



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 3 Tahun 2024 Page 313-322

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Efektivitas Pemberian Daun Katuk dan Pijat Marmet Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Rawat Inap Sindangbarang Kecamatan Sindangbarang Kabupaten Cianjur Tahun 2024

Nursaroya Mubarakah^{1✉}, Maryam Syarah M², Retno Puji Astuti³

Universitas Indonesia Maju Jakarta

Email: nayamubarakah@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Pendahuluan : Produksi Air Susu Ibu (ASI) yang kurang pada hari-hari pertama masa nifas selalu menjadi pemicu bayi baru lahir diberikan susu formula yang akhirnya mengakibatkan tidak tercapainya ASI eksklusif, yang mana ASI eksklusif sangat penting untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) Pada Tahun 2019 memperkirakan sekitar 80 juta orang ibu nifas mengalami Gangguan pada Produksi ASI. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan penulis di Puskesmas Rawat Inap Sindangbarang, dari bulan oktober sampai dengan desember 2023, terdapat 18 ibu nifas yang bersalin di Puskesmas Rawat Inap Sindangbarang, terdapat 11 Ibu nifas yang mengalami gangguan produksi ASI. Tujuan : untuk mengkaji Efektivitas pemberian daun katuk dan pijat mermet terhadap produksi ASI pada ibu nifas di puskesmas rawat inap sindangbarang kecamatan sindangbarang kabupaten cianjur tahun 2024. Metode : penelitian ini kualitatif dengan pendekatan studi kasus pada 2 orang responden yang mengalami produksi ASI yang kurang selama 14 hari menggunakan lembar observasi Hasil : reponden 1 diberikan perlakuan dengan pemberian sayur daun katuk 1x sehari dan responden 2 diberikan pijat mermet 1x sehari. Hasil dari penelitian ini adalah Produksi ASI respoden 1 sebelum diberikan daun katuk sebanyak 15 ml dan setelah diberikan daun katuk menjadi 60 ml, responden 2 sebelum diberikan pijat mermet sebanyak 10 ml dan setelah diberikan pijat mermet menjadi 40 ml. Kesimpulannya : daun katuk dan pijat mermet sama-sama dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui akan tetapi pemberian daun katuk lebih efektif dibandingkan pemberian pijat mermet dengan selisih 15 ml pada produksi ASI hasil Pumping di hari ke 14 penelitian.

Kata Kunci: *Daun Katuk, Pijat Mermet, Produksi ASI*

Abstract

Introduction: Insufficient production of breast milk (ASI) in the first days of the postpartum period always triggers newborn babies to be given formula milk which ultimately results in not achieving exclusive breastfeeding, where exclusive breastfeeding is very important for the growth and development of babies. In 2019, the United Nations International Children's Emergency Fund (UNICEF) estimated that around 80 million postpartum mothers experienced disruption in breast milk production. Based on a preliminary study conducted by the author at Puskesmas Rawat Inap Sindangbarang, from October to December 2023, there were 18 postpartum mothers who gave birth at Puskesmas Rawat Inap Sindangbarang, there were 11 postpartum mothers who experienced problems with breast milk production. Objective: to examine the effectiveness of giving katuk leaves and mermet massage on breast milk production in postpartum mothers at the Sindangbarang inpatient health center, Sindangbarang subdistrict, Cianjur district in 2024. Method: This research is qualitative with a case study approach on 2 respondents who experienced insufficient breast milk production for 14 days using an observation sheet Results: respondent 1 was given treatment by giving katuk leaf vegetables once a day and respondent 2 was given mermet massage once a day. The results of this research were the breast milk production of respondent 1 before being given katuk leaves was 15 ml and after being given katuk leaves it was 60 ml, respondent 2 before being given mermet massage was 10 ml and after being given mermet massage it was 40 ml. In conclusion: katuk leaves and mermet massage can both increase breast milk production in breastfeeding mothers, however giving katuk leaves is more effective than giving mermet massage with a difference of 15 ml in breast milk production from pumping on day 14 of the study.

Keywords: *Katuk Leaves, Mermet Massage, Breast Milk Production*

PENDAHULUAN

Kesehatan ibu yang melahirkan dan merawat anak-anak mereka akan menentukan tingkat kecerdasan, kualitas, dan kecerdasan generasi penerus suatu bangsa. Oleh karena itu, kesehatan ibu menjadi perhatian utama bagi semua negara, termasuk Indonesia, karena masih banyak masalah yang harus diselesaikan dalam hal kehamilan, persalinan, pascapersalinan, dan perawatan bayi (Astuti, Sri, 2015).

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan cair pertama yang dihasilkan secara alami oleh payudara Ibu. ASI mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan yang terformulasikan secara unik di dalam tubuh ibu untuk menjamin proses pertumbuhan dan perkembangan bayi. Selain menyediakan nutrisi lengkap untuk seorang anak, ASI juga memberikan perlindungan pada bayi atas infeksi dan sakit penyakit bayi. ASI adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam – garam anorganik yang disekresi oleh kelenjar

mamae ibu, yang berguna sebagai makanan bagi bayinya. ASI dalam jumlah yang cukup merupakan makanan terbaik bagi bayi dan dapat memenuhi kebutuhan bayi sampai dengan 6 bulan pertama. ASI merupakan makanan alamiah yang pertama dan utama bagi bayi sehingga mencapai tumbuh kembang yang optimal (Astuti, 2020).

Bayi usia 0-6 bulan yang mendapat ASI Eksklusif merupakan indikator pada Rencana Strategi Kementerian Kesehatan periode 2020-2024, bahkan pada Renstra periode sebelumnya (2015-2019) indikator ini sudah menjadi Indikator Kinerja Kegiatan (IKK) Direktorat Gizi Masyarakat, karena sangat terkait dengan program prioritas pemerintah, yaitu percepatan penurunan stunting (RI, 2020).

Pentingnya manfaat pemberian ASI pada bayi sudah banyak diketahui oleh masyarakat terutama ibu yang baru melahirkan. Namun kenyataannya, hal itu tidak membuat semua ibu dan keluarganya sadar akan kemauan untuk menyusui bayinya karena berbagai alasan. Hal ini dibuktikan berdasarkan data WHO pada tahun 2021, dalam 5 tahun terakhir negaranegara yang memberikan ASI eksklusif hanya 42% dan ditargetkan meningkat mencapai 75% pada tahun 2030 (UNICEF, 2021).

Pada tahun 2020, dari jumlah bayi usia kurang dari 6 bulan di Indonesia yang di recall, dari 3.196.303 sasaran bayi kurang dari 6 bulan terdapat 2.113.564 bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif atau sekitar 66,1%. Capaian indikator persentase bayi usia kurang dari 6 bulan yang mendapatkan ASI Eksklusif sudah memenuhi target tahun 2020, yaitu sebesar 40%. Berdasarkan distribusi provinsi, sebanyak 32 provinsi telah mencapai target yang diharapkan dan masih terdapat 2 provinsi yang tidak mencapai target, yaitu Papua Barat (34%) dan Maluku (37,2%), sementara provinsi dengan capaian tertinggi adalah Nusa Tenggara Barat (87,3%) (Kemenkes, 2020). Berdasarkan cakupan di Provinsi Jawa Barat, persentase capaian ASI eksklusif pada tahun 2020 sebesar 76,11% (Badan Pusat Statistik, 2022).

Cakupan pemberian ASI eksklusif di Kabupaten Cianjur tahun 2021 mengalami kenaikan dari 71.3% pada tahun 2020 menjadi 71.9% pada tahun 2021 (Profil Kesehatan Kabupaten Cianjur Tahun 2021). Sedangkan di Kecamatan Sindangbarang Kabupaten Cianjur jumlah ASI eksklusif sebanyak 2,37% tahun 2024 dan data ini masih belum tercapai (Laporan PWS Gizi, 2023).

Menyusui merupakan kejadian alamiah. Namun, untuk dapat berhasil menyusui dengan optimal, seorang ibu harus mengetahui tentang air susu ibu (ASI) itu sendiri serta penatalaksanaan menyusui. Kegagalan menyusui sering disebabkan karena faktor psikologis ibu pada hari-hari awal proses menyusui. Ibu sering merasa takut kalau ASI yang

dihasilkan tidak mencukupi kebutuhan bayinya. Idealnya, proses menyusui dapat dilakukan segera setelah bayi dilahirkan. Bayi yang lahir cukup bulan memiliki naluri untuk menyusui 20 - 30 menit setelah dilahirkan. Pada jam-jam pertama, bayi relatif tenang dan memiliki keinginan untuk menyusui. Namun, kenyataan di lapangan menunjukkan banyak ibu yang mengalami ketidakefektifan proses menyusui karena produksi dan ejskasi ASI yang sedikit di hari-hari pertama sehingga ibu enggan untuk menyusui bayinya (Marmi, 2014).

Hakikatnya, tidak ada ibu yang memproduksi ASI sedikit. Dari 100 ibu bersalin, hanya dua ibu yang benar-benar memiliki produksi ASI sedikit dan yang lainnya memiliki produksi ASI yang banyak. Ibu perlu mendapatkan penatalaksanaan dini supaya ibu dapat memahami hal-hal penting yang dapat meningkatkan produksi ASI serta upaya agar pengaliran ASI dapat berhasil dengan baik. Jika menyusui di periode awal kelahiran tidak dapat dilakukan, upaya yang dapat dilakukan sebagai alternatif terbaik berikutnya adalah memerah atau memompa ASI selama 10-20 menit tiap dua sampai tiga jam sekali hingga bayi dapat menyusui (Pollard, 2015)

Daun katuk adalah sejenis sayuran daun yang memiliki nama latin *Sauropus androgynus* dan termasuk famili Euphorbiaceae. Salah satu manfaat daun katuk yang cukup populer adalah kemampuannya untuk memperlancar dan memproduksi ASI (Savitri, 2016).

Daun Katuk secara tradisional sudah dikonsumsi oleh masyarakat khususnya ibu yang sedang menyusui karena dapat meningkatkan produksi ASI. Berdasarkan jurnal penelitian yang dipublikasikan oleh Media Litbang Kesehatan pada tahun 2004, pemberian ekstrak daun katuk pada kelompok ibu melahirkan dan menyusui bayinya dapat meningkatkan produksi sebanyak 66,7 ml atau 50,7% lebih banyak dibandingkan dengan kelompok ibu melahirkan dan menyusui yang tidak diberi ekstrak daun katuk. Pemberian ekstrak daun katuk dimulai pada hari ke-2 atau hari ke-3 setelah melahirkan selama 15 hari terus menerus dengan dosis 3 x 300mg/hari. Pemberian ekstrak daun katuk tidak menurunkan kadar protein dan lemak ASI (Setiawandari, 2018).

Teknik marmet merupakan kombinasi cara memerah ASI dan memijat payudara sehingga refleksi ASI dapat optimal. Teknik memerah ASI dengan cara marmet bertujuan untuk mengosongkan ASI dari sinus laktiferus yang terletak di bawah areola sehingga diharapkan dengan mengosongkan ASI pada sinus laktiferus akan merangsang pengeluaran prolaktin. Pengeluaran hormon prolaktin diharapkan akan merangsang *mammary alveoli* untuk memproduksi ASI. Semakin banyak ASI dikeluarkan atau dikosongkan dari payudara akan semakin baik produksi ASI di payudara (Widiastuti, 2015).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk memberikan asuhan kebidanan esensial melalui penyusunan laporan SCLR dengan judul "Efektivitas Pemberian Daun Katuk Dan Pijat Marmet Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas Di Puskesmas Rawat Inap Sindangbarang Tahun 2024".

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Metode penelitian kualitatif dengan studi kasus. Penelitian studi kasus (case study) adalah salah satu bentuk penelitian kualitatif yang berbasis pada pemahaman dan perilaku manusia berdasarkan pada opini manusia. Subjek dalam penelitian dapat berupa individu, group, instansi atau pun masyarakat.. (Sugiyono 2018). Penelitian kualitatif menggunakan metode wawancara terbuka dan observasi untuk memahami sikap, pandangan, perasaan, dan perilaku individu secara mendalam. Peneliti mencoba menggali respon yang muncul pada pasien dalam upaya mempercepat proses pengeluaran ASI. Peneliti memilih menggunakan metode ini dengan alasan peneliti akan memperoleh gambaran yang mendalam dan menyeluruh tentang efektivitas pemberian daun katuk dan pijat marmet pada ibu nifas di Puskesmas Rawat Inao Sindangbarang. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Sidangbarang yang terletak di Kec.Sindangbarang, Kab. Cianjur. teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dapat dilakukan dengan observasi (pengamatan), interview (wawancara), kuisisioner (angket), dokumentasi dan gabungan keempatnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perbandingan Kasus I dan Kasus II

Tabel 1. Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan Komplementer Antara Kasus 1 dan kasus 2

No	Kunjungan	ASIP (ml) Kedua Payudara		
		K1	K2	K3
1	Daun Katuk	15	40	60
2	Tehnik Mermet	10	20	40

Pembahasan

Efektivitas pemberian daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Puskesmas Rawat Inap Sindangbarang Kecamatan Sindangbarang Kabupaten Cianjur tahun 2024

Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan data klien yaitu Ny. A Usia 22 tahun P1A0 Postpartum 3 hari dengan ASI kurang. Menurut suparmi (2022) ASI merupakan makanan

terbaik untuk bayi terutama di usia 6 bulan pertama. Namun, volume ASI yang keluar terkadang tidak stabil atau seret yang membuat ibu khawatir. Beberapa faktor penyebab ASI seret tersebut di antaranya perasaan stres, baby blues, atau postpartum depression..

Berdasarkan hasil pemeriksaan awal Ny. A mempunyai ASIP sebanyak 15 ml di kedua payudara sebelum dilakukan intervensi. menurut Erdhy (2019) jumlah ASI ibu di minggu-minggu pertama adalah sekitar 10-23 ml perhari.

Penatalaksanaan ASI Kurang pada Ny. A yaitu peneliti memberikan sayur daun katuk bening satu mangkok sekali sehari selama 14 hari. Hasil observasi terakhir jumlah ASIP pada Ny. A adalah 60 ml. dari indikator kenaikan berat badan bayi, bayi Ny. A di hari pertama penilaian adalah 3400 gram dan di hari ke 14 saat penilaian menjadi 3700 gram, By. Ny. A mengalami kenaikan berat badan sebanyak 300 gram dalam 2 minggu. salah satu cara non farmakologi untuk meningkatkan Produksi ASI adalah dengan pemberian sayur daun katuk. Daun katuk memiliki kandungan sebagai berikut, per 100 gram daun katuk mengandung 6,4 gram protein, 164 mg vitamin C, 1 gram lemak, 9,9 gram karbohidrat, dan 1,5 gram serat. Kandungan nutrisi ini menjadikan daun katuk sebagai pilihan sayuran yang luar biasa untuk dikonsumsi.

Salah satu therapy non farmakologi yang diberikan adalah daun katuk. Daun katuk merupakan jenis sayuran asal Asia Tenggara dari suku Phyllanthaceae (termasuk kerabat kerabat ceremai, berry, dan mentang). Daun katuk juga mempunyai banyak klorofil (zat hijau daun). Daun katuk mengandung banyak gizi yang baik untuk kesehatan tubuh. Daun katuk memiliki kandungan sebagai berikut, per 100 gram daun katuk mengandung 6,4 gram protein, 164 mg vitamin C, 1 gram lemak, 9,9 gram karbohidrat, dan 1,5 gram serat. Kandungan nutrisi ini menjadikan daun katuk sebagai pilihan sayuran yang luar biasa untuk dikonsumsi.

Hasil ini sejalan dengan penelitian dari Seri Wahyuni Harahap (2020) tentang pengaruh pemberian rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada Ibu postpartum di desa purbatua tahun 2020 yang menyatakan bahwa Hasil penelitian produksi ASI ibu post partum sebelum pemberian rebusan daun katuk adalah produksi ASI kurang 14 responden (66,7%) dan produksi ASI sesudah pemberian rebusan daun katuk adalah produksi ASI banyak 21 responden (100%). Hasil uji paired sampel t-test menunjukkan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$, dimana H_a diterima artinya ada pengaruh pemberian rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu post partum di desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Kota Padangsidimpuan tahun 2020.

Menurut asumsi peneliti, daun katuk dapat meningkatkan produksi ASI bukan hal yang baru di masyarakat tempat penelitian dilakukan. Sudah menjadi kebiasaan masyarakat di sini apabila ibu menyusui ingin produksi ASI nya banyak, maka ibu menyusui tersebut diberikan sayur bening daun katuk. Tetapi dalam penelitian peneliti, peneliti memberikan daun katuk sesuai dengan resept yang telah diteliti dari beberapa jurnal ilmiah, dan yang memberikannya adalah bidan, menjadikan masyarakat lebih meyakini khasiat dari daun katuk tersebut.

Efektivitas pemberian pijat marmet terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Puskesmas Rawat Inap Sindangbarang Kecamatan Sindangbarang Kabupaten Cianjur tahun 2024

Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan data klien yaitu Ny D usia 28 tahun P1A0 postpartum 3 hari dengan Peoduksi ASI kurang dengan hasil asi perah sebanyak 10 ml di kedua payudara sebelum diberikan intervensi. Menurut suparmi (2022) ASI merupakan makanan terbaik untuk bayi terutama di usia 6 bulan pertama. Namun, volume ASI yang keluar terkadang tidak stabil atau seret yang membuat ibu khawatir. Beberapa faktor penyebab ASI seret tersebut di antaranya perasaan stres, baby blues, atau postpartum depression.

Berdasarkan hasil pemeriksaan awal Ny. D mempunyai ASI sebanyak 10 ml di kedua payudara setelah dilakukan pumping.. menurut Erdhy (2019) jumlah ASI ibu di minggu-minggu pertama adalah sekitar 10-23 ml perhari.

Penatalaksanaan ASI kurang pada Ny. D yaitu peneliti memberikan therapy Tehnik Mermet yang dilakukan oleh peneliti sendiri kepada pasien, pemijatan dilakukan setiap hari selama 14 hari. Dari hasil intervensi didapatkan bahwa setelah diberikan Tehnik Mermet selama 14 hari, produksi ASI meningkat menjadi 40 ml di kedua payudara, yang awalnya hanya 10 ml. indikator pada bayi dilihat dari kenaikan berat badan, pada pijat mermet ini bayi Ny. D mempunyai berat 3000 gram sebelum diberikan pijat mermet pada ibunya, dan menjadi 3200 gram selama 14 hari observasi, hal tersebut artinya bayi mengalami kenaikan berat badan 200 gram setelah diberikan pijat mermet pada ibunya.

Salah satu therapy non farmakologi yang diberikan adalah Tehnik Mermet. Teknik Marmet merupakan tehnik mengeluarkan ASI secara manual dan membantu refleks pengeluaran susu (Milk Ejection Reflex) telah bekerja bagi ribuan ibu dengan cara yang tidak dimiliki sebelumnya. *Teknik* marmet merupakan kombinasi cara memerah *ASI* dan memijat payudara sehingga refleks *ASI dapat* optimal.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Linda Puspita (2019) tentang Pengaruh Teknik Marmet terhadap kelancaran ASI pada Ibu Post Partum yang menyatakan bahwa

Hasil analisa data sebelum dilakukan teknik marmet nilai mean 0,000 dan sesudah dilakukan teknik marmet nilai mean 0,57. Hasil analisa data menggunakan paired sample test diperoleh nilai signifancy = 0,001 (p value < 0,05) yang berarti ada Pengaruh Teknik Marmet Terhadap Kelancara ASI Pada Ibu Post Partum di BPM Dwi Astuti Pringsewu.

Peneliti berasumsi bahwa pijat mermet dapat mempengaruhi produksi asi karena pijat mermet memadukan tehnik memijat payudara dan mengeluarkan ASI secara manual, hal tersebut dapat merangsang hormon prolaktin yang dapat menstimulasi sel di dalam alveoli untuk memproduksi ASI lebih banyak lagi.

Perbandingan efektivitas pemberian daun katuk dan pijat marmet terhadap produksi ASI pada ibu nifas di Puskesmas Rawat Inap Sindangbarang Kecamatan Sindangbarang Kabupaten Cianjur tahun 2024

Berdasarkan hasil pengkajian, pemberian daun katuk dan tehnik mermet sama-sama efektif, dimana klien yang diberikan daun katuk mempunyai peningkatan ASIP sebanyak 45 ml selama 2 minggu diberikan, sedangkan yang diberikan tehnik mermet mempunyai peningkatan ASIP sebanyak 30 ml selama 2 minggu. Dari Indikator bayi juga dapat dilihat bahwa bayi Ny. A memiliki kenaikan beraat badan sebesar 300 gram sedangkan bayi Ny. D hanya memiliki kenaikan berat badan 200 gram selama 14 hari observasi. Ini dapat disimpulkan bahwa pemberian daun katuk lebih efektif dalam meningkatkan produksi ASI bagi pasien postpartum dibandingkan dengan tehnik mermet, hal ini sudah banyak diteliti secara ilmiah salah satunya oleh Seri Wahyuni Harahap (2020) tentang pengaruh pemberian rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada Ibu postpartum di desa purbatua tahun 2020 yang menyatakan bahwa Hasil penelitian produksi ASI ibu post partum sebelum pemberian rebusan daun katuk adalah produksi ASI kurang 14 responden (66,7%) dan produksi ASI sesudah pemberian rebusan daun katuk adalah produksi ASI banyak 21 responden (100%). Hasil uji paired sampel t-test menunjukkan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$, dimana H_a diterima artinya ada pengaruh pemberian rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu post partum di desa Purbatua Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Kota Padangsidimpuan tahun 2020.

Daun katuk memiliki kandungan sebagai berikut, per 100 gram daun katuk mengandung 6,4 gram protein, 164 mg vitamin C, 1 gram lemak, 9,9 gram karbohidrat, dan 1,5 gram serat. Kandungan nutrisi ini menjadikan daun katuk sebagai pilihan sayuran yang luar biasa untuk dikonsumsi.

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian dari Puput Yolanda (2022) tentang Pengaruh Ekstra Daun Katuk Terhadap Kecukupan Produksi ASI pada Ibu postpartum yang

menyatakan bahwa Hasil Penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh ekstrak daun katuk terhadap Kecukupan Produksi ASI pada ibu postpartum dengan hasil p-value 0,000. Ekstrak daun katuk dapat direkomendasikan sebagai alternatif bagi ibu postpartum untuk meningkatkan produksi ASI sehingga dapat meningkatkan cakupan ASI Eksklusif.

Menurut asumsi peneliti, daun katuk dapat meningkatkan produksi ASI bukan hal yang baru di masyarakat tempat penelitian dilakukan. Sudah menjadi kebiasaan masyarakat di sini apabila ibu menyusui ingin produksi ASI nya banyak, maka ibu menyusui tersebut diberikan sayur bening daun katuk. Tetapi dalam penelitian peneliti, peneliti memberikan daun katuk sesuai dengan resept yang telah diteliti dari beberapa jurnal ilmiah, dan yang memberikannya adalah bidan, menjadikan masyarakat lebih meyakini khasiat dari daun katuk tersebut.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengukuran produksi ASI pada ibu postpartum Ny. A dan Ny. D dengan hasil sebagai berikut :

1. Produksi ASI Ny. A sebelum diberikan daun katuk sebanyak 15 ml dan setelah diberikan daun katuk menjadi 60 ml selama 14 hari 1x sehari.
2. Produksi ASI Ny. D sebelum diberikan tehnik mermet sebanyak 10 ml dan setelah diberikan tehnik mermet sebanyak 40 ml selama 14 hari 1x sehari.
3. pemberian daun katuk lebih efektif dibandingkan dengan pemberian tehnik mermet pada ibu postpartum untuk meningkatkan produksi ASI dengan selisih 15 ml.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, Sri, D. (2015). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Ns 1*. Erlangga.
- Astuti. (2020). *Efektifitas Jantung Pisang Dan Daun Katuk Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Desa Teluk Kiambang Wilayah Kerja Puskesmas Tempuling Kecamatan Tempuling Kabupaten Indragiri Hilir Ns 2*.
- Astutik, R. Y. (2014). *Payudara dan laktasi ns*. Salemba Medika.
- Bahiyatun. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Nifas Normal ns*. EGC.
- Dwi, P. S. (2017). *Buku Pintar ASI Eksklusif, II. NS*. DIVA Press.
- Khasanah, N. (2013). *ASI atau Susu Formula ya?. ns*. Flash Books.
- Marmi. (2014). *ASI Saja Mama Berilah Aku ASI Karena Aku Bukan Anak Sapi Ns*. Pustaka Pelajar.
- Pollard, M. (2015). *ASI Asuhan Berbasis Bukti Ns*. EGC.

- RI, K. (2020). *Laporan Kinerja Kementrian Kesehatan Tahun 2020 Ns 3*. Kementrian Kesehatan Republik Indonesia Inspektorat Jendral.
- Rini, S., & Feti, K. (2016). *Panduan Asuhan Nifas dan Evidence Based Practice*. ns. Budi Utama.
- Sari, E. P., & Riamandini, K. D. (2014). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas (Postnatal Care)* ns. Trans Info Media.
- Savitri, A. (2016). *Tanaman Ajaib! Basi Penyakit dengan TOGA (Tanaman Obat Keluarga)* ns. Bibit Publisher.
- Setiawandari. (2018). *Perbedaan Pengaruh Teknik Marmet dan Pijat Oksitosin Terhadap Produksi ASI pada Ibu Post partum di Rumah Sakit Ibu dan Anak IBI Surabaya*. ns. Universitas Sebelas Maret.
- Suyanti, S., & Anggraeni, K. (2020). *Efektivitas Daun Katuk Terhadap Kecukupan Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui Di Bidan Praktek Mandiri (Bpm) Bd. Hj. lin Solihah, S.St., Kabupaten Majalengka* ns.
- UNICEF, W. H. O. and. (2021). *Global Breastfeeding Scorecard, 2021* ns. Global Breastfeeding Scorecard.
- Wahyuningsih, H. . (2018). *Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui* ns. Kemenkes RI.
- Widiastuti, A. (2015). *Pengaruh Teknik Marmet terhadap Kelancaran Air Susu Ibu dan Kenaikan Berat Badan Bayi*. ns. Jurnal Kesehatan Nasional.
- Wiji, R. (2014). *ASI dan Panduan Ibu Menyusui* ns. Nuha Medica.