



Optimalisasi Produksi Air Susu Ibu dengan Kombinasi Daun Katuk dan Lembayung

Dessy Hidayati Fajrin^{*1}, Lydia Febri Kurniatin², Aspia Lamana³

1,2,3Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Pontianak

*e-mail: dessyfajrin0706@gmail.com¹, lydiatefri@gmail.com², aspialamana@gmail.com³

DOI : 10.62354/healthcare.v3i4.167

Received : September 9th 2025 Revised : September 14th 2025 Accepted : December 1st 2025

Abstrak

Nutrisi terbaik dalam kualitas dan kuantitas pada saat masa pertumbuhan otak yang terjadi dari 0 bulan sampai 6 bulan terkandung dalam ASI Eksklusif. Praktik pemberian ASI eksklusif dari 276 bayi usia (0-6 bulan) Di Wilayah Sungai Beliung Pontianak hanya 187 (67,75%) yang melaksanakan ASI eksklusif. Sedangkan, persentase bayi usia kurang dari 6 bulan mendapatkan ASI eksklusif di Kota Pontianak sebesar 57,6% dengan target 50%. Walaupun telah memenuhi target, faktanya lebih dari setengah bayi usia 0-6 bulan di wilayah Kelurahan Sungai Beliung telah mendapatkan MP ASI dini yang memberikan dampak kesehatan yang kurang baik, diantaranya meningkatkan kasus stunting dan masalah gizi lainnya. Daun katuk berkhasiat untuk menstimulasi pengeluaran air susu ibu sedangkan kandungan steroid dan polifenol didalamnya berfungsi untuk menaikkan kadar prolaktin dengan demikian produksi ASI dapat meningkat. Daun lembayung bermanfaat untuk menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, saponin, polifenol, steroid, dan flavonoid sehingga dapat meningkatkan produksi ASI.

Sasaran dalam kegiatan ini adalah Ibu Hamil TM 3, kelompok ibu menyusui, dan kader yang berjumlah 50 orang didukung oleh mitra yaitu bidan wilayah kerja Puskesmas Perumnas II. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan bentuk Penyuluhan tentang Peningkatan Produksi ASI melalui Pemberian Kombinasi Daun Katuk dan Lembayung pada tanggal 13 Juni 2025. Dari 50 peserta yang hadir, tim mengambil sampel 30 peserta. Analisis data dilakukan dengan uji Wilcoxon dan didapatkan hasil p value = 0.003 sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan pengetahuan yang bermakna antara sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan tentang Peningkatan Produksi ASI melalui Pemberian Daun Katuk dan Lembayung.

Kata kunci: air susu ibu, daun katuk, edukasi

Abstract

The best nutrition in terms of quality and quantity during the brain development period from 0 to 6 months is contained in exclusive breastfeeding. Exclusive breastfeeding practices from 276 infants aged (0-6 months) in Sungai Beliung Pontianak Region only 187 (67.75%) practiced exclusive breastfeeding. Meanwhile, the percentage of infants aged less than 6 months receiving exclusive breastfeeding in Pontianak City was 57.6% with a target of 50%. Despite meeting the target, more than half of infants aged 0-6 months in the Sungai Beliung Urban Village area have received early breastfeeding MP which has an adverse health impact, including increasing cases of stunting and other nutritional problems. Katuk leaves are efficacious to stimulate the production of breast milk while the steroid and polyphenol content in it serves to increase prolactin levels, thus increasing breast milk production. Lembayung leaves are useful for stimulating oxytocin and prolactin hormones such as alcoloids, saponins, polyphenols, steroids, and flavonoids so that they can increase breast milk production.

The targets of this activity were 50 pregnant women in their third trimester, breastfeeding mothers, and cadres, supported by partners, namely midwives working at the Perumnas II Community Health Center. The activity was carried out in the form of an educational session on increasing breast milk production through the combination of katuk and lembayung leaves on June 13, 2025. From the 50 participants who attended, the team took samples from 30 participants. Data analysis was performed using the Wilcoxon test, and the result was a p-value of 0.003. Therefore, it can be concluded that there was a significant difference in knowledge between before and after receiving counseling on Increasing Breast Milk Production through the Administration of Katuk and Lembayung Leaves..

Keywords: *breastfeeding, katuk leaves, lembayung leaves, education*

A. PENDAHULUAN

Masalah kesehatan terkait gizi pada anak masih menjadi permasalahan di dunia, terutama di negara berkembang. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang yang memiliki masalah status gizi cukup tinggi. Upaya untuk meningkatkan status gizi harus dimulai sedini mungkin, tepatnya dimulai dari masa kehidupan janin. Di Indonesia upaya ini disebut dengan Gerakan 1000 Hari Pertama Kehidupan disingkat dengan 1000 HPK. Fokus penanganan gizi pada 1000 HPK ini adalah untuk mencegah terjadinya kekurangan gizi yang merupakan masalah utama kesehatan pada balita karena dapat menghambat proses pertumbuhan dan perkembangannya serta berkontribusi terhadap morbiditas dan mortalitas anak. Secara umum kekurangan gizi pada anak dibagi menjadi stunting (tinggi badan kurang menurut usia), wasting (berat badan kurang menurut tinggi badan), dan gizi buruk (berat badan kurang menurut usia). Masalah-masalah gizi tersebut akan terjadi apabila pada zat gizi tidak terpenuhi pada periode 1000 HPK.

Bayi merupakan sosok unik dengan kebutuhan berbeda sesuai dengan tahap pertumbuhan dan perkembangannya (Roesli & Yohmi, 2013). Demikian dengan kebutuhan nutrisi perlu untuk terpenuhi pada setiap fase kehidupan. Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bayi untuk mencapai pertumbuhan yang optimal. ASI mengandung nutrisi yang tepat dan mudah diserap tubuh. ASI memberikan nutrisi yang spesifik sesuai usia serta faktor imunologis dan substansi antibakteri (Walyani & Purwoastuti, 2017). ASI juga mengandung komponen non-nutrisi seperti hormone, growth factor, makrofag, probiotik serta memiliki peran penting terhadap pembentukan epigenetik. Secara psikologis, ASI memiliki efek basic sense of trust dimana hal tersebut akan membantu anak tumbuh dengan psikologi sehat dan baik (Maier et al., 2020).

Nutrisi terbaik dalam kualitas dan kuantitas pada saat masa pertumbuhan otak yang terjadi dari 0 bulan sampai 6 bulan terkandung dalam ASI Eksklusif. Perkembangan otak anak dimulai sejak dalam kandungan sampai usia 3 tahun yang dikenal dengan periode emas, sehingga diperlukan pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan dan dapat diteruskan sampai anak berusia 2 tahun. Hal tersebut dikarenakan ASI mengandung protein, karbohidrat, lemak dan mineral yang dibutuhkan bayi dalam jumlah yang seimbang (Wattimena & Werdani, 2015). Asam lemak tak jenuh rantai panjang (polyunsaturated fatty acids) yang diperlukan untuk pembentukan sel-sel otak yang optimal. Jumlah DHA dan AA dalam ASI sangat mencukupi dalam menjamin pertumbuhan dan kecerdasan anak. Asupan makanan ibu menyusui ikut menentukan kualitas ASI (Lyons et al., 2020).

ASI eksklusif yaitu pemberian ASI selama 6 bulan pertama tanpa nutrisi pendamping lainnya perlu ditekankan kepada seluruh ibu menyusui terkait dengan penemuan-penemuan terbaru yang cukup membahayakan perihal dampak buruk susu formula (Heffner & Schust, 2010). Penelitian yang dilakukan oleh Institut Pertanian Bogor (IPB) menemukan bahwa susu formula dari 22 sampel terdapat 22,73% susu formula yang dipasarkan pada bulan April telah terkontaminasi bakteri Enterobacter sakazakii. Bakteri tersebut dapat menyebabkan radang selaput otak pada bayi. Selain itu, susu formula yang telah dikemas dalam kaleng dapat mengandung Bisphenol A yang dapat mengganggu kesehatan terutama pertumbuhan anak (Paramita, 2019).

Kelurahan Sungai Beliung merupakan salah satu kelurahan binaan jurusan kebidanan Poltekkes Kemenkes Pontianak yang berada di Kecamatan Pontianak Barat Kota Pontianak. Luas wilayah Kelurahan Sungai Beliung sama dengan wilayah kerja UPT Puskesmas Perumnas II yaitu 567 Ha, yang terdiri dari 37 RW dan 196 RT. Wilayah Kelurahan Sungai Beliung merupakan wilayah yang padat penduduk.

Berdasarkan profil kelurahan tahun 2023, kelurahan Sungai Beliung memiliki jumlah penduduk sebesar 58.490 jiwa dengan 16.820 jumlah KK sehingga dengan luas wilayah yang tidak bertambah maka kepadatan penduduk pada tahun 2023 adalah 129/Ha Orang. Selain mempunyai kondisi sosial budaya yang masih tradisional sebagian besar penduduk adalah dari kalangan ekonomi lemah (kurang mampu) yaitu sebanyak ±3.096 jiwa, yang tentunya memiliki keterbatasan dalam pemeliharaan kesehatan baik perorangan maupun kelompok.

Dari analisis situasi di atas, terdapat 1 prioritas masalah mitra yang akan dianalisis lebih lanjut yaitu praktik pemberian ASI eksklusif. dari 276 bayi usia (0-6 bulan), hanya 187 (67,75%) yang melaksanakan ASI eksklusif. Sedangkan, persentase bayi usia kurang dari 6 bulan mendapatkan ASI eksklusif di Kota Pontianak sebesar 57,6% dengan target 50%. Walaupun telah memenuhi target, faktanya lebih dari setengah bayi usia 0-6 bulan di wilayah Kelurahan Sungai Beliung telah mendapatkan MP ASI dini yang memberikan dampak kesehatan yang kurang baik, diantaranya meningkatkan kasus stunting dan masalah gizi lainnya (2-4). Tercatat di wilayah Kelurahan Sungai Beliung kasus Stunting masih memiliki masalah prioritas pada gizi balita dengan jumlah kasus sebesar 76 kasus pada tahun 2022 dan meningkat sebanyak 84 kasus pada tahun 2023. Solusi yang holistik dan terintegrasi diperlukan untuk mengatasi masalah ini, termasuk pendidikan dan dukungan yang lebih baik bagi ibu menyusui.

Permasalahan tidak lancarnya proses keluarnya ASI merupakan salah satu penyebab seseorang tidak dapat menyusui bayinya sehingga proses menyusui jadi terganggu. Oleh karena itu diperlukan adanya pendekatan kepada masyarakat untuk dapat mengubah kebiasaan buruk memberikan makanan pendamping ASI sebelum bayi berusia 6 bulan dan pengenalan berbagai metode yang akan membantu ibu menyusui untuk memperlancar pengeluaran ASI (Hamdayani & Syofiah, Nelly, 2022). Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi kelancaran ASI adalah seperti frekuensi pemberian ASI, berat bayi saat lahir, usia kehamilan saat bayi baru lahir, IMD, usia ibu, paritas, perokok, stress dan penyakit akut, konsumsi alkohol, perawatan payudara, penggunaan alat kontrasepsi dan status gizi atau makanan yang dikonsumsi sehingga berdampak pada pengeluaran ASI yang kurang lancar bagi ibu menyusui karena kurangnya asupan nutrisi yang seimbang, maka akan mengakibatkan gizi buruk pada bayi. Jika gizi ibu menyusui buruk sangat berpengaruh terhadap kualitas dan kuantitas produksi ASI (Hamdayani & Syofiah, Nelly, 2022).

Pada pemberian ASI secara Eksklusif ada beberapa hambatan yang sering kali dialami oleh ibu yaitu produksi ASI yang kurang, puting susu lecet, bayi yang kesulitan menghisap puting susu. Produksi ASI yang kurang sangat mempengaruhi keberlangsungan pemberian ASI Eksklusif. Bayi yang tidak mendapat ASI secara Eksklusif cenderung akan lebih mudah beresiko terkena infeksi maupun penyakit sehingga dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan pada bayi tersebut. Kekurangan nutrisi dapat menyebabkan kerugian yang cukup signifikan bagi bayi terutama dalam masalah tumbuh kembang bahkan dapat mengalami stunting (Widyawaty & Fajrin, 2020). Keberhasilan dalam menyusui sangat dipengaruhi oleh pola makan pada ibu selama menyusui, oleh karena itu sangat dianjurkan agar ibu mengkonsumsi makanan berupa sayuran hijau yang bergizi, karena akan dimetabolisme sistem pencernaan sehingga zat-zat gizi akan diserap oleh tubuh dan akan dialirkan kedalam ASI sehingga ASI lebih banyak diproduksi (Dolang et al., 2021).

Beberapa sayur-sayuran yang dapat meningkatkan volume ASI diantaranya adalah daun katuk dan daun kacang panjang. Daun katuk berkhasiat untuk

menstimulasi pengeluaran air susu ibu sedangkan kandungan steroid dan polifenol didalamnya berfungsi untuk menaikkan kadar prolaktin dengan demikian produksi ASI dapat meningkat (Dolang et al., 2021). Daun katuk adalah sejenis sayuran, daun ini memiliki nama latin *Sauvagesia androgynus* dan termasuk famili Euphorbiaceae. Salah satu manfaat daun katuk yang populer adalah kemampuannya untuk memperlancar dan memproduksi ASI (Suyanti & Anggraeni, 2020).

Daun kacang panjang juga dapat dikonsumsi dalam bentuk sayur, daun kacang panjang ini mudah diperoleh dan harganya murah (Djama & T, 2018). Masyarakat di desa sering menggunakan daun kacang panjang sebagai pelancar ASI dan meningkatkan produksi ASI. Kandungan gizi dalam daun kacang panjang juga tidak kalah penting dibanding sayuran hijau lainnya, yang mana daun kacang panjang mengandung karbohidrat, protein, lemak, kalsium, fosfor, dan zat besi (Ramadhanti, Putri, Indah R Lubis & Mulyawati, 2022). Daun kacang panjang disebut sebagai laktagogum dimana memiliki potensi menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, saponin, polifenol, steroid, flavonoid dan substansi lainnya yang sangat efektif dalam meningkatkan dan melancarkan produksi ASI.

B. METODE

Sebelum dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, perlu dilakukan koordinasi kepada pihak Puskesmas Perumnas II Sungai Beliung Pontianak Barat. Koordinasi bertujuan untuk mempersiapkan kegiatan pengabdian masyarakat diantaranya menjelaskan tujuan serta sasaran kegiatan. Sasaran dalam kegiatan ini yaitu kader, ibu hamil trimester 3 dan ibu menyusui bayi 0-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Saigon. Jumlah sasaran 50 orang. Materi disiapkan dalam bentuk power point dan buku edukasi serta kelengkapan administrasi lainnya seperti surat, SAP, kuesioner dan absen. Alat yang digunakan adalah LCD, Laptop, sound system wireless, dan banner.

Untuk pelaksanaan kegiatan, akan dilakukan pada bulan Juni 2025 di Puskesmas Saigon Pontianak dengan rincian kegiatan sebagai berikut:

Tabel 1. Pelaksanaan kegiatan

No.	Kegiatan Penyuluhan	Peserta
1	Pembukaan 1) Memberi salam 2) Menyampaikan topik sosialisasi 3) Menjelaskan tujuan sosialisasi 4) Melakukan kontrak waktu	1) Menjawab salam 2) Mendengarkan 3) Mendengarkan 4) Mendengarkan
2	Penajian Materi 5) Mengkaji pengetahuan awal dan pengalaman tentang Laktasi dan Daun Lembayung 6) Menyampaikan materi melalui ceramah 7) Menyampaikan materi melalui ceramah	5) Menjawab 6) Mendengarkan
3	Evaluasi 8) Memberikan kesempatan kepada peserta penyuluhan untuk bertanya. 9) Menanyakan kembali pada peserta tentang materi yang telah disampaikan.	7) Bertanya 8) Menjawab 9) Mengisi kuesioner

10) Memberikan kuesioner
4 Penutup
11) Menyimpulkan materi
12) Memberi salam

Pelaksanaan kegiatan penyuluhan tentang Peningkatan Produksi ASI melalui Pemberian Kombinasi Daun Katuk dan Lembayung dilaksanakan di Posyandu Wilayah Kerja Piskesmas Perumnas II pada tanggal 13 Juni 2025. Jumlah peserta yang hadir di Puskesmas Saigon adalah sebanyak 50 orang yang terdiri dari ibu hamil TM 3, ibu yang memiliki balita, dan kader KIA.

Peserta mengisi pretest sebelum dan posttest setelah penyuluhan. Proses pemberian materi penyuluhan berlangsung kurang lebih 30 menit dan dilanjutkan dengan sesi tanya jawab serta pemberian bingkisan bagi peserta yang aktif.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan bentuk "Penyuluhan tentang Peningkatan Produksi ASI melalui Pemberian Kombinasi Daun Katuk dan Lembayung". Untuk mengetahui efektifitas penyuluhan, tim melakukan analisis skor pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan materi. Dari 50 peserta yang hadir, tim mengambil sampel 30 peserta dengan hasil pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Perbedaan pengetahuan ibu hamil sesudah diberikan Penyuluhan

	n	Median (Minimum-maksimum)	p
Pretest	30	7 (4-10)	0,003
Posttest		8(4-10)	

Analisis data dilakukan dengan uji Wilcoxon dan didapatkan hasil p value = 0.003 sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan pengetahuan yang bermakna antara sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan tentang Peningkatan Produksi ASI melalui Pemberian Daun Katuk dan Lembayung.

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik bayi untuk mencapai pertumbuhan yang optimal. ASI mengandung nutrisi yang tepat dan mudah diserap tubuh. ASI memberikan nutrisi yang spesifik sesuai usia serta faktor imunologis dan substansi antibakteri (Walyani & Purwoastuti, 2017). ASI juga mengandung komponen non-nutrisi seperti hormone, growth factor, makrofag, probiotik serta memiliki peran penting terhadap pembentukan epigenetik. Secara psikologis, ASI memiliki efek basic sense of trust dimana hal tersebut akan membantu anak tumbuh dengan psikologi sehat dan baik. (Maier et al., 2020). Nutrisi terbaik dalam kualitas dan kuantitas pada saat masa pertumbuhan otak yang terjadi dari 0 bulan sampai 6 bulan terkandung dalam ASI Eksklusif.

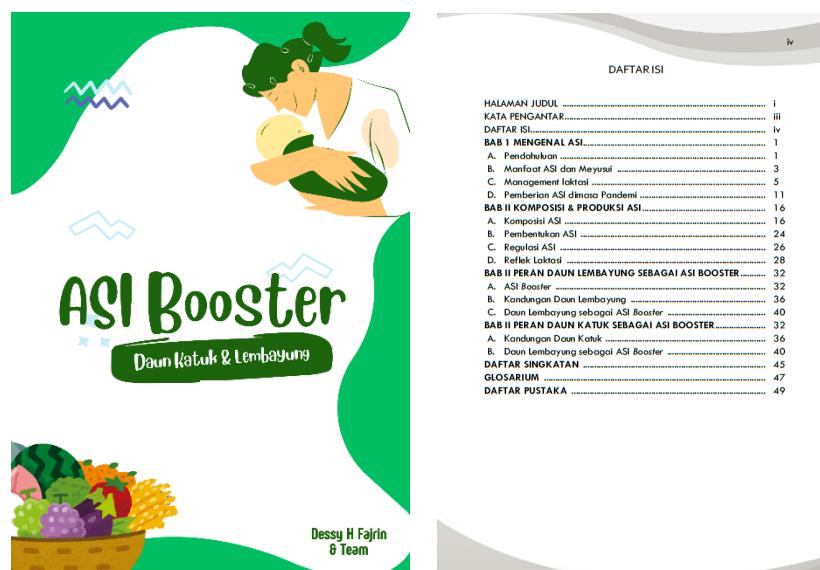
Perlunya penyampaian informasi tentang Peningkatan Produksi ASI melalui Pemberian daun Lembayung (*Vigna sinensis*) sebagai ASI Booster agar minat dan motivasi ibu untuk menyusui lebih tinggi serta terpenuhinya kebutuhan nutrisi bayi, dapat diberikan berupa penyuluhan dengan menggunakan media modul edukasi online sehingga mudah diakses dan diterapkan oleh ibu menyusui (Lyons et al., 2020).

Merujuk hasil penelitian Widyawaty dan Fajrin (2020), tentang Pengaruh Daun Lembayung (*Vigna sinensis*) terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Menyusui Bayi 0-6 Bulan menyebutkan bahwa pemberian sayur daun lembayung dapat mempengaruhi peningkatan produksi ASI (Widyawaty et al., 2020). Hasil riset tim

pengusul terkait peningkatan produksi ASI dengan mengkonsumsi daun katuk dan lembayung sebagai ASI booster terbukti efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui(Fajrin et al., 2023). Untuk itu diperlukan penyampaian informasi tentang Peningkatan Produksi ASI melalui Pemberian daun Katuk (*Sauropus androgynus*) dan Lembayung (*Vigna sinensis*) sebagai ASI Booster agar minat dan motivasi ibu untuk menyusui lebih tinggi serta terpenuhinya kebutuhan nutrisi bayi, dapat diberikan berupa penyuluhan dengan menggunakan media modul edukasi online sehingga mudah diakses dan diterapkan oleh ibu menyusui. Edukasi kesehatan tentang manfaat Daun Katuk (*Sauropus androgynus*) dan Lembayung (*Vigna sinensis*) terhadap Peningkatan Produksi ASI pada ibu hamil untuk persiapan laktasi, ibu Menyusui Bayi 0-6 bulan, dan kader agar cakupan ASI Eksklusif dan pemenuhan kebutuhan nutrisi terutama bayi usia 0-6 bulan dapat tercukupi optimal. Informasi tersebut diberikan berupa penyuluhan dan demonstrasi (Nasution, 2017).

Media atau alat peraga adalah alat yang digunakan oleh pendidik dalam menyampaikan bahan pendidikan atau pengajaran. Media pendidikan kesehatan disebut juga sebagai alat peraga karena berfungsi membantu dan memeragakan sesuatu dalam proses pendidikan atau pengajaran. Prinsip pembuatan alat peraga atau media bahwa pengetahuan yang ada pada setiap orang diterima atau ditangkap melalui pancaindra. Semakin banyak panca indra yang digunakan, semakin banyak dan semakin jelas pula pengertian atau pengetahuan yang diperoleh. Hal ini menunjukkan bahwa keberadaan alat peraga dimaksudkan mengerahkan indra sebanyak mungkin pada suatu objek sehingga memudahkan pemahaman. Pancaindra yang paling banyak menyalurkan pengetahuan ke otak adalah mata (kurang lebih 75% sampai 87%), sedangkan 13% sampai 25% pengetahuan manusia diperoleh atau disalurkan melalui indra lainnya. Pembagian alat peraga secara umum terbagi menjadi tiga yaitu: alat bantu lihat (visual aids), Alat bantu dengar (audio aids), dan alat bantu dengar dan lihat (audio visual aids).

Pada kegiatan PKM ini menggunakan Buku edukasi. Buku edukasi adalah salah satu bahan ajar cetak yang dirancang dan disajikan secara sistematis sehingga penggunanya dapat belajar dengan atau tanpa seorang fasilitator. Adapun output tampilan Modul yang digunakan adalah sebagai berikut:



Gambar 1. Cover dan Daftar Isi Buku Edukasi



Gambar 2. Dokumentasi Kegiatan Penyuluhan

D. KESIMPULAN

Hasil kegiatan menunjukkan bahwa kegiatan “Penyuluhan tentang Peningkatan Produksi ASI melalui Pemberian Kombinasi Daun Katuk dan Lembayung” telah diselenggarakan dengan baik. Adapun partisipasi dan respon masyarakat terhadap kegiatan ini sangat baik. Dari analisis data didapatkan hasil p value = 0,003 sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan pengetahuan yang bermakna antara sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Kota Pontianak. (2022). *Profil Kesehatan 2022*.
- Djama, & T. N. (2018). Pengaruh Konsumsi Daun Kacang Panjang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Riset Kesehatan*, 7(1), 5. <https://doi.org/10.31983/jrk.v7i1.3133>
- Dolang, M., Friska, W., Kiriwenno, E., & Cahyawati, S. (2021). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *JUMANTIK (Jurnal Ilmiah Penelitian Kesehatan)*, 6(3), 256. <https://doi.org/10.30829/jumantik.v6i3.9570>
- Fajrin, D. H., Rosita, D., & Nainggolan, S. (2023). The Effect Of The Combination of Katuk Leaf and Leather of Bean Long on Breast Milk Production. *Indonesian Journal of Midwifery*, 6(2), 134–140. <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/ijm>
- Hamdayani, D., & Syofiah, Nelly, P. (2022). העינים לנגד שבאותה. ה-ארץ Pengaruh Pemberian Sayur Daun Katuk Terhadap Kelancaran ProduksiASI Pada Ibu Postpartum Di Kelurahan Sawahan Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang, 003(8.5.2017), 2003–2005.
- Heffner, L., & Schust, D. (2010). *At a Glance Sistem Reproduksi 2nd edition*. Erlangga.
- Lyons, K., Ryan, C. A., Dempsey, E. M., Ross, R. P., & Stanton, C. (2020). Breast Milk , a Source of Beneficial Microbes and Associated Benefits for Infant Health. *Nutrients*, 12(1039), 1–30.
- Maier, T., Bonner, O., Peicre, P., Slater, N., & Beardsall, K. (2020). Drug and nutrient administration on the NICU - is delivery during breastfeeding an alternative to oral syringes. *Journal of Neonatal Nursing*, 26(3), 152–156.
- Nasution, F. (2017). Inisiasi Menyusu Dini dan Bounding Attachment dalam Peningkatan Kesehatan secara Fisik dan Psikis. *Jumantik*, 13(3), 1576–1580.
- Paramita, R. (2019). *Kandungan Bahaya Dalam Kaleng Susu Formula*.
- Ramadhanti, Putri, IndahR Lubis, K. L., & Mulyawati, S. (2022). Jurnal Kesehatan. *Jurnal Kesehatan*, 7(2), 346–352. <https://doi.org/10.24252/kesehatan.v7i2.53>

- Roesli, U., & Yohmi, E. (2013). *Buku Bedah ASI IDAI*.
- Suyanti, S., & Anggraeni, K. (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. <https://doi.org/10.34305/jmc.v1i1.190>
- Walyani, E., & Purwoastuti, E. (2017). *Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui* (1st ed.). Pustaka Baru Press.
- Wattimena, I., & Werdani, Y. D. W. (2015). Manajemen Laktasi dan Kesejahteraan Ibu Menyusui. *Jurnal Psikologi*, 42(3), 231. <https://doi.org/10.22146/jpsi.9911>
- Widyawaty, E. D., & Fajrin, D. H. (2020). Pengaruh Daun Lembayung (Vigna sinensis L.) terhadap Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Menyusui Bayi 0-6 Bulan. *Jurnal Keperawatan Dan Kebidanan*, 3(2), 93–100.
- Widyawaty, E. D., Fajrin, D. H., Lestari, Y. D., Permatasari, P., & Happy, T. A. (2020). Effect Of Lembayung Leaf (Vigna Sinensis L.) On Increased Breast Milk Production In Women Breastfeeding 0-6 Months Infants. *PalArch's Journal of Archaeology of Egyptology*, 17(6 SE-), 10084–10091.
- William, V., & Carrey, M. (2016). Domperidone untuk Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu. 43(3), 225–228.