

**PENERAPAN MOBILISASI DINI DALAM PENURUNAN
TINGGI FUNDUS UTERI PADA IBU POST SECTIO
CAESAREA DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH
dr. ZAINOEL ABIDIN BANDA ACEH**

Laras Chythia Kasih¹, Ita Nelita²

^{1,2} Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Banda Aceh

Email :

ABSTRAK

Post partum merupakan masa pemulihan yang dimulai saat persalinan selesai sampai kembalinya organ reproduksi seperti semula. Setelah melahirkan, ibu memiliki tanggung jawab mendampingi bayi agar dapat mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Cara terbaik bagi ibu untuk memberikan kasih sayang dan mengoptimalkan potensi tumbuh kembang bayi adalah dengan memberikan ASI. Peningkatan produksi ASI dapat di tingkatkan dengan mengonsumsi sayuran yang mengandung steroid dan pelifenol seperti daun katuk. Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan ASI pada ibu post partum. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan studi kasus dan teknik pengumpulan data dengan menggunakan lembar observasi. Penelitian ini dilakukan mulai tanggal 16 sampai 22 agustus 2018, dengan jumlah responden 2 orang. Hasil penelitian menunjukkan setelah dilakukan pemberian rebusan daun katuk diperoleh hasil adanya perubahan/peningkatan dalam pengeluaran ASI pada kedua subjek penelitian. Pada subjek I hari ke 6 pengeluaran ASI diperoleh hasil 160 ml dan pada subjek II pengeluaran ASI diperoleh hasil 138 ml. Dengan demikian, diharapkan penerapan rebusan daun katuk dapat dijadikan sebagai salah satu tindakan alternative dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum.

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

ABSTRACT

Post partum is a period of recovery that starts when labor is over until the reproductive organs return to normal. After giving birth, it is the mother's responsibility to accompany the baby to achieve optimal growth and development. The best way for mothers to give love and optimize the potential for growth and development of the baby is by giving breast milk. Increased milk production can be increased by consuming vegetables containing steroids and pelifenols such as katuk leaves. The aim of this study was to increase breast milk in post partum mothers. The type of research used is descriptive with a case study approach and data collection techniques using observation sheets. This research was conducted from 16 to 22 August 2018, with 2 respondents. The results showed that after giving katuk leaf decoction, the results showed that there was a change / increase in breastfeeding in both research subjects. In subject I, on day 6 of expressing breastmilk, the result was 160 ml and in subject II, the result was 138 ml. Thus, it is hoped that the application of katuk leaf decoction can be used as an alternative measure in increasing breast milk production in post partum mothers.

Keywords: Post Partum Mother, Breast Milk Production, Katuk Leaf Stew.

LATAR BELAKANG

Post partum merupakan masa pemulihan yang dimulai saat persalinan selesai sampai kembalinya organ reproduksi seperti semula. Lama masa pemulihan ini berkisar sekitar 6 – 8 minggu. Pemberian asuhan pada masa nifas diperlukan terutama dalam proses pemulihan kesehatan fisik klien, kesehatan psikologis ibu, mencegah terjadinya komplikasi selama masa nifas, memperlancar dalam pembentukan ASI, memberikan konseling informasi dan edukasi (Sujiyatini, 2010, dalam Nindiyaningrum R).

Setelah melahirkan, ibu memiliki tanggung jawab mendampingi bayi agar dapat mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Cara terbaik bagi ibu untuk memberikan kasih sayang dan mengoptimalkan potensi tumbuh kembang bayi adalah dengan memberikan ASI. Pemberian ASI meningkatkan ikatan kasih sayang (asih), melatih refleks dan motorik bayi (asah), serta memberikan gizi terbaik (asuh) (Fikawati, 2015).

Bayi baru lahir membutuhkan asupan nutrisi yang adekuat. Salah satu dengan mendapatkan ASI. Beberapa penelitian epidemiologis menyatakan bahwa ASI melindungi bayi dan anak dari penyakit infeksi, misalnya diare, otitis media, dan infeksi saluran pernafasan akut bagian bawah. Kolostrum mengandung zat kekebalan 10-17 kali lebih banyak dari susu matang (matur). Zat kekebalan yang terdapat pada ASI antara lain akan melindungi bayi dari penyakit diare dan menurunkan kemungkinan bayi terkena penyakit infeksi telinga, batuk, pilek, dan penyakit alergi. (Rahmanisa, 2016).

ASI mengandung berbagai zat yang penting untuk tumbuh kembang bayi dan sesuai dengan kebutuhannya. ASI merupakan makanan yang baik bagi bayi karena banyak mengandung zat imun yang dapat menambah daya tahan tubuh anak terhadap penyakit dan sesuai dengan kemampuan absorpsi usus bayi. ASI juga mengandung cukup banyak komponen yang diperlukan oleh bayi (Fikawati, 2015).

Menurut Data Badan Kesehatan Dunia (WHO) tahun 2016, masih menunjukkan kecukupan rata-rata ASI eksklusif di dunia yaitu 38%. Di Indonesia meskipun sejumlah besar perempuan (96%) menyusui anak mereka dalam kehidupan mereka, hanya 42% dari bayi yang berusia di bawah 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif. Pada saat anak-anak mendekati ulang tahunnya yang ke dua, hanya 55% yang masih diberi ASI.

Jika dibandingkan dengan target WHO yang mencapai 50%, maka angka tersebut masihlah jauh dari target. Berdasarkan data yang dikumpulkan International Baby Food Action Network (IBFAN) 2014, Indonesia menduduki peringkat ke tiga terbawah dari 51 negara di dunia yang mengikuti penilaian status kebijakan dan program pemberian makan bayi dan anak (Infant-Young Child Feeding). Di provinsi Aceh sendiri angka ASI eksklusif masih di bawah angka nasional yaitu 3.828 (64,3%).

Banyak hal yang dapat mempengaruhi produksi ASI. Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh dua hormon, yaitu prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI. Prolaktin sangat dipengaruhi oleh asupan nutrisi klien,

semakin asupan nutrisinya baik maka produksi yang dihasilkan juga banyak (Marmi, 2012). Peningkatan produksi ASI dapat juga di tingkatkan dengan mengkonsumsi sayuran yang mengandung steroid dan pelifenol seperti daun katuk. Daun katuk dipercaya sebagai makanan yang dapat meningkatkan produksi ASI dikarenakan kandungan steroid dan pelifenol yang mampu meningkatkan hormone prolaktin. Hormone prolaktin berperan dalam merangsang sel-sel pada payudara untuk memproduksi ASI, (Fikawati, 2015).

Dari hasil pengkajian yang dilakukan peneliti pada subjek I di dapatkan data klien mengatakan ASI keluar hanya sedikit, klien makan 3 kali/hari, klien mengatakan tidur 6 jam/hari, klien belum pernah menyusui sebelumnya, hasil pemeriksaan payudara didapatkan payudara simetris, puting susu menonjol, payudara teraba keras dan membesar, ASI keluar, ASI pada subjek I lebih banyak karena subjek I lebih banyak mengkonsumsi buah-buahan, dan sayur-sayuran dan pernah mengikuti seminar tentang ASI. Sedangkan pada subjek II di dapatkan data klien mengatakan ASI keluar hanya sedikit, makan 3 kali sehari, klien mengatakan hanya tidur 4 jam/hari. Hasil pemeriksaan payudara didapatkan payudara simetris, puting susu menonjol, payudara teraba keras dan membesar, ASI keluar.

Berdasarkan hal tersebut diatas, maka penulis memilih penelitian dengan judul “Penerapan Rebusan Daun Katuk Dalam Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Post Partum di Gampong Lam Ara Tunong Kecamatan Kutamalaka Aceh Besar”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Studi kasus ini bertujuan untuk melihat bagaimana peningkatan produksi ASI pada ibu post partum setelah dilakukan pemberian rebusan daun katuk. Subyek dalam penelitian ini adalah dua orang pasien post partum normal di Desa Lam Ara Tunong Kecamatan Kutamalaka Aceh Besar, pada tanggal 16 sampai 22 Agustus 2018 dengan kriteria: 1. Ibu melahirkan normal dengan bayi lahir hidup, 2. Ibu yang menyusui, 3. Bersedia menjadi responden, 4. Pasien yang kooperatif, 5. Ibu post partum normal hari ke 3.

HASIL DAN PEMBAHASAN

HASIL

Berikut digambarkan hasil penerapan rebusan daun katuk dalam peningkatan ASI pada ibu post partum pada subjek I dan subjek II selama 6 hari. Adapun hasil observasi tindakan tersebut dapat dilihat pada tabel.

Tabel 1

Evaluasi Sebelum Dan Sesudah Penerapan Rebusan Daun Katuk Dalam Peningkatan Produksi ASI (subjek I)

No	Pre pemberian daun katuk		Post pemberian daun katuk		
	Tgl/hari	Jumlah ASI	Tgl/hari	Jumlah ASI	Keterangan
1.	16 Agustus 2018 Jam:08.00	80 ml	17 Agustus 2018 jam:08.00	85 ml	Hasil observasi pemberian daun katuk 2x sehari pada tgl 16 agustus
2.	17 Agustus 2018 Jam:08.00	85 ml	18 Agustus 2018 Jam:08.00	89 ml	Hasil observasi pemberian daun katuk 3x sehari pada tgl 16 agustus
3.	18 Agustus 2018 Jam:08.00	89 ml	19 Agustus 2018 Jam:08.00	95 ml	Hasil observasi pemberian daun katuk 3x sehari pada tgl 16 agustus
4.	19 Agustus 2018 Jam:08.00	95 ml	20 Agustus 2018 Jam:08.00	120 ml	Hasil observasi pemberian daun katuk 3x sehari pada tgl 16 agustus
5.	20 Agustus 2018 Jam:08.00	120 ml	21 Agustus 2018 Jam:08.00	143 ml	Hasil observasi pemberian daun katuk 3x sehari pada tgl 16 agustus
6.	21 Agustus 2018 Jam:08.00	143 ml	22 Agustus 2018 Jam:08.00	160 ml	Hasil observasi pemberian daun katuk 3x sehari pada tgl 16 agustus

Berdasarkan tabel 1 diperoleh hasil bahwa sebelum diberikan rebusan daun katuk pada hari pertama subjek I pengeluaran ASI yaitu 80 ml dan pengeluaran ASI terus meningkat setelah pemberian rebusan daun katuk di hari ke enam yaitu 160 ml.

Tabel 2

Evaluasi Sebelum Dan Sesudah Penerapan Daun Katuk Dalam Peningkatan Produksi ASI (subjek II)

No	Pre pemberian daun katuk		Post pemberian daun katuk		
	Tgl/hari	Jumlah ASI	Tgl/hari	Jumlah ASI	Keterangan
1.	16 Agustus 2018 Jam:08.30	60 ml	17 Agustus 2018 Jam:08.30	64 ml	Hasil observasi pemberian daun katuk 2x sehari pada tgl 16 agustus
2.	17 Agustus 2018 Jam:08.30	85 ml	18 Agustus 2018 Jam:08.30	67 ml	Hasil observasi pemberian daun katuk 3x sehari pada tgl 16 agustus
3.	18 Agustus 2018 Jam:30	89 ml	19 Agustus 2018 Jam:08.30	72 ml	Hasil observasi pemberian daun katuk 3x sehari pada tgl 16 agustus
4.	19 Agustus 2018 Jam:08.30	95 ml	20 Agustus 2018 Jam:08.30	90 ml	Hasil observasi pemberian daun katuk 3x sehari pada tgl 16 agustus
5.	20 Agustus 2018 Jam:08.30	120 ml	21 Agustus 2018 Jam:08.30	115 ml	Hasil observasi pemberian daun katuk 3x sehari pada tgl 16 agustus
6.	21 Agustus 2018 Jam:08.30	143 ml	22 Agustus 2018 Jam:08.30	138 ml	Hasil observasi pemberian daun katuk 3x sehari pada tgl 16 agustus

Berdasarkan tabel 2 diperoleh hasil bahwa sebelum diberikan rebusan daun

katuk pada hari pertama subjek II pengeluaran ASI yaitu 60 ml dan pengeluaran ASI terus meningkat setelah pemberian rebusan daun katuk di hari ke enam yaitu 138 ml.

PEMBAHASAN

Daun katuk adalah sayuran yang dianjurkan untuk memperlancarkan ASI pada ibu menyusui. Tanaman hijau dengan daun berukuran kecil ini sangat populer untuk membantu memperbanyak produksi ASI serta memperbaiki kualitas ASI itu sendiri. (Herawati, dkk, 2017).

Dari hasil penelitian penerapan rebusan daun katuk dalam peningkatan produksi ASI pada ibu post partum diperoleh hasil adanya perubahan/peningkatan dalam produksi ASI pada ke dua subjek yaitu subjek I dari 80 ml menjadi 160 ml dan subjek II dari 60 ml menjadi 138 ml.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Amalia (2017) tentang pemberian air rebusan daun katuk sebagai upaya untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui (studi kasus pada Ny. T dan Ny.V di BPM SW Pakisaji), menunjukkan produksi ASI pada ibu post partum yang diberikan intervensi rebusan daun katuk dari 2 orang responden yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi yaitu ibu post partum hari ke 3 yang mengalami kurangnya kuantitas produksi ASI, peneliti memberikan asuhan berupa pemberian air rebusan daun katuk yang diminum 3x sehari selama 15 hari. Berdasarkan hasil observasi didapatkan bahwa terjadi peningkatan produksi ASI dalam waktu 15 hari yang awalnya kuantitas produksi ASI

kurang hingga pengeluaran produksi ASI yang optimal dengan kriteria pengeluaran ASI dalam perharinya 50-120 ml.

Daun katuk dipercaya sebagai makanan yang dapat meningkatkan produksi ASI dikarenakan kandungan steroid dan pelifenol yang mampu meningkatkan hormone prolaktin. Hormone prolaktin berperan dalam merangsang sel-sel pada payudara untuk memproduksi ASI (Fikawati, 2015). Untuk itu pentingnya diberikan rebusan daun katuk untuk melancarkan ASI pada ibu menyusui.

Pengeluaran ASI bukan hanya dipengaruhi oleh pemberian daun katuk, tetapi ada faktor-faktor lain yang mempengaruhi diantaranya status gizi atau nutrisi.

Nutrisi pada ibu menyusui merupakan hal yang penting untuk ibu dan bayinya karena kebutuhan nutrisi ibu menyusui berpengaruh pada proses produksi ASI (Sudaryanto, 2014). Nutrisi ibu memiliki pengaruh pada kualitas kandungan dalam susu ibu. Nutrisi ibu beberapa dapat menyebabkan variasi besar dalam kualitas ASI. Produksi ASI akan lancar apabila kebutuhan nutrisi ibu menyusui terpenuhi. Oleh karena itu, ibu menyusui juga harus cermat memilih bahan makanan yang dapat memperlancar produksi ASI (Sutomo, 2010).

Pada subjek I sebelum dilakukan pemberian rebusan daun katuk yaitu 80 ml, dan sesudah dilakukan pemberian rebusan daun katuk pada hari pertama yaitu 85 ml, kemudian di hari ke dua yaitu 89 ml, di hari ke tiga yaitu 95 ml, hari ke empat yaitu 120 ml, setelah itu hari ke lima yaitu

143 ml, dan sampai hari ke enam yaitu 160 ml.

Sedangkan pada subjek II sebelum dilakukan pemberian rebusan daun katuk yaitu 60 ml, dan sesudah dilakukan pemberian rebusan daun katuk pada hari pertama yaitu 64 ml, kemudian di hari ke dua yaitu 67 ml, di hari ke tiga yaitu 72 ml, hari ke empat yaitu 90 ml, setelah itu hari ke lima yaitu 115 ml, dan sampai hari ke enam yaitu 138 ml.

Dari hasil penelitian di dapatkan bahwa produksi ASI pada subjek I lebih banyak dari pada subjek II setelah diberikan rebusan daun katuk, hal ini di pengaruhi juga dengan faktor nutrisi yang di konsumsi subjek I, dimana subjek I sering mengkonsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Kundre,dkk (2017) tentang hubungan pemenuhan kebutuhan gizi ibu dengan kelancaran air susu ibu (ASI) pada ibu menyusui di puskesmas bahu kota manado menunjukkan dari 95 responden, bahwa responden dengan pemenuhan kebutuhan gizi ibu tidak terpenuhi dan yang mengalami Air Susu Ibu (ASI) kurang lancar berjumlah 8 responden (8,4 %), sedangkan responden dengan pemenuhan kebutuhan gizi ibu tidak terpenuhi yang mengalami Air Susu Ibu (ASI) lancar berjumlah 10 responden (10,5 %). Sementara responden dengan pemenuhan kebutuhan gizi ibu terpenuhi dan yang mengalami Air Susu Ibu (ASI) kurang lancar berjumlah 9 responden (9,5 %), sedangkan responden dengan pemenuhan kebutuhan gizi ibu terpenuhi dan yang mengalami Air Susu Ibu (ASI) lancar berjumlah 68.

KESIMPULAN

Berdasarkan paparan fokus studi dan pembahasan pada ibu post partum yang mengalami masalah pengeluaran ASI. Setelah dilakukan pemberian rebusan daun katuk dapat disimpulkan bahwa adanya perubahan/pengeluaran ASI pada kedua subjek penelitian. Sebelum dilakukan pemberian rebusan daun katuk kedua subjek pengeluaran ASI tidak lancar. Selanjutnya setelah dilakukan pemberian rebusan daun katuk mengalami peningkatan produksi ASI dimana pada subjek I hari ke 6 pengeluaran ASI diperoleh hasil 160 ml dan pada subjek II hari ke 6 pengeluaran ASI diperoleh hasil 138 ml. Adanya peningkatan produksi ASI dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya umur, status gizi atau nutrisi, keadaan emosi ibu, dan psikologi ibu.

SARAN

Berdasarkan analisa dan kesimpulan penelitian, maka peneliti akan menyampaikan beberapa diantaranya:

1. Masyarakat

Hendaknya dapat melakukan dan memanfaatkan penerapan rebusan daun katuk dalam peningkatan produksi Air Susu Ibu (ASI) khususnya pada ibu menyusui yang bermasalah dengan pengeluaran ASI.

2. Bagi pengembangan ilmu dan teknologi keperawatan

Pengembangan ilmu untuk menambah peluasan ilmu dan referensi penerapan rebusan daun katuk dalam peningkatan produksi Air Susu Ibu (ASI) khususnya pada ibu menyusui yang bermasalah dengan pengeluaran ASI.

3. Penulis

Penulis supaya terus mengembangkan pengetahuan yang telah didapat tentang rebusan daun katuk serta menginformasikan kepada orang lain (ibu) sehingga tindakan rebusan daun katuk dapat dilakukan secara optimal dan untuk melakukan penelitian yang lebih kompleks.

4. Institusi Akper Kesdam IM Banda Aceh

Institusi akademik diharapkan agar terus mengembangkan dan menambah referensi buku untuk para mahasiswanya tentang penerapan rebusan daun katuk dalam peningkatan ASI, untuk mempermudah bagi penulis atau peneliti selanjutnya untuk mendapatkan sumber-sumber referensi buku dan mengembangkan ilmu pengetahuan.

KEPUSTAKAAN

- Doenges, M.E & Moorhouse, M.F. (2001). Rencana Perawatan Maternal/Bayi. Jakarta: EEG.
- Eka, P. S & Kurnia, D. R. (2014). Asuhan Kebidanan Persalinan (Intranatal

- Care). Jakarta: Cv. Trans Info Media.
- Fikawati, S. Syafiq, A. & Karima, K. (2015). Gizi Ibu Dan Bayi. Jakarta: Rajagrafindo Persada.
- Handayani, S. & Wulandari, R.S. (2011). Asuhan Kebidanan Ibu Masa Nifas. Yogyakarta :Gosyen Publishing.
- Icesmi, S. K & Margareth, Z. H. (2013). Kehamilan, Persalinan, Dan Nifas Di Lengkapi Dengan Patologi. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Kundre, dkk. (2017). Hubungan pemenuhan kebutuhan gizi ibu dengan kelancaran air susu ibu (ASI) pada ibu menyusui di puskesmas bahu kota manado. (online). (<https://media.neliti.com/media/publications/113501-ID-hubungan-pemenuhan-kebutuhan-gizi-ibu-de.pdf>)
- Maryunani, A. (2015). Asuhan Ibu Nifas Dan Asuhan Ibu Menyusui. Bogor : IN MEDIA.
- Maryunani, A. (2012). Inisiasi Menyusui Dini, ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi. Jakarta : CV. Trans Info Media.
- Maryunani, A. (2010). NYERI DALAM PERSALINAN “Teknik dan Cara Penanganannya”. Jakarta : CV. Trans info Media.
- Nindiyaningrun, R. (2015). Jurnal : PENGARUH PEMBERIAN EKSTRAK DAUN KATUK TERHADAP PRODUKSI ASI PADA IBU POST PARTUM. (online). (<http://download.portalgaruda.org/article.php?article=393161&val=6378&title>). Diakses 6 april 2018).
- Rahmanisa, S. (2016). Jurnal : EFEKTIVITAS EKSTRAKSI ALKALOID DAN STEROL DAUN KATUK (SAUROPUS ANDROGYNUS) TERHADAP PRODUKSI ASI. (online). (<http://juka.kedokteran.unila.ac.id/index.php/majority/article/download/91/719>). diakses 3 maret 2018).
- Amalia. Dkk. (2017). Jurnal : PEMBERIAN AIR REBUSAN DAUN KATUK (Sauropus adrogynus (L) Merr) SEBAGAI UPAYA UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI (Studi Kasus pada Ny “T” dan Ny “V” di BPM “SW” Pakisaji). (Online). <https://jurnal.poltekkessoepraoen.ac.id/index.php/HWS/article/view/73>, diakses 3 juli 2018)
- Sa’roni. Dkk. (2004). Jurnal : EFFECTIVENESS OF THE SAUROPUS ANDROGYNUS (L.) MERR LEAF EXTRACT IN INCREASING MOTHER’S BREAST MILK PRODUCTION. (Online). (<http://ejournal.litbang.depkes.go.id/index.php/MPK/article/download/903/817>, diakses 3 januari 2018).
- Setiadi.(2013). Konsep Dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan. Yogyakarta : graham ilmu.
- Sutomo, Budi. (2010). Menu Sehat Untuk Ibu Menyusui. Jakarta: Tim Demedia.
- Sudaryanto, Gatot. 2014. MPASI super lengkap. Jakarta: Penerbar Plus
- Suwanti, E. (2016). Jurnal : PENGARUH KONSUMSI EKSTRAK DAUN KATUK TERHADAP KECUKUPAN ASI PADA IBU MENYUSUI DI KLATEN. (online). (<http://jurnal.poltekkessolo.ac.id/index.php/Int/article/viewFile/222/197>). diakses 3 januari 2018).