

Edukasi Pemanfaatan Daun Kelor untuk Meningkatkan Produksi ASI di Desa Talang Bukit

Tuhu Perwitasari^{1*}, Suci Rahmani Nurita², Julaecha³

^{1,2}Program Studi Sarjana Kebidanan Dan Pendidikan Profesi Bidan,

³Program Studi DIII Kebidanan, STIKes Baiturrahim

Jl. Prof M.Yamin, SH No.30 Lebak Bandung-Jambi, 36135, Provinsi Jambi, Indonesia.

*Email korespondensi: tuhuperwitasari@gmail.com

Abstract

Babies and toddlers healthy is one of the determinants of the health development index in Indonesia. Indonesia is one of the causes of infant mortality in nutritional factors. This cause of death can be prevented by breastfeeding. Exclusive breastfeeding for up to 6 months can reduce infant morbidity and mortality from diarrhea until 2 years old and breastfeeding for 2 years of an infant's life is a key of intervention to reduce morbidity and mortality. Failure of exclusive breastfeeding is partly due to the perception of insufficient breast milk. Insufficient breast milk production can also be caused by nutritional and hormonal factors. In Indonesia, there are many plants that are believed to increase breast milk production, including katuk leaves, Moringa leaves and papaya leaves. The lack of knowledge of mothers about the utilization of local plants that can increase breast milk production makes mothers increasingly reluctant to provide exclusive breastfeeding. The purpose of this education is to increase mothers knowledge. Education was carried out in Talang Bukit Village on February 7, 2022 which was carried out in person and online through whatsapp groups in yasinan groups and women's organizations in Talang Bukit Village. The activity began with a pretest, then the implementation of education for ± 50 minutes through lectures, discussions and questions and answers delivered using ppt. After the material persentation, a posttest was conducted again with the same questions as the pretest. The results obtained were an increase in the mean knowledge of 2.87. This means that the implementation of this education is proven to change the knowledge of WUS about the use of moringa leaves to increase breast milk production towards a better direction.

Keywords: breast milk production, education, moringa leaf utilization

Abstrak

Kesehatan bayi dan balita merupakan salah satu penentu indeks pembangunan kesehatan di Indonesia. Satu penyebab kematian bayi di Indonesia adalah faktor gizi. Penyebab kematian tersebut dapat dicegah dengan pemberian ASI. Pemberian ASI eksklusif sampai 6 bulan mampu mengurangi angka kesakitan dan kematian bayi akibat diare sampai bayi usia 2 tahun dan pemberian ASI selama 2 tahun dalam kehidupan bayi merupakan kunci intervensi menekan morbiditas dan mortalitas. Kegagalan pemberian ASI eksklusif salah satunya disebabkan persepsi ketidak cukupan ASI. Produksi ASI yang kurang juga dapat disebabkan oleh faktor nutrisi dan hormon. Di Indonesia banyak terdapat tanaman yang dipercaya dapat meningkatkan produksi ASI antara lain daun katuk, daun kelor dan daun pepaya. Masih kurangnya pengetahuan ibu tentang pemanfaatan tanaman lokal yang dapat meningkatkan produksi ASI membuat ibu semakin enggan memberikan ASI eksklusif. Tujuan edukasi ini adalah terjadinya peningkatan pengetahuan. Edukasi dilaksanakan di Desa Talang Bukit pada 7 Februari 2022 yang dilaksanakan secara langsung dan online menggunakan grup whatsapp pada kelompok yasinan dan organisasi ibu-ibu di Desa Talang Bukit. Kegiatan diawali dengan pretest, selanjutnya pelaksanaan edukasi selama ± 50 menit melalui ceramah, diskusi dan

tanya jawab yang disampaikan menggunakan *ppt*. Setelah penyampaian materi, kembali dilakukan posttest dengan pertanyaan yang sama pada pretest. Hasil yang diperoleh adalah terjadinya peningkatan rerata pengetahuan sebesar 2,87. Artinya, pelaksanaan edukasi ini terbukti merubah Pengetahuan WUS tentang pemanfaatan daun kelor untuk meningkatkan produksi ASI kearah yang lebih baik.

Kata Kunci: edukasi, pemanfaatan daun kelor, peningkatan produksi ASI.

PENDAHULUAN

Pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan sangat di anjurkan oleh pedoman internasional yang didasarkan oleh bukti ilmiah tentang manfaat ASI bagi bayi, ibu, keluarga maupun negara. Indeks pembangunan kesehatan di indonesia salah satunya ditentukan oleh kesehatan bayi dan balita. Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019 angka kematian bayi salah satu penyebabnya adalah faktor gizi, sedangkan kematian balita terbanyak disebabkan oleh diare yaitu 314 kematian (10,7%). Penyebab kematian di atas dapat dicegah dengan pemberian ASI. Pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan mampu mengurangi kesakitan dan kematian bayi akibat diare sampai dengan usia 2 tahun. Pemberian ASI selama 23 bulan kehidupan bayi merupakan kunci investasi menekan angka kesakitan dan kematian akibat pnemonia.¹

Capaian ASI eksklusif di Indonesia sebesar 52% berdasarkan data SDKI tahun 2017, prosentase ini masih jauh dari target yang ditetapkan oleh pemerintah yaitu 80%. Kegagalan pemberian ASI eksklusif salah satunya disebabkan adanya persepsi ASI tidak cukup. Hampir 50% ibu menyusui di Kabupaten Karawang menghentikan ASI eksklusif karna merasa ASI kurang. Faktor nutrisi dan hormon juga dapat mempengaruhi produksi ASI. Di Indonesia terdapat banyak tanaman yang dipercaya dapat meningkatkan produksi ASI. Beberapa tanaman yang terbukti secara ilmiah mengandung laktagagum, steroid, dan flavonoid yang mampu meningkatkan kadar prolaktin yang dapat memproduksi ASI, dapat meningkatkan produksi ASI adalah daun katuk, daun kelor dan daun pepaya.²

Dari hasil survei awal yang dilakukan pada 10 ibu menyusui di Desa Talang Bukit belum mengetahui manfaat daun kelor untuk meningkatkan produksi ASI karna masyarakat hanya mengenal tanaman kelor sebagai tanaman pagar dan masih kurag dimanfaatkan. Dari 10 ibu menyusui masih ada 7 ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif dengan alasan ASI tidak keluar dan merasa tidak cukup memenuhi kebutuhan gizi bayi, oleh karna itu perlu dilakukan Edukasi tentang Pemanfaatan Daun Kelor Untuk Meningkatkan Produksi ASI di Desa Talang Bukit dalam upaya peningkatan pengetahuan tentang pemanfaatan daun kelor untuk meningkatkan produksi ASI.

METODE

Kegiatan PkM ini telah dimulai sejak September 2021, namun kegiatan edukasi dilaksanakan pada 7 Februari 2022 terhadap 30 WUS. Kegiatan diawali dengan pretest tentang pengetahuan pemanfaatan daun kelor untuk meningkatkan produksi ASI, dengan 12 pertanyaan. Selanjutnya, dilakukan edukasi selama $\pm$ 50 menit melalui ceramah, diskusi dan tanya jawab. Penyampaian materi menggunakan *leaflet*, *ppt* dan pengeras suara. *Leaflet* juga di share grup whatsapp pada kelompok yasinan dan organisasi ibu-ibu di Desa Talang Bukit. Setelah penyampaian materi, kembali dilakukan posttest dengan pertanyaan yang sama dengan pretest. Kegiatan edukasi dilakukan dengan memenuhi protokol kesehatan berupa penggunaan *hand sanitizer* bagi WUS dan keluarga termasuk anak-anak, menggunakan masker.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat terlaksana sesuai rencana, sasaran dari kegiatan ini adalah sebanyak 30 WUS. Walaupun masih dalam kondisi pandemic covid-19 kegiatan bisa dilaksanakan dengan memenuhi protokol kesehatan. Sebagian ibu didampingi oleh keluarga dan umumnya membawa anak-anak karena kegiatan ini dilakukan bersamaan dengan pelaksanaan yasinan ibu-ibu di RT 7 Desa Talang Bukit. Selain itu, *Leaflet* juga di share grup whatsapp pada kelompok yasinan dan kader posyandu di Desa Talang Bukit. Selanjutnya, perubahan pengetahuan dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Perubahan Pengetahuan WUS Setelah Mengikuti Edukasi tentang pemanfaatan daun kelor untuk meningkatkan produksi ASI di Desa Talang Bukit

Variabel	Pre-edukasi	Post-edukasi	Perubahan/Beda
	Rata-Rata	Rata-Rata	
Pengetahuan	4,63	7,5	2,87

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa peningkatan rata-rata pengetahuan WUS 2,87 setelah mengikuti edukasi tentang pemanfaatan daun kelor untuk meningkatkan produksi ASI.

Pengetahuan adalah hasil tahu dan terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pendidikan kesehatan adalah upaya promotif dan preventif melalui penyebaran informasi dan meningkatkan motivasi seseorang atau masyarakat untuk berperilaku sehat, agar masyarakat mengetahui bagaimana cara memelihara kesehatan, mencegah hal-hal yang merugikan kesehatan serta kemana mencari pertolongan jika mengalami masalah kesehatan.³

Salah satu bentuk pendidikan yang perlu diberikan oleh tenaga kesehatan kepada WUS dan keluarga adalah penyuluhan kesehatan tentang pemanfaatan daun kelor untuk meningkatkan produksi ASI karena masih tingginya angka kematian bayi akibat gizi bayi yang kurang. Pemberian ASI eksklusif dan sampai dengan anak usia 23 bulan dapat mengurangi angka kematian dan kesakitan bayi. Berdasarkan data SDKI tahun 2017, capaian ASI eksklusif di indonesia sebesar 52% angka ini menunjukkan peningkatan dari data SDKI tahun 2012 yaitu sebanyak 42%. Presentase ini masih jauh dari target yang ditetapkan pemerintah yaitu 80%.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Handayani, Pratiwi dan Fatmawati (2021) Tanaman yang dapat dimanfaatkan untuk memperlancar ASI di desa terong bawah kecamatan labuapi kabupaten lombok barat adalah: daun katuk, daun kelor, daun turi dan bayam yang di olah dengan cara disayur bening. Penelitian menunjukkan 30,8% masyarakat memanfaatkan daun kelor untuk meningkatkan produksi ASI.

Peningkatan produksi ASI dengan memanfaatkan daun kelor karna adanya kandungan gizi dan senyawa aktif. 100gr daun kelor mengandung 3390SI vitamin A, dua kali lebih tinggi dari bayam.⁴ Kandungan kalsium kurang lebih 440mg, fosfor 70mg. Penelitian kualitatif yang dilakukan oleh Mutiara (2011) juga menunjukkan bahwa senyawa steroid yang terkandung dalam daun kelor sangat berperan dalam produksi ASI.



Gambar 1. Foto bersama Ketua tim, Kepala Desa Talang Bukit, Perangkat Desa dan Kader Posyandu



Gambar 2. Leaflet

KESIMPULAN

Kegiatan ini dilaksanakan dalam bentuk edukasi kelompok walaupun dalam masa pandemi covid 19 dengan menerapkan protokol kesehatan. Hasil yang didapatkan adalah terjadinya peningkatan pengetahuan tentang pemanfaatan daun kelor untuk meningkatkan produksi ASI.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih disampaikan kepada berbagai pihak, meliputi: Ketua STIKes Baiturrahim dan jajarannya, Kepala PPPM STIKes Baiturrahim, Kepala Desa Talang Bukit beserta jajarannya, Kader Posyandu dan Bidan Desa. Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua WUS dan keluarga yang telah memberikan informasi dan bersedia mengikuti kegiatan edukasi, mahasiswa serta pihak lain yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

DAFTAR PUSTAKA

1. Lamberti et al. *Breastfeeding and the risk of pneumonia morbidity and mortality in children under two: a systemic literature review and meta analysis*. BMC Public health 2013, 13 (Suppl 3): S18.
2. Maharani. S.S. 2020. *Pengaruh Pemberian Puding Daun Kelor Pada Ibu Menyusui Terhadap Frekuensi Dan Lama Menyusui Bayi Di Wilayah Puskesmas Medan Johor*. SKRIPSI.
3. Notoatmodjo, S. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2015.
4. Djaiman SPH, Sihadi. *Besarnya peluang usia penyapihan baduta di indonesia dan faktor yang mempengaruhinya*. (Media litbang kesehatan, 2009).
5. Yuliani, DA. Purwati. Rofiqoch, I. 2021. Pemanfaatan Daun Kelor Sebagai MP-ASI. *Jurnal ABDIMAS-HIP* Vol 2 No 2 Agustus 2021
6. Mutiara T. Ujian Efek Pelancar ASI Tepung Daun Kelor (*Moringa Oleifera* (Lamk) pada Tikus Putih Galur Wistar. Universitas Brawijaya (2011).
7. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Tujuan Pembangunan Berkelanjutan atau Sustainable Development Goals (SDGs)*. Jakarta: Kemenkes RI. (2017).
8. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta: Kemenkes RI (2021).

9. Kementerian kesehatan RI. *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementrian RI. (2012).
10. Lamberti et al. *Breastfeeding and the risk for diarrhea morbidity and mortality*. BMC Public health 2011, 11 (Suppl 3): S15.
11. RI KK. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*. Short Textbook Of Preventive And Social Medicine. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2020.
12. Handayani, S. Pratiwi, YS. Fatmawati, N. Pemanfaatan Daun Kelor Sebagai Pelancar ASI (Galaktagogue). *Jurnal kebidanan malahayati*. Vol 7 No 3 Juli 2021.