Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (DiMas) Vol. 6 No. 2 || **DOI 10.53359/dimas.v6i2.92**

Pemberdayaan Masyarakat Dan Pemanfaatan Tanaman Katuk (*Sauropus Androgynus* L.) Sebagai Peningkat Asi Di Desa Trunuh, Klaten

Definingsih Yuliastuti*, Dwi Subarti , Eriza Bresky, Azra Muthia Salsabila
Jurusan Farmasi, Poltekkes Kemenkes Surakarta
*e-mail: defie.farmasi17@gmail.com

Abstrak

Menyusui bayi merupakan hal yang wajib dilakukan oleh ibu pasca persalinan karena menyusui memiliki manfaat yang sangat besar bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi serta memberikan efek positif bagi ibu. Pada ibu pasca melahirkan membutuhkan asupan untuk meningkatkan produksi ASI. Dampak dari ibu tidak menyusui, bayi dapat menjadikan kerentanan terhadap penyakit baik pada bayi maupun pada ibu. Daun katuk merupakan salah satu alternatif yang potensial karena memiliki kandungan senyawa aktif seperti alkaloid, steroid, laktogogum, serta polifenol yang berkhasiat untuk memperbanyak ASI. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah memberikan informasi pemanfaatan tanaman katuk dan pembuatan sediaan bahan alam dari daun katuk di Desa Trunuh Kecamatan Klaten Selatan Kabupaten Klaten. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan sosialisasi menggunakan metode interaktif dua arah, yaitu dilakukan dengan pemberian informasi berupa penyuluhan pemberian materi, pelaksanaan praktek pembuatan sediaan es krim dari daun katuk dan penanaman bibit tanaman katuk pada lahan desa. Kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar. Terdapat peningkatan tingkat pengetahun masyarakat Desa Trunuh tentang pemanfaatan tanaman katuk sebagai peningkat ASI dari sebelum penyuluhan sebesar 65,4% dan mengalami peningkatan menjadi 80,4% setelah diberikan penyuluhan dan pelatihan pembuatan produk.

Kata kunci: *Daun Katuk, Peningkat ASI, Desa Trunuh*

Abstract

Breastfeeding is something that must be done by postpartum mothers because breastfeeding has enormous benefits for the growth and development of babies and provides positive effects for mothers. Postpartum mothers need intake to increase breast milk production. The impact of the mother not breastfeeding the baby can make susceptibility to disease both in the baby and in the mother. Katuk leaves are a potential alternative because they contain active compounds such as alkaloids, steroids, lactogogum, and polyphenols that are efficacious to increase breast milk. The purpose of this community service is to provide information on the utilization of katuk plants and the preparation of natural ingredients from katuk leaves in Trunuh Village, Klaten District, Klaten Regency. This community service activity was carried out by socialization using a two-way interactive method, namely by providing information in the form of counseling material and implementing the practice of making ice cream preparations from katuk leaves and planting katuk plant seeds on village land. Community service activities run smoothly. There was an increase in the level of knowledge of the Trunuh Village community about the utilization of katuk plants as a breast milk enhancer from before counseling of 65.4% and increased to 80.4% after being given counseling and product manufacturing training.

***Keywords**: Katuk Leave, Breast Milk Enhancer, Trunuh Village*

PENDAHULUAN

Menyusui bayi merupakan hal yang wajib dilakukan oleh ibu pasca persalinan karena menyusui memiliki manfaat yang sangat besar bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi serta memberikan efek positif bagi ibu. Pada ibu pasca melahirkan membutuhkan asupan untuk meningkatkan produksi ASI. Dampak dari ibu tidak menyusui, bayi dapat menjadikan kerentanan terhadap penyakit baik pada bayi maupun pada ibu. Pemenuhan gizi lewat ASI merupakan daya ungkit yang diperlukan untuk mendapat sumber daya manusia yang berkualitas, breastfeeding (menyusui) bukan hanya fisik, kecerdasan intelligence quotient (IQ) namun juga kesehatan mental [1].

Di Indonesia terdapat banyak tanaman herbal yang memeiliki banyak khasiat dan belum banyak diketahui oleh masyarakat salah satunya adalah daun katuk. Daun katuk merupakan salah satu alternatif yang potensial karena memiliki kandungan senyawa aktif seperti alkaloid, steroid, laktogogum, serta polifenol yang berkhasiat yang berperan dalam pembentukan ASI [2]. Daun katuk juga memiliki kandungan zat besi yang dapat digunakan untuk menanggulangi penyakit kurang darah atau anemia pada ibu pasca melahirkan atau ibu hamil. Ibu menyusui yang mengkonsumsi ekstrak daun katuk dengan dosis 2x dan 3x sehari memiliki pengaruh yang bermakna terhadap kadar hormon prolaktin dalam darah [3].

Konsumsi sayur katuk oleh ibu menyusui dapat memperlama waktu menyusui bayi perempuan secara nyata dan untuk bayi pria hanya meningkatkan frekuensi dan lama menyusui [4]. Saroni *et al*. (2004) menemukan bahwa pemberian ekstrak daun katuk pada kelompok ibu melahirkan dan menyusui bayinya dengan dosis 3 x 300mg/ hari selama 15 hari terus-menerus mulai hari ke-2 atau hari ke-3 setelah 8 melahirkan dapat meningkatkan produksi ASI 50,7% lebih banyak dibandingkan dengan kelompok ibu melahirkan dan menyusui bayinya yang tidak diberi ekstrak daun katuk. Pemberian ekstrak daun katuk tersebut dapat mengurangi jumlah subyek kurang ASI sebesar 12,5% [5]. Pemberian ekstrak daun katuk tidak menurunkan kualitas ASI, karena pemberian ekstrak daun katuk tidak menurunkan kadar protein dan kadar lemak ASI [6].

Pada ibu menyusui yang mengkonsumsi ekstrak daun katuk, sebanyak 70% dari ibu menyusui terjadi peningkatan produksi ASI hingga melebihi kebutuhan bayinya. Sedangkan pada ibu yang tidak mengkonsumsi ekstrak daun katuk, hanya 6,7% yang mengalami kenaikan produksi ASI hingga melebihi kebutuhan bayinya [7].

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, perlu disosialisasikan kepada masyarakat tentang pemanfaatan daun katuk selain itu masyarakat juga perlu adanya pelatihan khususnya bagi ibu menyusui tentang bagaimana cara membuat sediaan atau produk yang dapat memudahkan masyarakat dalam mengkonsumsi daun katuk serta penanaman bibit daun katuk pada lahan desa yang dapat dimanfaatkan oleh masyarakat desa.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan kepada peserta ibu-ibu menyusui di Desa Trunuh, Klaten Selatan, Klaten. Metode dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini menggunakan metode partisipasi aktif dengan melakukan sosialisasi dan pelatihan sebagai berikut:

1. Survey Lokasi Kegiatan

Survey lokasi kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan oleh tim pengabdian masyarakat ke Desa Trunuh dan pengalian informasi kepada Bidan Desa Trunuh tentang sasaran dan tema kegiatan pengabdian masyarakat.

2. Perijinan Kegiatan

Perijinan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan membuat surat permohonan dari Jurusan Farmasi Poltekkes Kemenkes Surakarta kepada Kepala Desa Trunuh.

3. Penyiapan Materi Pengabdian Masyarakat

Materi pengabdian masyarakat dibuat oleh tim pelaksana dengan menggunakan media powerpoint dan brosur terkait dengan pemanfaatan tanaman katuk dan resep pembuatan produk es krim.

4. Trial Produk Es krim

Trial produk es krim dilakukan oleh tim pelaksana sebelum kegiatan pengabdian masyarakat untuk menghasilkan produk es krim yang enak untuk dikonsumsi dan menghasilkan resep es krim dari sari daun katuk yang bisa bermanfaat oleh Masyarakat Desa Trunuh.

5. Pelaksanaan Kegiatan

Kegiatan dilakukan dengan melakukan sosialisasi pemberian materi tentang pemanfaatan tanaman katuk menggunakan media Power Point dan Brosur. Peserta juga diminta untuk melakukan pretest terlebih dahulu sebelum dilakukannya sosialisasi, serta melakukan pengisian posttest setelah dilakukan sosialisasi. Dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini, juga dilakukan praktek pembuatan produk sediaan es krim dari tanaman katuk serta penanaman bibit tanaman katuk di lahan Desa Trunuh.

6. Evaluasi Kegiatan

Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan evaluasi kegiatan berupa evaluasi proses dan evaluasi hasil. Evaluasi proses dilakukan ketika kegiatan sosialiasi kepada masyarakat dengan memberikan kesempatan bertanya dan meminta peserta untuk mencerikan kembali materi yang diberikan oleh tim pelaksana. Pada evaluasi hasil kegiatan, peserta diberikan soal pritest dan post test untuk mengukur tingkat pengetahuan masyarakat terhadap materi yang diberikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini memiliki hasil yang dapat memberikan manfaat pada masyarakat Desa Trunuh Kecamatan Klaten Selatan Kabupaten Klaten secara langsung maupun tidak langsung. Manfaat yang didapatkan secara langsung yaitu meningkatnya pengetahuan ibu-ibu Desa Trunuh tentang budidaya tanaman daun katuk sebagai bahan pengolahan pangan untuk ibu menyusui dan cara pengolahan daun katuk menjadi makanan seperti es krim. Sedangkan manfaat yang didapatkan secara tidak langsung yaitu bekal pengetahuan masyarakat yang telah dimiliki sehingga

dapat diharapkan adanya motivasi ibu-ibu Desa Trunuh untuk melakukan budidaya daun katuk sebagai bahan pengolahan pangan serta dapat berwirausaha dengan membuat produk dari daun katuk dan dijual di pasaran.

Kegiatan ini dihadiri 35 peserta dari ibu yang terdiri dari ibu menyusui dan ibu hamil dari Desa Trunuh. Selain itu, Kader desa juga turut berpartisipasi dalam kegiatan ini karena dapat menjadi perantara untuk menyalurkan ilmu pengetahuan kepada ibu-ibu yang belum bisa hadir dalam kegiatan ini. Seluruh sasaran menerima dengan baik edukasi yang diberikan dan sangat bersemangat untuk mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat.

Kegiatan Pengabdian masyarakat yang dilakukan mendapat dukungan dari Kepala Desa Trunuh yaitu dengan memberikan ijin dan memberikan fasilitas tempat (Balai Desa) serta dukungan dari bidan desa setempat. Hal ini dapat dilihat dari kehadiran Kepala Desa dan Bidan Desa setempat saat pembukaan kegiatan pengabdian masyarakat.



Gambar 1. Pembukaan Pengabmas bersama Kepala Desa dan Bidan Desa

Peserta mendapatkan sosialisasi mengenai manfaat daun katuk dan juga diberikan demonstrasi mengenai pengolahan pangan dari daun katuk berupa es krim daun katuk. Sedian es krim menggunakan bahan-bahan berupa sari daun katuk 100 ml, susu UHT 90 ml, susu kental manis 1 bungkus, pengembang SP 2 sdt, gula pasir 1 sdm, tepung maezena 1 sdm, dan vanili secukupnya. Sediaan es krim dibuat dengan cara merebus daun katuk hingga mendidih, tiriskan daun dan haluskan menggunakan blender, saring daun katuk dan ambil sarinya, campurkan sari daun katuk, susu bubuk, susu kental manis, gula pasir, tepung maizena dan tambahkan vanili dalam 1 wadah, tambahkan SP yang sudah dipanaskan, Aduk adonan hingga mengembang dan masukan adonan ke dalam wadah dan dinginkan selama 1 malam.

Beberapa peserta turut berpartisipasi dan antusias dalam proses demontrasi pembuatan es krim. Es krim dipilih sebagai salah satu olahan pangan yang dilakukan karena es krim dinilai lebih menarik dan masih jarang ditemukan pengolahan pangan berupa sediaan es krim dari daun katuk. Dokumentasi kegiatan deminstrasi pembuatan es krim daun katuk disajikan pada gambar berikut.



Gambar 2. Demonstrasi Pengolahan Pangan berupa ice ceram katuk

Kegiatan dilanjutkan dengan pengerjaan post test untuk mengetahui tingkat pengetahuan peserta. Hasil pre test dan post test yang dilakukan oleh peserta kegiatan pengabmas disajikan pada tabel berikut.

Tabel 1. Hasil Tingkat Pengetahuan Masyrakat tentang Tanaman Katuk

Indikator	Presentase
Pretest	65,4%
Postest	80,4%

Berdasarakan hasil tersebut dapat diketahui bahwa ibu-ibu Desa Trunuh yang menjadi peserta kegiatan mengalami peningkatan pengetahuan mengenai penanaman daun katuk yang ditunjukkan dengan meningkatnya hasil post test yang dilakukan dari sebelumnya 65,4% meningkat menjadi 80,4%.

Kegiatan pengabmas dilanjutkan dengan penanaman bibit daun katuk. Penanaman bibit ini merupakan suatu tindakan yang diharapkan seluruh ibu dapat meningkatkan motivasi akan pemanfaatan daun katuk. Tim pengabmas melakukan penyerahan bibit katuk kepada Bidan Desa yang harapannya dapat dimanfaatkan oleh masyarakat Desa Trunuh. Dokumentasi kegiatan penyerahan dan penanaman bibit tanaman katuk disajikan pada gambar di bawah ini.



Gambar 3. Penyerahan bibit katuk



Gambar 4. Penanaman daun katuk Bersama Warga

Hasil ini sejalan dengan penelitian Pujiastuti 2023 yang mana menunjukkan nilai post test ibu-ibu di Desa Kemantren Kecamatan Purwosari Kabupaten Pasuruan terdapat peningkatan dibandingkan dengan pre test. Selain itu, ibu-ibu di desa Kemantren juga mepraktikan cara budiday bibit katuk dengan benar. Hal ini dapat dikatakan bahwa edukasi kepada. ibu-ibu setempat berhasil dan dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman peserta dalam upaya budidaya tanaman [8] [9].

Kelebihan atau keunggulan kegiatan ini adalah masyarakat mengetahui pemanfaatan dan pembudidayaan tanaman katuk. pemanfaatan katuk yang dilakukan yaitu dengan mengelola katuk menjadi olahan pangan yang disukai oleh semua kalangan berupa es krim. Es krim merupakan produk olahan susu yang

sangat cocok dikonsumsi di negara iklim tropis seperti Indonesia. Varian rasa es krim dengan penambahan daun katuk masih jarang ditemukan sehingga hal ini menjadi salah satu hal yang menjadi kelebihan dari kegiatan ini

Daun katuk yang dikonsumsi pada ibu hamil dan menyusui dapat meningkatkan produksi ASI. Daun katuk mengandung alkaloid dan sterol, serta laktogogum yang berfungsi sebagai menaikan kadar prolaktin, dengan demikian produksi asi dapat meningkat [10]. Selain itu, kandunganpolifenol dan steroid dalam daun katuk dapat merangsang produksi ASI didalam alveoli sehingga dapat memproduksi hormone oksitosin yang merangsang produksi dan sekresi ASI [11].

Hambatan dari kegiatan yang dilakukan adalah adanya balita yang menangis sehingga menguragi konsentrasi dari ibu untuk memperhatikan materi yang disampaikan.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian masyarakat tentang pemanfaatan tanaman katuk, pembuatan produk dan penanaman bibit katuk berjalan dengan lancar serta mendapatkan apresiasi oleh Kepala Desa Trunuh. Terdapat peningkatan pengetahuan masyarakat setelah dilakukan penyuluhan dari sebelumnya sebesar 65,4% menjadi 80,4%.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pelaksana mengucapkan terima kasih kepada UPPM Poltekkes Kemenkes Surakarta yang telah memberi dukungan moral dan dana terhadap program pengabdian masyarakat ini dan kepada Kepala Desa Trunuh, Kecamatan Klaten Selatan, Kabupaten Klaten yang sudah memberikan ijin dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

[1] Kuhu, F., Purba, R., Tombokan, S. G. J., Lontaan, A., Adam, Y., Lumy, F. S. N., Donsu, A., & Lalita, E. "Promosi Kesehatan Daun Katuk untuk Peningkatan Produksi ASI terhadap Pengetahuan Ibu Nifas," *Jurnal Ilmiah Bidan*, vol 10, no. 1, pp. 27–35, 2022

[2] Rahmanisa, Soraya, and Tara Aulianova. "Efektivitas Ekstraksi Alkaloid Dan Sterol Daun Katuk (Sauropus Androgynus) Terhadap Produksi ASI." *Jurnal Majority*, vol 5, no. 1, pp.117–121, 2016.

[3] Nurjanah, S et al., "Pengaruh Konsumsi Ekstrak Daun Sauropus androgynus (L) Meer (Katu) Dengan Peningkatan Hormon Prolaktin Ibu Menyusui Dan Perkembangan Bayi Di Kelurahan Wonokromo Surabaya," *JIK*, vol 10, no. 1, pp. 24-35, 2017.

[4] Santoso, Katuk, *Tumbuhan Multi Khasiat. Bengkulu* : Badan Penerbit Fakultas Pertanian (BPFP) Unib, 2013.

[5] T. Sa'roni, M. Sadjimin, Sja'bani dan Zulaela, "Effectiveness of the Sauropus androgynus (L.) Merr leaf extract in increasing mother's breast milk production," *Media Litbang Kesehatan*, vol. 16, no. 3, pp. 20-24, 2004.

[6] Salsabila, Ariana, Heru Nurcahyo, and Rizki Febriyanti. "Pengaruh Perbedaan Metode Pengeringan Terhadap Kadar Flavonoid Ekstrak Etanol Daun Katuk (*Sauropus Androgunus* (L) Merr)" 2021

[7] Suwanti, Endang, and Kuswati Kuswati. "Pengaruh Konsumsi Ekstrak Daun Katuk Terhadap

Kecukupan Asi Pada Ibu Menyusui Di Klaten". *Interest: Jurnal Ilmu Kesehatan*, vol 5, no. 2, pp. 110-237, 2016

[8] Pujiastuti, N., Sutijati, E., dan Retnowati, L. (2021). Ruang Ibu Sayang Anak Dalam Meningkatkan Cakupan ASI Eksklusif. *Jurnal Masyarakat Mandiri.* 5(3), 930-938.

[9] Pujiastuti N., Antarsih N.R., Apriningsih, Suriani H., Faridha Noor. Budidaya Tanaman Androgynus (Daun Katuk) untuk Bahan Olahan Pangan Ibu Menyusui. *Masyarakat Berdaya dan Inovasi.* 4(3), 10-15

[10] Rahmanisa, S., & Aulianova, T. (2016). Efektivitas ekstraksi alkaloid dan sterol daun katuk (Sauropus androgynus) terhadap produksi ASI. *Jurnal Majority*, 5(1), 117–121.

[11] Nurhidayat Triananinsih, 2020. Hubungan pemberian sayur daun katuk terhadap kelancaran ASI pada ibu multipara di puskesmas caile. *Journal of Healthcarre Techonology and Medicine*, 6(1).