

PENGARUH KONSUMSI KUE KERING DAUN KATUK TERHADAP PRODUKSI ASI

Nurrahmaton, Nuriah Arma, Novy Ramini Harahap, Putri Indah Sari
Prodi S1 Kebidanan dan Profesi Bidan, Institut Kesehatan Helvetia Medan
E-mail: nurrahmaton@helvetia.ac.id

Abstract

The finest food to give newborns is breast milk. Some areas, particularly North Sumatra, still fall short of the local government's aim for exclusive breastfeeding coverage. According to information from the District/City Health Profile in 2021, 44.04 percent of the 198,734 infants under 6 months old in North Sumatra Province were exclusively breastfed, or 87,529. Furthermore, this number has gone up in comparison to coverage in 2020 (38.42%). This study aimed to determine the effect of sweet leaf cookies consumption on breast milk production in breastfeeding mothers at Kepala Sungai Village, Secanggang District, Langkat Regency in 2023. A single group pretest and posttest without a control design are used in this quasi-experimental study. In the community of 28 people, everyone was a breastfeeding mother. Because the data is normally distributed, the sample was taken using the purposeful sampling technique with 15 breastfeeding mothers and analyzed using the paired sample T test. of Paired Sample T Test test showed that the sig value (0.000) <0.05 means there was a significant effect on breast milk production in breastfeed ing mothers in the intervention group or after consuming sweet leaf cookies and before consuming it there was a Mean value of 69.67 and after consuming it there was a Mean value of 113.33. Conclusion : shows that eating sweet leaf cookies had an impact on nursing moms' ability to produce breast milk. It was anticipated that research would be developed using creativity, ethical clearance, and the addition of other natural raw materials to increase nutrition in nursing moms who have issues with breast milk supply.

Keywords: Sweet Leaf Cookies, Breast Milk Production, Breastfeeding Mothers

Abstrak

Air susu ibu (ASI) adalah makanan terbaik yang diberikan kepada bayi. Cakupan pemberian ASI eksklusif di beberapa daerah khususnya Sumatera Utara masih dibawah target yang ditetapkan oleh pemerintah daerah. Berdasarkan data Profil Kesehatan Kabupaten/Kota Tahun 2021 diketahui 87.529 bayi dari 198.734 bayi usia <6 bulan di Provinsi Sumatera Utara diberi ASI eksklusif atau sebesar 44,04 persen. Angka ini mengalami peningkatan dibandingkan dengan cakupan pada tahun 2020 (38,42%). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Konsumsi Kue Kering Daun Katuk terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat Tahun 2023. Jenis penelitian menggunakan *Quast Experimen* dengan *one grup pretest and posttest without control design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Ibu Menyusui di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat sebanyak 28 orang ibu menyusui. Penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan kriteria khusus sebanyak 15 orang ibu menyusui dengan menggunakan uji normalitas data *Shapiro-Wilk* kemudian menggunakan analisis *Paired Sampel T Test* karena data berdistribusi normal. Penelitian yang didapatkan dari Analisa data dengan *uji Paired Sampel T Test* diketahui bahwa nilai *sig* (0,000) <0,05 menunjukkan ada pengaruh signifikan produksi ASI pada ibu menyusui pada kelompok intervensi atau setelah mengkonsumsi Kue Kering Daun Katuk dan sebelum mengkonsumsi Kue Kering Daun Katuk terdapat nilai Mean 69.67 dan sesudah mengkonsumsi Kue Kering Daun Katuk terdapat nilai Mean 113.33. Penelitian ini menunjukkan hasil bahwa ada Pengaruh Konsumsi Kue Kering Daun Katuk terhadap Produksi ASI Pada Ibu

Menyusui. Saran pada peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian menggunakan inovasi, *Ethical Clearance* dan menambah bahan baku alami lainnya yang dapat meningkatkan gizi pada ibu menyusui yang memiliki masalah dalam produksi ASI.

Kata Kunci: Kue Kering Daun Katuk, Produksi ASI, Ibu Menyusui

PENDAHULUAN

Menyusui merupakan cara yang ideal bagi ibu untuk memberikan kasih sayang pada anaknya dan cara terbaik memenuhi gizi bayi. Setelah melahirkan ibu diharapkan mampu menjalankan tugas untuk menyusui bayinya [1]. Namun pada kenyataannya tidak semua ibu setelah melahirkan bisa langsung memproduksi dan memberikan ASInya dengan baik. Ibu menyusui kerap sekali mengalami masalah seperti khawatir dan cemas terhadap produksi ASInya [2].

Roesli menyatakan bahwa ASI adalah susu atau makanan terbaik yang diproduksi oleh ibu untuk dikonsumsi bayi dan merupakan sumber gizi utama yang diperlukan oleh bayi ketika bayi belum dapat mencerna makanan padat. Program pemberian ASI merupakan salah satu program prioritas pemerintah, karena memberi dampak yang luas bagi status gizi dan kesehatan bayi [3].

World Health organization (WHO 2022) mengatakan ada data kemajuan dalam pemberian ASI eksklusif secara global. Dalam kongresnya WHO menyebutkan bangga atas kemajuan mengesankan yang telah dicapai negara-negara dalam mempromosikan, melindungi, dan mendukung pemberian ASI. Pada tahun 2022, 48% bayi di bawah usia 6 bulan mendapat ASI eksklusif, mendekati target 50% yang ditetapkan oleh Majelis Kesehatan Dunia. WHO mengatakan pemberian asi eksklusif merupakan salah satu cara paling efektif untuk melindungi Kesehatan anak dan ibu, serta memberikan awal kehidupan yang terbaik bagi anak. Asi

juga telah terbukti sebagai strategi yang mampu menyelamatkan nyawa bayi [4].

Menurut Laporan Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021 Secara nasional, cakupan bayi mendapat ASI eksklusif yaitu sebesar 56,9%. Angka tersebut sudah melampaui target program tahun 2021 yaitu 40%. Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif terdapat pada Provinsi Nusa Tenggara Barat (82,4%), sedangkan persentase terendah terdapat di Provinsi Maluku (13,0%). Terdapat lima provinsi yang belum mencapai target program tahun 2021, yaitu Maluku, Papua, Gorontalo, Papua Barat, dan Sulawesi Utara [5].

Berdasarkan data Profil Kesehatan Kabupaten/Kota Tahun 2021 diketahui 87.529 bayi dari 198.734 bayi usia <6 bulan di Provinsi Sumatera Utara diberi ASI eksklusif atau sebesar 44,04 persen. Dan angka ini mengalami peningkatan dibandingkan dengan cakupan pada tahun 2020 (38,42%). Capaian ASI eksklusif Tahun 2021 masih lebih rendah dari target yang telah ditetapkan pada Renstra Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara untuk Tahun 2021 yaitu sebesar 50 persen [6].

Dari hasil penelitian Raihana & Sufriani. Terdapat beberapa faktor yang memengaruhi produksi ASI salah satunya adalah faktor makanan ibu, makanan yang dikonsumsi oleh ibu menyusui secara tidak langsung dapat memengaruhi mutu ataupun jumlah air susu yang dihasilkan. Dalam tubuh, terdapat cadangan berbagai zat gizi yang dapat digunakan jika sewaktu-waktu diperlukan. Tetapi jika makanan ibu terus-menerus tidak mengandung cukup zat gizi

yang diperlukan maka tentu pada akhirnya kelenjar pembuat ASI tidak akan dapat bekerja dengan sempurna sehingga dapat berpengaruh pada produksi ASI yang dihasilkan ibu [7].

Rendahnya pemberian ASI karena jumlah produksi ASI yang dihasilkan ibu sedikit karena dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya ialah hormon. Produksi dan pengeluaran ASI dipengaruhi oleh 2 hormon yaitu hormon prolaktin dan oksitosin. Prolaktin mempengaruhi jumlah produksi ASI, sedangkan oksitosin mempengaruhi proses pengeluaran ASI. Prolaktin berkaitan dengan nutrisi ibu, semakin asupan nutrisinya baik maka produksi ASI juga makin banyak [8].

Produksi ASI yang kurang juga sangat mempengaruhi perkembangan dan pertumbuhan bayi. Pemberian ASI selama 6 bulan juga dapat menurunkan resiko pada peningkatan angka morbiditas dan mortalitas bayi karena ASI dapat meningkatkan kekebalan tubuh pada bayi. Selain itu pemberian ASI yang kurang dapat menyebabkan bayi menjadi dehidrasi dan rewel [8].

Berdasarkan data dari Kementerian Pertanian Republik Indonesia statistik konsumsi pangan tahun 2020, jumlah rata-rata konsumsi cookies dalam seminggu meningkat dari 0,373 ons pada tahun 2016 menjadi 0,438 ons pada tahun 2020 atau konsumsi dalam setahun sebesar 19,449 ons pada tahun 2016 menjadi 22,834 ons pada tahun 2020, dengan rata-rata pertumbuhan dari tahun 2016-2020 sebesar 4,250% [9].

Berdasarkan survey awal pada bulan Juni 2023 yang dilakukan di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat, peneliti melakukan wawancara kepada 10 ibu menyusui. 8 orang ibu menyusui mengatakan memberikan ASI kepada bayi namun mengeluhkan bahwa ASI

yang diproduksi hanya sedikit, 2 orang ibu menyusui, sama sekali tidak memberikan ASI kepada bayi akibat riwayat persalinan yang lalu. Ibu menyusui sudah mengetahui bahwa daun katuk dapat meningkatkan produksi ASI namun ibu mengatakan bosan jika terus mengonsumsi daun katuk dengan cara direbus. Hal ini dapat berdampak pada produksi ASI pada bayi yang dapat mengakibatkan bayi menjadi dehidrasi dan rewel.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*Quasi Experiment*) dengan *one group pretest and posttest without control design* yang dilakukan *pretest* terlebih dahulu sebelum diberikannya intervensi kepada responden dan kemudian setelah dilakukan intervensi di lakukan *post test*. disebut *quasi eksperimen* dengan *one group pretest and posttest without control design* karena peneliti hanya melakukan intervensi kepada satu kelompok yaitu ibu menyusui di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat Tahun 2023.

Penelitian dilakukan di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat. Penelitian ini dilakukan pada bulan April-September 2023 Populasi dalam penelitian ini adalah ibu menyusui pada bulan Agustus 2023 di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat sebanyak 28 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan teknik *Purposive Sampling*. Menggunakan sampel sebanyak 15 responden. Dalam penelitian ini yang menjadi sampel adalah ibu menyusui bayi 0-6 bulan ibu menyusui di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat Tahun 2023.

HASIL PENELITIAN

Dari hasil penelitian data yang diperoleh berdasarkan lembar observasi terhadap 15 responden mengenai pengaruh konsumsi kue kering daun katuk terhadap

produksi ASI pada ibu menyusui di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat tahun 2023, maka diperoleh hasil berikut :

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Produksi ASI Sebelum Mengonsumsi Kue Kering Daun Katuk pada Ibu Menyusui di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat Tahun 2023.

Kelompok	f	Minimum	Maximum	Mean	Std Deviason
Produksi ASI Sebelum Mengonsumsi Kue Kering Daun Katuk	15	50	80	69.67	9.904

Berdasarkan tabel 1 Distribusi frekuensi produksi ASI sebelum mengonsumsi kue kering daun katuk pada ibu menyusui di Desa Kepala Sungai

Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat tahun 2023 dengan rata-rata 69.67.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Produksi ASI Setelah Mengonsumsi Kue Kering Daun Katuk pada Ibu Menyusui di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat Tahun 2023

Kelompok	f	Minimum	Maximum	Mean	Std Deviason
Produksi ASI Sesudah Mengonsumsi Kue Kering Daun Katuk	15	85	160	113.33	20.237

Berdasarkan tabel 2 Distribusi frekuensi produksi ASI setelah mengonsumsi kue kering daun katuk pada ibu menyusui di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat tahun 2023 dengan rata-rata 113.33.

Analisis Bivariat

Selanjutnya untuk menganalisa uji pengaruh konsumsi kue kering daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat Tahun 2023, maka digunakan uji normalitas data dengan hasil sebagai berikut :

Tabel 3 Uji Normalitas di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat Tahun 2023

Kelompok	Shapiro – Wilk		
	Statistik	f	Sig
Produksi ASI Ibu Menyusui Sebelum Mengonsumsi Kue Kering Daun Katuk (Pretest)	0,856	15	0.021
Produksi ASI Ibu Menyusui Setelah	0,947	15	0.486

Mengkonsumsi Kue Kering Daun Katuk
(*Posttest*)

Berdasarkan tabel 3 hasil uji normalitas di dapatkan signifikansi hasil perhitungan shapiro – Wilk = $0,486 > 0,05$ (data berdistribusi normal). Karena data berdistribusi normal maka pengujian yang digunakan untuk mengambil hipotesis yaitu menggunakan uji *Paired Samples T-Test*.

Berdasarkan hasil uji sebelumnya, dapat dikatakan bahwa salah satu syarat untuk menggunakan pengujian parametric terpenuhi. Syarat menggunakan pengujian parametric adalah ketika data tersebut normal. Data nilai yang telah di uji diatas berdistribusi normal sehingga pengujian hipotesis menggunakan pengajian parametric yaitu uji *Paired Samples T-Test*.

Uji Hipotesis *Paired Samples T-Test*

Tabel 4. Pengaruh Konsumsi Kue Kering Daun Katuk terhadap Produksi ASI pada ibu menyusui di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat Tahun 2023

Kelompok	Variabel	N	Mean	SD	SE	P
Ibu Menyusui	Pre test	15	69.67	9.904	2.557	0.000
	Post test	15	113.33	20.237	5.225	

Berdasarkan tabel 4 Menunjukkan bahwa hasil pengukuran pengaruh konsumsi kue kering daun katuk terhadap produksi ASI pada 15 orang ibu menyusui pada pre test diperoleh nilai *P-value* 0,000.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji normalitas Shafiro Wilk dapat dilihat pada tabel 4.2. yang menyatakan bahwa data post test berdistribusi normal. Kemudian dilakukan uji statistik dengan uji Paired Sampel T Test dengan tingkat kepercayaan 95% dan nilai $\alpha = 0,05$ maka dapat diketahui nilai *P-value* = $0,000 < 0,05$ yang artinya ada pengaruh yang signifikan konsumsi kue kering daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat Tahun 2023. Melihat hasil dari uji yang telah dilakukan kue kering daun katuk ini layak di konsumsi oleh ibu menyusui karena telah memenuhi standar syarat dan mutu kue kering di Indonesia dan

juga dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang berjudul “Efek Pemberian Cookies Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Ruang Meranti Rsud Abadi Samboja” ada selisih produksi ASI sebanyak 46,471 cc lebih besar pada ibu yang diberikan cookies daun katuk dibandingkan dengan ibu yang tidak diberikan cookies daun katuk. Konsumsi cookies daun katuk sebanyak 200 gr setiap hari dapat meningkatkan produksi ASI ibu nifas karena mengandung daun katuk, yang mempunyai efek laktogogum yaitu terdapat kandungan sterol [10].

Berdasarkan penelitian sebelumnya terjadi kenaikan yang signifikan dari produksi ASI sebelum dan ASI sesudah, peningkatan antara kenaikan berat badan pada hasil sebelum dilakukan intervensi, menurut peneliti kandungan senyawa yang terkandung dalam ekstrak daun katuk

memiliki potensi dalam menstimulasi hormon oksitosin dan prolaktin seperti alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid dan substansi lainnya paling efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI [11].

Hal yang sama dengan penelitian sebelumnya pada beberapa ibu menyusui mengalami gangguan terhadap produksi ASI, Efektivitas alkaloid dan sterol yang terkandung didalam daun katuk dapat meningkatkan produksi ASI. Sehingga kebutuhan ASI yang akan diberikan terhadap bayi pada periode menyusui eksklusif dapat terpenuhi setelah ibu mengonsumsi ekstrak daun katuk maupun menjadi olahan berbahan dasar daun katuk [12].

Air susu ibu (ASI) merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan pertumbuhan bayi. Pemberian ASI pada bayi usia 0-6 bulan yaitu bayi hanya diberikan ASI saja, tanpa tambahan cairan lain seperti susu formula, jeruk, madu, air teh, pepaya, bubur, susu formula, biskuit, bubur nasi dan tim. Menyusui merupakan bagian terpadu dari proses reproduksi yang memberikan makanan bayi secara lokal dan alamiah, serta merupakan dasar biologik dan psikologik yang dibutuhkan untuk pertumbuhan [12].

Makanan yang dikonsumsi ibu menyusui sangat berpengaruh terhadap produksi ASI, apabila makanan yang ibu makan cukup akan gizi dan pola makan yang teratur, maka produksi ASI akan berjalan dengan lancar. Untuk meningkatkan kebutuhan gizi pada ibu menyusui dapat mengonsumsi kacang-kacangan, buah-buahan, makanan pokok, lauk-pauk, susu sapi, sayur-sayuran salah satunya yaitu daun katuk yang diolah menjadi kue kering daun katuk [13].

Kue kering daun katuk merupakan kue kering hasil olahan menggunakan daun katuk. Daun katuk sebagai pemenuhan produksi ASI karena daun katuk merupakan alternatif pengobatan potensial yang memiliki banyak vitamin dan nutrisi. Cemilan kue kering daun katuk diolah melalui proses pemanggangan sehingga menjadi *cookies*. Selain itu didalam kue kering daun katuk terkandung energi dan karbohidrat yang tinggi, protein, lemak, serat, dan vitamin yang berguna untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui [14].

Menurut asumsi peneliti, terdapat pengaruh pemberian kue kering daun katuk terhadap produksi ASI dikarenakan nutrisi dan gizi yang terkandung didalam kue kering daun katuk. Kue kering daun katuk memiliki rasa yang enak, tekstur yang renyah diluar dan lembut didalam, dengan penambahan bubuk coklat sehingga menjadikan kue kering daun katuk memiliki aroma coklat yang menggoda. Dengan bahan yang mudah ditemukan dan cara pembuatannya yang mudah menjadikan kue kering daun katuk cocok dijadikan cemilan ataupun makanan tambahan pada ibu menyusui, juga dapat membantu produksi ASI pada ibu menyusui menjadi lebih banyak.

Berdasarkan nilai *Standar Deviation* dapat diketahui bahwa ada peningkatan produksi ASI ibu menyusui yaitu sebesar 10 kali lebih meningkat produksi ASI pada ibu menyusui yang mengonsumsi kue kering daun katuk. Dengan nilai gizi yang terkandung di dalam kue kering daun katuk ini pula yang dapat membantu ibu untuk memenuhi kebutuhan nutrisi selama menyusui bayi, karena dengan mengonsumsi kue kering daun katuk ini merupakan salah satu upaya dalam memperbanyak ASI, selain itu ketenangan jiwa dan pikiran juga merupakan faktor pendukung dalam pengeluaran produksi ASI yang lebih banyak,

pada penelitian ini ibu dengan ketenangan pikiran, merasa bahagia dengan kehadiran bayinya dan keterlibatan antara keluarga juga menjadi faktor yang mempengaruhi ibu memiliki produksi ASI lebih banyak.

Kendala yang dihadapi peneliti yaitu pada saat melakukan pemompaan ASI, bayi menangis dikarenakan sedang buang air dan harus menunggu ibu untuk menenangkan bayinya terlebih dahulu, sehingga memakan waktu yang lebih lama. Pemompaan ASI dilakukan pada satu hari sebelum diberikan kue kering daun katuk, dilakukan pada pagi hari mulai dari jam 08.00 WIB hingga selesai dan pada hari kedelapan.

Menurut peneliti pada saat wawancara awal kepada responden, banyak responden mengatakan senang dengan dilakukannya pemberian kue kering daun katuk, karena responden telah mengetahui khasiat dari daun katuk tersebut dan telah mempercayai daun katuk dapat meningkatkan ASI, dari hasil wawancara ini responden juga mengatakan kue kering daun katuk memiliki aroma coklat dan rasa yang lezat, sehingga tidak terjadi masalah pada saat pemberian kue kering daun katuk selama 7 hari, pemberian kue kering daun katuk kepada responden ke-1 sampai ke-7 dimulai dari tanggal 28 agustus-03 september 2023, pemberian kue kering daun katuk pada responden ke-8 sampai ke-13 dimulai pada tanggal 29 agustus-04 september 2023, dan pemberian kue kering daun katuk pada responden ke-14 dan ke-15 dilakukan pada tanggal 30 agustus-05 september 2023.

Selain itu pada penelitian yang dilakukan selama 7 hari dengan pemberian kue kering daun katuk sangatlah efektif untuk menjadi solusi ibu menyusui yang memiliki jumlah produksi ASI yang sedikit, ibu yang telah diberikan kue kering daun katuk memiliki produksi ASI yang lebih banyak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada

pengaruh antara pemberian kue kering daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat tahun 2023.

KESIMPULAN

Ada pengaruh signifikan konsumsi kue kering daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Desa Kepala Sungai Kecamatan Secanggang Kabupaten Langkat tahun 2023.

SARAN

Diharapkan menambah wawasan selain itu dapat menambah pengetahuan ibu menyusui tentang banyaknya manfaat ASI bagi Kesehatan ibu dan bayi dan bagaimana cara untuk meningkatkan produksi ASI. Diharapkan kepada peneliti selanjutnya dapat mengembangkan lagi penelitian ini menggunakan *ethical clearance*, uji kandungan sterol dan penggunaan bahan baku alami tambahan lainnya yang dapat meningkatkan gizi pada ibu menyusui yang memiliki masalah dalam produksi ASI.

REFERENSI

1. Khoiriyah A, Prihatini R. (2014). Hubungan antara paritas dengan keterampilan menyusui yang benar pada ibu nifas. *In: Jurnal Kebidanan*. 2014. P. 5.
2. Nurgiatmingsih A, Prastyoningsih A, Katuk D. *Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui Bayi 0-14 Hari*.
3. 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. *J Midwifery Care*. 2020;1(1):1–10.
4. World health organization. (2023). *WHO director-general's report to member states at the 76th world health assembly – 22 may 2023*.

5. Kemenkes RI. (2022). Profil kesehatan indonesia 2021. *Pusdatin.Kemenkes.Go.Id*.
6. Rayhana, Sufriani. (2017). Faktor-faktor yang mempengaruhi produksi asi dengan kecukupan asi. *J Ilm Mhs Fak Keperawatan [Internet]*. 2017;2(3):1–11. Available from: <http://jim.unsyiah.Ac.id/fkep/article/view/4029>
7. Monika FB. (2018). *Buku pintar asi dan menyusui*. Jakarta; 2018. 4–238 p.
8. Prastiwi R, Qudriani M, Ludha N, Arsita R. (2017). Peningkatan persepsi kecukupan asi pada ibu menyusui. *J pengabdian masy progresif humanis brainstorming*. 2017;1(1):42–8.
9. Nu'man TM, Bahar A. (2021). Tingkat kesukaan dan nilai gizi cookies dengan penambahan tepung daun katuk dan tepung daun kelor untuk ibu menyusui. *J Agroteknologi*. 2021;15(02):94.
10. Syarifah Mutia Khairunissa Alkaf1, Endah Wahyutri, Ersya Urnia ES. (2023). Efek pemberian cookies daun katuk terhadap produksi asi pada ibu nifas di ruang meranti rsud abadi samboja. *Cent Publ*. 2023;1:274–88.
11. Erlanda C, Evrianasari N, Susilawati S, Lathifah NS. (2021). Ekstrak daun katuk mempengaruhi produksi asi pada ibu menyusui. *J Kebidanan Malahayati*. 2021;7(4):647–51.
12. Rahmanisa S, Aulianova T. (2016). Efektivitas ekstraksi alkaloid dan sterol daun katuk (sauropus androgynus) terhadap produksi asi effectivity of alkaloid and sterol extract from katuk leaves (sauropus androgynus) to breastfeeding production. *Med J Lampung Univ*. 2016;5(1):117–21.
13. Weni Kristiyanasari SK. (2011). *ASI, menyusui & sadari*. Yogyakarta; 2011. 15–22 p.
14. Loupy anggraini. (2021). Daya terima uji organoleptik cookies dengan penambahan tepung daun katuk (souropus androgynus) dan kacang hijau (vigna radita) sebagai cemilan ibu menyusui. *Front Neurosci*. 2021;14(1):1–54.