

## ABSTRAK

### EFEKTIVITAS KONSUMSI DAUN KATUK (*SAUROPLUS ANDROGYNUS*) DALAM MENINGKATKAN PRODUKSI ASI PADA IBU DENGAN PRODUKSI ASI RENDAH

Dewi Sri Agustin<sup>1</sup>, Tita Rohita<sup>2</sup>, Dedeng Nurkholik Sidik Permana<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Profesi Ners, <sup>2</sup>Pembimbing I, <sup>3</sup>Pembimbing II  
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Galuh

**Pendahuluan:** Produksi Air Susu Ibu (ASI) yang rendah dapat menghambat keberhasilan menyusui dan meningkatkan risiko masalah gizi pada bayi. Salah satu terapi komplementer yang banyak digunakan untuk membantu meningkatkan produksi ASI adalah daun katuk (*Sauropus androgynus*). Daun katuk mengandung steroid, polifenol, flavonoid, dan senyawa laktagoga yang berpotensi meningkatkan kadar prolaktin serta mendukung proses laktasi. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi, mengevaluasi, dan mensintesis bukti ilmiah mengenai efektivitas konsumsi daun katuk dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. **Metode:** Penelitian menggunakan desain *literature review* dengan alur PRISMA. Penelusuran artikel dilakukan melalui Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, dan SINTA menggunakan kerangka PICOS, rentang publikasi 2016–2026, serta penilaian kualitas menggunakan JBI *Critical Appraisal*. Dari 200 artikel yang teridentifikasi, diperoleh 15 jurnal yang memenuhi kriteria inklusi. **Hasil dan pembahasan:** Sebanyak 15 jurnal terdiri atas 9 jurnal internasional dan 6 jurnal nasional; desain penelitian meliputi RCT 8 jurnal (53%), kuasi eksperimen 6 jurnal (40%), dan studi kasus 1 jurnal (7%). Secara konsisten, konsumsi daun katuk dalam bentuk ekstrak kapsul, sayuran/rebusan, biskuit, minuman, maupun kombinasi galaktagog menunjukkan peningkatan produksi ASI, volume ASI, kadar prolaktin, dan/atau kelancaran pengeluaran ASI. Beberapa penelitian melaporkan peningkatan produksi ASI sebesar 50,7%, peningkatan volume ASI 79,6%, peningkatan volume sebesar 45,53 ml, serta hasil bermakna secara statistik dengan nilai  $p < 0,05$ . **Kesimpulan:** Konsumsi daun katuk (*Sauropus androgynus*) efektif secara statistik dan klinis dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui, termasuk pada ibu dengan produksi ASI rendah. Daun katuk berpotensi digunakan sebagai terapi komplementer dalam praktik keperawatan dengan memperhatikan bentuk sediaan, dosis, dan durasi konsumsi.

Kata Kunci : Daun Katuk, Produksi ASI, Ibu Menyusui, *Literature Review*

## **ABSTRACT**

### **EFFECTIVENESS OF KATUK LEAF (SAUROPUS ANDROGYNUS) CONSUMPTION IN INCREASING BREAST MILK PRODUCTION IN MOTHERS WITH LOW BREAST MILK PRODUCTION**

Dewi Sri Agustin<sup>1</sup>, Tita Rohita<sup>2</sup>, Dedeng Nurkholik Sidik Permana<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Nursing Professional Program Student, <sup>2</sup>Supervisor I, <sup>3</sup>Supervisor II  
Galuh University Faculty of Health Sciences

**Introduction:** Low breast milk production may hinder successful breastfeeding and increase the risk of nutritional problems in infants. One complementary therapy commonly used to support milk production is katuk leaf (*Sauropus androgynus*). Katuk leaves contain steroids, polyphenols, flavonoids, and lactagogue compounds that may increase prolactin levels and support lactation. This study aimed to identify, evaluate, and synthesize scientific evidence regarding the effectiveness of katuk leaf consumption in increasing breast milk production among breastfeeding mothers.

**Method:** This study employed a literature review design using the PRISMA flow. Articles were searched through Google Scholar, PubMed, ScienceDirect, and SINTA using the PICOS framework, a publication period of 2016–2026, and quality appraisal with the JBI Critical Appraisal tool. Of 200 identified articles, 15 journals met the inclusion criteria.

**Results and discussion:** The 15 journals consisted of 9 international and 6 national journals; study designs included 8 RCTs (53%), 6 quasi-experimental studies (40%), and 1 case study (7%). Consistently, katuk leaf consumed as capsule extract, vegetables/decoction, biscuits, beverages, or combined galactagogues increased breast milk production, milk volume, prolactin levels, and/or milk flow. Several studies reported a 50.7% increase in milk production, a 79.6% increase in milk volume, an absolute increase of 45.53 ml, and statistically significant outcomes with  $p < 0.05$ . **Conclusion:** Katuk leaf (*Sauropus androgynus*) consumption is statistically and clinically effective in increasing breast milk production in breastfeeding mothers, including mothers with low milk supply. Katuk leaf has potential as a complementary therapy in nursing practice, with consideration of preparation form, dosage, and duration of consumption.

**Keywords :** Katuk Leaf, Breast Milk Production, Breastfeeding Mothers, Literature Review