

Pengetahuan Ibu Bayi Usia 3-6 Bulan tentang Laktagogum

Dewi Sartika Siagian*¹, Desmariyenti²

¹*Universitas Abdurrah dan dewi.sartika.siagian@univrab.ac.id*

²*Akademi Kebidanan Sempena dan desmariyenti@gmail.com*
dewi.sartika.siagian@univrab.ac.id

ABSTRAK

Salah satu penyebab kegagalan dalam pemberian ASI oleh ibu kepada bayinya adalah kurangnya produksi ASI. Hal tersebut dapat diatasi dengan cara mengkonsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan yang dapat meningkatkan volume ASI, seperti daun katuk, buah pepaya, jantung pisang, kacang, daun kelor, kunyit, dan asam jawa. Sayuran tersebut merupakan sayuran yang mudah didapat dan dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan produksi ASI. Laktagogum adalah makanan atau obat-obatan yang digunakan untuk merangsang, mempertahankan dan meningkatkan produksi ASI. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan tentang laktagogum sebagai upaya dalam meningkatkan produksi ASI. Sampel dalam penelitian ini adalah ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan dengan jumlah sampel sebanyak 109 orang. Penelitian ini menggunakan kuesioner yang disebar baik melalui online maupun offline. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan kurang baik sebesar 55% dan baik 45%. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu tentang laktagogum kurang baik dan dalam hal ini perlu adanya upaya yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi terkait cara untuk meningkatkan produksi ASI secara nonfarmakologi.

Kata kunci: Pengetahuan, Laktagogum, Produksi ASI

PENDAHULUAN

Capaian pemberian ASI eksklusif di Indonesia berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar 2018 yaitu 37,3% dan Inisiasi Menyusu Dini 58,2% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Kematian neonatus adalah peluang kematian pada bulan pertama setelah kelahiran (0-28 hari). Salah satu penyebab kematian adalah infeksi (6,8%) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017). Infeksi ini dapat dicegah dengan pemberian ASI dini atau Inisiasi Menyusu Dini dan dilanjutkan dengan pemberian ASI eksklusif.

Salah satu penyebab ibu tidak memberikan ASI eksklusif adalah rendahnya pengetahuan ibu tentang ASI eksklusif ((Siagian and Yusmahrani, 2019). Menghentikan pemberian ASI kepada bayi juga merupakan salah satu penyebab yang dikarenakan oleh produksi ASI yang kurang. Hal ini dapat disebabkan karena faktor hormon atau makanan yang dikonsumsi, untuk memperlancar ASI salah satunya dapat dilakukan dengan mengkonsumsi obat tradisional. Obat tradisional dapat berasal dari sesuatu yang dijumpai di lingkungan sekitar kita. Salah satu jenis herbal yang terdapat di lingkungan dan berguna untuk memperlancar produksi ASI yaitu daun katuk, buah pepaya, sari kacang hijau, jantung pisang, ekstrak kelor, kunyit dan asam jawa (Wulandari and Wardani, 2020).

Kurang maksimalnya angka pemberian ASI Eksklusif dapat disebabkan oleh rendahnya jumlah ASI yang diproduksi. Beberapa upaya yang dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI antara lain adalah pemberian konseling untuk memperbaiki perilaku yang tidak mendukung pemberian ASI Eksklusif seperti memperbaiki posisi dan perlekatan bayi dengan ibu, meningkatkan frekuensi menyusui, meningkatkan durasi menyusui, dan memberikan kedua payudara secara bergantian setiap kali menyusui. Upaya tambahan lain yang dapat dilakukan adalah dengan menggunakan galaktagogue (Wulandari *et al.*, 2020).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengetahuan ibu yang memiliki bayi usia 3-6 bulan tentang penggunaan laktagogum sebagai salah satu upaya yang dapat dilakukan ibu dalam meningkatkan produksi ASI. Dengan pengetahuan yang baik diharapkan ibu-ibu dapat meningkatkan produksi ASI nya dengan cara mengkonsumsi buah atau sayur yang dapat meningkatkan produksi ASI.

METODE

Alat dan Bahan

Alat yang digunakan dalam melakukan penelitian ini adalah kuesioner yang berisi pertanyaan tentang laktagogum yang disebar baik secara online melalui link kuesioner maupun secara offline (di klinik bersalin dan posyandu).

Metode

Metode penelitian ini adalah deskriptif dengan menyebarkan kuesioner untuk melihat tingkat pengetahuan responden dengan jumlah sampel sebanyak 109 responden. Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari 2022 – Desember 2022.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan diperoleh hasil sebagai berikut:

Tabel I. Distribusi frekuensi pengetahuan responden tentang laktagogum

Pengetahuan tentang laktagogum		
	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Pengetahuan		
Baik	49	45
Kurang Baik	50	55
Pekerjaan		
Tidak Bekerja	56	51,4
Bekerja	53	48,6

Pengetahuan yang dimiliki oleh individu dipengaruhi oleh banyak faktor. Secara umum faktor yang mempengaruhi pengetahuan dapat diklasifikasikan menjadi dua yaitu faktor internal (berasal dari dalam individu) dan faktor eksternal (berasal dari luar individu), yaitu (Darsini, Fahrurrozi and Cahyono, 2019).

Salah satu faktor eksternal adalah pekerjaan. Lingkungan pekerjaan dapat menjadikan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan baik secara langsung maupun secara tidak langsung. Adakalanya pekerjaan yang dilakukan seorang individu akan memberikan kesempatan yang lebih luas kepada individu untuk memperoleh pengetahuan atau bisa juga aktivitas pekerjaan yang dimiliki malah menjadikan individu tidak mampu mengakses suatu informasi.

Berdasarkan hasil penelitian mayoritas responden tidak bekerja sebesar 51,4% dan hal tersebut mungkin saja bisa menjadi salah satu penyebab kurangnya pengetahuan responden dikarenakan oleh responden memiliki keterbatasan dalam mengakses atau memperoleh informasi. (Darsini, Fahrurrozi and Cahyono, 2019).

Galaktagogum adalah makanan atau obat-obatan yang digunakan untuk merangsang, mempertahankan dan meningkatkan produksi ASI. Pertimbangan penggunaan galaktagog sendiri meliputi efektivitas, keamanan dan waktu penggunaan. Beberapa macam galaktagog yang diketahui hingga saat ini dibagi menjadi dua macam, yaitu obat kimia dan herbal (Wulandari *et al.*, 2020).

Meningkatkan produksi ASI bisa dilakukan dengan berbagai hal, salah satunya adalah meningkatkan asupan laktagogum. Laktagogum merupakan obat yang dapat meningkatkan atau memperlancar pengeluaran air susu. Laktagogum sintetis tidak banyak dikenal dan relatif mahal. Hal ini menyebabkan perlu dicarinya obat laktagogum alternatif. Pepaya sebagai salah satu buah yang mengandung laktagogum. Buah pepaya ditanam pada suhu rendah sehingga cocok ditanam di daerah tropis. Masyarakat bisa mendapatkan buah pepaya untuk konsumsi sehari-hari dengan mudah. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa rata-rata produksi ASI sebelum dan sesudah konsumsi buah pepaya adalah berbeda. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa pemberian buah pepaya dapat mempengaruhi peningkatan produksi ASI ibu menyusui (Istiqomah, Wulanadari and Azizah, 2015).

Daun katuk (*Sauropus androgynus (L.) Merr*) merupakan salah satu tanaman lokal yang banyak ditanam oleh penduduk Lombok. Sebagian besar masyarakat (50,4%) menggunakan daun katuk untuk meningkatkan produksi ASI. Daun katuk terbukti aman, dimana uji toksisitas akut dan terpatogenik pada mencit menunjukkan bahwa daun katuk tidak toksik dan tidak menimbulkan kecacatan pada janin. Uji toksisitas pada hewan coba tikus betina galur wistar menggunakan sediaan suspensi daun katuk dengan empat macam dosis yang berbeda, yaitu 500, 1000, 3000, dan 5000 mg/Kg BB tikus menghasilkan Letal Doses (LD50) di atas 5000 mg/Kg BB sehingga dapat dikatakan daun katuk bersifat tidak toksik (Handayani, Pratiwi and Fatmawati, 2021).

Tanaman kelor (*Moringa oleifera*) banyak ditanam dan ditemukan di perumahan penduduk Lombok. Penelitian yang dilakukan menunjukkan 30,8% masyarakat menggunakan daun kelor untuk meningkatkan ASI dan diolah dengan disayur bening. Daun kelor mirip dengan daun katuk, daunnya enak dimakan menjadi beragam masakan. Daun kelor juga terbukti aman, dimana uji toksisitas subkronis digunakan tikus putih (*Rattus norvegicus*), galur wistar sebanyak 40 ekor yang dibagi dalam 4 kelompok dosis. Hasil penelitian perhitungan LD50 ekstrak biji klabet dan daun kelor (1:1) menghasilkan harga LD50 semu >4.000 mg/200g bb sehingga campuran bahan tersebut termasuk dalam golongan bahan practically non toxic (PNT). Pada uji toksisitas subkronis pemberian ramuan ekstrak klabet dan kelor (1:1) masih menunjukkan keadaan normal pada fungsi hati dan ginjal (Widowati *et al.*, 2014).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Dewi dan Sara (2020) bahwa adanya pengaruh konsumsi buah pepaya hijau terhadap peningkatan produksi ASI, hal ini dapat dilihat dari peningkatan frekuensi menyusui bayi dimana sebelum diberikan pepaya hijau nilai yang diperoleh 67,67 dan setelah diberikan pepaya hijau menjadi 74,63 (Siagian and Herlina, 2020). ASI sangat penting bagi bayi karena ASI makanan utama bagi bayi. ASI dikatakan cukup bagi bayi jika terdapat ciri-ciri antara lain ASI merembes keluar puting susu ibu, bayi menyusui lama (>10 menit) setiap kali menyusui, setelah menyusui bayi tidak rewel, dan bayi buang air kecil sering (>6 kali) dalam sehari, ibu mendengar suara menelan ketika bayi menelan ASI, ibu merasa geli setiap kali bayi menyusui, anak menyusui lebih dari enam kali dalam sehari, bayi buang air besar lebih dari tiga kali dalam sehari (Chahyanto, A, B. Roosita, 2013).

Diharapkan dengan adanya pengetahuan yang baik tentang laktagogum maka ibu-ibu bersedia untuk mengkonsumsi laktagogum yang harga dari jenis tanaman tersebut cukup murah serta mudah didapat dan pengolahannya juga cukup sederhana.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa mayoritas pengetahuan responden adalah kurang baik. Pengetahuan yang kurang pada responden dapat ditingkatkan salah satunya dengan adanya peran dari tenaga kesehatan dalam memberikan konseling saat melakukan pemeriksaan kehamilan tentang cara-cara yang dapat dilakukan dalam upaya meningkatkan produksi ASI.

DAFTAR PUSTAKA

- Chahyanto, A, B. Roosita, K. (2013) 'Analisis Kadar vitamin C pada Buah Nanas Segar (Ananas Comusus (L)Merr) dan Buah Nanas Kalengan dengan Metode Spektrofometri UV-VIS', *Jurnal Gizi dan Pangan*, 8(3).
- Darsini, Fahrurrozi and Cahyono, E. A. (2019) 'Pengetahuan ; Artikel Review', *Jurnal Keperawatan*, 12(1), p. 97.
- Handayani, S., Pratiwi, Y. S. and Fatmawati, N. (2021) 'Pemanfaatan Tanaman Lokal Sebagai Pelancar Asi (Galaktogogue)', pp. 518–522.
- Istiqomah, S., Wulanadari, D. and Azizah, N. (2015) 'Pengaruh Buah Pepaya Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Desa Wonokerto Wilayah Puskesmas Peterongan Jombang Tahun 2014', *Jurnal EduHealth*, 5(2), p. 245842.
- Siagian, D. S. and Herlina, S. (2020) 'Konsumsi Pepaya Hijau Terhadap Peningkatan', 5(3), pp. 514–521. Available at:
<http://ejournal.ildikti10.id/index.php/endurance/article/download/4588/1933>.
- Siagian, D. S. and Yasmaharani (2019) 'Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Tentang Air Susu Ibu Perah (Asip) Terhadap Asi Eksklusif Di Kota Pekanbaru tahun 2018. *JOMIS (Journal Of Midwifery Science)*, 3(1). Available at: <http://jurnal.univrab.ac.id/index.php/jomis/article/view/664/461>.
- Widowati, L. *et al.* (2014) 'Toksitas Akut dan Subkronis Ramuan Ekstrak Kelor dan Klabet sebagai Pelancar ASI dan Penambah Gizi Lucie', *Jurnal Kefarmasian Indonesia*, 4(2), pp. 51–66.
- Wulandari, E. T. and Wardani, P. K. (2020) 'Gambaran penggunaan herbal pelancar ASI (Galactagogues) di desa Wonosari Kabupaten Pringsewu', *Wellness And Healthy Magazine*, 2(2), pp. 251–258. doi: 10.30604/well.022.82000108.
- Wulandari, N. *et al.* (2020) 'Gambaran Penggunaan Galaktagog (Obat Kimia dan Herbal) pada Ibu Menyusui di Kota Malang Description of the Galactagogue (Herbal and Chemical Drugs) Usage for Breastfeeding Mothers in Malang City', 5(50), pp. 85–90.