapat menyusu sebanyak 50 mL hingga 75 mL dari payudara kesatu dan dilanjutkan 50 mL pada payudara kedua (total rata-rata 100 hingga 125 mL/kali menyusu). Bayi biasanya menyusu sebanyak 8 hingga 12 kali dalam satu hari agar puas dan terpenuhi kebutuhannya. Parameter sebagaimana disebutkan dapat menjadi tolak ukur produksi normal dalam satu kali menyusui (100 hingga 125 mL/kali) dan dalam satu hari menyusui (800 hingga 1.500 mL/hari).

Dampak pemenuhan ASI yang kurang kepada anak berkontribusi terhadap masa depan generasi penerus bangsa. Sebagaimana tujuan *Sustainable Development Goals (SDGs)*, menyusui merupakan nutrisi bagi kesehatan anak dengan komposisi bioaktif untuk memenuhi tujuan ke 2 dan ke 3 *SDGs*, yaitu menanggulangi kelaparan dan menanggulangi masalah kesehatan dan kesejahteraan (BAPPENAS & UNICEF, 2017). Melalui pemberian ASI yang tepat di masa keemasan, terbukti anak dapat memiliki IQ lebih tinggi dengan pekerjaan dan penghasilan yang layak di masa mendatang. Selain itu menyusui bayi dengan ASI juga dapat menekan pengeluaran secara ekonomi, lebih ramah lingkungan dan lebih hemat sehingga berdampak terhadap kesejahteraan ekonomi keluarga (Aliyanto & Rosmadewi, 2019).

Hingga saat ini, faktor penyebab kurangnya pemenuhan kebutuhan ASI kepada anak salah satunya adalah kurangnya produksi ASI secara alamiah pada ibu. Hal tersebut disebabkan kurangnya pengetahuan ibu tentang pentingnya ASI, kurangnya kecukupan ASI yang diberikan, dan kurangnya informasi tentang pemenuhan kebutuhan ASI pada ibu agar memenuhi kebutuhan bayi. Perihal tersebut menyebabkan ibu kurang mampu meningkatkan produksi ASI secara tepat.

Salah satu upaya untuk mengatasi masalah kurangnya produksi ASI pada ibu dan pemenuhan kebutuhan ASI pada anak dapat dilakukan secara farmakologis maupun non-farmakologis. Secara non-farmakologis produksi ASI dapat ditingkatkan dengan memanfaatkan terapi alternatif melalui pemanfaatan tanaman daun singkil yang telah diketahui memiliki kandungan flavonoid, tannin, dan saponin yang dapat meningkatkan produksi ASI (Puspitaningrum & Franyoto, 2020; Wulandari, 2019). Selain itu daun singkil mudah untuk didapatkan dengan cara merebus daun singkil dan dapat dioleh dalam tubuh dan berpotensi untuk meningkatkan produksi ASI.

Daun Singkil (Premna corymbosa)

Daun singkil memiliki nama ilmiah *Premna Corymbosa* berada pada family Berbenaceae merupakan tumbuh-tumbuhan yang sering berkembang biak di kebun dan pekarangan rumah (Supriningrum et al., 2017). Tumbuhan singkil merupakan tanaman termasuk dalam golongan tanaman obat keluarga (TOGA) di Indonesia yang sering dimanfaatkan untuk sayur dan mudah ditemukan pada komunitas masyarakat melayu.

Ekstrak daun singkil saat ini sering dimanfaatkan untuk obat tradisional mengatasi bau nafas mengatasi masuk angin, anti-tumor, mengobati masuk angin, memberikan kesegaran pada ibu pasca melahirkan, hingga memperlancar produksi air susu ibu (ASI) (Supriningrum et al., 2018). Saat ini ekstrak daun singkil juga banyak ditemukan dan diperjual belikan di onlineshop dalam bentuk berbagai kemasan agar mudah untuk dimanfaatkan sesuai dengan tujuan yang diharapkan. Berikut adalah gambar dari daun singkil yang sering ditemui di masyarakat:



Gambar 1. Daun Singkil

Potensi manfaat kandungan dau singkil, diantaranya:

a. Flavonoid

Falvonoid dalam penelitian yang dilakukan oleh Lumbessy, Abidjulu, and Paendong (2013); Supriningrum et al. (2017) diuraikan memiliki bermanfaat sebagai pemicu dalam memperlancar produksi Air Susu Ibu (ASI), melindungi struktur tubuh, menghambat pengeroposan tulang, berperan sebagai antibiotic, serta dapat memperbaiki efektifitas vitamin C. Selain itu Flavonoid dalam daun singkil (*Premna Corymbosa*) juga dapat berperan sebagai antibakteri, antioksidan, antiradang, antivirus, antikanker, dan antialergi.

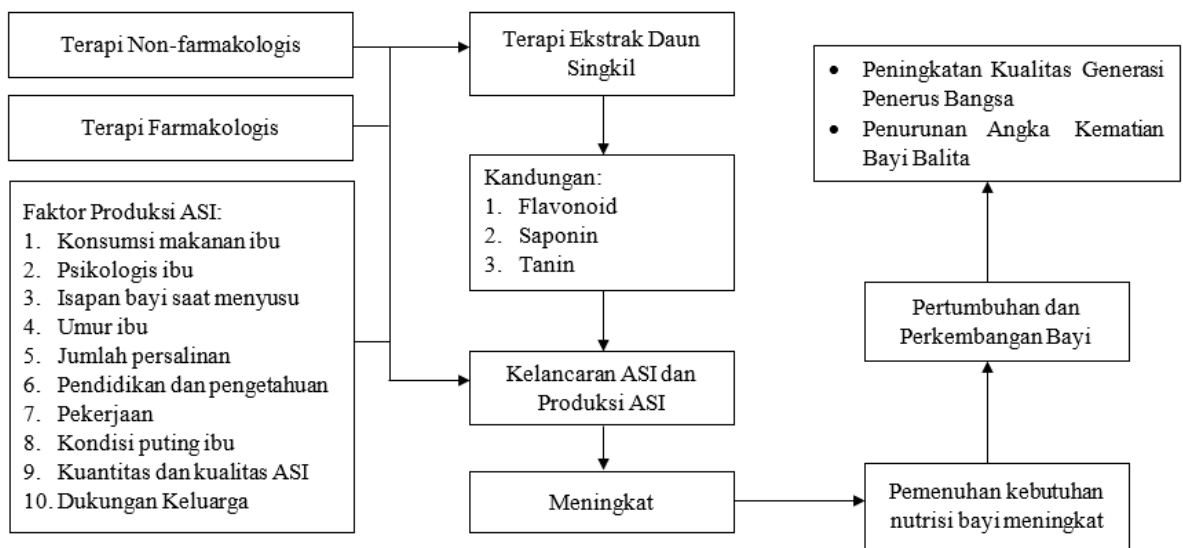
b. Tanin

Kandungan senyawa tannin berfungsi sebagai penghambat pertumbuhan *candida albicans* dan bakteri lain yang terdapat dalam tubuh manusia. Berdasarkan hal tersebut, maka tannin dapat disebut sebagai anti bakteri dan anti jamur. Tanin dalam daun singkil (*Premna Corymbosa*) memiliki perbedaan dengan flavonoid, yaitu tannin termasuk pada senyawa polifenol

yang paling banyak terdapat pada tanaman dengan berat molekul > 1000 g/mL dan berpotensi membentuk protein kompleks. Secara biologis tannin memiliki fungsi untuk pengendap dan penghelat logam, sehingga tannin diprediksikan dapat berperan sebagai antioksidan yang bersifat biologis.

c. Saponin

Saponin dalam daun singkil (*Premna Corymbosa*) memiliki mekanisme sebagai peningkat permeabilitas yang menyebabkan senyawa yang terdapat pada intra muscular dapat dengan mudah keluar ke ekstra muscular (Ratnasari, 2017). Kandungan saponin pada daun singkil menurut Supriningrum et al. (2017) berpotensi memberikan kontribusi terhadap peningkatan produksi ASI karena sifatnya yang merangsang peningkatan permeabilitas sel dan otot.



Gambar 2. Conceptual Framework

METODOLOGI

Penelitian dilaksanakan pada kurun waktu selama 4 (empat) hingga 5 (lima) minggu pada bulan februari hingga maret 2022 di UPT Puskesmas Tanjung Redeb. Penelitian ini menggunakan desain *true-experiment research* dengan pendekatan *pre-post-test without control group design*.

Populasi dalam penelitian ialah ibu menyusui yang berada di wilayah kerja UPT Puskesmas Tanjung Redeb Kabupaten Berau sebanyak 193 responden. Dalam penelitian ini direncanakan sampel diambil secara *quota sampling* agar memenuhi syarat minimal penelitian *true eksperimen* yaitu sebanyak 30 responden. Metode pengumpulan data dilakukan dengan cara observasi dengan tabel SOP dan kuesioner Kelancaran ASI dirujuk dari artikel Sasmita (2018) dan Diantini (2021).

Uji validitas dan reliabilitas instrument dalam penelitian ini dilaksanakan dengan uji statistik untuk mengetahui nilai *pearson product moment* dari setiap item pernyataan dan mengetahui nilai *alpha Cronbach* dari setiap variabel penelitian. Analisa data dilakukan menggunakan uji *paired t-test* dengan tingkat signifikansi 0,05.

HASIL PENELITIAN
Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden (n=30)

Karakteristik	Jumlah	Persentase
Usia:		
20 - 35 tahun	30	100,0 %
Pendidikan Terakhir:		
SMP	8	26,7 %
SMA	20	66,7 %
Diploma/Sarjana	2	6,7 %
Pekerjaan Ibu:		
PNS/TNI/POLRI	9	30,0 %
Swasta	6	20,0 %
Wiraswasta	1	3,3 %
Ibu Rumah Tangga	14	46,7 %
Total	30	100,0%

Berdasarkan tabel 1 karakteristik demografi ibu menyusui di wilayah kerja UPT Puskesmas Tanjung Redeb diketahui bahwa seluruh responden dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki usia pada rentang 20 hingga 35 tahun. Berdasarkan riwayat pendidikan terakhirnya, responden dalam penelitian ini didominasi oleh latar belakang pendidikan akhir SMA, yaitu sebanyak 20 responden (66,7%). Selain itu data tentang riwayat pekerjaan juga diketahui bahwa responden penelitian ini mayoritas didominasi oleh ibu dengan pekerjaan sebagai Ibu Rumah Tangga, yaitu sebanyak 14 responden (46,7%).

Kelancaran dan Produksi ASI pada Ibu Menyusui Sebelum Terapi Daun Singkil (*Premna Corymbosa*)

Tabel 2. Kelancaran dan Produksi ASI pada Ibu Menyusui Sebelum Terapi Daun Singkil (*Premna Corymbosa*)

Variabel	Mean	Min-Max	St. Dev
Kelancaran ASI Sebelum Intervensi	30,666	25,00 - 40,00	3,144
Produksi ASI Sebelum Intervensi	61,666	23,00 - 83,00	14,563

Berdasarkan tabel 2 tentang kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui sebelum terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) di UPT Puskesmas Tanjung Redeb diketahui bahwa nilai rata-rata yang diperoleh adalah 30,666. Sesuai dengan hasil tersebut dapat dikatakan bahwa secara umum kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui sebelum dilakukan intervensi terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) di UPT Puskesmas Tanjung Redeb tergolong lancar.

Selain berdasarkan kajian pada kuesioner, penelitian ini juga secara langsung mengukur volume ASI yang dihasilkan oleh ibu pada saat sebelum diberikan intervensi terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*). Pada pengukuran volume ASI yang dihasilkan oleh ibu secara pumping didapatkan nilai rata-rata volume ASI adalah 61,666 mL. Nilai tersebut dihasilkan oleh payudara ibu dalam satu kali pumping pada kedua sisi (sisi kanan dan sisi kiri).

Kelancaran dan Produksi ASI pada Ibu Menyusui setelah Terapi Daun Singkil (*Premna Corymbosa*)

Tabel 3. Kelancaran dan Produksi ASI pada Ibu Menyusui setelah Terapi Daun Singkil (*Premna Corymbosa*)

Variabel	Mean	Min-Max	St. Dev
Kelancaran ASI Ibu Setelah Intervensi	34,866	30,00 – 40,00	2,192
Volume ASI Setelah Intervensi	66,233	28,00 – 85,00	11,455

Berdasarkan tabel 3 tentang kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui setelah terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) di UPT Puskesmas Tanjung Redeb diketahui bahwa nilai rata-rata yang diperoleh adalah 34,866. Nilai tersebut memiliki perbedaan yang lebih tinggi dibandingkan nilai sebelum intervensi sebagaimana hasil uji univariat sebelumnya. Berdasarkan nilai hasil tersebut dikatakan bahwa secara umum kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui setelah dilakukan intervensi terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) di UPT Puskesmas Tanjung Redeb tergolong lancar. Terapi daun singkil sebagaimana dimaksud pada penelitian ini diberikan sebanyak 2 kali sehari \pm 250 mL selama 7 hari berturut-turut.

Selain berdasarkan kajian pada kuesioner, penelitian ini juga secara langsung mengukur volume ASI yang dihasilkan oleh ibu pada saat setelah diberikan intervensi terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*). Pada pengukuran volume ASI yang dihasilkan oleh ibu secara pumping didapatkan nilai rata-rata volume ASI adalah 66,233 mL. Nilai tersebut dihasilkan oleh payudara ibu dalam satu kali pumping pada kedua sisi (sisi kanan dan sisi kiri). Jika dilihat secara kuantitas, rata-rata volume ASI yang dihasilkan lebih banyak dibandingkan dengan sebelum diberikan intervensi terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*).

Pengaruh Terapi Daun Singkil (*Premna Corymbosa*) terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Menyusui

Tabel 4. Analisis Pengaruh Terapi Daun Singkil (*Premna Corymbosa*) terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Menyusui

Variabel	Perbandingan			Uji Beda	
	Sebelum	Sesudah	Selisih/Beda	t-hitung	Sig
Kelancaran ASI	30,66	34,866	4,200	8,375	0,000

Berdasarkan tabel 4 tentang pengaruh terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui di UPT Puskesmas Tanjung Redeb diketahui bahwa terdapat perubahan nilai rata-rata kelancaran ASI sebelum (30,66) dengan sesudah (34,86) sebesar 4,200. Nilai ini berarti terdapat perubahan positif atau terjadi peningkatan nilai rata-rata kelancaran ASI sebelum dibandingkan dengan sesudah dengan skor nilai sebesar 4,2. Pada hasil uji beda dihasilkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$) dan $t\text{-hitung}$ sebesar 8,375 ($t\text{-tabel} = 2,012$; $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$) yang berarti bahwa H_a dalam penelitian ini diterima. Hal ini bermakna bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada daun singkil (*Premna Corymbosa*) terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di UPT Puskesmas Tanjung Redeb.

Pengaruh Terapi Daun Singkil (Premna Corymbosa) terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Menyusui

Tabel 5. Analisis Pengaruh Terapi Daun Singkil (*Premna Corymbosa*) terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Menyusui

Variabel	Perbandingan			Uji Beda	
	Sebelum	Sesudah	Selisih/Beda	t-hitung	Sig
Volume ASI	61,66	66,23	4,566	3,161	0,004

Berdasarkan tabel 5 tentang pengaruh terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui di UPT Puskesmas Tanjung Redeb diketahui bahwa berdasarkan rata-rata volume ASI yang dihasilkan oleh Ibu terdapat perubahan dari sebelum (61,66) meningkat pada pengukuran sesudah (66,23) diberikan intervensi terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*). Pada hasil uji beda dihasilkan nilai signifikansi sebesar 0,004 ($p\text{-value} < 0,05$) dan $t\text{-hitung}$ sebesar 3,161 ($t\text{-tabel} = 2,012$; $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$) yang berarti bahwa H_a dalam penelitian ini diterima. Hal ini bermakna bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada daun singkil (*Premna Corymbosa*) terhadap volume ASI pada ibu menyusui di UPT Puskesmas Tanjung Redeb.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa seluruh responden dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki usia pada rentang 20 hingga 35 tahun, didominasi dengan riwayat pendidikan akhir SMA ($n = 20$; 66,7%), dan didominasi pekerjaan Ibu Rumah Tangga ($n = 14$; 46,7%). Secara umum hasil ini memberikan gambaran populasi ibu menyusui berdasarkan hasil penelitian pada responden secara acak di wilayah kerja UPT Puskesmas Tanjung Redeb.

Menurut Ernawati et al. (2019) dijelaskan bahwa usia ibu memiliki kontribusi pada kondisi kesehatan dan kehamilannya hingga masa nifas dan masa pengasuhan bayinya termasuk pada saat pemberian ASI kepada bayinya. Ibu dengan usia kurang dari 20 tahun lebih banyak yang belum siap dalam pemenuhan hak anak terkait Air Susu Ibu karena belum siapnya secara fisiologis maupun hormonal agar dapat memenuhi kebutuhan ASI untuk bayinya.

Sehingga usia paling efektif untuk memberikan kebutuhan ASI yang cukup adalah ibu berada pada rentang usia produktif, yaitu diantara 20 hingga 35 tahun (Ernawati et al., 2019).

Tingkat pemahaman yang seiring dengan tingkat pengetahuan biasanya juga memiliki hubungan dengan efektifitas produksi ASI terutama dengan pemahaman yang baik maka ibu akan dapat secara adaptif mencari solusi dalam pemenuhan kebutuhan ASI bagi bayinya. Sebagaimana penelitian oleh Yanuarini, Rahayu, and Prahitasari (2017) disebutkan bahwa ibu dengan pengetahuan yang baik dapat memiliki sikap yang baik pula dalam memenuhi kebutuhan ASI dalam rangka kebutuhan nutrisi bayinya. Dalam penelitiannya dihasilkan nilai korelasi p-value 0,000 dengan t-hitung sebesar 5,694 > dari t-tabelnya. Sikap yang baik pada ibu diharapkan memberikan kontribusi pada perilaku yang juga baik dalam pemberian kebutuhan ASI kepada anaknya.

Ernawati et al. (2019) juga memberikan penjelasan bahwa ibu yang memiliki pekerjaan padat atau wanita karis biasanya kurang dalam memenuhi kebutuhan ASI anaknya akibat kesibukan dan sulitnya mendapatkan jatah cuti untuk memenuhi hak susu bagi anak. Hal tersebut berpengaruh kepada pemenuhan kebutuhan nutrisi bayi terutama pada pemenuhan ASI Eksklusif pada usia 0 hingga 6 bulan. Kesibukan sebagaimana dimaksudkan memberikan jarak interaksi antara ibu dengan anaknya, sehingga terkadang ibu dengan pekerjaan sebagai wanita karir lebih tidak mencukupi kebutuhan ASI bagi bayinya.

Berdasarkan hasil penelitian ini dimana usia ibu berada pada rentang 20 hingga 35 tahun, didominasi dengan riwayat pendidikan akhir SMA (n = 20; 66,7%), dan didominasi pekerjaan Ibu Rumah Tangga (n = 14; 46,7%), merupakan hasil yang memberikan gambaran positif pada ibu menyusui di wilayah kerja UPT Puskesmas Tanjung Redeb. Usia ibu yang menjadi responden dalam penelitian ini merupakan usia produktif dan telah siap memenuhi kebutuhan ASI bagi bayinya baik secara fisiologis maupun hormonal.

Asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian pada karakteristik ibu didominasi pendidikan akhir SMA dan bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga juga merupakan hasil yang baik untuk menggambarkan situasi ibu menyusui di wilayah kerja UPT Puskesmas Tanjung Redeb. Bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga memberikan interaksi yang lebih dekat dengan bayi dan memiliki keluangan waktu lebih banyak untuk berinteraksi dengan bayinya. Dampaknya adalah pemenuhan nutrisi bayi terutama ASI dapat diberikan secara baik. Disamping itu dengan pendidikan akhir SMA merupakan kondisi yang cukup untuk memberikan penguatan dalam kompensasi dan pencarian informasi yang baik bagi ibu. Setidaknya ibu dengan pendidikan SMA memiliki pengetahuan yang cukup untuk mencari sumber informasi secara langsung maupun tidak langsung.

Kelancaran dan Produksi ASI pada Ibu Menyusui sebelum Terapi Daun Singkil (Premna Corymbosa)

Hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa nilai rata-rata kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui sebelum diberikan terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) di wilayah kerja UPT Puskesmas Tanjung Redeb

berdasarkan hasil penelitian ini adalah 30,666. Nilai ini memberikan makna bahwa secara umum kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui sebelum dilakukan intervensi terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) di UPT Puskesmas Tanjung Redeb tergolong lancar. Perihal tersebut merujuk dari Sasmita (2018) dan Diantini (2021) yang menyebutkan bahwa kelancaran ASI dinilai pada 3 rentang kriteria, yaitu nilai ≤ 20 adalah kurang lancar, nilai 21 hingga 30 adalah cukup lancar, dan nilai > 30 adalah lancar.

Selain itu juga didapatkan data berdasarkan hasil pengukuran volume ASI yang dihasilkan oleh ibu secara *pumping* memiliki volume ASI rata-rata sebanyak 61,666 mL. Nilai tersebut dihasilkan oleh payudara ibu dalam satu kali *pumping* pada kedua sisi (sisi kanan dan sisi kiri). Volume ASI sebagaimana dimaksud adalah hasil pengukuran pada responden penelitian secara volumetric dari ibu yang memiliki bayi berusia 0 hingga 6 bulan sesuai kriteria sampel penelitian.

Kualitas dan kuantitas ASI merupakan faktor penting sebagai upaya untuk memenuhi kebutuhan ASI bagi bayi. Kuantitas atau jumlah ASI diukur dari banyaknya produksi ASI yang dihasilkan oleh kedua sisi payudara ibu, sedangkan kualitas diukur berdasarkan kandungan yang ada di dalam ASI (Ernawati et al., 2019). Selain itu kuantitas ASI juga dapat diukur secara obyektif dari faktor ibu maupun faktor bayi. Secara umum bayi yang diberikan ASI minimal sebanyak 8 kali akan tercukupi kebutuhan nutrisinya (Diantini, 2021).

Dalam pelaksanaannya, frekuensi menyusui sebanyak 8 kali juga harus mempertimbangkan volume ASI yang diberikan kepada bayi agar penilaian dari faktor bayi juga dapat menjadi pertimbangan. Upaya untuk mengatasi masalah kurangnya produksi ASI pada ibu dan pemenuhan kebutuhan ASI pada anak dapat dilakukan secara farmakologis maupun non-farmakologis. Salah satu diantaranya tanaman tersebut adalah daun singkil dengan kandungan fenolik, flavonoid, alkaloid, folanol glikosida, saponin, dan steroid (Puspitaningrum & Franyoto, 2020; Wulandari, 2019).

Ibu yang memberikan ASI kepada bayinya memerlukan pemenuhan nutrisi yang baik agar dapat memproduksi air susu yang memadai sesuai kebutuhan bayinya. ASI merupakan cairan yang keluar hasil sekresi dari kelenjar payudara seorang ibu sebagai makanan terbaik bagi bayi yang mengandung tinggi nutrisi dan energi. Kandungan yang termasuk pada golongan makronutrien adalah karbohidrat, lemak, dan protein ASI, sedangkan mikronutrien terdiri dari mineral dan vitamin yang terkandung di dalam ASI (Kemenkumham, 2012).

ASI diberikan melalui kegiatan laktasi agar produksi dan sekresi berjalan lancar sesuai kebutuhan bayi. UNICEF dan WHO memberikan rekomendasi agar setiap bayi diberikan ASI secara Eksklusif hingga berusia 6 bulan yang dilanjutkan dengan pemberian ASI dengan makanan pendamping hingga usia bayi mencapai 24 bulan (Infodatin, 2014).

Menurut Diantini (2021) produksi ASI berlangsung akibat pengaruh hormonal tubuh sejak masa awal kehamilan seorang ibu. Setelah proses kelahiran, gerakan isapan bayi juga bermanifestasi terhadap produksi ASI dengan merangsang seraf syaraf dalam puting. Peristiwa tersebut memberikan

respon agar *kolumna spinalis* dilewati oleh ASI yang diperintahkan oleh kelenjar hipofise dalam otak. Kelenjar hipofise tersebut akan merespon dengan pelepasan hormone prolactin dan oksitosin sehingga merangsang produksi ASI (Diantini, 2021) untuk mencukupi kebutuhan nutrisi bayi.

Nuraiman et al. (2020) menjelaskan bahwa rata-rata produksi ASI dalam satu hari adalah 800 mL hingga 1500 mL dihasilkan oleh 2 payudara. Produksi ASI setiap kali menyusui berada pada rentang volume 90 mL/kali hingga 120 mL/kali. Pada umumnya seorang anak bayi dapat menyusu sebanyak 50 mL hingga 75 mL dari payudara kesatu dan dilanjutkan 50 mL pada payudara kedua (total rata-rata 100 hingga 125 mL/kali menyusu)

Hasil pengukuran kelancaran dan volume ASI pada pembahasan hasil penelitian ini merupakan hasil pengukuran yang didapatkan sebelum diberikan intervensi terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*). Selain itu juga peneliti telah meyakinkan bahwa responden tidak mengkonsumsi suplemen penambah ASI dalam bentuk apapun. Sehingga peneliti mengasumsikan bahwa nilai pengukuran dari hasil penelitian ini merupakan hasil pengukuran yang murni tanpa adanya intervensi apapun sebelum diberikan terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*).

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berasumsi bahwa ibu yang menjadi responden dalam penelitian ini secara umum memiliki kriteria kelancaran ASI yang lancar. Namun meski demikian secara rata-rata produksi ASI oleh ibu dalam satu kali pumping masih di bawah harapan, yaitu hanya mencapai 61,66 mL saja dari target yang diharapkan minimal sebanyak 90 mL/kali *pumping* (Nuraiman et al., 2020). Pertimbangan ini perlu menjadi perhatian agar setiap ibu tidak hanya mengukur kelancaran ASI secara obyektif dari faktor ibu maupun dari faktor bayinya saja, tetapi juga harus memastikan bahwa volume kebutuhan ASInya telah mencukupi dan sesuai dengan kebutuhan normal bayi.

Kelancaran dan Produksi ASI pada Ibu Menyusui setelah Terapi Daun Singkil (Premna Corymbosa)

Seiring dengan pembahasan sebelumnya, diketahui juga bahwa kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui setelah terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) di UPT Puskesmas Tanjung Redeb diketahui bahwa nilai rata-rata yang diperoleh adalah 34,866. Hasil tersebut memberikan makna bahwa produksi ASI pada ibu menyusui setelah dilakukan intervensi terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) di UPT Puskesmas Tanjung Redeb juga tergolong lancar ditambah dengan perbedaan yang lebih tinggi dibandingkan nilai rata-rata sebelum diberikan intervensi.

Hasil pengukuran volumetric pada produksi ASI yang dihasilkan oleh ibu pada saat setelah diberikan intervensi terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) juga dilakukan. Hasilnya secara pumping didapatkan nilai rata-rata volume ASI adalah 66,233 mL. Nilai ini dihasilkan oleh payudara ibu dalam satu kali pumping pada kedua sisi (sisi kanan dan sisi kiri) dan mengalami peningkatan volume rata-rata yang dihasilkan bila dibandingkan dengan sebelum diberikan intervensi terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*).

Secara non-farmakologis produksi ASI dapat ditingkatkan dengan memanfaatkan terapi melalui pemanfaatan tanaman daun singkil yang telah diketahui memiliki kandungan flavonoid, tannin, dan saponin yang dapat meningkatkan produksi ASI (Puspitaningrum & Franyoto, 2020; Wulandari, 2019). Daun singkil memiliki nama ilmiah *Premna Corymbosa* berada pada family *Berbenaceae* merupakan tumbuh-tumbuhan yang sering berkembang biak di kebun dan pekarangan rumah (Supriningrum et al., 2017). Tumbuhan singkil merupakan tanaman termasuk dalam golongan tanaman obat keluarga (TOGA) di Indonesia yang sering dimanfaatkan untuk sayur dan mudah ditemukan pada komunitas masyarakat melayu.

Selain itu daun singkil mudah untuk didapatkan dengan cara merebus daun singkil dan dapat diolah dalam tubuh dan berpotensi untuk meningkatkan produksi ASI. Ekstrak daun singkil saat ini sering dimanfaatkan untuk obat tradisional mengatasi bau nafas mengatasi masuk angin, anti-tumor, mengobati masuk angin, memberikan kesegaran pada ibu pasca melahirkan, hingga memperlancar produksi air susu ibu (ASI) (Supriningrum et al., 2018). Hal ini sangat mendukung pernyataan bahwa ASI merupakan makanan paling sempurna untuk diberikan kepada bayi sejak lahir hingga usianya mencapai 6 bulan tanpa tambahan atau mengganti dengan minuman dan atau makanan dalam bentuk apapun (Kemenkumham, 2012).

ASI merupakan nutrisi paling sempurna dan paling mudah dicerna oleh bayi bagi keperluan tumbuh kembangnya. ASI memiliki komposisi vitamin yang lengkap dengan kandungan gizi paling sesuai dengan kebutuhan bayi didalamnya hingga berusia 6 bulan kecuali vitamin K (Ernawati et al., 2019). ASI sebagaimana dimaksud merupakan ASI Matur atau ASI Matang yang dibutuhkan untuk bayi pada kebanyakan waktu (Nuraiman et al., 2020).

Menurut Nuraiman et al. (2020), kandungan ASI matur atau ASI matang sebagaimana diuraikan terdiri dari dua komponen utama, yaitu *hindmilk* dan *foremilk*. Kandungan *hindmilk* memiliki komposisi lemak yang lebih rendah dibandingkan *foremilk*. *Foremilk* memiliki kandungan air, protein, dan vitamin vitamin yang lebih tinggi. *Hindmilk* adalah air susu yang keluar saat permulaan *let-down*, sedangkan *Foremilk* adalah air susu yang keluar saat bayi menyusu. ASI matur inilah yang diharapkan dapat meningkat dengan pemberian terapi daun singkil sebagaimana dilakukan dalam penelitian ini melalui mekanisme perangsangan secara hormonal yang didukung dengan adanya kandungan flavonoid, tannin, dan saponin yang ada di dalam daun singkil (*Premna Corymbosa*).

Asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian dan perbandingan dari kajian literatur sebagaimana dijelaskan merupakan dampak dari pemberian terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*). Sebagaimana dijelaskan pada pembahasan sebelumnya bahwa responden dalam penelitian telah diyakinkan tidak mendapatkan terapi suplemen produksi apapun. Meski terjadi peningkatan kelancaran ASI maupun volume ASI sebagaimana telah diuraikan, hasil penelitian ini tetap harus dilakukan uji bivariat atau uji beda untuk mengetahui signifikansi dari terapi yang diberikan, yaitu terapi daun singkil

(*Premna Corymbosa*) yang diberikan kepada ibu menyusui di wilayah kerja UPT Puskesmas Tanjung Redeb.

Pengaruh Terapi Daun Singkil (*Premna Corymbosa*) terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Menyusui

Hasil penelitian tentang pengaruh terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) terhadap kelancaran ASI pada ibu menyusui di UPT Puskesmas Tanjung Redeb diketahui bahwa terdapat perubahan nilai rata-rata kelancaran ASI sebelum (30,66) dengan sesudah (34,86) sebesar 4,200. Nilai ini berarti terdapat perubahan positif atau terjadi peningkatan nilai rata-rata kelancaran ASI sebelum dibandingkan dengan sesudah diberikan terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*).

Berdasarkan hasil analisa bivariat dengan uji beda *paired t-test* dihasilkan nilai signifikansi sebesar 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$) dan $t\text{-hitung}$ sebesar 8,375 ($t\text{-tabel} = 2,012$; $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$). Hasil ini memberikan makna bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di UPT Puskesmas Tanjung Redeb.

Pada tanaman singkil (*Premna Corymbosa*), flavonoid berdasarkan penelitian laboratorium paling banyak terkandung pada bagian daun dengan pengolahan yang benar (Supriningrum et al., 2018). Flavonoid memiliki kerangka karbon utama atau dasar yang tersusun atas atom karbon berjumlah 15. Cincin benzana (C6) dalam senyawa flavonoid berikatan dengan rantai propane (C3) sehingga terbentuklah senyawa flavonoid. Senyawa flavonoid itulah yang dapat memperlancar produksi ASI. Sebagaimana menurut Wulandari (2019), daun singkil merupakan tanaman yang sering dimanfaatkan oleh masyarakat sebagai sayuran atau lalapan dan juga dapat dimanfaatkan untuk mengatasi masuk angin, meningkatkan selera makan, dan memperlancar produksi ASI.

Secara non-farmakologis produksi ASI dapat ditingkatkan dengan memberikan terapi dari tanaman yang memiliki kandungan alkaloid, saponin, dan flavonoid yang dapat merangsang produksi ASI (Johan et al., 2019). Salah satu diantaranya tanaman tersebut adalah daun singkil dengan kandungan fenolik, flavonoid, alkaloid, folanol glikosida, saponin, dan steroid (Puspitaningrum & Franyoto, 2020; Wulandari, 2019).

Penelitian oleh Wulandari (2019) menggunakan teh daun singkil juga memberikan hasil yang mirip dengan hasil penelitian ini. Secara komposisinya daun singkil mengandung metabolit sekunder diantaranya steroid, terpenoid, fenolik, flavonoid, tanin, dan saponin. Kandungan sebagaimana tersebut memiliki potensi untuk membantu memperlancar produksi ASI sehingga meningkatkan volume ASI untuk memenuhi kebutuhan bayi. Bukan hanya daun singkil, daun lembayung yang memiliki kandungan flavonoid, saponin, dan tannin juga dapat memberikan kontribusi meningkatkan produksi ASI sebagaimana penelitian oleh Widyawaty and Fajrin (2020) yang menyebutkan bahwa terjadi peningkatan produksi ASI pada ibu dengan terapi daun lembayung yang mengandung flavonoid, tanin, dan saponin.

Asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian ini dan beberapa kajian literatur yang telah diuraikan memberikan makna bahwa terjadinya perubahan peningkatan kelancaran produksi dan volume ASI yang dihasilkan dari penelitian ini merupakan bentuk nyata bahwa potensi daun singkil dengan

kandungan flavonoid, saponin, dan tannin dapat membantu peningkatan ASI. Peningkatan sebagaimana dimaksud dirasakan oleh ibu berdasarkan data yang diperoleh secara obyektif dari pengisian kuesioner penelitian, dimana terjadi peningkatan nilai rata-rata skor dari 30,66 menjadi 34,86. Selisih peningkatan tersebut adalah sebesar skor 4,200 dan secara uji statistic bivariat dengan *paired t-test* adalah bermakna dengan p-value 0,000.

Meski demikian, tidak menutup kemungkinan adanya keterbatasan dalam penelitian ini, diantaranya adalah tidak ada penekanan untuk mencegah bias akibat konsumsi nutrisi alamiah lain selain daun singkil yang memiliki kontribusi terhadap kelancara produksi ASI. Sehingga kedepan dapat diharapkan dilakukan penelitian lebih lanjut mengingat penelitian tentang efektifitas daun singkil (*Premna Corymbosa*) terhadap kelancaran ASI masih sangat minim dilakukan.

Pengaruh Terapi Daun Singkil (Premna Corymbosa) terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Menyusui

Hasil penelitian tentang pengaruh terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui di UPT Puskesmas Tanjung Redeb diketahui bahwa nilai rata-rata volume ASI yang dihasilkan oleh Ibu juga terdapat perubahan dari sebelum (61,66 mL) diberikan terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) meningkat setelah diberikan intervensi terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*) menjadi 66,23 mL. Hasil analisa uji beda juga dihasilkan nilai signifikansi sebesar 0,004 (p-value < 0,05) dan t-hitung sebesar 3,161 (t-tabel = 2,012; t-hitung > t-tabel). Dimana nilai ini bermakna bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada daun singkil (*Premna Corymbosa*) terhadap volume ASI pada ibu menyusui di UPT Puskesmas Tanjung Redeb.

Pemanfaatan daun singkil juga dapat digunakan dengan rebusan daun singkil yang kemudian kandungan fenolik, flavonoid, alkaloid, folanol glikosida, saponin, dan steroid dapat diolah oleh dalam tubuh dan berpotensi untuk meningkatkan produksi ASI (Puspitaningrum & Franyoto, 2020; Wulandari, 2019). Selain itu juga dengan mudah dapat ditemukan tumbuh daun singkil di lingkungan masyarakat yang belum pernah dimanfaatkan untuk terapi meningkatkan produksi ASI. Upaya tersebut merupakan upaya kesehatan dengan pemberdayaan sumber daya di lingkungan sekitar masyarakat lokal. Terlebih menurut Supriningrum et al. (2018) disebutkan bahwa daun singkil muda memiliki persentase kandungan lebih banyak dibandingkan daun tua pada komposisi flavonoid, saponin, dan tannin.

Hasil penelitian terdahulu sebagai mana diuraikan juga diperkuat sebuah penelitian yang dilakukan Kutai Kartanegara oleh Supriningrum et al. (2018) yang menyebutkan bahwa daun singkil mengandung tanin, flavonoid, saponin dan terpenoid/steroid pada uji suhu dan waktu pengeringan simplisia. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Puspitaningrum and Franyoto (2020) yang juga menyebutkan bahwa daun Singkil mengandung fenolik, flavonoid, alkaloid, folanol glikosida, saponin, dan steroid. Kandungan sebagaimana disebutkan memberikan potensi meningkatkan produksi ASI terutama kandungan flavovoid, saponin, dan tannin (Widyawaty & Fajrin, 2020).

Pada pengukuran volume ASI secara *pumping* juga ditemukan perubahan yang lebih baik, dimana terjadi peningkatan nilai rata-rata volume produksi ASI dari 1,66 mL meningkat menjadi 66,23 mL setelah diberikan intervensi terapi daun singkil (*Premna Corymbosa*). Peningkatan volume tersebut terjadi dengan selisih rata-rata meningkat sebanyak 4,56 mL. Artinya pada ibu menyusui jika diberikan terapi daun singkil selama 7 hari dapat meningkatkan produksi ASI sebanyak 4,56 mL.

Asumsi peneliti juga diperkuat dengan salah satu hasil responden ketika diukur volume produksi ASI sebelum dan setelah intervensi. Responden tertinggi adalah meningkan sebanyak 30 mL yang mana responden tersebut diambil volume ASInya secara *pumping* juga setelah memberikan ASI kepada bayinya dengan selisih waktu 30 menit kemudian.

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

Terdapat pengaruh yang signifikan pada daun singkil (*Premna corymbosa*) terhadap kelancaran dan peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui di UPT Puskesmas Tanjung Redeb. Diharapkan institusi pendidikan keperawatan memberikan kontribusi melalui *evidence-based practice* terkini agar dapat menjadi rujukan yang lebih baik melalui strategi promotive dan preventif tanpa mengabaikan upaya kuratif dan agar terjadi peningkatan derajat kesehatan yang lebih baik.

PENELITIAN LANJUTAN

Berbagai kelemahan dari penelitian terkait keterbatasan *confounding factor* pada sampel penelitian di wilayah kerja UPT Puskesmas Tanjung Redeb perlu menjadi perhatian untuk lebih disempurnakan. Bukan hanya dengan memberikan terapi daun singkil saja, namun juga perlu ditekan faktor-faktor lain agar memperketat kriteria sampel dalam penelitian. Selain itu penelitian lebih lanjut perlu dilakukan dengan memberikan kelompok pembanding agar mengetahui efektifitas daun singkil dibandingkan dengan terapi lainnya.

UCAPAN TERIMA KASIH

Artikel ini terwujud atas bimbingan, pengarahan, dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada seluruhpihak yang terlibat dan memberi dukungan. Penulis mohon maaf atas segala kekurangan. Semoga artikel ini dapat memberikan manfaat untuk mendorong penelitian-penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aliyanto, W., & Rosmadewi, R. (2019). Efektifitas sayur pepaya muda dan sayur daun kelor terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum Primipara. *Jurnal Kesehatan*, 10(1), 84-92.
- Balitbangkes. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. In. Jakarta: Balitbangkes Kemenkes RI.

- BAPPENAS, & UNICEF. (2017). *Laporan baseline SDG tentang anak-anak di indonesia*. Jakarta: Kementerian Perencanaan Pembangunan Nasional.
- Creswell, J. W. (2019). *Research Design. Pendekatan Metode Kualitatif, Kuantitatif, dan Campuran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dharma, K. (2011). *Metodologi Penelitian Keperawatan. Panduan Melaksanakan dan Menerapkan Hasil Penelitian*. Jakarta Timur: Trans Info Media.
- Diantini, L. P. (2021). HUBUNGAN KECEMASAN IBU NIFAS DENGAN PRODUKSI AIR SUSU IBU DI KLINIK KEBIDANAN RUMAH SAKIT UMUM BANGLI TAHUN 2021. *Repository Poltekkes Denpasar*.
- Ernawati, D., Ismarwati, I., & Hutapea, H. P. (2019). Analisa Kandungan FE dalam Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Menyusui. *Jurnal Ners dan Kebidanan*, 6(1), 051-055.
- Infodatin. (2014). Situasi dan Analisis ASI Eksklusif [Press release]
- Johan, H., Anggraini, R. D., & Noorbaya, S. J. S. (2019). Potensi Minuman Daun Kelor Terhadap Peningkatan Produksi Air Susu Ibu (ASI) PADA Ibu Postpartum. 23(1), 192-194.
- Kemenkes RI. (2016). *Permenkes 39 Tahun 2016 tentang PIS-PK*. Jakarta: Kemenkes RI
- Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2018*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkumham. (2012). *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 tentang Pemberian Ais Susu Ibu Eksklusif*. Jakarta: Kementerian Hukum dan HAM Republik Indonesia
- Kementerian PPN/Bappenas. (2019). *Pembangunan Gizi di Indonesia*. Jakarta: Direktorat Kesehatan dan Gizi Masyarakat. Kepedulian Pembangunan Manusia, Masyarakat dan Kebudayaan.
- Lumbessy, M., Abidjulu, J., & Paendong, J. (2013). Uji Total Flavonoid Pada Beberapa Tanaman Obat Tradisional Di Desa Waitina Kecamatan Mangoli Timur Kabupaten Kepulauan Sula Provinsi Maluku Utara. *Jurnal MIPA*, 2(1), 50-55.
- Noer, S., Pratiwi, R. D., & Gresinta, E. (2018). Penetapan Kadar Senyawa Fitokimia (Tanin, Saponin Dan Flavonoid Sebagai Kuersetin) Pada Ekstrak Daun Inggu (*Ruta angustifolia L.*). *Jurnal Ilmu-ilmu MIPA*, 2503-2364.
- Nuraiman, N., Ahmad, M., & As'ad, S. (2020). Grade Komposisi Vitamin A Air Susu Ibu (ASI) pada Penyimpanan Mikrokontroler Arduino Nano dengan Penyimpanan pada Lemari Pendingin dan Suhu Ruangan. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 14(2), 100-103.
- Puspitaningrum, I., & Franyoto, Y. D. (2020). Ekstraksi Daun Singkil Serta Potensinya Sebagai Antioksidan. *REPOSITORY STIFAR*.
- Ratnasari, D. (2017). *Daya Hambat Ekstrak Daun Jarak Pagar (Jatropha curca L.) Terhadap Pertumbuhan Bakteri Pseudomonas aeruginosa*. Universitas Muhammadiyah Semarang,
- Sasmita. (2018). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Menyusui di Rumah Sakit Umum Daerah Simeuleu Tahun 2018. *Master Thesis, Institut Kesehatan Helvetia*.

- Suharsaputra, U. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitataif, dan Tindakan*. Bandung: PT. Refika Aditama.
- Supriningrum, R., Handayani, F., & Liya, L. (2017). KARAKTERISASI DAN SKRINING FITOKIMIA DAUN SINGKIL (*Premna corymbosa* Rottl & Willd). *Jurnal Ilmiah Ibnu Sina*, 2(2), 232-244.
- Supriningrum, R., Sundu, R., & Setyawati, D. (2018). Penetapan Kadar Flavonoid Ekstrak Daun singkil (*Premna corymbosa*) Berdasarkan Variasi Suhu dan Waktu Pengeringan Simplisia. *Jurnal Farmasi Lampung Vol. 7, 1*.
- Sutopo, Y., & Slamet, A. (2017). *Statistika Inferensial*. Semarang: Penerbit Andi.
- Widyawaty, E. D., & Fajrin, D. H. (2020). Pengaruh Daun Lembayung (*Vigna sinensis* L.) Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Bayi 0-6 Bulan. *NERSMID: Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*, 3(2), 93-100.
- Wulandari, R. (2019). Skrinning Fitokimia dan Aktivitas Antioksidan Teh Herbal Daun Buas-Buas (*Premna cordifolia* ROXB.). *Jurnal Dinamika Penelitian Industri*, 30(2).
- Yanuarini, T. A., Rahayu, D. E., & Prahitasari, E. (2017). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Pranggang Kabupaten Kediri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(1), 1-9.