

PEMBERDAYAAN KADER DALAM PEMBUATAN TEH SERBUK DAUN KELOR SEBAGAI UPAYA PENINGKATAN PRODUKSI ASI

Nurnaningsih Ali Abdul^{1*}, Lisdiyanti Usman², Nancy Olii³, Desriyanti Harun⁴,
Novia Veronica Angriany Hinta⁵

^{1,3,4,5}Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Gorontalo, Indonesia

²Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Gorontalo, Indonesia

adekoabdul@gmail.com¹, usmanlisdiyanti@gmail.com², oliinancy7@gmail.com³,
desriyantiharun@gmail.com⁴, hintanovia@gmail.com⁵

ABSTRAK

Abstrak: Pemberian ASI Eksklusif memegang peranan penting karena dapat melindungi dari berbagai macam penyakit infeksi dalam menjaga keseimbangan imunitas tubuh. Takut gemuk, sibuk bekerja, gencarnya promosi susu formula diberbagai media dan produksi ASI sedikit di awal masa nifas merupakan alasan penyebab sehingga ASI eksklusif tidak dapat diteruskan. Daun Kelor merupakan pangan lokal namun pemanfaatannya masih belum maksimal, dimana hanya berakhir sebagai limbah. Teh serbuk daun Kelor terbukti memiliki kandungan antioksidan. Kandungan antioksidan berupa alkaloid dan sterol dapat menambah produksi ASI karena mampu meningkatkan metabolisme glukosa untuk sintesis laktosa. Tujuan pengabmas ini adalah membentuk kemandirian kelompok kader dan ibu nifas dalam pembuatan teh serbuk daun kelor untuk meningkatkan produksi ASI melalui peningkatan pengetahuan. Metode pelaksanaan pengabmas yaitu ceramah, tanya jawab, pemberian teh serbuk daun kelor, pemantauan produksi ASI melalui lembar observasi. Kegiatan dilakukan pada 11 orang kader Kesehatan, monitoring berupa pre dan posttest. Hasil yang dicapai terdapat 10 orang (90,9%) kader Kesehatan dengan Tingkat pengetahuan baik dari hasil tes sebelumnya dimana hanya ada 5 orang saja yang memiliki pengetahuan baik terkait materi yang disampaikan.

Kata Kunci: Produksi ASI; Teh Daun Kelor.

Abstract: Exclusive breastfeeding plays an important role because it can protect against various infectious diseases and maintain the balance of the body's immunity. Fear of getting fat, busy work, incessant promotion of formula milk in various media and low breast milk production at the beginning of the postpartum period are the reasons why exclusive breastfeeding cannot be continued. Moringa leaves are a local food but their utilization is still not optimal, where they only end up as waste. Moringa leaf powder tea has been proven to contain antioxidants. The antioxidant content in the form of alkaloids and sterols can increase breast milk production because it can increase glucose metabolism for lactose synthesis. The aim of this community service is the independence of cadre groups and postpartum mothers in making Moringa leaf powder tea to increase breast milk production. The methods of implementing community service are lectures, questions and answers, giving Moringa leaf powder tea, monitoring breast milk production through observation sheets. Activities were carried out on 11 Health cadres, monitoring in the form of pre and posttests. The results achieved were 10 (90.9%) Health cadres with a good level of knowledge.

Keywords: Breast Milk Production; Moringa Leaf Powder Tea.



Article History:

Received : 13-11-2023

Revised : 04-12-2023

Accepted : 05-12-2023

Online : 03-02-2024



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Pemberian ASI Eksklusif memegang peranan penting karena dapat melindungi dari berbagai macam penyakit infeksi dalam menjaga keseimbangan imunitas tubuh (Dalili, 2020) (Turin & Ochoa, 2014) (Andayani et al., 2020). Cakupan pemberian ASI Eksklusif di Indonesia masih tergolong rendah bila dibandingkan dengan negara berkembang lainnya (Kemenkes R1, 2019). Pemberian Air Susu Ibu (ASI) selama 6 bulan merupakan salah satu strategi global untuk meningkatkan pertumbuhan, perkembangan, kesehatan dan kelangsungan hidup bayi (Dinas Kesehatan Kota Gorontalo, 2023) (Leida Thaha et al., 2015).

Meskipun banyak manfaat pemberian ASI bagi bayi, ibu, keluarga dan masyarakat, namun cakupannya masih rendah diberbagai negara termasuk Indonesia (Rayhana & Sufriani, 2017). Hasil penelitian menyebutkan bahwa takut gemuk, sibuk bekerja merupakan beberapa alasan yang melatarbelakangi sehingga tidak semua ibu mau menyusui bayinya dan hal ini semakin diperparah dengan gencarnya promosi susu formula diberbagai media. Alasan lainnya adalah kendala berupa ASI sedikit di awal masa nifas sehingga ASI eksklusif tidak dapat diteruskan (Dewi, 2019) (Wulandari et al., 2014) (Wuryaningsih et al., 2019).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa teh serbuk daun kelor memiliki kandungan *fitosterol* yang berfungsi meningkatkan dan memperlancar produksi ASI (efek laktogogum). Selain Fitosterol, pada daun kelor juga mengandung Fe 5,49 mg/100gr dan juga sitosterol 1,15%/100gr serta stigmasterol 1,52%/100gr, dimana zat-zat tersebut mampu untuk merangsang produksi ASI karena mampu meningkatkan metabolisme glukosa untuk sintesis laktosa (Septadina et al., 2018) (Purnanto et al., 2020) (Zakaria et al., 2016).

Salah satu upaya untuk menyukseskan pemberian ASI Eksklusif adalah pemberian penyuluhan kesehatan kepada ibu. Penyuluh kesehatan yang berpartisipasi tidak cukup hanya petugas kesehatan saja, namun perlu melibatkan banyak orang sehingga dapat mensukseskan program ASI Eksklusif. Kader merupakan salah satu aspek yang dapat berperan dalam hal ini karena kader salah satu orang yang lebih sering bersosialisasi dengan masyarakat.

Oleh karena itu, peran kader sangat diperlukan untuk mengajak dan mendampingi ibu menyusui sebagai upaya dalam meningkatkan pengetahuan, kesadaran dan cakupan pemberian ASI Eksklusif untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal (Sekarini et al., 2023) (Wahyudi & Evrianasari, 2020). Tujuan kegiatan ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan tentang ASI eksklusif, ketrampilan oleh kader dan ibu menyusui sehingga memacu kemandirian dalam pembuatan teh serbuk daun kelor untuk meningkatkan produksi ASI.

B. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Kelurahan Limba U II pada bulan Mei – Oktober 2023 yaitu pemberian pengetahuan tentang ASI eksklusif dan ketrampilan pembuatan teh serbuk daun kelor untuk meningkatkan produksi ASI. Alat dan bahan yang digunakan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah PPT dan video yang berisi pentingnya ASI eksklusif serta pembuatan teh daun kelor. Adapaun sasaran dalam kegiatan ini adalah kader kesehatan yang berjumlah 11 orang. Kegiatan ini dilaksanakan dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan pembuatan teh daun kelor kepada kader kesehatan yang diikuti dengan pembagian teh serbuk daun kelor kepada ibu nifas sejumlah 30 orang. Program pengabdian kepada masyarakat memiliki tahapan kegiatan sebagai berikut:

1. Tahap persiapan

- a. Pengusulan proposal pada pusat penelitian dan penyuluhan
- b. Identifikasi masalah dilapangan
- c. Koordinasi dengan pihak kelurahan terkait kesediaan menjadi lokasi dan teknis pelaksanaan kegiatan
- d. Koordinasi dengan bidan terkait jumlah kader dan ibu menyusui
- e. Persiapan materi penyuluhan
- f. Membuat jadwal pelaksanaan penyuluhan dan demosntrasi pembuatan teh serbuk daun kelor kepada kader kesehatan
- g. Membuat kuesioner tentang ASI dan teh daun kelor
- h. Persiapan alat dan bahan penyuluhan yang akan digunakan: (1) PPT, Video; Teh serbuk daun kelor; dan (3) Lembar observasi produksi ASI.

2. Tahap pelaksanaan

- a. Pembukaan.
- b. Memberikan informasi dan edukasi tentang ASI eksklusif dan teh serbuk daun kelor.
- c. Pembagian teh serbuk daun kelor.
- d. Melapor kepada lurah Limba U II.

3. Tahap Evaluasi

Melakukan pre test dan post test pada peserta berupa pertanyaan tentang ASI eksklusif, manfaat ASI dan teh serbuk daun kelor 6556.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tahap Persiapan

Pada tahap ini ditemukan masalah di lapangan terkait rendahnya capaian ASI eksklusif di Kelurahan Limba U II serta kurangnya peran kader dalam menanggapi isu tersebut. Setelah memperoleh persetujuan dari pemerintah setempat, puskesmas dan juga bidan kelurahan maka tim melanjutkan dengan persiapan materi, alat, bahan dan kebutuhan lainnya.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan berjalan lancar dengan diawali oleh kegiatan pembukaan yang dihadiri langsung oleh Lurah Limba U II dan Bidan Kelurahan sebagai perwakilan dari Puskesmas Kota Selatan. Selanjutnya kegiatan inti yakni pemberian edukasi kepada kader kesehatan terkait ASI Eksklusif dan teh serbuk daun kelor. Peserta yang hadir terlihat sangat antusias dalam proses ini dan merasa senang karena bisa terlibat langsung dalam mendukung tercapainya target pemberian ASI Eksklusif di wilayah tersebut.

3. Tahap Evaluasi

Tim memberikan pretest dan posttest untuk mengukur dan melihat ada tidaknya peningkatan pengetahuan pada kader kesehatan saat sebelum dan sesudah mendapatkan materi. Diperoleh hasil bahwa terdapat peningkatan pengetahuan pada kader kesehatan setelah diberikan materi mengenai ASI eksklusif dan teh serbuk daun kelor. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilakukan dalam bentuk peningkatan pengetahuan dan keterampilan kader kesehatan melalui pemberian edukasi mengenai ASI eksklusif teh serbuk daun kelor. Keterlibatan kader kesehatan dalam kegiatan ini merupakan perwujudan peran dan fungsi kader di tengah masyarakat sebagai pelaku pergerakan masyarakat dalam hal peningkatan kesehatan ibu, anak dan balita. Melalui upaya ini pula peran kader diperkuat dalam pemberian layanan kesehatan yang komprehensif dan bermutu, baik upaya promotif, preventif, maupun rehabilitatif sesuai dengan program transformasi layanan primer yang digalakkan oleh Kementerian Kesehatan RI (Kurniawati et al., 2022).

Kegiatan ini dilaksanakan sejak bulan April sampai dengan bulan Oktober 2023 yang berlokasi di Kelurahan Limba U II Kota Gorontalo. Rangkaian kegiatan diawali dengan sesi perkenalan dari seluruh tim pengabdian masyarakat yang beranggotakan 8 orang yang terdiri dari 5 orang dosen dan 3 orang mahasiswa. Pengukuran tingkat pengetahuan kader dilakukan melalui pelaksanaan *pre-test* mengenai ASI eksklusif dan teh serbuk daun kelor. Hasil *pre-test* menggambarkan hasil rerata pengetahuan kader sebelum diberikan materi ASI eksklusif dan teh daun kelor dalam kategori kurang sebesar 6 responden (0.54%). Hal ini disebabkan oleh masih kurangnya pengetahuan kader tentang teh serbuk daun kelor sebagai salah satu alternatif *booster* ASI yang murah dan mudah ditemukan di lingkungan

sekitar. Selanjutnya tim pengabdian masyarakat memberikan edukasi tentang ASI eksklusif dengan media PPT dan video tentang pembuatan teh serbuk daun kelor dengan metode ceramah dan tanya jawab, Hal ini terlihat pada Gambar 1.



Gambar 1. Edukasi tentang ASI eksklusif dan teh serbuk daun kelor

Tim pengabdian masyarakat memberikan teh serbuk daun kelor pada kader, yang selanjutnya teh tersebut akan dibagikan oleh kader kepada ibu menyusui di wilayah mereka masing-masing. Teh serbuk daun kelor yang diberikan berjumlah 30 bungkus untuk setiap 1 orang ibu menyusui. Setelah melakukan pendistribusian teh serbuk daun kelor kepada ibu menyusui, kader kemudian melakukan observasi terhadap produksi ASI ibu nifas dengan menggunakan lembar observasi yang telah dibagikan, seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Pemberian teh serbuk daun kelor pada ibu nifas oleh kader kesehatan

Tabel 1. Hasil Nilai Pretest dan Posttes

Kategori	<i>Pre</i>		<i>Post</i>	
	n	%	n	%
Baik	5	45,45	10	90,9
Kurang	6	54,54	1	9,09
Total	11	100	11	100

Berdasarkan Tabel 1 di atas diperoleh bahwa nilai *pretest* kategori kurang sebanyak 54,54% dan *posttest* kategori baik sebanyak 90,9%. Hal ini menggambarkan bahwa pemberian edukasi ASI eksklusif mampu meningkatkan pengetahuan kader sebagai peserta sesuai dengan tujuan kegiatan pengabdian masyarakat yaitu dapat mengubah pola pikir kader. Kader bisa lebih terbuka dan lebih inovatif dengan memanfaatkan bahan pangan lokal yang mudah ditemukan dan murah harganya sehingga menjadi agen perubahan bagi ibu menyusui demi peningkatan cakupan ASI eksklusif dan peningkatan kualitas kesehatan (Kurniawati et al., 2022) (Wijianto et al., 2021). Pemaparan di atas menunjukkan pentingnya peran kader sebagai agent perubahan melalui kegiatan promosi kesehatan (Fariani & Paramastri, 2015) (Eli Indawati et al., 2021) (Agus Susanto, 2017).

D. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian Masyarakat disimpulkan beberapa hal yaitu kader berpartisipasi dalam pemberian teh serbuk daun kelor pada ibu menyusui untuk peningkatan produksi ASI. Kader memiliki peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan materi dengan peningkatan mean dengan nilai signifikan 0,004. Saran Kami untuk kegiatan selanjutnya adalah keterlibatan kader kesehatan dalam program serupa dapat berlanjut dan terus diperkuat dengan pemberian edukasi dan melakukan evaluasi secara berkelanjutan. Diharapkan adanya kegiatan pengabdian kepada masyarakat lainnya yang sifatnya berkesinambungan sehingga manfaatnya dapat dirasakan oleh masyarakat dan juga pemerintah setempat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim pengabmas jurusan kebidanan Poltekkes Gorontalo mengucapkan terima kasih kepada Kelurahan dan Puskesmas Kota Gorontalo yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan ini sehingga bisa terlaksana dengan sukses dan lancar, ucapan terima kasih untuk bapak dan ibu kader kesehatan, serta ibu nifas yang telah berpartisipasi dalam kegiatan ini.

DAFTAR RUJUKAN

- Agus Susanto. (2017). Peran Kader Posyandu Sebagai Agen Perubahan Perilaku Pada Ibu Hamil Dalam Upaya Menekan Angka Kematian Ibu dan Bayi. *2nd Seminar Nasional IPTEK Terapan (SENIT) 2017, May 2017*, 189–193.
- Andayani, N., Nauval, I., & Zega, T. S. (2020). Pengaruh pemberian Air Susu Ibu eksklusif terhadap kejadian Infeksi Saluran Pernapasan Atas pada balita di wilayahkerja Puskesmas Kopelma Darussalam. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, 20(1), 37–41. <https://doi.org/10.24815/jks.v20i1.18297>
- Dalili, H. et al. (2020). Duration of Breastfeeding and Maternal-Related Factor in Iran, Systematic Review and Meta-Analysis. *Journal of Pediatric Nursing*, 54, issue?e23–e30.
- Dewi, A. D. C. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kelancaran Produksi ASI. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 4(1), 22–34.
- Dinas Kesehatan Kota Gorontalo. (2023). Profil Kesehatan Kota Gorontalo Tahun 2022. In *Dinas Kesehatan Kota Gorontalo* (p. 282).
- Eli Indawati, Yulia Agustina, & Asep Rusman. (2021). Edukasi Gizi Seimbang Bagi Kader Posyandu Pada Masa Pandemi Covid-19 Sebagai Pencegahan Balita Stunting Di Kabupaten Bekasi. *Jurnal Antara Abdimas Keperawatan*, 4(1), 1–10. <https://doi.org/10.37063/abdimaskep.v4i1.552>
- Fariani, A., & Paramastri, I. (2015). *Kader Posyandu sebagai Agen Pencegahan Primer Tindakan Kekerasan Seksual pada Anak*. *Gadjah Mada Journal of Professional Psychology (GamaJPP)*, 1(Vol 1, No 2 (2015)), 138–149. <https://jurnal.ugm.ac.id/gamajpp/article/view/9215/6870>
- Kemendes R1. (2019). Profil Kesehatan Indonesia 2019. In *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*. <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-indonesia-2019.pdf>
- Kurniawati, R. D., Abidin, I., & Sibtiyah, N. S. (2022). Optimalisasi Kemitraan Melalui Peran Kader Sebagai Agent of Change Peningkatan Capaian Tidak Merokok Di Rumah Tangga. *Jurnal Abdi Insani*, 9(2), 480–488. <https://doi.org/10.29303/abdiinsani.v9i2.558>
- Leida Thaha, I. M., Razak, R., & Bagian Epidemiologi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin, A. (2015). *Determinan Pemberian Asi Eksklusif Oleh Ibu Multipara Di Kabupaten Jeneponto Determinants of Exclusive Breastfeeding among Multiparous in Jeneponto.vol? issue? 247–252*.
- Purnanto, N. T., Himawati, L., & Ajizah, N. (2020). Pengaruh Konsumsi Teh Daun Kelor Terhadap Peningkatan Produksi Asi Di Grobogan. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 9(3), 268. <https://doi.org/10.31596/jcu.v9i3.630>
- Rayhana, & Sufriani. (2017). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Produksi ASI dengan Kecukupan ASI. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Fakultas Keperawatan*, 3(2), 1–11.
- Sekarini, N. N. A. D., Putu Irma Pratiwi, & Anjar Triastuti. (2023). Pelatihan Dan Pendampingan Kader Posyandu Dalam Upaya Pencegahan Hipertensi Dalam Kehamilan (Hdk) Di Wilayah Kerja Puskesmas Sukasada I. *Jurnal Widya Laksana*, 12(1), 159–166. <https://doi.org/10.23887/jwl.v12i1.52252>
- Septadina, I. S., Murti, K., & Utari, N. (2018). Efek Pemberian Ekstrak Daun Kelor (Moringaoleifera) dalam Proses Menyusui tekstur dan fungsi payudara. *Sriwijaya Journal Of Medicine*, 1(1), 74–79.
- Turin, C. G., & Ochoa, T. J. (2014). The Role of Maternal Breast Milk in Preventing Infantile Diarrhea in the Developing World. *Current Tropical Medicine Reports*, 1(2), 97–105. <https://doi.org/10.1007/s40475-014-0015-x>
- Wahyudi, W. T., & Evrianasari, N. (2020). Perubahan perilaku kader dalam upaya peningkatan pengetahuan dan sikap wanita usia Subur (WUS) tentang ASI-

- eksklusif di desa Talang Mulya Lampung. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 14(4), 666–673. <https://doi.org/10.33024/hjk.v14i4.3532>
- Wijianto, B., Fahrurroji, A., Kurniawan, H., & Nugraha, F. (2021). Pemanfaatan Whatsapp Sebagai Media Edukasi Peningkatan Pengetahuan Kader Dalam Upaya Pencegahan Penyebaran Virus Covid-19. *Al-Khidmah*, 4(1), 25. <https://doi.org/10.29406/al-khidmah.v4i1.3041>
- Wulandari, L. P. L., Karmaya, M., Wulandari, L. P. L., & Karmaya, N. M. (2014). Alasan Tidak Diberikan ASI Eksklusif oleh Ibu Bekerja di Kota Mataram Nusa Tenggara Barat. *Public Health and Preventive Medicine Archive*, 2(2), 162–168.
- Wuryaningsih, S. H., Suprihatin, E., & Nuraisyah, D. F. (2019). Faktor-Faktor yang Menghambat Pemberian ASI Eksklusif di Kelurahan Pacarkeling Wilayah Kerja Puskesmas Pacarkeling Surabaya. *Prosiding Seminar Nasional Dan Kesehatan, Imd*, vol? issue? 21–24.
- Zakaria, Hadju, V., As'ad, S., & Bahar, B. (2016). Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Kelor terhadap Kuantitas dan Kualitas Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui Bayi 0-6 Bulan. *Jurnal MKMI*, 12(3), 161–169.