



The Effect of Moringa Leaf Powder (Moringa Oleifera) on Breast Milk Production in Post Partum Mothers

Pengaruh Bubuk Daun Kelor (Moringa Oleifera) Terhadap Produksi Asi pada Ibu Nifas

Sri Dinengsih^{1*}, Maesaroh Agnestiani², Rini Kundaryanti³

^{1,2,3}Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional Jakarta

Email: dini_alba@yahoo.com

OPEN ACCESS

ISSN 2548-2246 (online)

ISSN 2442-9139 (print)

Edited by:

Kusumastuti

Reviewed by:

Ririn Ariyanti

Evi Wahyuntari

*Correspondence:

Sri Dinengsih

dini_alba@yahoo.com

Received: 21 Aug 2022

Accepted: 14 Sep 2023

Published: 30 Okt 2023

Citation:

Sri Dinengsih, Maesaroh Agnestiani, Rini Kundaryanti (2023) The Effect of Moringa Leaf Powder (Moringa Oleifera) on Breast Milk Production in Post Partum Mothers

Midwiferia Jurnal Kebidanan. 9:2.

doi:

10.21070/midwiferia.v9i2.1680

Breast milk (ASI) is the main nutrition recommended for newborns. The main obstacle in breastfeeding is the difficulty of breastfeeding because it is not smooth / milk production is disrupted so that exclusive breastfeeding is not achieved, by consuming foods that contain lactogogum is one of the efforts to increase milk production and the success of exclusive breastfeeding. one type of lactogogum that is currently being utilized because this type of plant is easy to plant and easy to get in the family yard is Moringa leaves. Objective: To determine the effect of moringa leaf powder on breast milk production in postpartum mothers in the Serpong 1 South Tangerang Health Center Area in 2023 Methodology: This type of research is quantitative with experimental design. This study used a quacy experimental design with two non-equivalent pretest-posttest groups. Sampling in this study using purposive sampling technique which amounted to 34 respondents. The analysis used is the Wilcoxon and Mann Whitney Test. Research Results: There is an effect of using moringa leaf powder on increasing breast milk production (p value 0.001) in postpartum mothers. Conclusion: Moringa leaf powder can increase breast milk production in postpartum mothers at Serpong 1 Health Center, South Tangerang in 2023. Suggestion: It is expected that moringa leaf powder can be consumed by postpartum mothers to prepare for the breastfeeding period so that they can provide exclusive breastfeeding.

Keywords: *Breast Milk, Moringa Leaf, Breastfeeding Mothers*

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi utama yang dianjurkan bagi bayi baru lahir. Kendala utama dalam menyusui adalah kesulitan menyusui karena tidak lancar/ produksi ASI terganggu sehingga ASI Eksklusif tidak tercapai, dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung laktagogum merupakan salah satu usaha untuk meningkatkan produksi ASI dan keberhasilan ASI Eksklusif tersebut. salah satu jenis laktagogum yang saat ini di manfaatkan karena tanaman jenis ini mudah di tanam dan mudah di dapat di pekarangan keluarga yaitu Daun kelor. Tujuan: Mengetahui pengaruh bubuk daun kelor terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Wilayah Puskesmas Serpong 1 Tangerang Selatan Tahun 2023 Metodologi : Jenis penelitian ini merupakan kuantitatif dengan desain eksperimen. Studi ini menggunakan rancangan eksperimen quacy dengan dua kelompok pretest-posttest non equivalent. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling yang berjumlah 34 responden. Analisa yang digunakan adalah Uji Wilcoxon dan Mann Whitney. Hasil Penelitian: Ada pengaruh penggunaan bubuk daun kelor terhadap peningkatan produksi ASI (nilai p 0,001) pada Ibu Nifas. Simpulan : Pemberian bubuk daun kelor dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu Nifas di Puskesmas Serpong 1 Tangerang selatan Tahun 2023. Saran: Diharapkan bubuk daun kelor dapat dikonsumsi oleh ibu nifas untuk mempersiapkan masa menyusui sehingga dapat memberikan ASI secara Eksklusif.

Kata Kunci: ASI, Daun Kelor, Ibu Menyusui

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi utama yang dianjurkan bagi bayi baru lahir. ASI dikenal sebagai makanan yang paling sempurna karena memiliki kandungan nutrisi yang bermanfaat untuk proses tumbuh kembang, sistem imun, dan kesehatan jangka panjang bayi (Mosca F & Gianni ML, 2017). Oleh karena itu, pemberian asi yang optimal yaitu anak berusia 0-23 bulan sangat penting karena dapat menyelamatkan nyawa lebih dari 820.000 anak di bawah usia 5 tahun setiap tahun (WHO, 2020).

WHO merekomendasikan pemberian ASI eksklusif dilakukan selama 6 bulan, dan dilanjutkan sampai anak berusia 2 tahun bersamaan dengan makanan padat dan semi padat sebagai makanan tambahan selain ASI (World Health Organization, 2001). Pemberian ASI pada bayi juga dapat memberikan manfaat kesehatan bagi sang ibu. Manfaat yang didapatkan ibu dengan menyusui bayinya yaitu mengurangi perdarahan, dan mencegah terjadinya penyakit kronis seperti kanker payudara, kanker ovarium, endometriosis, diabetes, dan dapat dijadikan kontrasepsi alami selama satu bulan pertama pasca bersalin (Antonio, 2018).

Pemberian ASI Eksklusif telah direkomendasikan didunia, namun pemberian ASI Eksklusif dilapangan masih kurang. Berdasarkan data UNICEF, pemberian ASI Eksklusif pada bayi dibawah 6 bulan secara global saat ini sebesar 41%. Majelis Kesehatan Dunia menargetkan pada tahun 2025 pemberian ASI Eksklusif sebesar 50% dan pada tahun 2030 sebesar 75% pemberian ASI Eksklusif (Global Breastfeeding Collective, 2018). Menurut data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2021, 52,2 persen – atau hanya setengah dari 2,3 juta bayi berusia kurang dari 6 bulan yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia, atau menurun 12 persen dari angka di tahun 2019. Angka inisiasi menyusui dini (IMD) juga turun dari 58,2 persen pada tahun 2019 menjadi 48,6 persen pada tahun 2021.

Kendala utama dalam menyusui adalah kurang lancarnya produksi ASI, produksi ASI meningkat akan mempengaruhi keberhasilan ibu dalam memberikan ASI eksklusif pada bayi. Menurut penelitian, anak yang tidak mendapatkan ASI mempunyai IQ lebih rendah 7-8 point dibandingkan anak yang mendapatkan ASI eksklusif (Wardani, 2021). Dari jurnal yang saya temukan, hasil evaluasi dari edukasi yang diberikan di posyandu Plamboyan Puskesmas Rawa Buntu Tangerang Selatan, beberapa mengeluhkan terkait dengan sedikitnya ASI yang keluar dan meminta saran asupan seperti apa yang perlu dikonsumsi agar jumlah ASI meningkat (Siregar, 2022). Dalam hal ini disampaikan bahwa produksi ASI yang menurun dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti ketenangan jiwa, asupan ibu, waktu istirahat ibu, isapan bayi, penggunaan alat kontrasepsi, serta perawatan payudara (Dewi, 2019).

Upaya untuk meningkatkan produksi ASI dapat dilakukan melalui terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi Farmakologi yang bisa dilakukan yaitu dengan mengkonsumsi metoklopramid dan domperidone. Penggunaan metoklopramid dan domperidone dapat meningkatkan kadar hormone laktasi yaitu hormone prolaktin (Wulandari N, 2020). Upaya untuk meningkatkan produksi ASI secara non

farmakologi yaitu dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung laktagogum (Anggraini, 2019). Laktagogum sintesis yang memiliki harga relative mahal, serta menimbulkan efek samping yang membuat masyarakat kurang tertarik, sehingga perlu adanya alternative sumber laktagogum dari bahan alami. Penggunaan tanaman herbal yang mengandung laktagogum dapat digunakan sebagai upaya untuk meningkatkan produksi ASI, salah satu tanaman yang memiliki kandungan laktagogum adalah daun kelor.

Daun kelor merupakan daun yang berasal dari tanaman kelor. Tanaman kelor merupakan tanaman yang dapat dengan mudah untuk di tanam, karena tanaman kelor dapat tumbuh subur dalam berbagai jenis keadaan tanah yaitu pada tingkat keasaman tanah normal hingga sedikit asam (Septadina IS, 2018). Tanaman kelor merupakan tanaman yang terkenal kaya akan kandungan nutrisi dan khasiat sehingga membuat tanaman ini dikenal dengan sebutan Miracle Tree dan Mother's Best Friend (Irwan Z, 2020). Kandungan didalam daun kelor yang dapat menimbulkan efek laktagogum adalah flavonoid dan polifenol melalui peningkatan hormone prolaktin dan hormone oksitosin yang merupakan hormone laktasi dapat memperlancar produksi ASI (Adi GS, 2018).

Tujuan penelitian ini unruk mengetahui Pengaruh Pemberian Bubuk Daun Kelor Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui di Wilayah Puskesmas Serpong 1 Tangerang Selatan Tahun 2023

METODE

Jenis penelitian ini adalah quasy experiment dengan rancangan pretest-posttest non-equivalent two group design. Responden pada penelitian ini dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi diberikan bubuk daun kelor selama 7 hari, dilakukan Pretest pengukuran produksi ASI hari pertamapada masing-masing kelompok, pada hari ke-7dilakukan posttest. Populasinya adalah ibu menyusui di wilayah Puskesmas Serpong 1 Tangerang Selatan, dilakukan pada bulan Juli 2023. sampel berjumlah 34 orang, teknik pengambilan sampel adalah purposive sampling dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen yang digunakan kuesioner formulir observasi/ pencatatan 4 indikator. Analisa yang dilakukan menggunakan uji statistic paired T Test dengan menggunakan SPSS

HASIL

Tabel 1 | Nilai Rata-Rata Score Produksi ASI di Puskesmas Serpong 1 Tangerang Selatan Tahun 2023

Bubuk daun kelor	Mean	Median	Standar Deviasi	Minimal- Maksimal
Sebelum (Pretest)	3.18	3.00	1.015	1-5
Sesudah	4.29	4.00	0.470	4-5

(P)

Pada tabel 1 dapat diketahui bahwa didapatkan hasil setelah dilakukan intervensi pemberian bubuk daun kelor mean 4.29 , median 4.00 dan standar deviasi 0,470. Skor terendah 4 dan tertinggi 5. Maka dapat disimpulkan bahwa produksi ASI mengalami peningkatan setelah dilakukan intervensi pemberian minuman serbuk daun kelor di Puskesmas serpong 1 Tangerang Selatan tahun 2023

Tabel 2 | Nilai Rata-Rata Score Produksi ASI di Puskesmas Serpong 1 Tangerang Selatan Tahun 2023 Pada Kelompok Pijat Oksitosin

Pijat Oksitosin	Mean	Median	Standar Deviasi	Minimal-Maksimal
Sebelum (Pretest)	3.41	3.02	0.618	3-5
Sesudah (Posttest)	3.82	4.00	0.638	3-5

Pada tabel 2 dapat diketahui pada kelompok yang diberikan pijat oksitosin didapatkan hasil setelah dilakukan pijat oksitosin nilai rata-rata 3.82 , median 4.00 dan standar deviasi 0,638. Skor terendah 3 dan tertinggi 5. Maka dapat disimpulkan bahwa produksi ASI mengalami peningkatan setelah dilakukan pijat oksitosin namun tidak dominan seperti pada kelompok intervensi yang mengalami peningkatan produksi ASI secara signifikan.

Tabel 3 | Pengaruh Pemberian Serbuk Daun Kelor dan Pijat Oksitosin Di Puskesmas Serpong 1 di Tangerang Selatan Tahun 2023

Kelompok	Mean	Selisih Mean	Positif Rank	Negatif Rank	Ties	P value
Bubuk Daun Kelor (Pretest)	5.50					
Bubuk Daun Kelor (Posttest)	8.18	2.68	14	1	2	0,001
Pijat Oksitosin (Pretest)	4.00	0.57				
Pijat Oksitosin (Posttest)	4.57		7	11	9	0,035

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa terdapat 14 responden yang mengalami peningkatan produksi ASI yaitu sesudah intervensi artinya ini menunjukkan adanya peningkatan dari sebelum dilakukan intervensi (pretest) ke sesudah dilakukan intervensi (post test), 1 responden mengalami penurunan produksi ASI dan 2 responden (ties ranks) sebelum dan sesudah artinya ini menunjukkan tidak adanya perubahan peningkatan

atau penurunan produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Dari nilai produksi ASI yang diberikan serbuk daun kelor di dapatkan P-value 0,001 yang artinya $< 0,05$. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian serbuk daun kelor di Puskesmas Serpong I Tangerang Selatan.

Pada kelompok yang diberikan pijat oksitoksin ada 7 responden yang mengalami peningkatan produksi ASI yaitu sesudah intervensi (positif rank) artinya ini menunjukkan adanya peningkatan produksi ASI dari sebelum dilakukan intervensi (pretest) ke sesudah dilakukan intervensi (post test), 1 responden mengalami penurunan produksi ASI (negative ranks) dan 9 responden (ties ranks) sebelum dan sesudah artinya ini menunjukkan tidak adanya perubahan peningkatan atau penurunan produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Dari Rata rata nilai produksi ASI yang diberikan pijat oksitoksin di dapatkan P-value 0,035 yang artinya $< 0,05$. Dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan produksi ASI terhadap kelompok yang tidak diberikan intervensi dan kelompok yang di berikan intervensi.

PEMBAHASAN

PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI

Diketahui skor distribusi frekuensi produksi ASI sebelum diberikan serbuk daun kelor terdapat 1 orang (5.9%) dengan skor 1, 2 orang (11.8%) dengan skor 2, 9 orang (52.9%) dengan skor 3, 3 orang (17.6%) dengan skor 4 dan 2 orang (11.8%) dengan skor 5. Sedangkan distribusi frekuensi setelah diberikan serbuk daun kelor pada kelompok intervensi terdapat 4 orang (70,6%) dengan skor 4, dan 5 orang (29,4%) dengan skor 5. Perbandinagn produksi ASI pada kelompok intervensi dan kontrol, tergambar bahwa kelompok intervensi produksi ASI lebih banyak dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Secara teori produksi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin dan oksitosin. Untuk meningkatkan produksi hormon ini pada ibu post partum/nifas dilakukan Inisiasi menyusui dini/IMD, perawatan payudara, menyusui secara on demand dan pijat oksitosin

Kendala utama pemberian ASI eksklusif adalah kurangnya produksi ASI, untuk mengatasi masalah ini salah satu Upaya dengan memanfaatkan tanaman herbal Daun kelor (*Moringa oleifera*) sebagai lactogogum, ekstrak daun kelor mengandung antioksidan non-enzimatik seperti vitamin A (beta-karoten), vitamin C, dan vitamin E, yang dapat mengurangi kerusakan DNA¹⁷, serta senyawa pitosterol lainnya.

Sejalan dengan penelitian Titi Mutiara, yang menyatakan bahwa daun kelor mengandung fitosterol, termasuk laktagogum seperti campesterol, stirysterol, dan β -sitosterol, yang dapat meningkatkan produksi susu tikus secara signifikan sekaligus meningkatkan konsentrasi kandungan susunya.

Berdasarkan penelitian Zakaria, Veni Hadju, Suryani As'ad dan Burhanuddin Bahar 2016 menunjukkan bahwa jumlah ASI berbeda beda setiap individu. Di negara maju, Variasi jumlah produksi

ASI antara 750 - 800 g/hari selama 4 hingga 5 bulan pertama.. Hasil penelitian Amini N menunjukkan peningkatan jumlah ASI selama menyusui selama 4 bulan dari 512–822,5 g per hari. Hasil penelitian Arintonang E menunjukkan bahwa volume ASI setelah intervensi adalah $438,4 \pm 137,4$ mililiter per hari selama masa menyusui 4 bulan. Menurut Laporan WHO tahun 2002, bayi usia tiga bulan rata-rata mengonsumsi 574 mililiter ASI eksklusif dan bayi usia empat bulan rata-rata 634 mililiter ASI eksklusif. Perbandingan asupan ASI antara kelompok yang diberikan bubuk daun kelor dengan kelompok yang tidak diberikan menunjukkan bahwa jumlah ASI pada kelompok daun kelor lebih banyak, dengan hasil posttest rata-rata peningkatannya adalah $263,1 \pm 40,8$ ml/hari (66,2%), sedangkan pada kelompok yang tidak diberikan daun kelor rata-rata peningkatannya $151,4 \pm 9,4$ ml (33,7%).

Ibu menyusui yang menerima pijat oksitosin mengalami peningkatan produksi ASI, tetapi peningkatan ini tidak signifikan dibandingkan pada kelompok yang mendapatkan serbuk daun kelor.

PRODUKSI ASI SEBELUM DAN SETELAH PENGGUNAAN BUBUK DAUN KELOR PADA KELOMPOK INTERVENSI

Berdasarkan analisa univariat menunjukkan hasil rata-rata nilai produksi ASI sebelum dan sesudah diberikan bubuk daun kelor yaitu sebesar 3.15 dan 4.29 terdapat peningkatan nilai produksi ASI. Sedangkan rata rata nilai pada kelompok kontrol yang dilakukan pijat oksitosin sebelum dan setelah dilakukan nilai rata-rata produksi ASI sebesar 3.41 dan 3.82 sehingga dapat disimpulkan pada kelompok kontrol juga mengalami peningkatan nilai produksi ASI tetapi tidak signifikan seperti pada kelompok yang diberi perlakuan. Dapat diartikan bahwa nilai rerata produksi ASI yang diberikan serbuk daun kelor lebih mengalami peningkatan produksi ASI jika dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Setelah ibu diberikan daun kelor terjadi peningkatan produksi ASI hal ini menunjukkan bahwa Ada banyak kandungan gizi pada seperti vitamin A, vitamin B, protein, zat besi, kalsium, dan vitamin C. Kualitas ASI yang dihasilkan oleh ibu menyusui bergantung pada pola makan ibu menyusui. Beberapa tumbuhan seperti daun katuk (*Sauropus androgynus*) dan daun kelor dipercaya secara turun temurun atau terbukti secara ilmiah dapat meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI yang dihasilkan.

Daun kelor mengandung polifenol flavonoid yang memiliki efek laktagogum. secara tradisional daun kelor sama seperti daun bayam dan daun katuk dapat dimasak dan digunakan sebagai sayur segar atau digiling menjadi bubuk untuk digunakan dalam sup dan saus. Daun kelor kering dapat diproses untuk membuat teh kelor (baik teh celup maupun teh seduh) bubuk atau ekstrak daun kelor dapat di bentuk tablet, kapsul, atau campuran nutrisi kue kelor, biskuit, dan permen kelor. Untuk menyenangkan ibu menyusui divariasikan menjadi pudding, cookies, atau variasi lainnya, serbuk daun kelor dapat disimpan dalam waktu yang cukup lama tanpa kehilangan nutrisi.

Daun kelor mempunyai kemampuan efektif meningkatkan Produksi ASI dengan meningkatkan kadar prolaktin serum ibu lebih besar. Prolaktin adalah hormon terpenting dalam merangsang laktasi. Bubuk daun kelor merupakan stimulan laktasi yang efektif untuk meningkatkan produksi ASI dan meningkatkan volumenya. (Asih, 2017).

Penelitian Vina, 2020 Rerata pengeluaran ASI sebelum menggunakan daun kelor adalah 24,55 ml, dan setelah menggunakan daun kelor rata-rata adalah 41,45 ml. Penggunaan daun kelor efektif meningkatkan produksi ASI ($0,000 < 0,05$). Penggunaan daun kelor mempunyai efek meningkatkan jumlah sekresi air susu. Dari hasil ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang cara menggunakan daun kelor untuk ibu nifas.

Hasil penelitian Sulthoh (2021) menunjukkan bahwa produksi ASI pada tahap post-test memiliki nilai rerata lebih besar dari pada pre-test yaitu selisih 0,2573. Hal ini dapat disimpulkan bahwa mengkonsumsi daun kelor terbukti mampu meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Peningkatan populasi ini juga didukung dengan nilai p- value sebesar 0,000 dengan tingkat keeratan signifikansi sebesar 0,996 yang berarti memiliki pengaruh yang kuat. Artinya konsumsi rutin daun kelor selama 1 minggu (sesuai intervensi) terbukti dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

Pemberian serbuk daun kelor pada ibu menyusui mengalami peningkatan produksi ASI karena secara alami, daun kelor juga mengandung senyawa alkaloid, flavonoid, steroid, terpenoid, tannin, saponin, karbohidrat, glikosida, serta gula. Daun Kelor juga mengandung fitosterol, Efek laktogogumnya adalah untuk meningkatkan dan memperlancar produksi ASI

PRODUKSI ASI SEBELUM DAN SESUDAH DIBERIKAN PIJAT OKSITOSIN PADA KELOMPOK KONTROL

Dapat diketahui pada kelompok kontrol didapatkan hasil setelah dilakukan pijat oksitosin nilai rata-rata 3.82 , median 4.00 dan standar deviasi 0,638. Skor terendah 3 dan tertinggi 5. Maka dapat disimpulkan bahwa produksi ASI mengalami peningkatan setelah dilakukan pijat oksitosin namun tidak dominan seperti pada kelompok intervensi yang mengalami peningkatan produksi ASI secara signifikan.

Salah satu cara untuk mengatasi ketidak lacarnya pengeluaran ASI adalah dengan dilakukan pijat oksitosin, dengan cara memijat sepanjang tulang belakang (vertebrae) sampai tulang costae kelima keenam untuk meningkatkan produksi hormon oksitosin dan prolactin yang dapat dilakukan pada masa nifas/setelah melahirkan. Pijatan ini bertujuan untuk meningkatkan hormon oksitosin yang dapat menenangkan ibu dan menstimulasi hormon prolactin. Pemijatan daerah punggung ini juga dapat merangsang hormon endorphen yang berfungsi sebagai ejektor untuk menimbulkan rasa rileks dan ketenangan. Pijat oksitoksin juga

bertujuan untuk menurunkan kadar epinefrin dan non-epinefrin dalam darah sehingga menjadi seimbang (equilibrium) sehingga menurunkan stress.

Dengan Pemijatan atau rangsangan neurotransmitter di daerah tulang belakang akan merelaksasi modulla oblongata, yang kemudian mengirimkan pesan ke hypothalamus di hypofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin yang menyebabkan payudara mengeluarkan air susu. Setelah itu, hormon oksitosin dilepaskan yang membantu pengeluaran ASI.

Menurut penelitian Nurhidayat Triananinsi, Jumrah, Sutrani Syarif, dan Mukrimah mengatakan bahwa ada pengaruh pijat oksitosin pada ibu nifas terhadap kelancaran ASI di Puskesmas Caile Kabupaten Bulukumba dari 30 responden yang dibagi menjadi dua kelompok, 5 ibu nifas (33.3%) mengalami pengeluaran ASI lancar dan 10 responden (66.7%) tidak lancar. Di sisi lain, dalam kelompok intervensi, 13 responden (86.7%) mengalami pengeluaran ASI lancar dan 2 ibu nifas (13.3%) tidak lancar. Dengan menggunakan uji Mann Whitney U, hasilnya adalah 0.003 kurang dari 0.05, atau 5%.. Pemijatan tulang belakang pada costa (tulang rusuk) ke 5-6 sampai ke scapula (tulang belikat) dikenal sebagai pijat oksitosin. Ini akan mempercepat fungsi syaraf parasimpatis dengan mendorong hipofise posterior untuk mengeluarkan oksitosin yang dapat meningkatkan pemancaran ASI dari kelenjar mammae.

Hasil penelitian menurut Maita (2017) didapatkan sebelum dilakukan pijat oksitosin produksi ASI tidak lancar yaitu 29 orang (78,4%) dan 8 orang (21,6%) produksi ASI lancar. Setelah dipijat oksitoksin produksi ASI lancar 31 orang (83,8%), dan 6 orang tidak lancar (16,2%). Pijat oksitosin pada ibu postpartum dapat memicu pengeluaran hormon oksitosin yang berperan sangat penting untuk pengeluaran ASI, Pijat oksitosin juga dapat meningkatkan kenyamanan ibu, secara otomatis akan merangsang keluarnya hormon oksitosin, yang dikenal sebagai refleksi let down yang dapat merangsang pengeluaran ASI pada ibu menyusui.

PENGARUH PEMBERIAN BUBUK DAUN KELOR PADA KELOMPOK INTERVENSI

Dapat diketahui bahwa terdapat 14 responden yang mengalami peningkatan produksi ASI yaitu sesudah intervensi artinya ini menunjukkan adanya peningkatan dari sebelum dilakukan intervensi (pretest) ke sesudah dilakukan intervensi (post test), 1 responden mengalami penurunan produksi ASI dan 2 responden (ties ranks) sebelum dan sesudah artinya ini menunjukkan tidak adanya perubahan peningkatan atau penurunan produksi ASI sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Dari nilai produksi ASI yang diberikan serbuk daun kelor di dapatkan P-value 0,001 yang artinya $< 0,05$. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian serbuk daun kelor di Puskesmas Serpong I Tangerang Selatan.

Dalam penelitian ini Daun kelor yang diberikan dalam bentuk serbuk, Daun kelor dapat

meningkatkan produksi air susu ibu setelah persalinan. Kandungan Senyawa fitosterol yaitu alkaloid, saponin, dan flavonoid berfungsi untuk meningkatkan dan memperlancar produksi air susu. Dikenal sebagai sumber nutrisi tinggi daun kelor mengandung jumlah karbohidrat, protein, vitamin, beta carotene, dan zat besi yang lebih tinggi daripada jenis sayuran lainnya. melalui aktivitas laktagogum, daun kelor memiliki Senyawa fitosterol seperti stigmasterol, β -sitosterol, dan kampesterol untuk meningkatkan produksi air susu dan berat badan anakan tikus putih (Mutiara, 2016)

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Purnanto, Himawati, dan Ajizah (2020), yang menemukan bahwa rerata ASI pada pre-test sebesar 152,00 meningkat menjadi 158,50 pada post-test. Ada perbedaan volume ASI dengan p-value 0,002 dan nilai korelasi 0,934. Intervensi daun kelor diberikan selama tiga minggu dalam bentuk teh. Daun kelor (*Moringa oleifera*) memiliki banyak nutrisi, beberapa di antaranya mengandung fitosterol, yang dikenal sebagai efek laktagogum, yang dapat meningkatkan kadar hormon dan zat besi selama menyusui, yang dapat menguntungkan bayi (Septadina, Murti Utari, 2018).

Studi yang dilakukan oleh Zakaria et al. (2016) menunjukkan bahwa ibu menyusui yang mengonsumsi ekstrak daun kelor mengalami peningkatan kadar vitamin C, vitamin E, dan zat besi rata-rata. Namun, tidak ada perbedaan yang nyata. Kandungan fitosterol dan steroid dalam ekstrak daun kelor menunjukkan peningkatan kadar hormon prolaktin, yang menyebabkan produksi ASI meningkat pada ibu menyusui yang mengonsumsinya. mengubah sel epitel alveolar sehingga menghasilkan peningkatan produksi ASI (Raguindin et al., 2014). Pada penelitian Aliyanto dan Rosmadewi (2019), konsumsi daun kelor dalam olahan sayur menunjukkan peningkatan produksi ASI. Hasil uji sampel independen menunjukkan $pvalue=0,001 < \alpha=0,05$, yang menunjukkan bahwa ibu yang mengonsumsi sayuran daun kelor menghasilkan produksi ASI yang signifikan jika dibandingkan dengan ibu yang tidak melahirkan.

Pengaruh serbuk daun kelor mempengaruhi produksi air susu pada ibu menyusui karena daun kelor mengandung senyawa fitosterol yang berfungsi meningkatkan dan melancarkan produksi ASI (efek laktagogum). Kandungan nutrisi yang luar biasa pada kelor, dimanfaatkan tidak hanya untuk ibu hamil dan menyusui, tetapi juga untuk mengatasi masalah malnutrisi pada balita. Daun kelor yang diberikan kepada ibu yang menyusui akan meningkatkan dan memperlancar produksi air susu karena daun kelor mengandung zat yang dapat meningkatkan produksi ASI. Selain itu, menyusui bayi dengan cara yang baik dan benar juga mempengaruhi produksi ASI. Keadaan psikologis ibu juga sangat mempengaruhi kelancaran produksi ASI, jadi ibu tidak boleh mengalami beban pikiran atau stres, karena hal ini dapat menghambat produksi ASI.

KESIMPULAN

Ada terdapat pengaruh pemberian serbuk daun kelor di Puskesmas Serpong I Tangerang Selatan.

Terjadi peningkatan produksi ASI pada kelompok kontrol namun tidak signifikan seperti pada kelompok intervensi

SARAN

Dapat di terapkan oleh ibu menyusui sebagai menu variatif menyusui jenis sayur selain jenis sayur bayam dan kangkong

DAFTAR PUSTAKA

- Ahsani Rf, Machmud Pb. (2019). The Association Of Reproductive History Eith Breast Tumor In Young Women In Indonesia (Analysis Of Riset Ptm 2016). *Media Kesehat Masy Indones*. 15(3):237.
- Aliyanto W, Rosmadewi. (2019). Efektifitas Sayur Pepaya Muda Dan Sayur Daun Kelor Terhadap Produksi Asi Ibu Post Partum Primipara. *Jurnal Kesehat*. 10(April):84-92.
- Antonio L, Ciampo D, Regina I, Del L. (2018). Breastfeeding And Thebenefit Of Lactation For Women's. 40(6):354-359.
- Angraini Rd, Soejoenoes A, Supriyana. (2019). Unripe Carica Papaya L. Extract As An Alternative For Midwifery Services In Primipara Post Partum Mother For Breast Milk Adequacy. *Int J Sci Res*. 8(1):2018-2020.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Bahriyah I, Haryati A, Zayadi H. (2015). Studi Etno Botani Tanaman Kelor (*Moringa Oleifera*) Di Desa Sumber Kecamatan Tambelangan Kabupaten Sampang Madura. *E-Jurnal Ilm Biosaintropis*.2805(1):61-67.
- Darma Arp, Timbuleng Emlm, Azzahroh N,Khasanah Pu, Arofah Ge,Kartikasari Mnd. (2019). Peri Dalor (Permen Jeli Daun Kelor): Inovasi Permen Kaya Antioksidan Sebagai Solusi Kesehatan. *J Semar* . 8(1):35-39.
- Erlinawati, Amir Hf, Pueri Ad. (2019). Hubungan Frekuensi Pemberian Asi Pada Ibu Menyusui Dengan Peningkatan Berat Badan Bayi. *J Doppler*. 3(2):9- 17.

- Global Breastfeeding Colective. (2018). Enabling Women Brestfeed Through Betterpolicies And Call To Action Priorites
- Indrasari, N. (2015). Hubungan Frekuensi Menyusui Dengan Involusi Uterus Pada Ibu Nifas. *J Keperawatan*. Xi(1):27-32).
- Irwan Z, Salim A, Adam A. (2020). Pemberian Cookies Tepung Daun Dan Biji Kelor Terhadap Puskesmas Tanpa Padang. *Aceh Nutr J*. 5(1):45-54.
- Jayanti, I. (2019). Evidance Based Dalam Praktek Kebidanan. Pertama. Yogyakarta: Deepublish.
- Johan H, Anggraini Rd, Noorbaya, S. (2019). Potensi Daun Kelor Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Post Partum. *Sebatik*. 23(1):192-194.
- Krisnadi, Ad. (2015). Kelor, Super Nutrisi. Blora.
- Lauwers, J. (2016). Quick Reference For The Lactation Profesional. 2nd Revise. United States: Jones & Barlett Publisher.
- Ma Zf, Ahmad J, Zhang H, Khan I, Muhamad S. (2018). Evaluation Of Phytochemical And Medicinal Properties Of *Moringa Oleifera* As A Potential Food. *South African J Bot*. 129:40-46.
- Marati U, Aziza N. (2018). Hubungan Menyusui Eksklusif Dengan Involusi Uteri Pada Ibu Post Partum Di Kota Bandar Lampung. *J Keperawatan*. Xiv(1):116-122.
- Mosca F, Gianni Ml. (2017). Human Milk: Composition And Health Benefits. *La Peditier Medica E Chir*. 39(155):47-52.
- Mutiara, T. (2011). Uji Efek Pelancar Asi Tepung Daun Kelor Pada Tikus Putih Galur Wistar. (November).
- Nurbaiti, M. (2018). Hubungan Pemberian Asi Terhadap Berat Badan Bayi Di Wilayah Kerja Puskesmas Sematang Borang Palembang. *J Aisyiah Med*. 1(2):108-118.

- Nurhayati I, Maulida I, Chikmah Am. (2013). Hubungan Pola Nutrisi Pada Ibu Nifas Dengan Kecukupan Asi Pada Bayi Di Desa Mejasem Timur Kecamatan Keramat Kabupaten Tegal. *J Res Midwifery Politek Tegal*. 3(1):1-8.
- Notoatmodjo. (2018). *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun (2012).
- Pranajaya R, Rudiyaniti N. (2013). Determinan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui. *J Keperawatan*. 1x(2):227-237).
- Rahmadani Pa, Widyastuti N, Fitrianti Dy, Wijayanti Hs. (2020). Asupan Vitamin A Dengan Tingkat Kecemasan Merupakan Faktor Resiko Kecukupan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Bayi Usia 0-5 Bulan. *J Nutr Coll*. 9(1):44-53.
- Rahmawati A, Prayogi B. (2017). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Yang Bekerja. *J Ners Dan Kebidanan*. 4(2):134- 140.