

EFEKTIFITAS PEMBERIAN SAYUR DAUN KATUK TERHADAP KECUKUPAN ASI PADA IBU MENYUSUI BAYI 0-14 HARI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BULUKERTO WONOGIRI

Atik Nurgiatmingsih¹, Aris Prastyoningsih^{1*}

¹Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada, Jl. Jaya Wijaya No.11, Kadipiro, Kec. Banjarsari, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57136

Korespondensi*: Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada, Jl. Jaya Wijaya No.11, Kadipiro, Kec. Banjarsari, Kota Surakarta, Jawa Tengah 57136

Abstrak

Pendahuluan: Produksi ASI dipengaruhi oleh oksitosin dan prolaktin. Daun Katuk mengandung polifenil dan steroid yang berperan dalam reflex prolactin atau merangsang alveoli untuk memproduksi ASI, serta merangsang hormone oksitosin untuk memacu pengeluaran dan pengaliran ASI dapat memperlancar pengeluaran ASI.

Tujuan: Mengetahui efektifitas pemberian sayur daun katuk terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui bayi 0 – 14 hari di Wilayah Kerja Puskesmas Bulukerto Wonogiri

Metode: Penelitian ini menggunakan jenis penelitian Quasi Eksperimental untuk mengetahui Efektifitas Pemberian Sayur Daun Katuk Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui Bayi 0-14 Hari Di Wilayah Kerja Puskesmas Bulukerto Wonogiri. Jumlah sampel yang berhasil dikumpulkan dalam penelitian ini berjumlah 30. Peneliti membagi sampel menjadi 2 kelompok yaitu Kelompok Kontrol (N=15), Kelompok Intervensi. Intervensi dalam penelitian ini menggunakan pemberian sayur daun katuk. Uji *Mann- Withney* dilakukan untuk mengetahui pengaruh pada masing-masing kelompok.

Hasil Penelitian: Dari hasil Analisa diketahui bahwa terdapat pengaruh pemberian sayur daun katuk terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui bayi 0-14 hari di wilayah kerja Puskesmas Bulukerto Wonogiri ($P = 0,000$; *Mean Different = 2,5*).

Kesimpulan: Pemberian sayur daun katuk memiliki pengaruh terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui bayi 0-14 hari di wilayah kerja Puskesmas Bulukerto Wonogiri.

Kata Kunci: ASI, Daun Katuk, Nifas.

Abstract

Introduction: Breast milk production is affected by oxytocin and prolactin. Katuk leaves contain polyphenyls and steroids which play a role in the prolactin reflex or stimulate the alveoli to produce breast milk, as well as stimulate the hormone oxytocin to stimulate the release and flow of breast milk to facilitate the release of breast milk.

Objective: To find out the effectiveness of giving katuk leaf vegetable on the adequacy of breast milk in mothers breastfeeding babies 0 – 14 days in the Work Area of the Bulukerto Health Center, Wonogiri

Methods: This study used a Quasi-Experimental research type to determine the Effectiveness of Giving Katuk Leaf Vegetables on Adequacy of Breast Milk in Mothers Breastfeeding Babies 0-14 Days in the Work Area of the Bulukerto Wonogiri Health Center. The number of samples that were successfully collected in this study amounted to 30. Researchers divided the samples into 2 groups, namely the Control Group (N = 15), the Intervention Group. The intervention in this study used katuk leaf vegetable. The Mann-Withney test was carried out to determine the effect on each group.

Results: From the results of the analysis it is known that there is an effect of giving katuk leaf vegetable on the adequacy of breast milk in mothers breastfeeding babies 0-14 days in the working area of the Bulukerto Wonogiri Health Center ($P = 0.000$; Mean Different = 2.5).

Conclusion: Provision of katuk leaves has an effect on the adequacy of breast milk in mothers breastfeeding babies 0-14 days in the working area of the Bulukerto Wonogiri Health Center.

Keywords: Breast Milk, Katuk Leaves, Postpartum.

PENDAHULUAN

Menyusui adalah proses fisiologis memberikan nutrisi yang optimal kepada bayi. (Eidelman and Schanler, 2012). Nutrisi yang sempurna untuk tumbuh kembang bayi adalah ASI (Pujiastuti and Wahyuningsih, 2019). ASI eksklusif berperan penting dalam tumbuh kembang bayi, namun berbagai kendala sering muncul (Astutik, 2017). Semua wanita memiliki potensi untuk memberikan ASI kepada anaknya, namun tidak semua ibu setelah melahirkan dapat langsung memproduksi ASInya dengan baik (Saputri, Ginting, and Zendato 2019).

Ibu menyusui sering menghadapi masalah seperti khawatir jika produksi ASI mereka tidak cukup dan tidak keluar, kurangnya dukungan dari keluarga, masalah fisik dan emosional, dan kurangnya kesadaran masyarakat dalam pemberian ASI eksklusif (Indrayani, Shahib, and Husin, 2020). Hal ini dapat meningkatkan angka kematian bayi yang disebabkan oleh infeksi. Penyakit menular yang paling umum adalah diare dan pneumonia (Ritonga et al. 2019). Angka kematian bayi merupakan salah satu indikator

penting untuk menentukan derajat kesehatan suatu negara, bahkan untuk mengukur tingkat kemajuan suatu bangsa (Kementerian Kesehatan RI, 2019).

Berdasarkan data dari kementerian kesehatan RI ditemukan bahwa 155 juta balita mengalami stunting, 52 juta balita kurus, dan 41 juta balita mengalami obesitas. Data riset kesehatan dasar tahun 2018 menunjukkan bahwa di Indonesia ditemukan 17,7% balita gizi buruk, 30,8% balita stunting, 10,2% balita sangat kurus, dan 8% mengalami obesitas. Kondisi ini berkaitan dengan pemberian ASI (Kementerian Kesehatan RI, 2014, 2018). Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019 menjelaskan bahwa cakupan ASI Eksklusif sebesar 67,74% (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Makanan selain ASI tidak boleh diberikan kepada bayi, terutama pada usia 0-6 bulan. (Kementerian Kesehatan RI, 2019). Rendahnya rentang pemberian ASI Eksklusif dikarenakan bayi diberikan makanan sebelum usia 6 bulan, pengetahuan ibu yang kurang, dan motivasi ibu yang rendah untuk memberikan ASI Eksklusif. Produksi ASI dipengaruhi oleh oksitosin dan prolaktin. (Aprilia, Rilyani, and Arianti 2020; Elison et al. 2020; Meihartati 2020). Kurangnya pemahaman tentang peningkatan produksi ASI merupakan tantangan yang dihadapi banyak ibu setelah melahirkan. (Nurul Pujiastuti, 2022).

Daun Katuk mengandung polifenil dan steroid yang berperan dalam reflex prolactin atau merangsang alveoli untuk memproduksi ASI, serta merangsang hormone oksitosin untuk memacu pengeluaran dan pengaliran ASI dapat memperlancar pengeluaran ASI Daun katuk juga mengandung beberapa senyawa alifatik. (Triananinsi, Andryani, and Basri 2020). Penelitian yang dilakukan di Aceh menunjukkan menunjukkan rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk efektif dalam memenuhi kecukupan ASI (Juliastuti 2019).

Daun katuk merupakan salah satu jenis herbal galactagogue yang dipercaya dapat meningkatkan kadar prolactin dan oksitosin, serta mengandung nutrisi yang dapat digunakan sebagai bahan baku sintesis ASI. Peningkatan volume asi disebabkan oleh daun katuk yang mengandung senyawa fitokimia yaitu alkaloid (papaverine), dan sterol (fitosterol) yang dapat meingkatkan kadar prolactin dan oksitosin, serta mengandung nutrisi yang dapat digunakan sebagai bahan baku sintesis ASI. Dalam 100 g daun katuk segar mengandung 79,8 g air, 7,6 g protein, 1,8 g lemak, 6,9 g karbohidrat, dan nilai energi 310 kJ (Zhuliyani, Safirah, and Saryono 2021).

METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah pendekatan *Quasy Eksperiment Design* dengan pendekatan *Control Group Pre-test/Post-test Design*, dimana terdapat

2 kelompok yang akan diuji pre dan post untuk melihat perbedaan pengaruh antara kedua intervensi. Intervensi diberikan kepada kelompok intervensi berupa pemberian sayur daun katuk yang dikonsumsi 1 mangkok sayur sehari selama 5 hari.

Dalam desain ini sampel penelitian adalah Sampel pada penelitian ini adalah pasien nifas di wilayah kerja Puskesmas Bulukerto, Wonogiri dengan jumlah ibu nifas 0 – 14 hari sejumlah 36 pasien pada bulan Januari dan 35 pasien pada bulan Februari 2023. Jumlah sampel yang berhasil dikumpulkan dalam penelitian ini berjumlah 30. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak masing-masing 15 ($N_{total} = 30$). Uji *Mann-Whitney* dilakukan untuk mengetahui pengaruh pada masing-masing kelompok. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan kode etik dari Universitas Kusuma Husada Surakarta dengan nomor 1084/UKH.L.02/EC/II/2023.

HASIL

Jumlah sampel yang berhasil dikumpulkan dalam penelitian ini berjumlah 30. Peneliti membagi sampel menjadi 2 kelompok yaitu Kelompok Kontrol (N=15), Kelompok Intervensi (N=15).

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Variabel	Kelompok Kontrol N=15		Kelompok Intervensi N=15		P Value
	N	%	N	%	
Usia Ibu					
20–25 tahun	3	20,0%	1	6,7%	0,227
26–30 tahun	8	53,3%	7	46,7%	
31–35 tahun	3	20,0%	4	26,7%	
36–40 tahun	1	6,7%	3	20,0%	
Total	15	100%	15	100%	
Paritas					
Primi	9	60,0%	9	60,0%	0,519
Multi	6	40,0%	6	40,0%	
Total	15	100%	15	100%	
Pendidikan Ibu					
SD	2	13,3%	2	13,3%	0,350
SMP	7	46,7%	6	40,0%	
SMA	3	20,0%	4	26,7%	
PT	3	20,0%	3	20,0%	
Total	15	100%	15	100%	
Pekerjaan Ibu					
Buruh	8	53,3%	6	40,0%	0,114
Kantoran	4	26,7%	7	46,7%	
Tidak Bekerja	3	20,0%	2	13,3%	
Total	15	100%	30	100%	

Dari hasil analisis distribusi karakteristik responden diperoleh hasil bahwa sampel terbanyak terdapat pada usia 26 –30 tahun dengan proporsi 53,3% pada kelompok kontrol, 46,7% pada kelompok intervensi. Paritas responden memiliki proporsi terbanyak primipara 60,0% pada kelompok kontrol dan pada kelompok intervensi. Pendidikan responden didominasi dengan SMP sebanyak 46,7% pada kelompok kontrol dan 40,0% pada kelompok intervensi. Sebagian besar responden pada penelitian ini bekerja sebagai buruh 53,3% pada kelompok kontrol dan kantoran 46,7% pada kelompok intervensi

Uji *Wilcoxon* dan *Mann Whitney* dilakukan pada kelompok kontrol, dan kelompok intervensi dikarenakan hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data tidak normal.

Tabel 2. Pengaruh Pemberian Sayur Daun Katuk terhadap Kecukupan ASI pada Ibu Menyusui Bayi 0-14 hari di Wilayah Kerja Puskesmas Bulukerto Wonogiri

Kelompok	Mean	Mean Different	N	Std. Deviasi	P-Value
<i>Pre Test</i> Kelompok Intervensi	2,07		15	0,594	
<i>Post Test</i> Kelompok Intervensi	4,40	2,33	15	0,507	0,001*
<i>Pre Test</i> Kelompok Kontrol	2,27		15	0,704	
<i>Post Test</i> Kelompok Kontrol	3,67	1,4	15	0,816	0,001*

Wilcoxon ; **P Value* < 0,05; ***P Value* < 0,01

Kelompok intervensi merupakan kelompok yang diberikan intervensi berupa pemberian sayur daun katuk yang diberikan 1 mangkok sayur sehari selama 5 hari pada ibu menyusui. Dari hasil uji *wilcoxon* diketahui bahwa terdapat pengaruh pemberian sayur daun katuk terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui bayi 0-14 hari di wilayah kerja Puskesmas Bulukerto Wonogiri ($P = 0,000$; *Mean Different* = 2,33).

Kelompok kontrol merupakan kelompok yang tidak diberikan intervensi apapun. Dari hasil uji *wiloxon* diketahui bahwa terdapat perbedaan hasil kecukupan ASI pada ibu menyusui bayi 0-14 hari di wilayah kerja Puskesmas Bulukerto Wonogiri ($P = 0,000$; *Mean Different* = 1,4).

Tabel 3. Perbedaan Pengaruh Pemberian Sayur Daun Katuk terhadap Kecukupan ASI pada Ibu Menyusui Bayi 0-14 hari di Wilayah Kerja Puskesmas Bulukerto Wonogiri pada Kelompok Intervensi

Variabel	<i>Pre Test</i> Mean \pm SD	<i>Post Test</i> Mean \pm SD	<i>Mean</i> <i>Different</i>	<i>P Value</i>
Kelompok Kontrol	2,27 \pm 0,704	3,67 \pm 0,816	1,4	0,000**
Kelompok Intervensi	2,07 \pm 0,594	4,40 \pm 0,507	2,3	0,000**

Mann Whitney ; **P Value* < 0,05; ***P Value* < 0,01

Menunjukkan hasil uji beda menggunakan uji *Mann Whitney* untuk membandingkan pengaruh masing-masing kelompok. Dari hasil Analisa diketahui bahwa terdapat pengaruh pemberian sayur daun katuk terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui bayi 0-14 hari di wilayah kerja Puskesmas Bulukerto Wonogiri, dengan pengaruh terbesar terdapat pada kelompok intervensi dengan *mean different* 2,3 (*P Value* 0,000).

PEMBAHASAN

Kelompok Kontrol merupakan kelompok tanpa intervensi. kelompok intervensi merupakan kelompok yang diberikan intervensi berupa pemberian sayur daun katuk yang diberikan 1 mangkok sayur sehari selama 5 hari pada ibu menyusui. Dari hasil uji *Mann Whitney* diketahui bahwa terdapat pengaruh pemberian sayur daun katuk terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui bayi 0-14 hari di wilayah kerja Puskesmas Bulukerto Wonogiri ($P = 0,000$; *Mean Different* = 2,3), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian sayur daun katuk terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui bayi 0-14 hari di wilayah kerja Puskesmas Bulukerto Wonogiri.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa daun katuk dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas, dari 30 responden yang dibagi dua kelompok pada kelompok kontrol terdapat 5 ibu nifas (16.6%) yang pengeluaran ASInya lancar 10 responden (33.3%) yang tidak lancar, sebaliknya pada kelompok intervensi menunjukkan 14 responden (46.6%) yang mengalami pengeluaran ASInya lancar sedangkan 1 ibu nifas (3.3%) yang tidak lancar. Pengujian menggunakan uji *Chi square*, dengan hasil *Asymp. Sig. (2-tailed)* $0.003 < \alpha 0.05$ atau 5% dengan demikian H_0 di tolak yang artinya ada hubungan pemberian sayur daun katuk terhadap kelancaran ASI pada ibu multipara di Puskesmas Caile Bulukumba (Triananinsi, Andryani, and Basri 2020).

Penelitian sebelumnya merupakan penelitian pre-experimental design dengan one group pretest – posttest. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Suli dengan nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$). Kesimpulannya adalah ada pengaruh pemberian air rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Suli (Dolang et al. 2021).

Penelitian literature review sebelumnya menemukan bahwa partisipan mengkonsumsi daun katuk dengan cara mengkonsumsi ekstrak daun katuk 2 kapsul 2x1 hari, metode simplisia 2x1 hari 150ml, rebusan daun katuk 3x150ml. Berdasarkan artikel pencarian yang ditemukan pada 9 jurnal didapatkan bahwa seluruh artikel yang ditemukan menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang efektif antara konsumsi daun katuk terhadap peningkatan produksi ASI baik dengan cara mengkonsumsi daun katuk dengan diolah menjadi sayur bening, ekstrak daun katuk, rebusan daun katuk, maupun diolah menjadi biscuit atau cemilan bagi ibu menyusui (Ibrahim et al. 2021).

Penelitian sebelumnya merupakan penelitian quasi eksperimental dengan desain nonequivalent kontrol group design. Sampel dalam penelitian ini adalah 30 orang yang terdiri dari 15 kelompok eksperimen dan 15 kelompok kontrol. Dilakukan pada bulan Januari-Februari 2023. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Analisis univariat menggunakan distribusi tendensi sentral dan analisis bivariatnya menggunakan uji t berpasangan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata kecukupan air susu ibu pada ibu menyusui kelompok eksperimen sebelum pemberian daun katuk sebesar 6,80 dan sesudah pemberian daun katuk 8,47. Hasil penelitian tersebut menyimpulkan bahwa pemberian daun katuk terbukti efektif terhadap kecukupan Air Susu Ibu (ASI) pada ibu menyusui (Suyanti and Anggraeni 2020).

Daun katuk merupakan salah satu jenis herbal galactagogue yang dipercaya dapat meningkatkan kadar prolaktin dan oksitosin, serta mengandung nutrisi yang dapat digunakan sebagai bahan baku sintesis ASI. Peningkatan volume ASI disebabkan oleh daun katuk yang mengandung senyawa fitokimia yaitu alkaloid (papaverin) dan sterol (fitosterol) yang dapat meningkatkan kadar prolaktin dan oksitosin, serta mengandung nutrisi yang dapat digunakan sebagai bahan baku sintesis ASI. 100 g daun katuk segar mengandung 79,8 g air, 7,6 g protein, 1,8 g lemak, 6,9 g karbohidrat, dan nilai energi 310 kJ. Daun katuk terbukti dapat meningkatkan kualitas ASI pada ibu menyusui (Zhuliyani, Safirah, and Saryono 2021).

Efektivitas rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk (*Sauropus androgynus*) dan ekstrak daun katuk terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui. Metode penelitian sebelumnya menggunakan quasi eksperimen dengan rancangan pre test and post test design, teknik pengambilan sampel dengan purposive sampling sebanyak 20 ibu

menyusui, hasil penelitian di analisa dengan uji independent t-test. Hasil Penelitian menunjukkan rebusan daun katuk dan ekstrak daun katuk efektif dalam memenuhi kecukupan ASI. Rebusan daun katuk dalam penelitian tersebut terbukti meningkatkan kenaikan berat badan bayi dibandingkan ekstrak daun katuk dengan p value 0,000 (Juliastuti 2019).

Penyelidikan fitokimia daun *S. androgynus* mengungkapkan bahwa mereka mengandung sterol, resin, tanin, saponin, alkaloid, flavonoid, terpenoid, glikosida, fenol, katekol, glikosida jantung, dan senyawa asam. Sebelumnya, skrining fitokimia awal pada daun *S. androgynus* menunjukkan polifenol, antosianin, karotenoid, asam askorbat, dan tannin. Studi fitokimia lebih lanjut oleh Gireesh et al. mengemukakan bahwa etanol daun dan ekstrak air *S. androgynus* mengandung tanin, saponin, flavonoid, terpenoid, fenolat, steroid, dan alkaloid. Studi fitokimia awal ini menunjukkan bahwa *S. androgynus* mengandung berbagai konstituen biomolekul yang mungkin berkontribusi pada sifat obat, toksik, dan antioksidannya (Bunawan et al. 2015).

Wang dan Lee mengisolasi enam senyawa (tiga nukleosida, dua flavonol diosida, dan satu senyawa flavonol triosida) berdasarkan analisis spektral dari ekstrak butanol daun *S. androgynus*. Salah satu senyawa baru yang diisolasi yaitu 3-O- β -D-glucosyl-(1-6)- β -D-glucosyl-kaempferol (GGK), dilaporkan berpotensi tinggi sebagai agen antiobesitas. Sebuah studi oleh Kanchanapoom et al. menjelaskan dan mengidentifikasi tujuh senyawa bioaktif dari ekstrak metanol bagian udara *S. androgynus*, termasuk tiga glikosida lignan, diglikosida lignan, glukosida megastigma, dan senyawa glukosida megastigma. Daun *S. androgynus* ditemukan memiliki kandungan flavonoid dan senyawa bioaktif tertinggi di antara 11 sayuran dari Indonesia dengan 142,64 mg per 100 gram berat segar dengan quercetin, myricetin, luteolin, apigenin, dan kaempferol yang terdeteksi dengan analisis HPLC. Selanjutnya, asam fenolik seperti asam klorogenat, asam caffeic, dan asam ferulat juga diidentifikasi dalam penelitian mereka. Selvi dan Basker menemukan keberadaan fitol dan squalene dalam ekstrak etanol *S. androgynus* menggunakan analisis gas chromatography-mass spectrometry (GC-MS). Analisis lebih lanjut pada ekstrak etanolik daun *S. androgynus* oleh GC-MS menemukan sembilan senyawa yang memiliki fungsi obat seperti antimikroba, antiinflamasi, antioksidan, dan antikanker (Bunawan et al. 2015).

SIMPULAN

Karakteristik responden diperoleh hasil bahwa sampel terbanyak terdapat pada usia 26 –30 tahun dengan proporsi 53,3% pada kelompok kontrol, 46,7% pada kelompok intervensi. Paritas responden memiliki proporsi terbanyak primipara 60,0%

pada kelompok kontrol dan pada kelompok intervensi. Pendidikan responden didominasi dengan SMP sebanyak 46,7% pada kelompok kontrol dan 40,0% pada kelompok intervensi. Sebagian besar responden pada penelitian ini bekerja sebagai buruh 53,3% pada kelompok kontrol dan kantoran 46,7% pada kelompok intervensi.

Sebelum diberikan sayur daun katuk kelompok intervensi memiliki rata-rata skor kecukupan ASI 2,07, dan kelompok kontrol memiliki rata-rata skor kecukupan ASI 2,27. Setelah diberikan sayur daun katuk kelompok intervensi memiliki rata-rata skor kecukupan ASI 4,40 dan kelompok kontrol memiliki rata-rata skor kecukupan ASI 3,67. Terdapat pengaruh pemberian sayur daun katuk terhadap kecukupan ASI pada ibu menyusui bayi 0-14 hari di wilayah kerja Puskesmas Bulukerto Wonogiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Aprilia, Reni, R Rilyani, and Lidya Arianti. 2020. "Pengaruh Pemberian Sayur Daun Pepaya Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Nifas." *Wellness And Healthy Magazine* 2(1): 5–12.
- Astutik, R.Y. 2017. *Payudara Dan Laktasi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Bunawan, Hamidun, Siti Noraini Bunawan, Syarul Nataqain Baharum, and Normah Mohd Noor. 2015. "Sauropus Androgynus (L.) Merr. Induced Bronchiolitis Obliterans: From Botanical Studies to Toxicology." *Evidence-based Complementary and Alternative Medicine* 2015.
- Dolang, Mariene Wiwin et al. 2021. "Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas." *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)* 6(3): 256.
- Eidelman, Arthur I., and Richard J. Schanler. 2012. "Breastfeeding and the Use of Human Milk." *Pediatrics* 129(3).
- Elison, Nila Kusumawati, Dhini Anggraini Dhillon, Milda Hastuty, and Winda Sari Wahyuni. 2020. "Penyebab Rendahnya Cakupan Asi Eksklusif Di Kabupaten Kampar Provinsi Riau." *Jurnal Doppler Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai* 4(1): 43–48.
- Ibrahim, Izhar et al. 2021. "Literature Review: Pengaruh Daun Katuk (Sauropus Androgynus) Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui." *Jurnal Kesehatan* 10(2): 31–37.
<https://jurnal.stikesyatsi.ac.id/index.php/kesehatan/article/view/353>.
- Indrayani, Diyan, Muhamad Nurhalim Shahib, and Farid Husin. 2020. "The Effect of Katuk (Sauropus Androgynus (L) Merr) Leaf Biscuit on Increasing Prolactine

- Levels of Breastfeeding Mother.” *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 16(1): 1–7.
- Juliastuti, Juliastuti. 2019. “Efektivitas Daun Katuk (*Sauropus Androgynus*) Terhadap Kecukupan Asi Pada Ibu Menyusui Di Puskesmas Kuta Baro Aceh Besar.” *Indonesian Journal for Health Sciences* 3(1): 1.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. “Infodatin-ASI.” *Millennium Challenge Account - Indonesia*: 1–2.
<https://pusdatin.kemkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-asi.pdf>.
- . 2018. “Manfaat ASI Eksklusif Untuk Ibu Dan Bayi.” *Kementrian Kesehatan Direktorat Promosi Kesehatan dan Pemberdayaan*.
<http://promkes.kemkes.go.id/manfaat-asi-eksklusif-untuk-ibu-dan-bayi>.
- . 2019a. “Berikan ASI Untuk Tumbuh Kembang Optimal.” *Kementerian Kesehatan RI, p. 1. Available at:*
<https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-ke-2-di-indonesia.html>. *Kemenkes*: 1.
<https://www.kemkes.go.id/article/view/19093000001/penyakit-jantung-penyebab-kematian-terbanyak-ke-2-di-indonesia.html>.
- . 2019b. *Profil Kesehatan Indonesia 2019*.
- Meihartati, Tuti. 2020. “Hubungan Pijat Oksitosin Terhadap Kelancaran Produksi Asi Ibu Postpartum.” *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan* 12(2): 193–97.
- Pujiastuti, N, and B D Wahyuningsih. 2019. “Relationship Between Educational Level and Early Breastfeeding Side Meal in Gemurung Village Sidoarjo Regency.” *International Conference of Kerta Cendeka Nursing Academy* 1(1): 49–56.
<http://ejournal-kertacendekia.id/index.php/ICKCNA/article/view/79%0Ahttps://ejournal-kertacendekia.id/index.php/ICKCNA/article/view/79/86>.
- Pujiastuti, Nurul. 2022. “Literature Review: The Effect of Consumption Vigna Radiata, Carica Papaya, and Sauropus Androgynous Leaves on Breast Milk Production.” *Journal of Nursing Science Update* 10(1).
- Ritonga, Nikmah Jalilah et al. 2019. “Sari Kacang Hijau Sebagai Alternatif Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Menyusui.” *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)* 2(1): 89–94.
- Saputri, Ika Nur, Desideria Yosepha Ginting, and Ilusi Ceria Zendato. 2019. “Pengaruh Pijat Oksitosin Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Postpartum.” *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)* 2(1): 68–73.
- Suyanti, Suyanti, and Kiki Anggraeni. 2020. “Efektivitas Daun Katuk Terhadap Kecukupan Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Menyusui Di Bidan Praktek Mandiri (Bpm) Bd. Hj. Iin Solihah, S.St., Kabupaten Majalengka.” *Journal of Midwifery*

Care 1(1): 1–10.

- Triananinsi, Nurhidayat, Zelna Yuni Andryani, and Fasilah Basri. 2020. “The Correlation of Giving Sauropus Androgynus Leaves To The Smoothness of Breast Milk In Multiparous Mother At Caile Community Health Centers.” *Journal of Healthcare* 6(1): 12–20. <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/3585>.
- Zhuliyani, Aditya Robby, Lutfiah Safirah, and Saryono. 2021. “Manfaat Daun Katuk Untuk Meningkatkan Kualitas ASI Pada Ibu Menyusui.” *Medsains* 7(01): 19–26. <http://www.tjyybjb.ac.cn/CN/article/downloadArticleFile.do?attachType=PDF&id=9987>.