



LITERATURE REVIEW EFEKTIFITAS MELAKUKAN PIJAT OKSITOSIN DAN PEMBERIAN DAUN KATUK PADA IBU POST PERSALINAN UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI

Ni Nyoman Surti¹⁾, Murtiningsih²⁾

^{1,2} Universitas Jenderal Achmad Yani

Email : ninyomansurti72@gmail.com

Submitted	Revised	Accepted	Published
Nov 05, 2024	Dec 03, 2024	Dec 17, 2024	Dec 31, 2024

Abstract

Exclusive breast milk is the first natural food for babies and provides all the vitamins, nutrients and minerals that babies need for the first six months of growth. No fluids or other food are needed, breast milk continues to be available until half or more of what is needed. This study aims to evaluate the effectiveness of the combined intervention of katuk leaves and oxytocin massage on the production and flow of breast milk in postpartum mothers. Based on a review of 10 scientific journals, the results show that katuk leaves, whether in extract, tea or decoction form, significantly increase breast milk production through stimulation of the hormones prolactin and oxytocin. In addition, oxytocin massage has been proven to be effective in increasing the flow of breast milk by providing a relaxing effect that supports the release of the hormone oxytocin. This combination of interventions provides more optimal results than using a single method. The positive impact of this intervention was seen in the increase in baby weight, which shows the adequacy of breast milk as the main source of nutrition. This study also highlights the importance of a holistic approach, including psychological support and education for breastfeeding mothers, to increase the success of exclusive breastfeeding. With these findings, it is recommended that health workers, especially midwives, promote the use of katuk leaves and oxytocin massage as part of clinical practice. It is hoped that the results of this research can contribute to the development of evidence-based maternity health policies that are more effective and easier to implement.

Keywords: Katuk Leaves; Oxytocin Massage; Breast Milk Production

Abstrak

ASI Eksklusif adalah makanan alami pertama untuk bayi dan menyediakan semua vitamin, nutrisi dan mineral yang diperlukan bayi untuk pertumbuhan enam bulan pertama. Tidak ada cairan atau makanan lain yang di perlukan, ASI terus tersedia hingga setengah atau lebih dari kebutuhan. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas kombinasi intervensi daun katuk dan pijat oksitosin terhadap produksi dan kelancaran ASI pada ibu postpartum. Berdasarkan tinjauan 10 jurnal ilmiah, hasil menunjukkan bahwa daun katuk, baik dalam bentuk ekstrak, teh, maupun rebusan, secara signifikan meningkatkan produksi ASI melalui stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin. Selain itu, pijat oksitosin terbukti efektif dalam meningkatkan kelancaran ASI dengan memberikan efek relaksasi yang mendukung pelepasan hormon oksitosin. Kombinasi intervensi tersebut memberikan hasil yang lebih optimal dibandingkan penggunaan metode tunggal. Dampak positif dari intervensi ini terlihat pada peningkatan berat badan bayi, yang menunjukkan kecukupan ASI sebagai sumber nutrisi utama. Studi ini juga menyoroti pentingnya pendekatan holistik, termasuk dukungan psikologis dan edukasi bagi ibu menyusui, untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Dengan temuan ini, disarankan agar tenaga kesehatan, terutama bidan, mempromosikan penggunaan daun katuk dan pijat oksitosin sebagai bagian dari praktik klinis. Hasil penelitian ini diharapkan dapat berkontribusi pada pengembangan kebijakan kesehatan maternitas berbasis bukti yang lebih efektif dan mudah diterapkan.

Kata kunci: Daun Katuk; Pijat Oksitosin; Produksi ASI

PENDAHULUAN

ASI Eksklusif adalah makanan alami pertama untuk bayi dan menyediakan semua vitamin, nutrisi dan mineral yang diperlukan bayi untuk pertumbuhan enam bulan pertama. Tidak ada cairan atau makanan lain yang di perlukan, ASI terus tersedia hingga setengah atau lebih dari kebutuhan. Selain itu, ASI mengandung antibodi dari ibu yang membantu memerangi penyakit .ASI merupakan makanan utama dan paling sempurna bagi bayi.

Menurut sebuah penelitian, bayi prematur yang diberi ASI memiliki perkembangan materi abu-abu regional yang lebih besar dan peningkatan fungsi materi abu-abu regional dibandingkan dengan bayi yang diberi susu formula yang lahir dengan cukup bulan. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian ASI pada periode awal setelah lahir mempunyai pengaruh pada perkembangan otak dini pada bayi, walaupun bayi tersebut prematur (Zhang et al., 2022).

Kebijakan Nasional untuk memberikan ASI eksklusif selama 6 (enam) bulan telah ditetapkan dalam SK Menteri Kesehatan No 450/Menkes/SK/IV/2009 tentang ASI eksklusif. Menurut keputusan menteri kesehatan nomor 450/MENKES/ 2004 tentang pemberian ASI secara eksklusif di Indonesia menetapkan ASI eksklusif di Indonesia selama 6 bulan dan dianjurkan dilanjutkan sampai dengan anak berusia 2 tahun atau lebih dengan pemberian makanan tambahan yang sesuai. Walaupun manfaat dari ASI eksklusif tersebut sudah dikenal luas , ternyata cakupan pemberian ASI eksklusif tersebut tidak semua sesuai dengan target yang telah ditetapkan pemerintah.

Cakupan pemberian ASI eksklusif Di wilayah kota bekasi rata-rata 31,4% yaitu sebanyak 8.271 dari 26.372 bayi (Dinkes Bekasi 2019) yang didapat dari 42 puskesmas yang berada di Kota Bekasi, sementara untuk keberhasilan ASI di rumah sakit Mitra Keluarga Bekasi dilakukan survey melalui Gougleform dari bulan Januari-September 2024 sebanyak

399 bayi namun yang berhasil memberikan ASI sampai dengan 3 bulan hanya 35% sedangkan 755 memberi susu formula data diambil dari 50 responden.

Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif untuk provinsi Bekasi dan di rumah Sakit Mitra Keluarga Bekasi masih belum sesuai dengan target Nasional. Ketidak berhasilan memberikan ASI diatas 3 bulan dengan alasan ASI tidak mencukupi sehingga ibu memberikan susu formula, oleh karena itu penting menyadarkan masyarakat tentang pentingnya ASI dan menjadikan bahan pangan sebagai booster meningkatkan sekresi dan produksi ASI. Salah satunya dengan memberikan daun katuk pada ibu -ibu menyusui. Daun katuk (*Sauropus androgynus*) dipercaya banyak masyarakat Indonesia sebagai makanan tradisional yang dapat meningkatkan produksi ASI. Daun katuk mengandung zat gizi makro, zat gizi mikro, dan mineral esensial dalam jumlah yang cukup. (Darmawati et al., 2023). Disamping pemberian suplemen makanan , salah satu cara untuk merangsang hormon oksitosin dan meningkatkan rasa nyaman adalah dengan pijat laktasi (Helina et al., 2020; Pollard, 2015).

Pijat laktasi adalah pemijatan yang dilakukan pada beberapa bagian tubuh, yaitu kepala, leher, bahu, punggung, dan payudara. Pada prinsipnya, pijat laktasi ini ialah menimbulkan efek relaksasi untuk meningkatkan hormon oksitosin yang berperan sebagai hormon pengeluar ASI (Helina et al., 2020). Penelitian menyebutkan bahwa ada pengaruh intervensi edukasi manfaat daun katuk dalam meningkatkan produksi ASI terhadap pengetahuan responden (Noviasari, 2023). Pemberian ASI yang lebih dari 8 kali sehari dapat mengurangi jumlah bilirubin dalam darah bayi banyak berkurang seiring diberikannya kolostrum yang dapat mengatasi kekuningan, asalkan bayi tersebut disusui sesering mungkin dan tidak diberi pengganti ASI. Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti termotivasi untuk meneliti

efektifitas pemberian pijat oksitoksin dan pemberian daun katuk terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu post persalinan.

METODE

Penelitian ini merupakan studi literatur yang bertujuan untuk mengidentifikasi dan menganalisis bukti-bukti ilmiah terkini Literature Review Efektifitas Melakukan Pijat Oksitoksin Dan Pemberian Daun Katuk Pada Ibu Post Persalinan Untuk Meningkatkan Produksi Asi. Dalam penelitian ini, penulis mengumpulkan berbagai artikel, jurnal, dan sumber-sumber akademis yang relevan dengan topik tersebut untuk mendapatkan gambaran yang lebih komprehensif mengenai Literature Review Efektifitas Melakukan Pijat Oksitoksin Dan Pemberian Daun Katuk Pada Ibu Post Persalinan Untuk Meningkatkan Produksi Asi.

Strategi yang digunakan untuk mencari artikel menggunakan PICO framework, yang terdiri dari (Nursalam, 2020):

1. *Population/problem* yaitu populasi atau masalah yang akan di analisis sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam literature review.
2. *Intervention* yaitu suatu tindakan penatalaksanaan terhadap kasus perorangan atau masyarakat serta pemaparan tentang penatalaksanaan studi sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam literature review.
3. *Comparison* yaitu intervensi atau pelaksanaan lain yang digunakan sebagai pembandingan, jika tidak ada bisa menggunakan kelompok kontrol dalam studi yang terpilih.
4. *Outcome* yaitu hasil atau luaran yang diperoleh pada studi terdahulu yang sesuai dengan tema yang sudah ditentukan dalam literature review

Tabel 1. Karakteristik Artikel yang Dianalisa

No	Judul Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode	Hasil Utama	Rekomendasi
1	Pengaruh ekstrak daun katuk terhadap kecukupan produksi ASI pada ibu post partum	Mengukur pengaruh ekstrak daun katuk terhadap kecukupan produksi ASI	Quasi Experiment, post-test design, 34 sampel (17 perlakuan, 17 kontrol), ekstrak daun katuk diberikan 2x/hari	Ekstrak daun katuk meningkatkan kecukupan ASI secara signifikan (p-value = 0,000).	Direkomendasikan sebagai alternatif peningkat ASI eksklusif bagi ibu postpartum.
2	Efektivitas teh daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu postpartum hari ke 4-7	Mengetahui efektivitas teh daun katuk terhadap produksi ASI pada hari 4-7 postpartum	Quasi Experiment, post-test control group, 30 sampel dibagi dalam 2 kelompok	Teh daun katuk meningkatkan produksi ASI secara signifikan (p-value < 0,05).	Teh daun katuk dapat digunakan sebagai ramuan tradisional untuk meningkatkan produksi ASI.
3	Efektivitas kombinasi topikal gel jahe merah dan kapsul ekstrak daun katuk terhadap produksi ASI	Membuktikan efektivitas kombinasi gel jahe merah dan kapsul ekstrak daun katuk	Quasi Experiment, 36 sampel, data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon dan Mann Whitney	Kombinasi meningkatkan produksi ASI signifikan berdasarkan berat badan bayi.	Kombinasi intervensi direkomendasikan untuk meningkatkan produksi ASI ibu menyusui.
4	Pengaruh ekstrak daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu menyusui	Mengukur pengaruh ekstrak daun katuk terhadap produksi ASI	Pra-Eksperimental, pre-test dan post-test, 30 sampel ibu menyusui	Ekstrak daun katuk meningkatkan produksi ASI dengan hasil signifikan (p-value < 0,05).	Sumber referensi tambahan untuk penelitian lebih lanjut tentang daun katuk.
5	Pengaruh perawatan payudara (breast care) dan pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI	Mengetahui pengaruh perawatan payudara dan pijat oksitosin	Quasi Experiment, pre-test post-test control group, 32 sampel (16 perlakuan, 16 kontrol)	Perawatan payudara dan pijat oksitosin meningkatkan kelancaran ASI (p-value = 0,000).	Sosialisasi manfaat perawatan payudara dan pijat oksitosin untuk mendukung ASI eksklusif.
6	Pengaruh pijat laktasi dan herbal ekstrak daun katuk terhadap pengeluaran ASI	Mengetahui pengaruh pijat laktasi dan ekstrak daun katuk	Quasi Experiment, pre-test post-test, 30 sampel (15 per kelompok), data diuji dengan paired sample test	Pijat laktasi dan ekstrak daun katuk meningkatkan pengeluaran ASI signifikan (p-value = 0,000).	Konsumsi ekstrak daun katuk dan pijat laktasi secara rutin direkomendasikan untuk ibu menyusui.

7	Pengaruh rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas	Mengetahui pengaruh rebusan daun katuk terhadap produksi ASI	Pra-Eksperimental, one group pre-test post-test, 30 sampel	Rebusan daun katuk meningkatkan produksi ASI hingga 80 ml (p-value = 0,000).	Rebusan daun katuk direkomendasikan sebagai solusi peningkat produksi ASI
8	Pengaruh perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kelancaran produksi ASI	Mengetahui pengaruh perawatan payudara dan pijat oksitosin terhadap kelancaran ASI	Quasi Experiment, pre-test post-test control group, 32 sampel (16 perlakuan, 16 kontrol)	Perawatan payudara dan pijat oksitosin efektif meningkatkan kelancaran ASI (p-value = 0,000).	Bidan diharapkan mensosialisasikan manfaat pijat oksitosin dan perawatan payudara pada ibu nifas.
9	Efektivitas pijat Woolwich dan rebusan daun katuk terhadap kelancaran ASI	Mengetahui efektivitas pijat Woolwich dan rebusan daun katuk terhadap kelancaran ASI	Field Research, observasi lapangan, 40 sampel	Pijat Woolwich dan rebusan daun katuk efektif meningkatkan kelancaran ASI (p-value < 0,05).	Intervensi ini direkomendasikan sebagai alternatif bagi ibu postpartum untuk meningkatkan ASI.
10	Efektivitas pijat oksitosin dan breast care terhadap produksi ASI	Mengetahui efektivitas pijat oksitosin dan breast care	Studi kasus kualitatif, 2 ibu post partum, intervensi pijat oksitosin dan breast care	Pijat oksitosin lebih efektif meningkatkan produksi ASI dibandingkan breast care.	Disarankan memberikan pijat oksitosin sebagai prioritas intervensi peningkatan produksi ASI.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Efektivitas Daun Katuk:
 - a. Hampir seluruh penelitian menunjukkan bahwa daun katuk, baik dalam bentuk ekstrak, teh, maupun rebusan, efektif meningkatkan produksi ASI secara signifikan. Kandungan polifenol dan steroid dalam daun katuk berperan merangsang hormon prolaktin dan oksitosin yang mendukung produksi ASI.
 - b. Selain meningkatkan produksi ASI, daun katuk juga mendukung peningkatan berat badan bayi sebagai indikator kecukupan ASI.
2. Efektivitas Pijat Oksitosin dan Perawatan Payudara:
 - a. Pijat oksitosin terbukti meningkatkan kelancaran ASI dengan cara merangsang hormon oksitosin. Kombinasi pijat oksitosin dan perawatan payudara memberikan hasil yang lebih baik dibandingkan hanya salah satu metode.
 - b. Dukungan psikologis selama pemijatan juga berkontribusi terhadap keberhasilan intervensi ini.
3. Kombinasi Intervensi:
 - a. Penelitian yang menggabungkan intervensi (misalnya, daun katuk dengan pijat oksitosin atau perawatan payudara) menunjukkan hasil yang lebih optimal dalam meningkatkan produksi dan kelancaran ASI. Kombinasi ini memberikan manfaat multifaktor baik secara fisiologis maupun psikologis bagi ibu.
4. Manfaat bagi Ibu dan Bayi:
 - a. Produksi ASI yang meningkat berdampak langsung pada peningkatan berat badan bayi dan mempercepat pemenuhan kebutuhan nutrisi bayi.
 - b. Selain itu, intervensi seperti pijat oksitosin dan perawatan payudara juga memberikan efek relaksasi, yang membantu mengurangi stres ibu selama masa menyusui.
5. Rekomendasi untuk Praktik Klinik:
 - a. Bidan dan tenaga kesehatan disarankan untuk mempromosikan

penggunaan intervensi tradisional seperti daun katuk dan pijat oksitosin.

- b. Intervensi ini juga dapat dijadikan bagian dari program edukasi bagi ibu postpartum untuk meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif.

Secara keseluruhan, kombinasi intervensi berbasis daun katuk dan pijat oksitosin memberikan solusi yang efektif, aman, dan mudah diterapkan untuk mendukung produksi ASI.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari analisa beberapa artikel didapatkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan terhadap pemberian daun katuk, pijat oksitoksin, breascare dan edukasi post natal

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas maka peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Bagi institusi pendidikan
Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai literature mahasiswa terkait pembelajaran untuk bisa melakukan asuhan dan tindakan pada ibu yang melahirkan
2. Bagi profesi keperawatan
Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan keterampilan perawat sebagai tenaga kesehatan untuk memberikan pengetahuan dan tindakan pasien yang melahirkan di rumah sakit maupun layanan lain
3. Pengaplikasian Bagi RS
Penelitian ini sangat efektif dilakukan untuk memberikan asuhan dan edukasi pasien-pasien yang dirawat dirumah sakit sehingga dapat meningkatkan keberhasilan asi eksklusif

DAFTAR PUSTAKA

- P. Yolanda, W. Indah Purnama Eka Sari, and K. Kurniyati, "Pengaruh Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kecukupan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum," *J. Midwifery Sci. Women's Heal.*, vol. 2, no. 2, pp. 80–85, 2022, doi: 10.36082/jmswh.v2i2.569.

- I. Damayanti, M. Tri Putri, and P. Studi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi Fakultas Vokasi, "Efektivitas Pijat Oksitosin Dan Braest Care Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di PMB Bidan Depi Alqorni Tahun 2024," *J. Soc. Sci. Res.*, vol. 4, no. 3, pp. 4721–4731, 2024.
- H. Ahadian Haryanti, E. Aryati Eko Ningtyas, M. Nurul Widyawati, and Sudirman, "Efektivitas Kombinasi Topikal Gel Jahe Merah Dan Kapsul Ekstrak Daun Katuk Terhadap Produksi ASI Ibu Menyusui," *J. Keperawatan*, vol. 16, no. 1, pp. 273–282, 2024, [Online]. Available: <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan>
- L. Pebrianthy, Z. Nasution, and S. Saragih, "Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk (Sauropus Androgynus) Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum," *J. Kesehat. Ilm. Indones. (Indonesian Heal. Sci. Journal)*, vol. 8, no. 1, pp. 149–154, 2023, doi: 10.51933/health.v8i1.1038.
- S. Aisah and S. Nurfajriah, "Pengaruh Perawatan Payudara (Breast Care) Dan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Pmb ' S ' Kota Bogor Tahun 2023," vol. 7, no. 2, 2024.
- R. Fitria and N. Retmiyanti, "Pijat Oksitosin terhadap Produksi Asi pada Ibu Post Partum," *J. Ilm. Univ. Batanghari Jambi*, vol. 21, no. 1, p. 275, 2021, doi: 10.33087/jiubj.v21i1.1325.
- M. W. Dolang, F. P. . Wattimena, E. Kiriwenno, S. Cahyawati, and S. Sillehu, "Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas," *JUMANTIK (Jurnal Ilm. Penelit. Kesehatan)*, vol. 6, no. 3, p. 256, 2021, doi: 10.30829/jumantik.v6i3.9570.
- P. Wulandari, K. Menik, and A. Khusnul, "Peningkatan Produksi ASI Ibu Post Partum melalui Tindakan Pijat Oksitosin," *J. Ilm. Keperawatan Indones. [JIKI]*, vol. 2, no. 1, p. 33, 2018, doi: 10.31000/jiki.v2i1.1001.
- F. Yanti Risakotta, A. Santi Br Ginting, A. Septa Rini, F. Vokasi, P. Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan, and U. Indonesia Maju, "Efektifitas Pijat Woolwich dan Rebusan Daun Katuk terhadap Kelancaran ASI pada Ibu Post Partum di Puskesmas Bula Seram Bagian Timur Maluku 2022," *Elisabeth Heal. J. J. Kesehat.*, vol. 8, no. 1, pp. 33–38,
- C. Erlanda, N. Evrianasari, S. Susilawati, and N. S. Lathifah, "Ekstrak Daun Katuk Mempengaruhi Produksi Asi Pada Ibu Menyusui," *J. Kebidanan Malahayati*, vol. 7, no. 4, pp. 647–651, 2021, doi: 10.33024/jkm.v7i4.1765.