

# PENGARUH DAUN KELOR DAN KATUK TERHADAP PENINGKATAN BERAT DAN PANJANG BADAN PADA BAYI BARU LAHIR

Miskiyah<sup>a,\*</sup>, Dwi Putri Septiani<sup>b</sup>, Hafizah Marheni Nurlaili<sup>c</sup>, Sasti Putri Wulandari<sup>d</sup>

<sup>abcd</sup>Poltekkes Kemenkes Palembang, Muara Enim, Indonesia  
Jln. Dr A.K Gani no 85 Kel. Tungkal, Muara Enim, Indonesia  
Email : [miskiyahskm97@gmail.com](mailto:miskiyahskm97@gmail.com)

## Abstrak

Masalah ASI sering terjadi karena produksi ASI tidak lancar sehingga menyebabkan kegagalan menyusui. Diperlukan intervensi untuk meningkatkan produksi ASI untuk memastikan nutrisi kesehatan bayi salah satunya adalah dengan tanaman laktagogum seperti daun katuk dan daun kelor. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan konsumsi daun kelor dan daun katuk untuk peningkatan berat badan dan panjang badan pada bayi di Tegal Rejo, Kabupaten Muara Enim. Penelitian menggunakan desain quasi experimental dengan pendekatan pre-post test with control grup. Kelompok dibagi menjadi dua yaitu kelompok katuk dan kelompok daun kelor. Setiap kelompok terdiri dari 10 orang. Setiap ibu nifas diberikan 200 gram daun kelor/katuk yang telah dimasak dengan cara direbus dan diberikan pada pagi hari. Pengukuran berat badan menggunakan timbangan bayi digital dan pengukuran panjang badan menggunakan meteran bayi. Analisis uji menggunakan uji T Independent Test. Hasil penelitian didapatkan bahwa berat badan dan panjang badan sebelum penelitian pada kedua kelompok dalam batasan normal. Peningkatan berat badan lahir sampai minggu ke 4 pada kelompok daun katuk lebih rendah dengan kelompok daun kelor ( $964,0 \pm 189,63$ ;  $1145,0 \pm 227,46$ ), namun demikian hasil statistic menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan peningkatan berat badan pada kedua kelompok ( $p$  value 0,69). Peningkatan Panjang badan lahir sampai pada minggu keempat pada kelompok daun katuk lebih rendah bila dibandingkan kelompok daun kelor ( $4,16 \pm 0,81$ ;  $5,12 \pm 0,71$ ), hasil statistic menunjukkan ada perbedaan yang signifikan panjang badan pada kedua kelompok ( $p$  value 0,012). Kesimpulan yaitu daun kelor lebih baik dalam meningkatkan panjang badan bayi dibandingkan dengan daun katuk.

**Kata kunci:** kelor, katuk, panjang badan, berat badan, bayi baru lahir

## Abstract

Breast milk problems often occur because breast milk production is not smooth, causing failure to breastfeed. Interventions are needed to increase breast milk production to ensure healthy nutrition for babies, one of which is lactagogum plants such as katuk leaves and moringa leaves. This research aims to determine the comparison of consumption of Moringa leaves and Katuk leaves for increasing body weight and body length in babies in Tegal Rejo, Muara Enim Regency. The research used a quasi-experimental design with a pre-post test with control group approach. The groups were divided into two, namely the katuk group and the moringa leaf group. Each group consists of 10 people. Each postpartum mother is given 200 grams of Moringa/katuk leaves which have been cooked by boiling and given in the morning. Measurement of body weight using a digital baby scale and measurement of body length using a baby meter. Test analysis uses the T Independent Test. The research results showed that body weight and body length before the study in both groups were within normal limits. The increase in birth weight until the 4th week in the katuk leaf group was lower than in the moringa leaf group ( $964.0 \pm 189.63$ ;  $1145.0 \pm 227.46$ ), however, statistical results showed that there was no significant difference in increase in body weight. in both groups ( $p$  value 0.69). The increase in body length at birth until the fourth week in the katuk leaf group was lower when compared to the moringa leaf group ( $4.16 \pm 0.81$ ;  $5.12 \pm 0.71$ ), statistical results showed that there was a significant difference in body length in the two groups ( $p$  value 0.012). The conclusion is that Moringa leaves are better at increasing baby's body length compared to katuk leaves.

**Keywords:** moringa, katuk, body length, weight, newborn

## Article History:

Submit: 21 Desember 2023

Accepted: 18 Januari 2024

Publish: 31 Januari 2024

## I. PENDAHULUAN

Memberikan ASI eksklusif sebagai cara untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi usia 0-6 bulan menjadi topik yang sangat signifikan. Oleh karena itu, peningkatan gizi pada bayi usia tersebut dilakukan dengan upaya untuk meningkatkan asupan gizi pada ibu sebelum dan ketika memberikan ASI secara eksklusif. Keberhasilan menyusui pada minggu-minggu pertama kelahiran menjadi penting karena akan berpengaruh pada menyusui pada waktu selanjutnya.

Tingginya manfaat ASI eksklusif belum dibarengi dengan cakupan ASI di Indonesia dari tahun 2019-2022 yaitu sebanyak 72,04% pada bayi 0-6 bulan. Cakupan di Sumatera selatan tahun 2022 yaitu 70% dan di Kabupaten Muara Enim hanya sebesar 62% yang masih jauh dibawah target yaitu sebanyak 80% (Kemenkes RI, 2023).

Dampak yang ditimbulkan dari tidak berhasilnya ASI eksklusif adalah masalah gizi kurang, masalah stunting dan gangguan malnutrisi pada bayi (Batiro et al., 2017). Oleh sebab itu penting untuk menjamin ibu nifas mendapatkan nutrisi yang cukup untuk meningkatkan produksi ASI (Jouanne et al., 2021). Hal ini menunjukkan perlunya intervensi untuk meningkatkan produksi ASI

Salah satu upaya untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan pendekatan nutrisi melalui makanan yang memiliki efek laktagogum seperti daun katuk, daun kelor dan daun bangun-bangun (Nasution, 2021). Efektivitas kelancaran produksi ASI dapat dilihat dengan peningkatan pertumbuhan bayi melalui indikator penambahan berat dan panjang badan bayi.

Menurut penelitian (Febrianti & Widya Sari, 2020; Johan et al., 2019), menunjukkan bahwa terdapat manfaat daun katuk dan daun kelor untuk meningkatkan produksi ASI. Namun demikian belum ada penelitian yang melihat efeknya pada berat dan panjang badan.

Hasil studi pendahuluan menunjukkan Desa Tegal Rejo merupakan wilayah yang masih banyak tumbuhan local seperti kelor dan katuk yang belum banyak dimanfaatkan untuk produksi ASI terutama pada taman

kelor yang masih sering digunakan sebagai pakan ternak saja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh daun kelor dan katuk terhadap peningkatan berat dan panjang badan pada bayi baru lahir di desa Tegal Rejo, Kabupaten Muara Enim. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan konsumsi daun kelor dan daun katuk untuk peningkatan berat badan dan panjang badan pada pada bayi di Tegal Rejo, Kabupaten Muara Enim

## II. LANDASAN TEORI

### A. Daun Katuk dan daun kelor untuk produksi ASI

Produksi dan pengeluaran ASI yang tidak maksimal menjadi masalah utama yang dihadapi ibu pada nifas Tidak semua ibu yang baru melahirkan langsung dapat mengeluarkan ASI, karena pengeluaran ASI merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks antara rangsangan mekanik, saraf dan bermacam-macam hormon yang berpengaruh terhadap pengeluaran oksitosin. Salah satu cara meningkatkan produksi ASI adalah secara farmakologis yaitu dengan pemberian zat galactagogue. Daun katuk dan daun kelor dikonsumsi dengan mudah, daun katuk dapat direbus dan diproduksi sebagai fitofarmaka yang berkhasiat untuk melancarkan ASI(Nasution, 2021)

### B. Pertumbuhan berat badan dan panjang badan pada bayi baru lahir indicator keberhasilan menyusui

Banyak cara untuk menilai efektivitas produksi ASI dengan melihat pengeluaran urine, pengeluaran ASI dan peningkatan berat dan panjang badan. Peningkatan berat dan panjang badan ini menjadi indikator objektif karena bayi mampu tumbuh dan berkembang dengan asupan nutrisi yang diberikannya (Puspita Sari, 2018).

## III. METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan desain quasy experimental dengan pendekatan pre-post test with control grup. Subjek penelitian adalah ibu nifas hari pertama di desa Tegal Rejo, Kabupaten Muara Enim. Kelompok dibagi menjadi dua yaitu kelompok katuk

dan kelompok daun kelor. Setiap kelompok terdiri dari 10 orang. Setiap ibu nifas diberikan 200 gram daun kelor/katuk yang telah dimasak dengan cara direbus dan diberikan pada pagi hari. Pemberian ini dilakukan selama satu kali sehari selama 28 hari. Pengukuran berat badan menggunakan timbangan bayi digital dan pengukuran panjang badan menggunakan meteran bayi yang telah dikalibrasi. Analisis uji menggunakan uji T Independent Test. Penelitian ini menerapkan prinsip etika penelitian dengan memberikan *informed consent*, menjaga kerahasiaan serta adil.

## IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

**Tabel 1.** Karakteristik Jenis Kelamin pada kedua kelompok

Jenis kelamin	Daun Katuk	Daun Kelor	P value
Perempuan	5 (50,0%)	8 (80,0%)	0,350
Laki-laki	5 (50,0%)	2 (20,0%)	
Total	10 (100,0%)	10 (100,0%)	

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa jumlah laki-laki dan perempuan sama pada kelompok daun katuk (50%), sedangkan jumlah perempuan lebih banyak (80%) dibandingkan laki-laki (20%).

**Tabel 2.** Perbedaan berat badan dan panjang bayi sebelum penelitian pada bayi di Desa Tegal Rejo Kabupaten Muara Enim

Pretest	Daun Katuk n=10	Daun Kelor n=10	P value
<b>Berat-badan lahir (gram)</b>			
Mean $\pm$ SD	3121,0 $\pm$ 258,9	3013,0 $\pm$ 261,15	0,365
Median	3200,0	2995,0	
Rentang	2750-3500	2700-3490	
<b>Panjang Badan (cm)</b>			
Mean $\pm$ SD	48,70 $\pm$ 0,82	48,3 $\pm$ 0,67	0,250
Median	49,0	48,0	
Rentang	47,0-50,0	47,0-49,0	

Keterangan uji: T independent Test

Berdasarkan tabel 2 didapatkan berat badan lahir pada kelompok daun katuk

hampir lebih tinggi bila dibandingkan kelompok daun kelor (3121,0 $\pm$ 258,9; 3013,0 $\pm$ 261,15), Namun demikian hasil statistic menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan berat badan lahir pada kedua kelompok (p value 0,365). Panjang badan lahir pada kelompok daun katuk sedikit lebih tinggi bila dibandingkan kelompok daun kelor (48,70 $\pm$ 0,82; 48,3 $\pm$ 0,67), hasil statistic menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan panjang badan lahir pada kedua kelompok (p value 0,250).

**Tabel 3.** Perbedaan berat badan dan panjang bayi setelah penelitian pada bayi di Desa Tegal Rejo Kabupaten Muara Enim

Postest	Daun Katuk n=10	Daun Kelor n=10	P value
<b>Berat-badan lahir (gram)</b>			
Mean $\pm$ SD	4085 $\pm$ 216,8	4158 $\pm$ 399,0	0,618
Median	4125	4025	
Rentang	3800-4500	3700-4800	
<b>Panjang Badan (cm)</b>			
Mean $\pm$ SD	52,8 $\pm$ 1,27	53,42 $\pm$ 0,66	0,234
Median	53,1	53,5	
Rentang	51-54,5	52,2-54,4	

Keterangan uji: T independent Test

Berdasarkan tabel 3 didapatkan berat badan pada minggu ke 4 pada kelompok daun katuk lebih rendah dengan kelompok daun kelor (4085 $\pm$ 216,; 4158 $\pm$ 399,0), namun demikian hasil statistic menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan berat badan pada minggu ke empat pada kedua kelompok (p value 0,618). Panjang badan pada minggu keempat pada kelompok daun katuk sedikit lebih rendah bila dibandingkan kelompok daun kelor (52,8 $\pm$ 1,27; 53,42 $\pm$ 0,66), hasil statistic menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan panjang badan lahir pada kedua kelompok (p value 0,234).

**Tabel 4.** Pengaruh perbandingan intervensi daun kelor dan daun katuk terhadap Peningkatan berat badan dan panjang badan bayi di Desa Tegal Rejo Kabupaten Muara Enim

<b>Delta selisih</b>	<b>Daun Katuk n=10</b>	<b>Daun Kelor n=10</b>	<b>P value</b>
<b>Berat-badan lahir (gram)</b>			
Mean ±SD	964,0±189,63	1145,0±227,46	0,069
Median	975,0	1140,0	
Rentang	700-1300	900-1500	
<b>Panjang Badan (cm)</b>			
Mean ±SD	4,16±0,81	5,12±0,71	0,012
Median	4,4	5,20	
Rentang	2,7-5,0	4,0-6,0	

Keterangan uji: T independent Test

Berdasarkan tabel 4 didapatkan peningkatan berat badan lahir sampai minggu ke 4 pada kelompok daun katuk lebih rendah dengan kelompok daun kelor (964,0±189,63,; 1145,0±227,46), namun demikian hasil statistic menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan peningkatan berat badan pada kedua kelompok (p value 0,69). Peningkatan Panjang badan lahir sampai pada minggu keempat pada kelompok daun katuk lebih rendah bila dibandingkan kelompok daun kelor (4,16±0,81; 5,12±0,71), hasil statistic menunjukkan ada perbedaan yang signifikan panjang badan pada kedua kelompok (p value 0,012).

## B. Pembahasan

### 1. Perbedaan berat badan dan panjang bayi sebelum penelitian

Pada penelitian ini berat badan lahir pada kelompok daun katuk hampir lebih tinggi dibandingkan kelompok daun kelor namun tidak ada perbedan bermakna. Pada penelitian ini panjang badan lahir pada kelompok daun katuk lebih tinggi dibandingkan kelompok daun kelor namun tidak ada perbedaan yang bermakna. Pada penelitian ini rentang berat badan lahir dalam Batasan normal berat badan lahir adalah 2500-4000 gram. Berat badan lahir dan panjang badan menggambarkan kondisi kesehatan dan nutrisi bayi selama dalam kandungan. Panjang badan pada penelitian

ini juga menunjukkan dalam Batasan normal 48-52 cm. Berat badan lahir bayi ini akan mengalami penurunan selama tujuh hari pertama karena volume ASI masih sedikit (WHO, 2017).

Sejalan dengan penelitian Putri (2023), menunjukkan bahwa berat badan bayi lahir adalah 3000 gram dan rata-rata panjang badan 48 cm. Hal ini menunjukkan bahwa selama kehamilan tidak ada hambatan pertumbuhan pada bayi baru lahir (A. R. Putri et al., 2023). Didukung oleh penelitian Yuniasari (2022), yang menyatakan bahwa berat bayi lahir rata-rata pada masa sebelum pandemi adalah 3080,85 kemudian menurun menjadi 2794,3 gram pandemi Covid 19 tahun 2021 yang masih dalam batasan normal (Yuniasari et al., 2022).

Pada hari-hari awal pasca persalinan, volume dan produksi ASI yang rendah bisa menjadi masalah bagi ibu baru dalam memberikan ASI kepada bayi mereka. Kekurangan ASI pada periode ini bisa disebabkan oleh kurangnya stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin yang berperan penting dalam pembuatan dan pengeluaran ASI. Kondisi ini umumnya terjadi pada ibu yang baru pertama kali melahirkan, disebabkan oleh kurangnya pengalaman serta perubahan psikologis yang memengaruhi kerja hormon prolaktin dan oksitosin. (Soetjiningsih, 2011)

Ibu hamil perlu mendapatkan makanan dan nutrisi yang dapat mendukung produksi ASI seperti makanan yang mengandung lactatgugu. Adanya makanan tersebut dapat meningkatkan hormon prolaktin dan oksitosin sebagai hormon yang membantu pengeluaran ASI. Sejalan dengan penelitian (Nasution, 2021), menunjukkan bahwa beberapa makanan lokal yang mengandung lactatguge diantaranya adalah adalah dauh katuk, daun kelor dan daun bangun-bangun.

Menurut asumsi peneliti, berat badan dan panjang badan bayi pada penelitian ini menunjukkan dalam kondisi normal. Meskipun demikian ibu nifas perlu mendapatkan nutrisi yang dapat mendukung produksi ASI sehingga pertumbuhan bayi dapat meningkat optimal.

## 2. Perbedaan berat badan dan panjang bayi setelah penelitian

Pada penelitian ini berat badan pada minggu ke 4 pada kelompok daun katuk lebih rendah dibanding kelompok daun kelor, namun tidak ada perbedaan yang bermakna. Pada penelitian ini panjang badan pada minggu keempat pada kelompok daun katuk sedikit lebih rendah bila dibandingkan kelompok daun kelor ( $52,8 \pm 1,27$ ;  $53,42 \pm 0,66$ ), hasil statistik menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan panjang badan lahir pada kedua kelompok ( $p$  value 0,234).

Ibu nifas pada penelitian ini mendapatkan asupan olahan makanan sebanyak 200 gram dalam bentuk sayur daun katuk dan daun kelor selama empat minggu. Peneliti memberikan pada ibu nifas sejak hari pertama kelahiran sampai hari ke 28 dengan dikonsumsi pagi dan siang hari. Pemberian ini untuk memudahkan proses pengiriman sayur kelor dan katuk pada ibu nifas. Seluruh subjek penelitian menyelesaikan penelitian pada hari ke 28 dan seluruh responden berhasil menyusui eksklusif.

Daun katuk dan daun kelor merupakan tanaman yang mengandung laktagogum. Secara teoritis, senyawa-senyawa yang mempunyai efek laktagogum diantaranya adalah sterol. Sterol merupakan senyawa golongan steroid. Adanya kandungan steroid dalam daun kelor diduga ada hubungan dengan pengaruh peningkatan kadar ASI bagi ibu hamil yang mengkonsumsi tanaman daun kelor. Daun katuk dikenal dalam pengobatan tradisional di Asia Selatan dan Asia Tenggara sebagai obat penambah ASI. Daun katuk dapat dikonsumsi dengan mudah, daun katuk dapat direbus dan diproduksi sebagai fitofarmaka yang berkhasiat untuk melancarkan ASI. Daun katuk mengandung galactagogue, yang dipercaya mampu memicu peningkatan produksi ASI. Pada daun katuk juga mengandung steroid dan polifenol yang dapat meningkatkan kadar prolaktin (Nasution, 2021).

Sejalan dengan penelitian (R. D. Putri & Fitria, 2021), menunjukkan bahwa pemberian daun kelor berpengaruh terhadap peningkatan berat badan pada bayi 0-5 bulan

dibandingkan dengan hanya pada kelompok plasebo dengan menggunakan daun katuk. Keduanya memiliki peningkatan berat badan yang signifikan karena memiliki efek laktagogum yang menstimulasi produksi ASI. Peningkatan berat badan ini dikarenakan adanya rebusan daun kelor dapat meningkatkan produksi ASI. Minum rebusan daun kelor terbukti efektif dalam memperlancar ASI pada ibu pasca melahirkan. Ini karena konsumsi rebusan daun kelor dapat meningkatkan asupan nutrisi bagi ibu yang memiliki produksi ASI yang terbatas. Dengan demikian, hal ini dapat membantu ibu yang mengalami keterbatasan produksi ASI untuk tetap memberikan ASI eksklusif pada bayinya tanpa perlu mengandalkan susu formula (Sinaga et al., 2022). Sejalan pada (Nu'man & Bahar, 2021) olahan lainnya menunjukkan bahwa penambahan tepung katuk dan daun kelor dapat diterima menjadi olahan makanan selain sayuran dengan menjadikannya cookies.

Menurut asumsi peneliti, kedua kelompok setelah penelitian memiliki berat badan dan panjang badan sesuai dengan umurnya. Hal ini dikarenakan kandungan daun katuk dan daun kelor memiliki efek laktagogum yang meningkatkan produksi ASI sehingga peningkatan berat badan dan panjang badan bayi sesuai dengan kurva pertumbuhan bayi.

## 3. Pengaruh perbandingan intervensi daun kelor dan daun katuk terhadap Peningkatan berat badan dan panjang badan

Pada penelitian ini peningkatan berat badan lahir sampai minggu ke 4 pada kelompok daun katuk lebih rendah dengan kelompok daun kelor ( $964,0 \pm 189,63$ ;  $1145,0 \pm 227,46$ ), namun demikian hasil statistik menunjukkan tidak ada perbedaan yang signifikan peningkatan berat badan pada kedua kelompok ( $p$  value 0,69). Peningkatan Panjang badan lahir sampai pada minggu keempat pada kelompok daun katuk lebih rendah bila dibandingkan kelompok daun kelor ( $4,16 \pm 0,81$ ;  $5,12 \pm 0,71$ ), hasil statistik menunjukkan ada perbedaan yang signifikan panjang badan pada kedua kelompok ( $p$  value 0,012).

Menurut literature review (Nurillah & Yuniarti, 2023), menunjukkan bahwa daun kelor memiliki zat polifenol yang dapat menghambat reseptor dopamin, yang bertanggung jawab untuk meningkatkan pelepasan hormon prolaktin. Selain itu, terdapat fitosterol, seperti beta-sitosterol, campesterol, dan stigmasterol dalam daun kelor yang berperan dalam pembentukan susu. Senyawa-senyawa ini berperan sebagai bahan dasar untuk pembuatan hormon estrogen dan memicu penumpukan hormon prolaktin. Didukung oleh (Damayanti & Widiawati, 2022), menunjukkan bahwa pemberian ekstrak daun kelor bisa memengaruhi produksi ASI dan penambahan berat badan pada bayi. Ini terjadi karena daun kelor (*Moringa oleifera*) adalah salah satu jenis makanan galaktogog yang memiliki kandungan gizi mikro yang lebih tinggi dibandingkan dengan makanan galaktogog lainnya. Komponen seperti fitosterol, polifenol, dan steroid memiliki efek laktogogum yang berperan dalam merangsang refleksi prolaktin serta peningkatan kadar hormon prolaktin. Dampaknya, ini mendorong alveoli untuk memproduksi ASI sehingga bayi mengalami peningkatan berat badan karena asupan ASI yang memadai.

Pada penelitian ini, kelompok control daun katuk juga mendapatkan peningkatan berat badan yang sesuai dengan teori yaitu di atas 800 gram. Hal sejalan dengan penelitian (Lestari, 2019), dikarenakan daun katuk juga memiliki efek sterol untuk menstimulasi produksi ASI. Produksi ASI yang tinggi dapat menambah energi dan nutrisi bagi bayi sehingga bayi cukup untuk pertumbuhan dalam meningkatkan berat badan dan tinggi badan.

Hambatan dalam penelitian ini adalah konsistensi dan kepatuhan ibu nifas untuk patuh dalam mengkonsumsi sayur daun kelor dan katuk. Oleh sebab itu selain memberikan rebusan sayur daun kelor dan daun katuk peneliti juga memberikan Pendidikan kesehatan pada ibu nifas tentang manfaat dari rebusan daun kelor dan daun katuk. Sejalan dengan penelitian (Surbakti et al., 2022), menunjukkan bahwa kelancaran produksi ASI ibu nifas dapat meningkat

setelah diberikan Pendidikan kesehatan tentang rebusan daun kelor.

Penelitian ini peningkatan panjang badan bayi dengan daun kelor lebih tinggi dibandingkan kelompok control. Menurut penelitian, menunjukkan bahwa pemberian suplementasi daun kelor memiliki efek dalam peningkatan panjang badan bayi. Sejalan dengan (Indra et al., 2021) menyatakan bahwa bubuk kelor mengandung folat berperan dalam metilasi DNA; protein nabati dan asam lemak bertindak sebagai promotor dalam rangkaian DNA; vitamin bertindak sebagai kofaktor untuk enzim, antioksidan, dan antiinflamasi. Melihat berbagai mekanisme potensial pada aspek nutrigenomik dan biologi molekuler, bubuk daun kelor dapat digunakan stimulasi panjang tubuh dan dapat menjadi alternative dalam mengatasi stunting.

Berdasarkan penelitian tersebut, terdapat sedikit perbedaan dalam peningkatan berat badan bayi antara kelompok yang mengonsumsi kelor dan katuk. Meskipun tidak terdapat perbedaan signifikan dalam kenaikan berat badan sesuai dengan standar pertumbuhan bayi selama bulan pertama (minimal 800 gram), kelompok yang mengonsumsi kelor mengalami peningkatan panjang badan yang lebih tinggi. Hal ini dijelaskan oleh kandungan nutrisi yang lebih tinggi pada kelor, yang mampu merangsang pertumbuhan tulang dengan lebih efektif dibandingkan dengan kelompok yang mengonsumsi katuk. Namun, penelitian ini memiliki keterbatasan karena tidak memperhitungkan faktor-faktor seperti asupan makanan, kondisi ekonomi, dan tingkat kebersihan responden, yang juga dapat memengaruhi produksi ASI dan pertumbuhan bayi.

## V. KESIMPULAN

Pada penelitian ini disimpulkan bahwa katuk dan daun kelor dapat meningkatkan produksi ASI dan penambahan berat lahir sesuai kurva namun kelor dapat meningkatkan panjang badan bayi lebih baik dibandingkan dengan daun katuk. Disarankan untuk mengembangkan daun kelor dan daun katuk dalam bentuk yang lebih mudah untuk

dikonsumsi dan lebih praktis pada ibu nifas sehingga ibu lebih dapat mengkonsumsi dimanapun dan dalam waktu yang lebih efisien

## DAFTAR PUSTAKA

- Batiro, B., Demissie, T., Halala, Y., & Anjulo, A. A. (2017). Determinants of stunting among children aged 6-59 months at Kindo Didaye woreda, Wolaita Zone, Southern Ethiopia: Unmatched case control study. *PLoS ONE*, *12*(12), 1–15. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0189106>
- Damayanti, A., & Widiawati, I. (2022). Efektivitas Pemberian Ekstrak Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Terhadap Produksi ASI Dan Kenaikan Berat Badan Bayi. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, *2*(3), 861–869.
- Febrianti, R., & Widya Sari, I. (2020). Pemberian Rebusan Daun Katuk Pada Ibu Menyusui Dalam Upaya Peningkatan Produksi ASI Di Pmb Ernita Amd.Keb Pekanbaru Tahun 2019. *Prosiding Hang Tuah Pekanbaru*, 101–104. <https://doi.org/10.25311/prosiding.voll.iss1.66>
- Indra, A., Diva, Y., Budhi, N., Setiawan, W., & Dianti, M. I. (2021). *Nutrigenomic and Biomolecular Aspect of Moringa oleifera Leaf Powder as Supplementation for Stunting Children*. *06*(01), 1–15. <https://doi.org/10.22146/jtbb.60113>
- Johan, H., Anggraini, R. D., & Noorbaya, S. (2019). Potensi Minuman Daun Kelor terhadap Peningkatan Produksi Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Postpartum. *Jurnal Sebatik*, *23*(01), 192–194.
- Jouanne, M., Oddoux, S., Noël, A., & Voisin-Chiret, A. S. (2021). Nutrient requirements during pregnancy and lactation. *Nutrients*, *13*(2), 1–17. <https://doi.org/10.3390/nu13020692>
- Kemendes RI. (2023). *Profil Kesehatan Ibu dan Anak tahun 2022*. <https://www.bps.go.id/publication/download.html>
- Lestari, L. (2019). Efektifitas pemberian simplisia daun katuk terhadap produksi asi pada ibu post partum di pmb liana. *Jurnal Borneo Cendikia*, *6*(2), 27–32.
- Nasution, S. S. (2021). *Perawatan Ibu Nifas, Dengan Meningkatkan Produksi ASI Melalui Konsumsi Tanaman Herbal (Daun Katuk, Daun Kelor, Daun Bangun-Bangun)*.
- Nu'man, T. M., & Bahar, A. (2021). Tingkat Kesukaan Dan Nilai Gizi Cookies Dengan Penambahan Tepung Daun Katuk Dan Tepung Daun Kelor Untuk Ibu Menyusui. *Jurnal Agroteknologi*, *15*(02), 95–105.
- Nurillah, & Yuniarti, E. (2023). Literature Review: Efektivitas Daun Kelor *Moringa oleifera* Terhadap Produksi Air Susu Ibu. *Jurnal Ilmiah Ecosystem Volume*, *23*(2), 308–316. <https://doi.org/10.35965/eco.v23i2.2573>
- Puspita Sari, E. (2018). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas ( Post Natal Care) (Pertama)*. CV Trans Info Media.
- Putri, A. R., Yusrawati, Y., Ariadi, A., & Safaringga, M. (2023). Gambaran Ukuran Antropometri Bayi Baru Lahir di Kota Padang. *Majalah Kedokteran Andalas*, *46*(1). <https://doi.org/10.25077/mka.v46.i1.p150-158.2023>
- Putri, R. D., & Fitria. (2021). Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Kelor Pada Ibu Menyusui Eksklusif. *Jurnal Kebidanan*, *7*(1), 87–92.
- Sinaga, K., Sinaga, A., Surbakti, I. S., Putri, N. M., & Rumondang. (2022). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Kelor Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Nifas. *Indonesian Health Issue*, *1*(1), 146–157.
- Soetjningsih. (2011). *ASI: petunjuk Untuk tenaga Kesehatan*. Refika Aditama.

Surbakti, I. S., Sinaga, A., Sinaga, K., Sitorus, R., Pakpahan, I. L., & Yanti, W. N. (2022). Peningkatan Pendidikan Kesehatan Pada Ibu Nifas Tentang Manfaat Rebusan Daun Kelor Terhadap Kelancaran Produksi Asi Di Desa Bangun Rejo Kec. Tanjung Morawa. *Jurnal Pengabdian Masyarakat, 1*(2), 247–258.

WHO. (2017). *WHO Recommendation Newborn Health*. World Health Organization.

Yuniasari, S. N., Sekarwana, N., & ... (2022). Gambaran Berat Badan Lahir Sebelum dan Selama Pandemi Covid-19 di Puskesmas Situ Kabupaten Sumedang. *Bandung Conference ...*, 1021–1025. <https://proceedings.unisba.ac.id/index.php/BCSMS/article/view/1996%0Ahttps://proceedings.unisba.ac.id/index.php/BCSMS/article/download/1996/791>