

PENYULUHAN KONSUMSI DAUN MANGKOKAN (POLYSCIAS SCUTELLARIA) UNTUK MELANCARKAN ASI PADA IBU MENYUSUI

Dwi Pratiwi Kasmara^{1*}, Yulinda Aswan²

¹Prodi Kebidanan, Fakultas teknologi dan ilmu Kesehatan, Universitas Senior Medan

²Prodi Kebidanan, STIKes Widya Husada Medan

* Penulis Korespondensi: dwipratiwi.kasmara@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Cakupan ASI eksklusif di Indonesia masih belum optimal, hanya mencapai 52,5% pada bayi usia <6 bulan (Riskesdas, 2021). Salah satu penyebab utamanya adalah hipogalaktia atau produksi ASI yang tidak mencukupi. Pemanfaatan tanaman tradisional seperti daun mangkoka (Polyscias scutellaria) sebagai galaktagog herbal telah lama dilakukan masyarakat, namun bukti ilmiahnya masih terbatas. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas penyuluhan dan konsumsi daun mangkoka terhadap peningkatan pengetahuan ibu menyusui mengenai ASI. Metode: Studi ini menggunakan desain quasi-eksperimental pretest-posttest satu kelompok (single-arm). Sebanyak 19 ibu menyusui diberikan penyuluhan dan konsumsi seduhan daun mangkoka selama 28 hari (3 g daun kering, 2x/hari). Pengetahuan diuji pada pretest (T0) dan posttest (T1) menggunakan kuesioner terstandarisasi. Hasil: Rata-rata skor pengetahuan meningkat signifikan dari 60 (pretest) menjadi 95 (posttest), dengan selisih +35 atau peningkatan sebesar 58,3%. Temuan ini menunjukkan penyuluhan dan pemanfaatan daun mangkoka mampu meningkatkan pengetahuan ibu menyusui secara substansial. Bukti pra-klinis mendukung potensi daun mangkoka sebagai galaktagog melalui peningkatan prolaktin, oksitosin, serta perbaikan histologi kelenjar mammae. Kesimpulan: Penyuluhan konsumsi daun mangkoka efektif meningkatkan pengetahuan ibu menyusui. Namun, penelitian lanjutan berbasis uji klinis terkontrol diperlukan untuk mengonfirmasi efektivitas dan keamanan daun mangkoka terhadap produksi ASI secara langsung.

Kata kunci: ASI eksklusif, daun mangkoka, Polyscias scutellaria, galaktagog herbal, penyuluhan.

Abstract

Background: Exclusive breastfeeding coverage in Indonesia remains suboptimal, reaching only 52.5% among infants aged <6 months (Riskesdas, 2021). One of the major contributing factors is hypogalactia or insufficient breast milk production. Traditional use of Polyscias scutellaria (mangkoka leaves) as a herbal galactagogue is common, although scientific evidence remains limited. Objective: This study aimed to determine the effectiveness of health education combined with the consumption of P. scutellaria leaves in improving breastfeeding knowledge among postpartum mothers. Methods: A quasi-experimental pretest-posttest single-group design was applied. Nineteen breastfeeding mothers received structured breastfeeding counseling and consumed mangkoka leaf infusion for 28 days (3 g dried leaves, twice daily). Breastfeeding knowledge was assessed using a standardized questionnaire at pretest (T0) and posttest (T1). Results: The mean knowledge score increased significantly from 60 (pretest) to 95 (posttest), with a mean difference of +35 or a relative increase of 58.3%. This indicates that the intervention effectively improved maternal knowledge. Preclinical evidence supports the lactogenic potential of P. scutellaria, including increased prolactin and oxytocin levels and improved mammary gland histology in animal models. Conclusion: Health education combined with mangkoka leaf consumption significantly enhances breastfeeding knowledge among mothers. Further randomized controlled clinical trials are needed to confirm the efficacy and safety of P. scutellaria in directly increasing breast milk production.

Keywords: Exclusive breastfeeding, Polyscias scutellaria, mangkoka leaves, herbal galactagogue, health education.

1. PENDAHULUAN

Pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan pertama hidup bayi merupakan salah satu intervensi kesehatan masyarakat yang paling efektif untuk menurunkan morbiditas dan mortalitas bayi serta mendukung tumbuh-kembang optimal anak. Namun cakupan ASI eksklusif di Indonesia belum optimal; data survei kesehatan nasional (RISKESDAS 2021) melaporkan bahwa sekitar 52,5% bayi usia <6 bulan menerima ASI eksklusif, dan ada kecenderungan penurunan sejak 2019 (Mahmudah et al., 2023; Munir et al., 2023).

Kegagalan atau kesulitan menyusui (hipogalaktia/produksi ASI yang dianggap tidak cukup) adalah salah satu penyebab utama penghentian menyusui dini dan beragam strategi—termasuk konseling laktasi, intervensi perilaku, serta penggunaan galaktagog herbal—sering digunakan untuk membantu ibu mempertahankan atau meningkatkan produksi ASI. Namun, bukti ilmiah mengenai efektivitas banyak galaktagog herbal pada manusia masih terbatas dan memerlukan penelitian berkualitas tinggi. Masalah hipogalaktia (produksi ASI rendah) sering menjadi kendala dalam keberhasilan ASI eksklusif, sehingga masyarakat tradisional di Indonesia banyak menggunakan tumbuhan galaktagog. Salah satunya adalah daun mangkoka (*Polyscias scutellaria*), yang sejak lama dipercaya dapat melancarkan ASI (Bazzano et al., 2016).

Di Indonesia dan wilayah Asia Tenggara, daun mangkoka (*Polyscias scutellaria*, dikenal lokal sebagai “daun mangkoka” atau “shield aralia”) telah lama digunakan secara tradisional untuk berbagai indikasi, termasuk dipercaya dapat membantu memperlancar produksi ASI. Selain catatan etnobotani, penggunaan tradisional ini mendorong minat penelitian ilmiah modern untuk mengevaluasi keamanan dan efektivitasnya (Dwi Pratwi Kasmara et al., 2024b).

Secara fito-kimia, ekstrak daun *P. scutellaria* dilaporkan mengandung berbagai golongan senyawa bioaktif seperti flavonoid, asam fenolat, saponin, terpenoid, dan senyawa lain yang memiliki aktivitas antioksidan dan antiinflamasi—kandungan yang secara farmakologis plausibel berperan pada mekanisme yang memengaruhi produksi ASI (mis. melalui modulasi hormon atau efek pada jaringan kelenjar mammae). Namun rincian mekanisme aksi yang relevan untuk galaktopoiesis tetap perlu diklarifikasi (Dwi Pratwi Kasmara et al., 2024a; Muhar et al., 2023).

Beberapa studi pra-klinis terbaru melaporkan efek laktogenik *P. scutellaria* pada model hewan. Riset eksperimental pada tikus laktasi menunjukkan bahwa pemberian ekstrak daun *P. scutellaria* berkaitan dengan peningkatan biomarker terkait laktasi (mis. peningkatan kadar prolaktin dan oksitosin serta perubahan histologi kelenjar mammae) serta perbaikan indikator produksi susu pada hewan percobaan. Temuan ini menjanjikan namun harus ditafsirkan dengan hati-hati karena bukti pada manusia masih belum memadai (Dwi Pratwi Kasmara et al., 2024a; Muhar et al., 2023).

Selain potensi manfaat, penting untuk mempertimbangkan aspek keamanan, mutu, dan interaksi obat: tinjauan literatur tentang galaktagog herbal mencatat keterbatasan bukti efektivitas dan perlunya perhatian terhadap keamanan (termasuk toksisitas, kontaminan, dan interaksi dengan kondisi medis atau obat lain). Oleh karena itu, upaya promosi atau penyuluhan mengenai penggunaan daun mangkoka untuk merangsang ASI harus didasarkan pada informasi yang seimbang—menggabungkan bukti ilmiah terkini, praktik tradisional, serta prinsip keselamatan dan konsultasi medis/laktasi—dan sebaiknya disertai penelitian klinis terkontrol pada manusia (Budiono, Pertami, Arifah, et al., 2023).

Berdasarkan latar belakang tersebut—tingkat ASI eksklusif yang belum memadai, kepercayaan tradisional terhadap daun mangkoka, serta bukti pra-klinis awal yang menjanjikan—penyuluhan yang terstruktur tentang penggunaan daun mangkoka sebagai bagian dari paket dukungan menyusui (dengan penekanan pada keselamatan dan bukti ilmiah) layak untuk dieksplorasi. Penelitian lanjutan, termasuk uji klinis pada ibu menyusui dan evaluasi program penyuluhan berbasis komunitas, diperlukan untuk menetapkan rekomendasi praktik yang aman dan efektif.

2. BAHAN DAN METODE

Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan studi pilot quasi-eksperimental pretest–posttest (single-arm) yang mengevaluasi efek penyuluhan dan konsumsi daun mangkoka (*Polyscias scutellaria*) pada indikator pengetahuan, self-efficacy menyusui, dan Outcome menyusui pada ibu menyusui. Setiap peserta melakukan pengukuran pretest (sebelum intervensi) dan posttest (setelah 28 hari intervensi); follow-up tambahan dilakukan pada 3 bulan postpartum untuk outcome sekunder.

Lokasi dan Waktu

Lokasi: Halaman Masjid Nurul Hikmah bertepatan dengan kegiatan posyandu Puskesmas Tunggul Hitam.

Waktu pelaksanaan: 1 hari dengan metode pretest dan post test.

Populasi dan Sampel

Populasi sasaran: 19 ibu menyusui yang menghadiri posyandu di lokasi studi (total sampling / convenience sample).

Kriteria inklusi/eksklusi: tetap seperti dirumuskan sebelumnya (usia ibu 18–45 tahun, bayi cukup bulan ≥ 37 minggu, tidak memakai obat yang memengaruhi laktasi, dsb). Enrolmen dilakukan setelah informed consent tertulis.

Instrumen dan Variabel yang Diukur

Pengukuran dilakukan pada dua waktu utama: pretest (T0) dan posttest (T1).

Variabel (pretest & posttest untuk seluruh peserta)

Skor pengetahuan menyusui (Knowledge Score) — kuesioner terstruktur yang dinilai 0–100 poin (25 soal pilihan ganda; tiap jawaban benar = 4 poin).

Outcome objektif

Prosedur Pelaksanaan (alur pretest → intervensi → posttest)

Pretest (T0): sebelum penyuluhan pertama, semua peserta mengisi kuesioner pengetahuan; dilakukan pengukuran berat badan bayi baseline dan pencatatan status ASI.

Intervensi: penyuluhan (30–45 menit per sesi) di halaman Masjid Nurul Hikmah; peserta menerima sediaan daun mangkakan terstandar (instruksi seduhan: 3 g daun kering/200–250 mL, 2×/hari selama 28 hari) dan log harian untuk mencatat konsumsi, frekuensi menyusui, dan efek samping.

Posttest (T1): peserta mengulang kuesioner pengetahuan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Hasil Tingkat Pengetahuan

Variabel / Keterangan	N	Pretest (Mean)	Posttest (Mean)	Mean difference (Δ = Post – Pre)	% Perubahan ($((\Delta/\text{Pre}) \times 100)$)
Skor	19	60	95	+35	58.3%

Tabel 1 menjelaskan bahwa Dari 19 ibu menyusui yang mengikuti penyuluhan di halaman Masjid Nurul Hikmah pada kegiatan posyandu Puskesmas Tunggul Hitam, rata-rata skor pretest pada instrumen pengetahuan menyusui tercatat 60, sedangkan rata-rata skor posttest setelah 28 hari intervensi meningkat menjadi 95, sehingga terjadi kenaikan rata-rata sebesar 35 poin (sekitar 58,3% relatif terhadap nilai pretest). Peningkatan tersebut menunjukkan adanya perbaikan substansial pada indikator yang diukur (pengetahuan menyusui), yang konsisten dengan efek yang diharapkan dari penyuluhan terstruktur dan dukungan programatik di level posyandu.

Peningkatan skor pengetahuan menyusui yang substansial (rata-rata naik dari 60 menjadi 95, $\Delta = +35$ atau +58,3%) menunjukkan bahwa intervensi penyuluhan sangat efektif meningkatkan pemahaman ibu tentang ASI. Hasil ini konsisten dengan temuan penelitian sebelumnya bahwa konseling laktasi secara signifikan memperbaiki pengetahuan, sikap, dan keterampilan menyusui ibu. Materi penyuluhan terstruktur yang disampaikan (materi ASI dan teknik menyusui, dukungan media leaflet, waktu sesi 30–45 menit) tampaknya berhasil mentransfer informasi penting kepada peserta. Ini sejalan dengan literatur komunitas yang melaporkan bahwa kegiatan edukasi kesehatan efektif meningkatkan pengetahuan menyusui pada ibu hamil dan nifas (Dwi Pratiwi Kasmara et al., 2023; Nurbaiti & Auliana, 2024).

Sejalan dengan peningkatan pengetahuan, konseling laktasi juga terbukti meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif. Studi oleh Herlina & Mustamin (2025) menunjukkan bahwa ibu yang menerima konseling menyusui memiliki tingkat keberhasilan pemberian ASI eksklusif lebih tinggi daripada ibu yang tidak mendapat konseling. Lebih jauh, beberapa penelitian lain mengkonfirmasi bahwa dengan pendidikan, motivasi, dan pelatihan keterampilan menyusui yang tepat, ibu cenderung melanjutkan ASI eksklusif hingga usia yang direkomendasikan. Dengan demikian, kenaikan pengetahuan menyusui pada peserta studi ini diperkirakan akan mendukung peningkatan praktik menyusui yang lebih

baik, misalnya frekuensi menyusui yang optimal atau durasi ASI eksklusif yang lebih lama, meski outcome tersebut belum diukur secara langsung dalam laporan ini (Herlina & Mustamin, 2025; Nurbaiti & Auliana, 2024).

Selain penyuluhan, intervensi ini melibatkan konsumsi daun mangkoka (*P. scutellaria*) sebagai galaktagog herbal. Walaupun studi ini belum melaporkan data kuantitatif produksi ASI ibu, bukti pra-klinis mendukung potensi efek laktogenik ekstrak daun mangkoka. Sebagai contoh, Budiono et al. (2023) menemukan bahwa pemberian ekstrak *P. scutellaria* pada tikus laktasi meningkatkan hormon prolaktin dan oksitosin, serta memperbaiki histologi kelenjar mammae, yang berkaitan dengan peningkatan produksi susu. Penelitian lain melaporkan bahwa *P. scutellaria* dapat memperbaiki struktur kelenjar susu dan menjaga kadar insulin ibu menyusui, sehingga dapat meningkatkan produksi susu. Temuan hewan ini konsisten dengan penggunaan tradisional di Indonesia yang lama menilai daun mangkoka dapat melancarkan ASI. Namun, penting dicatat bahwa efek tersebut teruji pada model hewan; uji klinis terkontrol pada manusia diperlukan untuk memastikan efikasi dan keamanan konsumsi daun mangkoka pada ibu menyusui (Budiono, Pertami, Kasiati, et al., 2023; Dwi Pratiwi Kasmara & Fitri Anita, 2023).

Sejauh ini, bukti klinis tentang galaktagog herbal masih terbatas dan beragam. Tinjauan sistematis terbaru menegaskan bahwa hasil uji coba herbal galaktagog bersifat campuran (mixed results) dan banyak uji klinis berkualitas tinggi belum. Bahkan, protokol klinis ASI oleh lembaga kesehatan menyatakan bahwa bukti saat ini belum cukup untuk merekomendasikan penggunaan spesifik galaktagog farmakologis atau herbal. Hal ini menunjukkan bahwa meski tradisi dan bukti awal hewan menjanjikan, setiap rekomendasi penggunaan daun mangkoka harus disertai informasi kehati-hatian. Penggunaan herbal harus mempertimbangkan kemungkinan efek samping, interaksi obat, serta variasi dosis efektif pada manusia. Oleh karena itu, penyuluhan sebaiknya menekankan pentingnya konsultasi dengan petugas kesehatan dan tidak menjadikan herbal sebagai pengganti dukungan laktasi standar (Dwi Pratiwi Kasmara et al., 2023; Dwi Pratiwi Kasmara & Fitri Anita, 2023).

Karena ini adalah studi pilot kuasi-eksperimental satu-kelompok dengan sampel kecil ($n=19$), hasil perlu ditafsirkan hati-hati. Tanpa grup kontrol, sulit memisahkan efek penyuluhan dari faktor eksternal (misalnya motivasi ibu yang sudah intens datang ke posyandu). Selain itu, hanya pengetahuan dan status penyusuan jangka pendek (28 hari) yang dilaporkan di sini; outcome objektif lain seperti frekuensi menyusui harian, berat badan bayi, atau kelangsungan ASI eksklusif jangka panjang belum terukur. Kebugaran makanan atau toleransi terhadap seduhan daun mangkoka juga perlu dipantau lebih lama untuk menilai keamanan. Penelitian lanjutan sebaiknya menggunakan desain terkontrol acak dan pengukuran ganda (mis. kuantitas ASI, prolaktin serum) untuk menentukan efek sebenarnya dari kombinasi penyuluhan dan konsumsi *P. scutellaria* (Herlina & Mustamin, 2025).

Secara keseluruhan, peningkatan skor pengetahuan yang tajam mengindikasikan bahwa program penyuluhan di posyandu efektif. Intervensi edukasi seperti ini relevan dalam upaya meningkatkan cakupan ASI eksklusif nasional yang masih di bawah target kesehatan masyarakat. Dukungan laktasi berbasis komunitas yang melibatkan pendidikan intensif, ditambah dengan tinjauan kritis tentang galaktagog herbal, dapat menjadi strategi komprehensif. Ke depan, hasil awal yang menggembirakan ini perlu diperkuat dengan penelitian klinis manusia untuk memastikan manfaat, dosis yang optimal, dan keamanan penggunaan daun mangkoka dalam mendukung ibu menyusui (Bazzano et al., 2016).

4. KESIMPULAN

Penyuluhan mengenai konsumsi daun mangkoka (*Polyscias scutellaria*) yang dikombinasikan dengan praktik penggunaannya selama 28 hari terbukti meningkatkan pengetahuan ibu menyusui mengenai ASI secara signifikan. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan skor pengetahuan dari rata-rata 60 menjadi 95 (kenaikan 58,3%), yang mencerminkan efektivitas penyuluhan sebagai strategi edukatif di tingkat komunitas. Meskipun penelitian ini belum mengukur secara objektif produksi ASI atau biomarker hormon laktasi pada manusia, temuan ini didukung oleh bukti pra-klinis yang menunjukkan bahwa ekstrak daun mangkoka dapat meningkatkan kadar prolaktin, oksitosin, memperbaiki struktur kelenjar mammae, serta mendukung proses laktasi pada hewan uji. Temuan empiris ini memberikan dasar biologis yang kuat untuk eksplorasi penggunaan daun mangkoka sebagai galaktagog herbal.

Namun demikian, karena desain penelitian ini merupakan studi pilot dengan jumlah sampel terbatas ($n = 19$), tanpa kelompok kontrol, serta belum melibatkan pengukuran langsung volume ASI, maka hasilnya harus ditafsirkan secara hati-hati. Aspek keamanan konsumsi jangka panjang daun mangkoka, dosis optimal, dan potensi efek samping masih memerlukan kajian lanjutan melalui uji klinis terkontrol pada manusia. Secara keseluruhan, penyuluhan konsumsi daun mangkoka merupakan pendekatan potensial yang dapat dikembangkan sebagai bagian dari dukungan laktasi berbasis komunitas. Kombinasi antara edukasi, pemanfaatan tradisi lokal, dan prinsip evidence-based practice dapat menjadi

strategi untuk meningkatkan keberhasilan ASI eksklusif di masyarakat. Diperlukan penelitian lebih lanjut dengan desain eksperimental kuat untuk memastikan efektivitas dan keamanan daun mangkokan sebagai galaktagog pada ibu menyusui.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Bazzano, A. N., Hofer, R., Thibeau, S., Gillispie, V., Jacobs, M., & Theall, K. P. (2016). A Review of Herbal and Pharmaceutical Galactagogues for Breast-Feeding. *Ochsner Journal*, 16(4), 511–524.
- Budiono, B., Pertami, S. B., Arifah, S. N., & ... (2023). Lactogenic effect of Polyscias scutellaria extract to maintain postpartum prolactin and oxytocin in lactating rats. In *Journal of Ayurveda and ... Elsevier*.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0975947622000390>
- Budiono, B., Pertami, S. B., Kasiati, K., Herawati, T., & ... (2023). Polyscias scutellaria Aqueous Leaves Extract Increases Insulin Levels and Improves Mammary Gland Histology in Lactating Rats. *The Indonesian ...*
<https://inabj.org/index.php/ibj/article/view/2425>
- Herlina, H., & Mustamin, R. (2025). The Effect of Breastfeeding Counseling on Increasing the Success of Exclusive Breastfeeding in Postpartum Mothers. *International Journal of Health Sciences*, 3, 544–552.
<https://doi.org/10.59585/ijhs.v3i3.828>
- Kasmara, Dwi Pratiwi, & Fitri Anita, Y. (2023). Relationship between postpartum mothers' knowledge about psychological adaptation during the postpartum period (taking in, taking hold dan letting go) and postpartum stress. *Jurnal Ibu Dan Anak*, 10(2), 52–59.
- Kasmara, Dwi Pratiwi, Yusman, R., Khairunnisa, S., Khairani, Hasibuan, I., Pariyanti, S., & Kasih, L. (2023). Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita Tentang Tanaman Obat Keluarga Sebagai Upaya Melestarikan Budaya Lokal. *Jurnal Ebima*, 4(2), 6–9.
- Kasmara, Dwi Pratiwi, Rashid, N. A., & Perangin-angin, S. A. (2024a). Indonesian Journal of Global Health Research. *Indonesian Journal of Global Health Research*, 6(6), 693–700. <https://doi.org/10.37287/ijghr.v2i4.250>
- Kasmara, Dwi Pratiwi, Rashid, N. A., & Perangin-angin, S. A. (2024b). THE ACTIVE COMPOUNDS IN POLYSCIAS SCUTELLARIA IDENTIFIED BASED ON THE SOLVENT. *THE 2TH INTERNATIONAL CONFERENCE ON HEALTH SCIENCES (ICHS)*, 143–147.
- Mahmudah, H., Maarif, M. Z., Noviati, T. D., Renowening, Y., & Ridha, A. (2023). Pemberian ASI Eksklusif Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Pada Usia Balita: Studi Literatur. *JURNAL PROMOTIF PREVENTIF*, 6(4), 600–607.
- Muhar, A. M., Velaro, A. J., Prananda, A. T., Nugraha, S. E., Çamlık, G., Wasnik, S., Abidin, S. Z., Sjöfjan, O., Harahap, M. A. Y., Syahrin, M. F., Taslim, N. A., Mayulu, N., Permatasari, H. K., Nurkolis, F., Situmorang, P. C., & Syahputra, R. A. (2023). Polyscias scutellaria: An emerging source of natural antioxidants and anti-inflammatory compounds for health. *PHARMACIA*, 70(4), 1463–1470.
<https://doi.org/https://doi.org/10.3897/pharmacia.70.e112502>
- Munir, R., Zakiah, L., Ramadani, F. N., Fauziah, N. A., & Handayani, P. (2023). Faktor-faktor yang mempengaruhi ibu post partum terhadap pemberian kolostrum. *Journal of Public Health Innovation*, 3(2), 173–180.
<https://doi.org/10.34305/jphi.v3i02.720>
- Nurbaiti, M., & Auliana, H. (2024). Pendidikan Kesehatan tentang Menyusui (Pemberian ASI) dan Teknik Menyusui. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2, 1509–1515. <https://doi.org/10.59837/jpmmba.v2i5.1049>