

Penyuluhan Mengenai Makanan *Laktogogue* Dan Demonstrasi Pijat Oksitosin

Ika Fitria Elmeida¹, Gustop Amatiria², Wimba Widaghdo Dinutanayo³,
Nurlaila⁴, Nurchairina⁵, Shinta Kurnia⁶

^{1,4,5,6}Program Studi D3 Kebidanan, ²Prodi Studi D3 Keperawatan, ³D3 Analis Kesehatan, Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang
[email korespondensi : ikafitriaelmeida@poltekkes-tjk.ac.id]

ABSTRAK

Di Indonesia terdapat banyak tanaman yang dipercaya dapat meningkatkan produksi ASI (*Laktogogue*) yang merupakan sumber makanan pada ibu menyusui yang memiliki kandungan beragam zat gizi seperti serat, protein, karbohidrat kompleks, fosfor, zat besi, zinc, magnesium, tembaga, folat serta vitamin B3, B5, B6 dan vitamin C. bahan alam yang mengandung oksidan seperti asam fenolat, zexhantin dan lutein. Oleh karena kandungan protein dan karbohidrat kompleks maka bahan alam dapat membantu meningkatkan produksi ASI. Pijat oksitosin merupakan salah satu upaya memperlancar produksi ASI dengan mekanisme mampu memicu pengeluaran produksi oksitosin yang merupakan hormone yang diperlukan untuk mengeluarkan ASI.

Tujuan: Kegiatan penyuluhan kesehatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman ibu hamil dan ibu menyusui mengenai tanaman laktogog dan teknik pijat oksitocin

Metode: Kegiatan penyuluhan kesehatan dilakukan dengan penyuluhan melalui tatap muka langsung. Peserta penyuluhan adalah Ibu hamil dan ibu menyusui, dengan jumlah peserta sebanyak 48 orang. Kegiatan dilaksanakan dengan metode ceramah edukasi dan diskusi. Tempat kegiatan penyuluhan adalah Di Gedung Center of Excellent Laktasi . Evaluasi kegiatan dilakukan melalui tanya jawab peserta terkait materi sebelum maupun sesudah penyuluhan

Hasil: Peserta penyuluhan terbanyak adalah ibu Menyusui (70%). Mayoritas peserta penyuluhan (10%) memiliki pengetahuan sedang pada saat sebelum penyuluhan. Setelah dilakukan kegiatan penyuluhan, didapatkan bahwa seluruh peserta (95%), memiliki tingkat pengetahuan baik tentang Tanaman laktogog dan cara pijat oksitocin. Kesimpulan: Kegiatan penyuluhan mengenai tanaman laktogog dan cara pijat oksitocin berjalan dengan baik. Kegiatan penyuluhan memiliki dampak positif terhadap peningkatan pengetahuan peserta penyuluhan tentang cara menyusui yg baik

Kata Kunci: penyuluhan, tanaman, laktogog, pijat oxytocin

ABSTRACT

In Indonesia, there are many plants believed to enhance breast milk production (Lactagogues), which are a source of nutrition for breastfeeding mothers that contain a variety of nutrients such as fiber, protein, complex carbohydrates, phosphorus, iron, zinc, magnesium, copper, folate, as well as vitamins B3, B5, B6, and vitamin C. Natural materials that contain antioxidants such as phenolic acids, zeaxanthin, and lutein. Due to the content of protein and complex carbohydrates, these natural materials can help increase breast milk production. Oxytocin massage is one of the efforts to facilitate breast milk production through a mechanism that can trigger the release of oxytocin, a hormone necessary for milk ejection.

Objective: This health counseling activity aims to increase knowledge and understanding among pregnant and breastfeeding mothers about lactagogue plants and oxytocin massage techniques.

Method: The health counseling activity is conducted through direct face-to-face counseling. The participants in the counseling are Pregnant and breastfeeding mothers, with a total of 48 participants. The activity was conducted using educational lectures and discussions. The location of the counseling activity was at the Center of Excellent Lactation Building. The evaluation of the activity was done through a Q&A session with participants regarding the material before and after the counseling.

Results: The majority of counseling participants were breastfeeding mothers (70%). The majority of participants (10%) had moderate knowledge before the counseling. After the counseling activity, it was found that all participants (95%) had good knowledge about lactogenic plants and oxytocin massage techniques. **Conclusion:** The counseling activity about lactogenic plants and oxytocin massage techniques went well. The counseling activity had a positive impact on increasing participants' knowledge about proper breastfeeding methods.

Keywords: counseling, plants, lactogenic, oxytocin massage.

PENDAHULUAN

Di Indonesia terdapat banyak tanaman yang dipercaya dapat meningkatkan produksi ASI (Laktagogue) yang merupakan sumber makanan pada ibu menyusui yang memiliki kandungan beragam zat gizi seperti serat, protein, karbohidrat kompleks, fosfor, zat besi, zinc, magnesium, tembaga, folat serta vitamin B3, B5, B6 dan vitamin C. bahan alam yang mengandung oksidan seperti asam fenolat, zexhantin dan lutein. Oleh karena kandungan protein dan karbohidrat kompleks maka bahan alam dapat membantu meningkatkan produksi ASI. Pijat oksitosin merupakan salah satu upaya memperlancar produksi ASI dengan mekanisme mampu memicu pengeluaran produksi oksitosin yang merupakan hormone yang diperlukan untuk mengeluarkan ASI. Desa Karang Anyar termasuk salah satu wilayah di Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan dengan jarak kurang lebih 73 km dari ibu kota

Kabupaten Lampung Selatan dan 21 km dengan Ibu Kota Provinsi Lampung. Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah terlaksana dengan baik pada tanggal 20 November 2024 di Gedung Center of Excellence (CoE) Jurusan Kebidanan Kampus A Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang. Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini diawali dengan pemberian edukasi atau penyuluhan tentang makanan laktogogue dan selanjutnya melakukan demonstrasi pijat oksitosin kepada sasaran yang hadir atau ibu nifas. Sarana pendukung dalam kegiatan ini sudah memadai meliputi tempat, alat, media, bahan, dan SDM. Pemberian edukasi mengenai makanan laktogogue dan pijat oksitosin diharapkan bermanfaat untuk memperlancar produksi ASI bagi ibu yang sedang menyusui.

Pijat oksitosin merupakan salah satu cara untuk mengatasi ketidak lancar produksi ASI. Pijat oksitosin dilakukan pada sepanjang tulang belakang ibu yang akan menimbulkan efek tenang, rileks, sehingga dengan begitu hormon oksitosin keluar dan ASI pun cepat keluar (Mardiyarningsih, 2010). Mekanisme pijat oksitosin adalah saat dilakukan pemijatan ibu merasa lebih nyaman dan rileks sehingga mengurangi stress yang menyebabkan hormon kortisol berkurang, yang berakibat tidak ada hambatan hormon oksitosin yang berperan dalam kelancaran pengeluaran ASI yang diproduksi hipotalamus.

Desa Binaan adalah suatu bentuk kegiatan institusi yang diadakan oleh dosen bersama mahasiswa, yang ditujukan untuk masyarakat sebagai salah satu Dharma atau tugas pokok perguruan tinggi, disamping dharma Pendidikan dan penelitian, sebagaimana yang tertuang dalam Tri Dharma Perguruan Tinggi. Dengan dilaksanakannya Desa Binaan baik dalam bentuk lainnya, diharapkan selalu ada keterkaitan bahkan kebersamaan antara perguruan tinggi dan masyarakat. Hal ini dapat diartikan sebagai pengalaman ipteks melalui metode ilmiah langsung kepada masyarakat yang membutuhkan, dalam upaya mensukseskan pembangunan, mengembangkan manusia ke dalam sektor pembangunan dan meningkatkan taraf kehidupan masyarakat. Salah satu Desa Binaan dari Jurusan Kebidanan Poltekkes Tanjungkarang adalah Desa Karang Anyar, Lampung Selatan.

Pengabdian masyarakat ini merupakan kegiatan pengabdian masyarakat yang telah terprogram dari Center of Excellence (CoE) Jurusan Kebidanan Tanjungkarang. Kegiatan ini merupakan kelanjutan dari kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan sebelumnya. Desa Karang Anyar di Lampung Selatan merupakan Desa Binaan untuk CoE Jurusan Kebidanan Tanjungkarang dan saat ini program tersebut berlanjut dengan tema Desa Tangguh ASI.

MASALAH DAN RUMUSAN PERTANYAAN

Desa Karang Anyar termasuk salah satu wilayah di Kecamatan Jati Agung Kabupaten Lampung Selatan dengan jarak kurang lebih 73 km dari ibu kota Kabupaten Lampung Selatan dan 21 km dengan Ibu Kota Provinsi Lampung. Desa Karang Anyar terdiri atas 17 dusun, yakni : Dusun 1A, Dusun 1B, Dusun 2A, Dusun 2B, Dusun 3A, Dusun 3B, Dusun 3C, Dusun IV, Karang Turi, Pal Putih 1, Pal Putih 2, Tegal Lega, Karang Indah, Karang Tani, Priangan, Karang Mas, an Permata Asri. Desa ini merupakan desa terdekat dengan tempat pelayanan kesehatan yaitu Puskesmas Karang Anyar, selain itu terdapat pula klinik-klinik kesehatan yang memberikan pelayanan kesehatan ibu dan anak. selain itu kegiatan posyandu juga berjalan dengan baik dilihat dari jumlah kunjungan posyandu tiap bulan. Jumlah posyandu di desa ini ada 10 Posyandu, yaitu posyandu Tangkai Putih, Kenanga, Melati 1, Melati 2, Dahlia, Mawar, Flamboyan, Harapan Bunda, Permata, Sekar Sari. Jumlah kader sebanyak 50 orang yang masing-masing posyandu berisi 5 kader. selain posyandu terdapat pula kelompok ibu-ibu PKK dan kelompok tani sebagai wahana peran serta masyarakat.

Desa Karang Anyar merupakan salah satu desa binaan yang bertemakan desa Tangguh asi, sehingga amat sangat digalakkan mengenai hal-hal apa saja yang dapat meningkatkan produksi ASI, termasuk makanan laktogogue dan pijat oksitosin. Pijat oksitosin secara umum masih jarang dilakukan khususnya pada bidan di Desa Karang Anyar. Oleh sebab itu, dengan adanya kegiatan ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi desa binaan Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang.

Puskesmas telah melakukan kegiatan promosi kesehatan baik secara periodik maupun insidental tentang pentingnya pemberian ASI. Kegiatan promosi tidak hanya dilakukan di dalam gedung namun juga luar gedung. Namun, sangat disayangkan ternyata masyarakat masih jarang melakukan pijat oksitosin dan memakan laktogogue mengingat manfaatnya yang sangat baik untuk meningkatkan produksi ASI.

Berdasarkan uraian pada bab sebelumnya untuk menjawab persoalan mitra maka dilakukan kegiatan sebagai berikut:

1. Penyuluhan tentang manfaat makanan laktogogue;
2. Memberikan demonstrasi pijat oksitosin



Gambar 1.Peta Lokasi Pengabdian.

KAJIAN PUSTAKA

Tanaman Laktogog adalah tanaman yang dapat memperlancar ASI pada ibu menyusui, jenis-jenisnya antara lain:

Pepaya (*Carica Papaya* L.): Pepaya (*Carica papaya*) merupakan salah satu tanaman yang banyak dijumpai di wilayah Indonesia dan mudah dibudiyakan, serta dapat diperoleh dengan harga yang relatif murah. Kandungan senyawa kimia buah pepaya muda (*Carica papaya*) adalah alkaloid, saponin, vitamin, mineral, dan enzim. Buah papaya muda mengeluarkan getah (lateks) yang memiliki efek sama dengan oksitosin pada uterus.[6] Peningkatan produksi air susu disebabkan karena adanya hormon prolaktin dan oksitosin. Prolaktin berperan dalam sintesis air susu, sedangkan oksitosin berperan merangsang mioepitel disekitar alveolus untuk berkontraksi sehingga ASI dapat diteruskan melalui ductus.

Ekstrak buah pepaya muda sering diminum untuk menstimulasi laktasi.[24] Di Thailand, ibu menyusui umumnya dianjurkan untuk mengonsumsi sup buah pepaya untuk meningkatkan produksi ASI.[25] Sebuah penelitian menunjukkan bahwa ekstrak air buah pepaya muda (*Carica papaya*) dengan sediaan 20 mg/30 g BB/hari per oral pada hari ke-4 hingga hari ke-16 menyusui mampu meningkatkan jumlah dan diameter alveoli rata-rata kelenjar mamma tikus laktasi dibandingkan dengan kelompok luteotropin.[6] Hal ini diperkuat dengan penelitian di Cina yang menyatakan bahwa masyarakat Cina memiliki kepercayaan bahwa sup pepaya gurita mampu menstimulasi produksi air susu dan hasil penelitian menyebutkan bahwa diet Enzymatic Hydrolysate of Octopus vulgaris and *Carica papaya* (EHOC) dapat meningkatkan produksi susu tikus.

Moringa leaves (*Moringa oleifera*): Kelor atau *Moringa oleifera* termasuk dalam tanaman famili Moringaceae, kaya akan nutrisi karena memiliki berbagai fitokimia esensial yang terkandung dalam daun, kelopak dan biji. Tanaman kelor di Indonesia adalah

tanaman yang banyak dibudidayakan dan dikonsumsi ibu menyusui untuk meningkatkan dan mempercepat produksi susu (efek laktogogum). Bahkan, kelor dikatakan memberikan 7 kali lebih banyak vitamin C dari jeruk, 10 kali lebih banyak vitamin A dari wortel, 17 kali lebih banyak kalsium daripada susu, 9 kali lebih banyak protein daripada yoghurt, 15 kali lebih banyak pottasium dari pisang dan zat besi 25 kali lebih banyak dari bayam

Peneliti di Malang, Indonesia tentang masakan mie *Moringa* dengan tiga metode memasak yaitu menumis, mengukus dan merebus. Mie diberikan pada tikus dan diuji efeknya pada kelenjar susu. Menariknya, mie tumis memiliki efek yang lebih baik pada perubahan kelenjar susu tikus dan meningkatkan produksi susu.

Demikian juga dengan penelitian tentang pengaruh kapsul *Moringa oleifera* terhadap kadar prolaktin, kualitas tidur bayi dan berat badan bayi. Kapsul *Moringa oleifera* dengan dosis 250 mg, diberikan 2 kali sehari pada hari ke-1 hingga-14 postpartum. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan rata-rata tingkat prolaktin pada kelompok intervensi (231,72 ng/ml), dan kelompok kontrol (152.75 ng/ml) dengan signifikan pada peningkatan kadar prolaktin ($p = 0,002$). Rerata berat bayi pada kelompok intervensi adalah 3783,33 gram, dan pada kelompok kontrol adalah 3599,00 gram. Namun, tidak ada efek signifikan dari kelor oleifera pada berat bayi ($p = 0,313 > 0,05$). Sementara perbedaan rata-rata pada durasi tidur adalah 128,20 menit pada kelompok intervensi dan 108,80 menit dalam kelompok kontrol. Ada efek yang signifikan pada durasi tidur bayi ($p = 0,000$).[17] Maka, bidan harus mempromosikan manfaat daun kelor sebagai salah satu suplemen alternatif pelancar ASI.

Daun Katuk (*Sauropus androgynous*):

Tanaman obat di Indonesia dan negara lain seperti Thailand memiliki budaya

memanfaatkan tumbuhan sebagai obat tradisional yang diturunkan dari generasi ke generasi yang memiliki nilai ekonomi, baik di komunitas lokal yang tinggal di daerah pedesaan maupun masyarakat modern yang tinggal di perkotaan.[28]

Salah satu tanaman obat tradisional di Indonesia yang dikenal sebagai pelancar Air Susu Ibu adalah katuk.[29] Katuk (*Sauropus androgynus*) adalah spesies tanaman familia Euphorbiaceae yang merupakan tanaman nabati (budidaya sayuran). Daun katuk

berwarna hijau gelap yang mengandung sumber klorofil yang berguna untuk peremajaan sel dan bermanfaat untuk sistem sirkulasi.[30] Tanaman katuk adalah tanaman dengan tinggi 50 cm hingga 3,5 m. Katuk tersebar di negara beriklim Asia (Cina) dan Asia tropis (India, Sri Lanka, Vietnam, Indonesia, Malaysia, Papua Nugini dan Filipina).

Penelitian RCT (Randomized Control Trial) yang dilakukan di Yogyakarta, memberikan ekstrak daun katuk yang diberikan dalam bentuk tablet 300 mg, 3x1 tablet/hari selama 15 hari kepada ibu menyusui. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ekstrak daun *S. androgynus* dapat meningkatkan produksi Air Susu Ibu hingga 50,7% dibandingkan dengan kelompok placebo.[32]

Hal ini juga sesuai dengan penelitian pada kelompok tikus menyusui. Laktasi adalah suatu proses sintesis dan sekresi susu yang terjadi dengan bantuan 2 hormon, prolaktin dan oksitosin. Ekspresi gen yang mengkode prolaktin dan oksitosin dianalisis dalam menyusui otak tikus BALB/C menggunakan qRT-PCR. Sebanyak 24 tikus BALB/C menyusui disusui dengan diet eksperimental selama 12 hari. Dua kelompok tikus menyusui diberi pakan yang mengandung ekstrak daun *S. androgynus* muda atau tua. Untuk kontrol, satu kelompok tikus menyusui diberi diet tanpa ekstrak daun *S. androgynus*. Suplementasi ekstrak daun *S. androgynus* muda meningkatkan ekspresi gen

prolaktin dan oksitosin pada tikus menyusui masing-masing 9,04 dan 2,25 kali lipat. Sementara itu, suplementasi ekstrak daun *S. androgynus* tua meningkatkan ekspresi kedua gen masing-masing 15,75 dan 25,77 kali lipat, dibandingkan dengan kelompok kontrol. Hasilnya menunjukkan bahwa ekstrak daun *S. androgynus* tua secara signifikan meningkatkan ekspresi kedua gen dalam menyusui BALB/C

Pijat Oksitocin:

Pengertian	Memfasilitasi pengeluaran ASI dengan merangsang hormon oksitosin melalui pijatan di bagian punggung
Tujuan	untuk merangsang refleksi oksitosin
Manfaat	1. Merangsang pelepasan hormon oksitosin 2. Meningkatkan produksi ASI 3. Memberikan rasa nyaman dan rileks pada ibu
Alat - alat yang digunakan	1. Kursi dan meja 2. Dua buah handuk besar bersih 3. Dua buah washlap 4. Air hangat dan air dingin dalam baskom 5. Minyak zaitun atau minyak kelapa

Prosedur	Fase Orientasi 1. Mengucapkan salam dan memperkenalkan diri 2. Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan 3. Menanyakan kesiapan dan kontrak waktu Fase Kerja 1. Mencuci tangan 2. Meminta ibu untuk melepaskan pakaian bagian atas 3. Memposisikan ibu duduk di kursi dan membungkuk dengan memeluk bantal atau dapat menopang diatas lengan pada meja 4. Memasang handuk diatas pangkuan ibu, biarkan payudara bebas tanpa bra 5. Melumuri telapak tangan dengan minyak 6. Memijat sepanjang kedua sisi tulang belakang ibu dengan menggunakan dua kepalan tangan dan ibu jari menunjuk ke arah depan 7. Menekan kedua ibu jari pada kedua sisi tulang belakang dengan membentuk gerakan memutar kecil 8. Pada saat bersamaan, pijat kedua sisi tulang belakang ke arah bawah leher dari leher ke arah tulang belakang selama 3-5 menit 9. Mengulangi pemijatan hingga 3 kali 10. Memebersihkan punggung ibu dengan washlap air hangat 11. Merapikan pasien dan alat. Fase Terminasi 1. Evaluasi respon pasien 2. Mencuci tangan 3. Dokumentasi
----------	---

METODE

1) Ceramah Interaktif:

- Menggunakan gambar atau video menarik dan
- Diskusi ringan untuk menggali pemahaman ibu hamil dan ibu menyusui

2). Demonstrasi : Praktik cara pijat oksitocin

- Demonstrasi cara pijat oksitocin

3). Kegiatan Partisipatif : Mengajak Ibu hamil dan ibu menyusui untuk praktik pijat oksitocin

Kegiatan promosi kesehatan diawali dengan pembukaan oleh panitia, untuk selanjutnya dilakukan pengumpulan data karakteristik ibu hamil dan ibu

287

menyusui dan tingkat pengetahuan ibu tanaman laktogog dan cara pijat oksitocin sebelum penyuluhan. Kegiatan dilanjutkan dengan penyampaian materi tentang cara pijat oksitocin, dan tanaman laktogog. Adapun materi yang disampaikan oleh tenaga penyuluh adalah sebagai berikut:

1. Pengertian tanaman laktogog, manfaat dan jenisnya
2. Langkah-langkah pijat oksitocin

Kegiatan dilanjutkan dengan diskusi dan ditutup dengan memberikan kesimpulan oleh penyaji.

Tabel 1. Karakteristik Peserta Kegiatan Penyuluhan Kesehatan peningkatan pengetahuan ibu tentang tanaman laktogog

Variabel	Jumlah	Persentase (%)
Jenis Kelamin		
• Ibu menyusui	34	70%
• Ibu Hamil	14	30%
Usia		
• <20- >35 tahun	10	20%
• 20 - 35 tahun	38	80%
Mengetahui tentang tanaman laktogog dan cara pijat oksitocin		
• Ya	8	17%
• Tidak	40	83%

Berdasarkan tabel 1., didapatkan bahwa peserta penyuluhan terbanyak adalah ibu menyusui (70%). Selain itu, kelompok usia terbanyak dari peserta penyuluhan adalah umur 20 sd 35 tahun (80%) dan yang belum mengetahui tentang tanaman laktogog dan pijat oksitocin (83%).

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan Peserta Kegiatan penyuluhan tentang laktogog dan pijat laktasi

Pengetahuan	Sebelum Penyuluhan		Sesudah Penyuluhan	
	Jumlah Peserta	Persentase (%)	Jumlah Peserta	Persentase (%)
Baik	8	17	48	100
Sedang	13	27	0	0
Kurang	27	56	0	0

Berdasarkan tabel 2., didapatkan hasil bahwa sebelum kegiatan penyuluhan, dari 48 orang peserta penyuluhan, mayoritas peserta (27 %) memiliki pengetahuan sedang. Selain itu, hanya 8 orang peserta (17%) yang memiliki tingkat pengetahuan baik tentang tanaman laktogog dan pijat oksitocin. Hal ini menunjukkan masih belum baiknya tingkat pengetahuan peserta sebelum penyuluhan terhadap tanaman laktogog dan pijat oksitocin. Sementara itu, setelah dilakukan kegiatan penyuluhan kesehatan berupa penyuluhan dan demonstrasi, didapatkan bahwa seluruh peserta (100%), dapat memahami cara pijat oksitocin, dan manfaat tanaman laktogog.

Hasil kegiatan promosi kesehatan ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa pengetahuan seseorang dapat meningkat dengan adanya penyampaian informasi. Dalam hal ini, penyuluhan kesehatan dapat meningkatkan kemampuan seseorang dalam memahami pentingnya kesehatan. Pengetahuan seseorang terhadap sesuatu tidak ditentukan oleh seberapa tinggi tingkat pendidikannya. Seseorang dengan tingkat pendidikan rendah tidak menutup kemungkinan baginya untuk mengumpulkan pengetahuan sendiri. Seseorang dapat mengakses berbagai informasi dari media teknologi informasi dan komunikasi yang tersedia (Harahap, 2017).

Menurut Sebagian besar wanita mengaku telah mengonsumsi herbal laktogogum selama menyusui [34]. Berbagai makanan olahan dari tanaman laktogogum seperti sup daun torbangun, sup buah pepaya muda, mie daun kelor dan tumis jantung pisang dapat dikonsumsi ibu menyusui dan terbukti dapat meningkatkan produksi ASI.[9], [22], [24] Terdapat 4 herbal tanaman laktogogum yang direview dalam penelitian ini, yaitu daun torbangun, pepaya muda, daun kelor, dan jantung pisang. Penelitian menyebutkan bahwa kandungan karbohidrat, abu dan serat kasar dari daun torbangun ditemukan lebih tinggi daripada herbal galaktopietik lainnya, seperti daun katuk, daun kelor, dan daun pepaya ($p < 0,05$).

Intervensi fraksi daun torbangun dalam peningkatan produksi ASI selama menyusui kemungkinan berhubungan dengan proliferasi yang meningkat di dalam sel kelenjar mammae. Populasi sel sekretori dan aktivitas sel mempengaruhi pengeluaran air susu selama menyusui. Sebaliknya, penurunan produksi susu

dikarenakan penurunan jumlah sel mammae.

Semenjak fraksi etil asetat daun torbangun secara nyata berpengaruh positif terhadap produksi susu tikus, maka dapat diasumsikan bahwa dalam fraksi etil asetat terkandung senyawa aktif yang berfungsi sebagai laktogogum yang dapat merangsang pengeluaran hormon-hormon laktasi.

Beberapa penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa daun torbangun dapat meningkatkan produksi air susu karena mengandung komponen fitokimia alkaloid, sterols, triterpenoids, tanin, dan flavonoids. Produk daun torbangun secara komersial tidak tersedia sehingga dosis torbangun belum jelas. Karena profil keamanan torbangun belum diketahui, maka *Coleus* spp dapat

menyebabkan hipoglikemia dan merangsang kelenjar tiroid. Selain itu, secara teoritis mampu meningkatkan risiko perdarahan, terutama jika digunakan bersamaan dengan agen pengencer darah lainnya seperti antikoagulan. Oleh sebab itu, torbangun dianjurkan untuk tidak dikonsumsi ibu hamil karena potensinya dapat menggugurkan kandungan.

Keduanya mempengaruhi peningkatan hormon prolaktin yang berperan dalam sintesis air susu. Sedangkan aktivitas hormon oksitosin meningkat disebabkan oleh kandungan saponin. Alkaloid juga dapat berperan sebagai agonis reseptor α -adrenergik yang terdapat dalam duktus kelenjar mamma yang kerjanya sinergis dengan hormon oksitosin dalam ejeksi air susu. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ekstrak air buah pepaya muda memiliki efek yang sebanding dengan sediaan luteotropin. Hal ini dapat dijadikan dasar bahwa ekstrak air buah pepaya muda memiliki potensi sebagai pelancar ASI. Namun, belum ada penelitian dengan dosis yang jelas yang diberikan kepada ibu menyusui.







SIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah terlaksana dengan baik pada tanggal 20 November 2024 di Gedung Center of Excellence (CoE) Jurusan Kebidanan Kampus A Poltekkes Kemenkes Tanjungkarang. Sasaran dalam kegiatan ini adalah ibu yang memiliki bayi berjumlah 20 orang. Adapun jenis kegiatan yang dilakukan meliputi pemberian edukasi tentang makanan laktogogue dan demonstrasi pijat oksitosin. Sarana pendukung dalam kegiatan ini sudah memadai meliputi tempat, alat, media, bahan, dan SDM.

REFERENSI

- Oktiningrum, Mudi dkk. 2023. Pemanfaatan bahan alam guna memperlancar ASI pada ibu menyusui. Prosiding seminar nasional vol 2 no 1
- Widowati, Lucie & Isnawati. 2019. Potensi ramuan ekstrak biji klabet dan daun kelor sebagai laktagogum dengan nilai gizi tinggi. Media penelitian dan pengembanagn kesehatan, 29 (2). Pp 143-152. ISSN 0853-9987
- Agnestiani, Maesaroh. 2023. Pengaruh pemberian serbuk daun kelor terhadap produksi ASI ibu menyusui.
- Elmeida, IF., Suja MDD, Purwaningsih D, The Effectiveness of Lactagogue Plants for Mother, Jurnal Pengabdian Masyarakat, Maros, 2024
- Elis & Endang. 2021. Pengaruh pijat oksitosin terhadap produksi ASI pada ibu nifas. Jurnal kebidanan khatulistiwa vol 7 no 1 (20-26)
- Dyah, Dewi, & Sawitry. 2019. Pengaruh pijat oksitosin dan pijat endorphen terhadap kelancaran produksi ASI. Jurnal Kebidanan 11 (02) 105-201
- Hadriani, H., Handayani, G. L., Amanupunnyo, N. A., Hamdayani, H., Shevaulia, H. S., Aro'fah, S., Ponidjan, T. S., Dewi, W., Kristiani, A., Lestari, S., Faisal, T. I., Kawatu, Y. T., Latumanuw, L., Sambu, M., & Khaira, N. (2024). *Ilmu Kesehatan Anak*. PT Media Pustaka Indo.
- World Health Organization. (2018). Partograph: A Tool for Monitoring Labour. Geneva: WHO.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). Panduan Praktik Bidan dalam perawatan ibu nifas dan menyusui di Indonesia. Jakarta: Kemenkes RI.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Lampung. (2023). Laporan Kesehatan Ibu dan Anak di Provinsi Lampung. Bandar Lampung: BPS.