

# 1. PENDAHULUAN

## 1.1. Latar Belakang

Makanan terbaik dan sempurna yang alami untuk bayi yang baru lahir hingga usia 6 bulan adalah Air Susu Ibu (ASI). Menurut *United Nation Children's Fund* (UNICEF) dan *World Health Organization* (WHO) bayi selama 0-6 bulan lebih baik hanya diberi ASI, dan untuk makanan padat atau MPASI diberikan setelah bayi berusia 6 bulan, dengan pemberian ASI yang dilanjutkan sampai anak berusia 2 tahun (Prasetio *et al.*, 2020). Salah satu faktor penyebab yang umum terjadi pada gagalnya praktek pemberian ASI eksklusif adalah karena ASI yang belum atau tidak keluar di minggu-minggu pertama setelah melahirkan dan pandangan ibu bahwa produksi ASI-nya tidak cukup (Gatti, 2008).

Riset Kesehatan Dasar 2010 (Riskesdas) bayi yang mendapatkan ASI eksklusif yang mendapatkan ASI eksklusif angkanya hanya sebesar 15,3%. Rendahnya pemberian ASI eksklusif ini disebabkan kesadaran masyarakat dalam mendorong peningkatan pemberian ASI masih relatif rendah. Weber *et al* (2011) menyatakan bahwa kembali bekerja adalah alasan utama untuk berhenti menyusui, dari 60% wanita yang berniat terus menyusui namun hanya 40% yang melakukannya juga merupakan salah satu alasan ibu gagal dalam pemberian ASI selain dikarenakan ASI yang tidak atau belum keluar.

Pemenuhan nutrisi yang baik dan tepat merupakan salah satu upaya agar ibu berhasil dalam memberikan ASI. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk memenuhi nutrisi yang baik adalah dengan mencoba untuk menemukan faktor yang bisa mempengaruhinya, seperti pemberian obat-obatan atau produk dari tumbuh-tumbuhan yang memiliki khasiat untuk memperlancar ASI. Salah satu cara untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan menggunakan laktagogum (*lactagogue*). Menurut Syarief *et al.* (2014) ada sejumlah bahan pangan di Indonesia yang memiliki fungsi sebagai laktagogum. Pemanfaatan dan pengembangan tanaman pangan yang memiliki fungsi sebagai laktagogum tersebut dapat menjadi salah satu strategi untuk meningkatkan atau menjadi ramuan yang memiliki khasiat untuk memperlancar ASI.

Salah satu tanaman pangan yang memiliki fungsi sebagai laktagogum adalah tanaman torbangun atau daun bangun-bangun (*Coleus amboinicus* L). Penelitian yang telah dilakukan tentang daun torbangun terkait fungsinya sebagai laktagogum masih difokuskan pada penggalian dan pembuktian secara ilmiah fungsi daun torbangun tersebut sebagai laktagogum. Penelitian yang telah dilakukan biasanya dalam bentuk olahan secara tradisional, yaitu sebagai sayuran atau sop (Damanik *et al.*, 2006).

Torbangun biasa digunakan oleh masyarakat Batak untuk dikonsumsi secara turun temurun untuk meningkatkan ASI. Bagian torbangun yang banyak digunakan untuk obat adalah daun. Oleh masyarakat Batak daun torbangun dikonsumsi dalam bentuk sop. Sayur daun torbangun dikonsumsi sebanyak 150 g setiap dua hari dapat meningkatkan ASI hingga 65% (Damanik *et al.*, 2006). Daun torbangun selain mengandung laktagogum juga mengandung karotenoid dan senyawa flavonoid serta mengandung zat besi dan antioksidan. Senyawa antioksidan bermanfaat sebagai antivirus, anti inflammatory, dan anti bakteri (Alfitra *et al.*, 2010).

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pemberian ASI eksklusif antara lain pengetahuan. Pengetahuan yang dimaksud adalah pengetahuan yang didapatkan selama pendidikan melalui pendidikan non formal atau pendidikan formal (Prasetio *et al.*, 2020; Fikawati & Syafiq, 2009). Keberhasilan ASI eksklusif dipengaruhi dengan perilaku ibu terhadap bayi. Sikap, pengetahuan, dukungan keluarga, kepribadian, sarana prasarana atau aturan dapat membentuk perilaku ibu (Prasetio *et al.*, 2020).

Berbagai penelitian tentang pengetahuan, persepsi dan sikap tentang ASI telah banyak dilakukan seperti penelitian yang telah dilakukan oleh Prasetio *et al.* (2020) dan Septiani (2017), namun masih sedikit penelitian yang menjelaskan hubungan antara pengetahuan, persepsi dan sikap tentang konsumsi daun torbangun terhadap ASI. Sedangkan menurut Damanik (2006) dan Syarief *et al.* (2014) daun torbangun memiliki manfaat yang sangat baik bagi ibu menyusui. Penelitian ini diharapkan dapat mengetahui bagaimana keragaman pengetahuan, persepsi dan sikap serta hubungan antar aspek-aspek tersebut pada ibu-ibu yang sedang menyusui maupun yang pernah menyusui mengenai konsumsi daun torbangun dan kaitannya dengan ASI.

## 1.2. Tinjauan Pustaka

### 1.2.1. ASI

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bagi bayi dari usia 0 hari sampai 6 bulan dimulai dari setelah melahirkan dan dilanjutkan pemberian ASI sampai usia 2 tahun. ASI merupakan makanan utama dan terbaik yang dapat memenuhi kebutuhan gizi bayi baru lahir sampai usia 6 bulan. Salah satu manfaat ASI dari segi aspek gizi. Kualitas zat gizi yang dikandung di dalam ASI tinggi, sehingga dapat digunakan untuk perkembangan dan pertumbuhan kecerdasan. Kandungan gizi dalam ASI yaitu lemak yang merupakan sumber kalori utama dalam ASI. Kemudian karbohidrat, karbohidrat utama dalam ASI yaitu laktosa yang dapat meningkatkan penyerapan kalsium. Selanjutnya protein, protein yang terkandung dalam ASI terdapat 2 asam amino yang tidak terdapat di dalam susu sapi, yaitu sistin dan taurin yang diperlukan untuk pertumbuhan somatik dan pertumbuhan otak. Vitamin yang terkandung di dalam ASI yaitu vitamin K dan E, dan kandungan gizi lainnya adalah kolostrum adalah ASI yang keluar pada hari pertama sampai hari ke 4-7 yang mengandung protein dan vitamin A yang tinggi, serta karbohidrat dan rendah lemak (Boedihartono, 2002 dalam Susanti, 2011).

Menggunakan laktagogum (*lactagogue*) adalah salah satu cara yang dapat meningkatkan produksi ASI. Mekanisme kerja laktagogum dalam membantu meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI adalah dengan secara langsung merangsang hormon prolaktin yang merupakan hormon laktagonik yang akan merangsang laktasi (Muhartono *et al.*, 2018). Pemanfaatan dan pengembangan tanaman pangan yang memiliki fungsi sebagai laktagogum tersebut dapat menjadi salah satu strategi untuk meningkatkan atau menjadi ramuan yang memiliki khasiat untuk memperlancar ASI (Syarief *et al.*, 2014). Tanaman pangan salah satunya yaitu tanaman bangun-bangun atau daun torbangun dapat digunakan sebagai laktagogum.

### 1.2.2. Daun Torbangun

Daun torbangun (*Coleus amboinicus L*) adalah tanaman herbal yang banyak tumbuh di daerah tropis sampai subtropis. Torbangun termasuk dalam *famili Lamiaceae*. Tanaman ini dapat dijumpai hampir di seluruh wilayah Indonesia dengan berbagai macam nama. Pada

daerah Sumatera, torbangun dikenal dengan nama bangun-bangun. Daerah Flores nama torbangun adalah golong, pada daerah Bali daun torbangun dikenal iwak. Daerah Madura torbangun dikenal dengan nama majhanereng, pada daerah Timor daun torbangun ini dikenal dengan nama kumuetu. Daerah Jawa dikenal dengan nama daun jinten, dan sedangkan di daerah Sunda nama daun torbangun adalah ajeran. Tanaman torbangun tidak diketahui asal usulnya dengan jelas, batang yang berbentuk bulat dan sedikit berambut, jarang berbunga (warnanya ungu putih) namun mudah sekali dikembangbiakkan dengan stek dan cepat berakar di dalam tanah (Dalimartha, 2008 dalam Tafzi, 2017).

Daun torbangun adalah salah satu tanaman Indonesia yang turun temurun dikonsumsi khususnya oleh penduduk Sumatera Utara sebagai salah satu bahan pangan nabati. Daun torbangun sering dimanfaatkan bagi ibu yang baru melahirkan karena dipercaya dapat meningkatkan volume Air Susu Ibu (ASI), berat badan bayi, serta komposisi seng, zat besi dan kalium di dalam ASI, yang berguna untuk memulihkan sel-sel yang telah rusak pada seorang ibu pasca melahirkan. Daun bangun-bangun sangat potensial untuk dikembangkan baik dari segi manfaatnya sebagai laktagogum maupun dari segi sifat tanaman tersebut yang sangat mudah tumbuh dengan usia panen yang singkat. Meskipun demikian, pemanfaatan daun torbangun masih terbatas dikalangan masyarakat suku Batak dengan bentuk olahan hanya sebagai sayuran atau sop. (Syarief *et al.*, 2014).



Gambar 1. Tanaman Torbangun



Sumber : <https://berkahberdikari.com/wp-content/uploads/2020/01/daun-torbangun-6.jpg>

### 1.2.2.1. Komposisi Zat Gizi Daun Torbangun

Daun torbangun dipercaya berfungsi untuk meningkatkan produksi air susu ibu (ASI) dan juga memiliki kandungan zat tinggi terutama yaitu zat besi dan karoten. Konsumsi daun torbangun dapat meningkatkan kadar beberapa mineral seperti kalium, zat besi, magnesium dan seng dalam ASI sehingga dapat meningkatkan berat badan bayi. Menurut tradisi masyarakat Batak di Provinsi Sumatera Utara, daun torbangun diyakini mampu meningkatkan produksi air susu ibu (Damanik, 2006). Komposisi kandungan kimia daun torbangun secara ilmiah belum banyak diketahui. Santosa dan Hertiani (2005) menjelaskan bahwa daun torbangun memiliki kandungan vitamin C, vitamin B1, vitamin B12, beta karoten, niasin, karvakrol, kalsium, asam-asam lemak. Asam oksalat dan serat. Komposisi zat gizi yang dimiliki daun torbangun disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Komposisi Zat Gizi Daun Torbangun

Komposisi Zat Gizi	
Energy (kal)	27,0
Protein (g)	1,3
Lemak (g)	0,6
Karbohidrat (g)	4,0
Serat (g)	1,0
Abu (g)	1,6
Kalsium (g)	279
Fosfor (g)	40
Besi (mg)	13,6
Karoten total (mg)	13,28
Vitamin A	0
Vitamin B1	0,16
Vitamin C	5,1
Air	92,5

Hutajulu (2013)

### 1.2.2.2. Manfaat Daun Torbangun

Tanaman torbangun adalah jenis tanaman yang telah lama dikenal masyarakat Batak dan pemanfaatan daun torbangun di masyarakat Batak dipercaya mampu meningkatkan produksi

air susu (bersifat laktagogum) ibu yang sedang menyusui (Damanik *et al.*, 2006), karena dalam tanaman ini terkandung senyawa-senyawa yang bersifat laktagogue yaitu komponen yang menstimulasi produksi kelenjar air susu pada masa laktasi (Fati *et al.*, 2018). Berdasarkan penelitian Damanik *et al.*, (2006), wanita yang telah mengkonsumsi sayur sop daun torbangun pada minggu kedua (hari ke-14 hingga ke-28), dapat meningkatkan total volume ASI, dan kandungan beberapa mineral dalam ASI seperti besi, kalium, seng dan magnesium meningkat secara signifikan.

### 1.2.3. Survei

Survei pada penelitian ini dilakukan dengan mengumpulkan data berupa tanggapan dari responden menggunakan kuesioner pada google form yang dilakukan pada populasi tertentu. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian menarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini yakni seluruh ibu yang sedang atau pernah menyusui, dan ibu-ibu yang sedang atau pernah mengkonsumsi daun torbangun serta bersedia untuk mengisi kuesioner penelitian ini. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, dapat dikatakan sampel adalah sebagian dari populasi yang karakteristiknya mewakili keseluruhan populasinya, biasanya jumlahnya lebih sedikit dari populasi. Sampel dalam penelitian ini diambil dari hasil survei pendahuluan yang telah dilaksanakan sebelumnya, dan yang bisa mewakili seluruh populasi sehingga jumlahnya lebih sedikit dari populasi (Sugiyono, 2007).

Perilaku menyusui berkaitan dengan pengetahuan, kepercayaan atau persepsi serta sikap yang salah dari ibu mengenai ASI, dapat menjadi faktor bagi ibu untuk tidak memberikan ASI eksklusif pada bayinya (Yuliarti, 2008 dalam Haurissa *et al.*, 2019). Pengetahuan memiliki peranan yang cukup penting dalam menentukan perilaku. Pengetahuan yang benar tentang ASI eksklusif akan mempengaruhi sikap ibu, serta dapat mendorong respon yang lebih jauh yaitu berupa tindakan memberikan ASI eksklusif pada bayinya (Haurissa *et al.*, 2019). Selain itu sikap dari ibu sangat mempengaruhi dalam pemberian asupan ASI eksklusif, faktor-faktor yang dapat mempengaruhi sikap dalam pemberian ASI di antaranya pengalaman pribadi, pengaruh orang yang dianggap penting ataupun pengetahuan yang

didapatkan. Sikap merupakan suatu reaksi perasaan seseorang terhadap suatu objek berupa perasaan mendukung atau tidak mendukung, memihak atau tidak memihak, suka atau tidak suka (Prasetio *et al.*, 2020). Persepsi ibu terkait kecukupan ASI eksklusif dipengaruhi oleh faktor stimulus dan faktor personal yang berasal dari individu seperti usia. Persepsi ibu tentang menyusui dapat dikatakan sebagai suatu proses aktif dari individu untuk menginterpretasikan arti dari kecukupan ASI, sehingga persepsi dapat dikatakan sebagai suatu tanggapan melalui rangsangan yang diterima dari orang lain ke diri individu baik positif maupun negatif (Hidayat, 2009 dalam Mufdlilah *et al.*, 2018).

#### **1.2.4. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keragaman pengetahuan, persepsi, dan sikap serta hubungan antar aspek-aspek tersebut pada ibu-ibu yang sedang menyusui maupun yang pernah menyusui mengenai konsumsi daun torbangun dan kaitannya dengan ASI.

