

Pendampingan “Mb TESI” (Membuat Booster ASI) Daun Teh Torbangun

Bina Melvia Girsang^{1*}, Eqlima Elfira², Ance Marintan Sitohang³, Farida Linda Sari Siregar⁴

^{1,2,3,4}Keperawatan Maternitas dan Anak, Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan

^{1,2,3,4}Universitas Sumatera Utara, Jln. Prof. T'Ma'as No.3 Medan

*e-mail : binamelvia@usu.ac.id

Informasi Artikel

Diterima Redaksi : 2 Desember 2020

Revisi Akhir : 5 Januari 2021

Diterbitkan Online : 28 Januari 2021

Kata Kunci:

menyusui, pasca persalinan, panganan, sumatera

Abstrak

Pendampingan dalam melakukan manajemen ASI pada ibu diharapkan akan dapat membantu ibu dalam mencukupkan kebutuhan ASI pada bayi. Masalah dalam pemberian ASI adalah beberapa pernyataan ibu postpartum yang menyatakan bahwa produksi ASI sedikit sehingga bayi tidak cukup minum ASI dan harus memberikan susu formula. Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa panganan khas lokal Sumatera Utara, daun torbangun dapat berfungsi sebagai laktagogum, yaitu zat yang dapat meningkatkan dan melancarkan produksi ASI karena mengandung zat saponin, flavonoid, polifenol yang dapat meningkatkan hormon prolaktin dan oksitosin sehingga dapat meningkatkan produksi ASI. Daun torbangun biasanya diolah oleh masyarakat sebagai panganan sayur, namun olahan ini tidak tahan lama dan tidak dapat tersedia setiap waktu, sehingga olahan teh torbangun diharapkan menjadi solusi pemenuhan suplemen pendorong produksi ASI ibu postpartum. Menurut hasil penelitian bahwa pengolahan teh dari daun torbangun dengan suhu pengeringan 500C, dengan lama pengeringan 3 jam merupakan cara olahan terbaik karena kandungan zat yang terjaga, dan lebih disukai dari aroma, warna dan rasa.

1. PENDAHULUAN

Beberapa ibu postpartum yang bekerja menyatakan bahwa produksi ASI sedikit sehingga ASI tidak mencukupi untuk kebutuhan bayi, sehingga menambahkan pemberian susu formula pada bayi. Hasil dari beberapa penelitian menyatakan bahwa pada minggu pertama melahirkan ASI belum keluar secara maksimal, dan hal ini dipersepsikan ibu sebagai masalah produksi ASI yang tidak mencukupi untuk kebutuhan bayi (1–4). Mardiyarningsih juga menyatakan bahwa ibu yang cemas dan takut produksi ASI tidak cukup untuk bayi, dan kurang pengetahuan tentang proses ASI, tidak mampu memberikan ASI secara benar dan optimal (5).

Berdasarkan data profil Puskesmas Medan Deli capaian target ASI eksklusif sebesar 45,2%, menurut sumber data tersebut bahwa cakupan ASI Eksklusif yang masih rendah disebabkan oleh karena pengetahuan masyarakat yang masih kurang. Pengetahuan dan pemahaman ibu mengenai ASI akan menentukan perilaku untuk mencapai target cakupan pemberian ASI eksklusif. Pada profil Puskesmas Medan Deli juga menyebutkan bahwa perlu dilakukan konseling kepada bumil, bufas, dan keluarganya untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman status dan kebutuhan gizi pada anak mulai dari saat dalam kandungan (1000 hari kehidupan) (6).

Wilayah lingkungan 1 kota bangun berada dekat (< 1 Km) dengan kawasan

industri. Hal ini menjadi peluang bagi warga sekitar menjadi sumber mata pencaharian terutama pada kaum perempuan bekerja sebagai buruh pabrik. Hal ini merupakan salah satu faktor yang menyumbang rendahnya cakupan ASI eksklusif di wilayah tersebut. Ibu yang tidak bekerja lebih banyak memberikan ASI eksklusif kepada bayinya dibandingkan ibu bekerja. Salah satu faktor lainnya untuk mendukung keberhasilan mencapai ASI eksklusif adalah keyakinan yang kuat dari dalam diri untuk dapat menyusui secara eksklusif.

Kelurahan Kota Bangun merupakan kelurahan yang terletak di Kecamatan Medan Deli Kota Medan. Kelurahan Kota Bangun memiliki batas-batas wilayah sebagai berikut :

- Sebelah Utara : Kelurahan Titi Papan
- Sebelah Selatan : Kelurahan Marbar
- Sebelah Barat : PT. KIM
- Sebelah Timur: Kabupaten Deli Serdang



Gambar.1. Peta Lokasi, dan Situasi Mitra (Posyandu Cempaka IB, Lingkungan I, Kota Bangun, Medan-Deli)

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif merupakan praktek pemberian makanan yang paling sesuai untuk bayi sejak lahir hingga usia enam bulan. Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan merupakan salah satu strategi global untuk mencapai pertumbuhan, perkembangan, kesehatan, dan kelangsungan hidup bayi yang optimal (7).

2. METODE

Berbagai kendala ibu menyusui yang bekerja mengalami kesulitan dalam melakukan manajemen ASI dikarenakan kurangnya pengetahuan ibu. Hal ini dirasakan karena masih minimnya pendampingan ibu dan keluarga dalam mempersiapkan ibu menyusui secara fisik dan mental untuk berkomitmen

memberikan ASI kepada bayi. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan penyuluhan kesehatan dan pendampingan. Kegiatan pendampingan dilakukan pada “MB TESI” (membuat booster ASI).

Standard Operating Procedure (SOP) “MB TESI” (membuat booster ASI) Proses pengolahan teh daun Torbangun:

1. Prosesnya dimulai dengan cara memilih daun Torbangun yang baik dengan kriteria daun berwarna hijau, tidak berlubang dan segar.
2. Daun Torbangun sebanyak 500 gram, dibuang tulang daun dan dicuci dengan air hingga bersih.
3. Kemudian layukan dengan cara merendam dalam air mendidih (suhu 100°C), selama 2-3 detik serta daun dipotong – potong kecil-kecil hingga berukuran 2 - 3 cm, kemudian
4. Masukkan ke dalam alat pengering dengan suhu 50°C dengan waktu pengeringan 3 jam.
5. Setelah dikeringkan, daun diperkecil ukurannya hingga berbentuk bubuk teh dan dikemas dalam kantong teh kosong dan dikemas kembali kedalam pouch



Gambar.2. Proses Pembuatan Teh Torbangun

Peserta kegiatan ini terdiri dari wanita usia subur, dan ibu postpartum menyusui sebanyak 50 orang dan dilaksanakan di wilayah kerja Posyandu Cempaka IB, Lingkungan I, Kota Bangun, Medan, Sumatera Utara.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada tanggal 7 Juli 2020 di posyandu Cempaka IB, Lingkungan I, Kota Bangun berjalan dengan baik, dengan jumlah peserta 14 orang ibu lebih sedikit

dari target peserta yaitu 35 ibu. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dihadiri juga oleh kepala lingkungan yang diwakili oleh ibu Kepling, serta 5 orang kader kesehatan posyandu Cempaka IB, Lingkungan I. Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan menerapkan protokol kesehatan. Peserta ibu berdasarkan karakteristik umur dengan rerata 33,14 tahun, mayoritas berstatus ibu rumah tangga dan bersuku batak. Berikut ini adalah gambaran karakteristik peserta kegiatan pengabdian kepada masyarakat (Tabel 2 dan Tabel 3).

Tabel 2.

Distribusi Frekuensi Karakteristik Status Pekerjaan dan Suku Ibu di Wilayah Kerja

No	Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
a. Status Pekerjaan			
1.	Wiraswasta	1	7,1
2.	Karyawan	1	7,1
3.	Ibu RumahTangga	12	85,7
Total		14	100
b. Suku			
1.	Batak	12	85,7
2.	Gayo	1	7,1
3.	Nias	1	7,1
Total		14	100

Tabel 3.

Deskriptif Karakteristik Umur Ibu di Wilayah Kerja Posyandu Cempaka IB, Kota Bangun

No	Variabel	Mean	Min	Max	SD	95%CI
1	Umur	33,14	23	48	8,24	28,38-37,90

Pada diagram 1 di bawah ini dijelaskan bahwa sebagian besar ibu peserta kegiatan belum mengerti tentang manfaat daun torbangun sebagai penambah produksi ASI (booster ASI) sebelum diberikan penjelasan (21,4%) dan meningkat setelah diberikan penjelasan (78,6%). Peserta kegiatan juga belum memahami bahwa pemanfaatan daun torbangun dapat diolah menjadi daun teh yang dapat disimpan lebih tahan lama dan digunakan sebagai booster ASI.

Hal ini disampaikan oleh ibu-ibu bekerja peserta kegiatan bahwa masalah menyusui yang dihadapinya sebagian besar adalah produksi ASI yang menurun setelah selesai

cuti melahirkan dan kembali bekerja, yang berdampak pada kontinuitas pemberian ASI eksklusif sehingga beralih ke pemberian susu formula. Hal ini dinyatakan juga dalam penelitian Haider (2010), bahwa masalah produksi ASI yang kurang merupakan salah satu faktor hambatan kontinuitas ASI eksklusif (8).

Olahan daun teh torbangun tidak banyak dikenal oleh masyarakat. Daun torbangun diolah sebagai sayur bagi ibu paska persalinan yang diyakini turun-temurun dapat memulihkan serta memperbanyak ASI (9). Olahan daun torbangun menjadi sediaan teh merupakan terobosan untuk memberikan kemudahan dan ketahanan konsumsi karena sediaan yang lebih tahan lama (10,11). Membuat booster ASI dengan teh daun torbangun akan lebih praktis penyediaannya dan dapat dengan mudah dikonsumsi oleh ibu-ibu diluar suku batak yang terbiasa mengolah panganan sebagai sayur bagi ibu nifas (11).

Diagram 1.

Pengetahuan Ibu Bahwa Daun Torbangun Bermanfaat Sebagai Booster ASI



Pada kegiatan ini para peserta sangat antusias dalam mengikuti mekanisme pembuatan booster ASI dengan daun torbangun. Hal ini dibuktikan pada diagram 4.2, bahwa tingkat kemampuan ibu dalam menjelaskan cara membuat teh torbangun meningkat dari sebelumnya 50% dan setelah diberikan penjelasan mencapai 92,9%. Sediaan daun bangun-bangun oleh masyarakat Sumatera Utara diracik menjadi sop dengan menggunakan berbagai bumbu dapur dan dimasak dengan santan (12). Setelah edukasi sesi selanjutnya adalah membagikan sediaan teh torbangun yang sudah siap digunakan oleh masyarakat khususnya ibu menyusui sebagai booster ASI.

Diagram 2

Tingkat Kemampuan Ibu Dalam

Menjelaskan Cara Membuat Teh Daun Torbangun



Kegiatan ini diharapkan dapat membantu ibu mandiri dalam membuat keputusan menyusui bayinya, sehingga cakupan keberhasilan ASI eksklusif dapat tercapai. Selain ibu mendapat dukungan, ibu juga dapat mandiri dalam mempersiapkan tumbuh kembang bayi yang optimal melalui kesiapan kecukupan ASI bagi bayi.

4. SARAN

Ibu postpartum sebagai peserta kegiatan mengalami peningkatan pengetahuan tentang MB TESI (membuat booster) ASI dari daun torbangun yang sangat mudah didapatkan di lingkungan sekitar. Peserta kegiatan juga setuju untuk menanam tumbuhan torbangun di pekarangannya sehingga hal ini dapat memberdayakan ibu dan terampil dalam menghasilkan produk pangan secara mandiri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih kepada Lembaga Pengabdian Kepada Masyarakat, Universitas Sumatera Utara yang telah memfasilitasi pendanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, serta kepada para kader Posyandu Cempaka IB yang telah turut ambil bagian dalam terlaksananya kegiatan ini.

REFERENSI

- [1] Gatti L. Maternal perceptions of insufficient milk supply in breastfeeding. *J Nurs Scholarsh*. 2008 Dec;40(4):355–63.
- [2] Hurley KM, Black MM, Papas MA, Quigg AM. Variation in breastfeeding behaviours, perceptions, and experiences by race/ethnicity among a low-income statewide sample of

Special Supplemental Nutrition Program for Women, Infants, and Children (WIC) participants in the United States. *Matern Child Nutr*. 2008 Apr;4(2):95–105.

- [3] Turkyilmaz C, Onal E, Hirfanoglu IM, Turan O, Koç E, Ergenekon E, et al. The effect of galactagogue herbal tea on breast milk production and short-term catch-up of birth weight in the first week of life. *J Altern Complement Med*. 2011 Feb 1;17(2):139–42.
- [4] Kent J, Mitoulas L, Cox D, ... RO-E, 1999 undefined. Breast volume and milk production during extended lactation in women. *Wiley Online Libr [Internet]*. [cited 2020 Nov 16]; Available from: <https://physoc.onlinelibrary.wiley.com/doi/abs/10.1111/j.1469-445X.1999.01808.x>
- [5] Mardiyarningsih E, Sabri L, Ngudi Waluyo Semarang S. Efektifitas kombinasi teknik marmet dan pijat oksitosin terhadap produksi asi ibu post seksio di rumah sakit wilayah Jawa Tengah [Internet]. Vol. 6, *The Soedirman Journal of Nursing*. 2011 [cited 2020 Oct 29]. Available from: <http://www.jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/321>
- [6] Puskesmas Medan Deli. *Profil Puskesmas Medan Deli*. 2018.
- [7] WHO WHO. Exclusive breastfeeding for six months best for babies everywhere. 2011.
- [8] Haider R, Rasheed S, Sanghvi TG, Hassan N, Pachon H, Islam S, et al. Breastfeeding in infancy: Identifying the program-relevant issues in Bangladesh. *Int Breastfeed J*. 2010 Nov 30;5.
- [9] Hertiani SCMT. Kandungan Senyawa kimia dan efek ekstrak air Daun Bangun-bangun (*Coleus*

- amboinicus,L.) pada aktivitas fagositosis netrofil tikus putih (*Rattus norvegicus*. *J Maj Farm Indones*. 2005;16(3):141–8.
- [10] Syarief H, Martua Damanik R, Sinaga T, Herta Doloksaribu T. Pemanfaatan Daun Bangun-Bangun dalam Pengembangan Produk Makanan Tambahan Fungsional untuk Ibu Menyusui (Utilization and Product Development of Bangun-bangun Leaves as Supplement and Functional Food for Lactating Mother) [Internet]. Vol. 19, *Jurnal Ilmu Pertanian Indonesia (JIPI)*. 2014 [cited 2020 Nov 20]. Available from: <https://jurnal.ipb.ac.id/index.php/JIPI/article/view/8404>
- [11] Saragih R. UJI KESUKAAN PANELIS PADA TEH DAUN TORBANGUN (*COLEUS AMBOINICUS*). *J WIDYA Kesehat Dan Lingkungan* [Internet]. 2014 [cited 2020 Nov 20];46. Available from: <http://e-journal.jurwidyakop3.com/index.php/kes-ling/article/view/162>
- [12] Warsiki E, Damayanthi E, TIP RD-, 2009 undefined. Karakteristik mutu sop daun torbangun (*Coleus amboinicus* Lour.) dalam kemasan kaleng dan perhitungan total migrasi bahan kemasan.