

EFEKTIVITAS PEMBERIAN EKSTRAK DAUN KELOR (MORINGA OLEIFERA) TERHADAP PRODUKSI ASI DAN KENAIKAN BERAT BADAN BAYI

THE EFFECTIVENESS OF MORINGA OLEIFERA LEAF EXTRACT ON BREAST MILK PRODUCTION AND BABY WEIGHT GAINS

Ami Damayanti ^{1*}, Ida Widiawati ²

^{1*} Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Jurusan Kebidanan Bandung, Poltekkes Kemenkes Bandung, Email : amidamayanti@student.poltekkesbdg.ac.id

² Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Jurusan Kebidanan Bandung, Poltekkes Kemenkes Bandung, Email : idawidiawati@staff.poltekkesbandung.ac.id

ABSTRACT

The failure of exclusive breastfeeding is caused by internal and external factors. Internal factors, one of which can be caused by the mother's physical condition and must fulfill nutrition, because at the time of delivery the mother bleeds and 50% of the baby's iron needs come from the mother. The purpose of this Evidence Based Case Report is to determine the effect of giving Moringa leaf extract on breast milk production and increased baby weight. The Evidence Based Case Report method used is by using evidence search through the Google Scholar, Portal Garuda, Siencedirect, Pubmeed and Chocrane Library databases. Where the articles / journals used are research articles from 2016-2021. The inclusion criteria used are full text articles, English or Indonesian, there are three journals that can be used in accordance with the objectives of the Evidence Based Case Report. The results of this Evidence Based Case Report, were evaluated on day 7 with the results of expressing 38 ml of breast milk and increasing the baby's weight by 100 grams. There is a significant effect of giving Moringa leaf extract on breast milk production and increasing baby's weight

Keywords: Moringa leaf (Moringa Oliefera), breast milk production, baby's weight

ABSTRAK

Kegagalan pemberian ASI eksklusif disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal salah satunya bisa disebabkan adalah fisik ibu dan harus terpenuhinya Nutrisi yang cukup karena pada saat melahirkan ibu mengeluarkan darah banyak serta 50% 76 kebutuhan zat besi bayi berasal dari ibu. Tujuan dari *Evidence Based Case Report* ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari pemberian ekstrak daun kelor terhadap produksi ASI dan kenaikan berat badan bayi. Metode *Evidence Based Case Report* yang digunakan adalah dengan menggunakan penelusuran bukti melalui databased Google Scholar, Portal Garuda, Siencedirect, Pubmeed dan Chocrane Library. Dimana artikel / jurnal yang digunakan yaitu artikel yang dipublikasikan dari tahun 2016-2021. Kriteria inklusi yang digunakan yaitu artikel yang full text, Bahasa Inggris / Bahasa Indonesia, terdapat tiga jurnal yang dapat digunakan sesuai dengan tujuan dari *Evidence Based Case Report*. Hasil dari *Evidence Based Case Report* ini, dilakukan evaluasi pada hari ke 7 dengan hasil pemerahan ASI sebanyak 38 ml dan kenaikan berat badan bayi sebanyak 100gr. Terdapat pengaruh yang cukup signifikan dari pemberian ekstrak daun kelor terhadap produksi ASI dan kenaikan berat badan bayi

Kata kunci: Daun Kelor (*Moringa Oliefera*), produksi ASI, Berat badan bayi

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral)¹. Pemberian ASI eksklusif dapat meningkatkan asupan gizi, status kesehatan sebab ASI merupakan makanan terbaik bagi bayi karena mengandung zat gizi dan antibodi untuk pertumbuhan dan kesehatan bayi yang signifikan bermanfaat pada saat anak memasuki usia balita².

Pentingnya pemberian ASI eksklusif tercantum pada UU Nomor 36 Tahun 2009 pasal 128 yang mengatur tentang ASI eksklusif terutama pada ayat 1 bahwa setiap anak berhak mendapatkan ASI eksklusif sejak dilahirkan sampai usia 6 bulan. Hal ini diperkuat pada PP Nomor 33 Tahun 2012 yang mengatur tentang pemberian ASI eksklusif bertujuan untuk menjamin hak bayi mendapatkan ASI eksklusif, perlindungan kepada ibu dalam memberikan ASI serta meningkatkan peran dan dukungan keluarga, masyarakat, Pemerintah dan Pemerintah Daerah³.

Berdasarkan data WHO pencapaian ASI eksklusif didunia adalah sekitar 38% pada tahun 2019. Di Indonesia, pemberian ASI eksklusif tahun 2019 (67,74%). Akan tetapi persentasi cakupan mengalami penurunan pada tahun 2020 yaitu hanya (66,1%) Persentase tertinggi cakupan pemberian ASI eksklusif adalah Nusa Tenggara Barat (86,26%) sedangkan cakupan terendah adalah Provinsi Papua Barat yaitu (41, 12%).⁴

Menurut data untuk provinsi Jawa Barat cakupannya ialah (63,53%) pada tahun 2019 dan mengalami penurunan pada tahun 2020 yaitu (56,5%) dan hal ini menunjukkan penurunan cakupan Provinsi Jawa Barat dibawah rata-rata cakupan nasional⁵. Kemudian, Menurut data Dinas Kesehatan Kota Bandung, cakupan ASI eksklusif tahun 2019

(68,41%) wilayah tertinggi dengan cakupan ASI eksklusif berada di Cibeunying kidul 141,53%, Cicadap 95,20% dan Sumur Bandung 94,78%. Sedangkan wilayah dengan cakupan ASI eksklusif terkecil ialah kecamatan Astanaanyar 46,51%, Bojongloa Kaler 51,47%, dan Batununggal 52,85%. Puskesmas Ibrahim Adji berada di wilayah kerja Kecamatan Batu Nunggal cakupan ASI eksklusif baru sekitar 42% dalam 3 tahun terakhir. Data tersebut menunjukkan bahwa selama 3 tahun berturut-turut cakupan pemberian ASI eksklusif di Puskesmas masih jauh dibawah standar target nasional (80%) dan target RENSTRA Kota Bandung⁶. Persentasi cakupan pemberian ASI eksklusif yang masih rendah mengindikasikan banyak ibu di wilayah tersebut tidak berhasil memberikan ASI eksklusif. Jumlah pemberian ASI eksklusif yang rendah merupakan ancaman bagi tumbuh kembang anak yang dapat berpengaruh terhadap perkembangan kualitas sumber daya manusia (SDM)⁷.

Kegagalan pemberian ASI eksklusif disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor eksternal meliputi kurangnya dukungan keluarga dan masyarakat, gencarnya promosi susu formula, faktor sosial budaya, kurangnya ketersediaan fasilitas pelayanan kesehatan ibu dan anak, serta dukungan tenaga kesehatan termasuk konselor ASI¹. menurut KEMENKES RI faktor penghambat utama pencapai tujuan pada awal 2020 dunia dilanda wabah covid 19 tak terkecuali Indonesia. Adanya pembatasan aktivitas bersekala besar guna memutus penyebaran rantai COVID 19 berdampak pada pelayanan kesehatan di puskesmas, posyandu, kelas ibu dan lain-lain. Sebagian besar aktivitas tertunda, sehingga informasi mengenai ASI eksklusif kurang optimal dalam penyampaiannya terhadap sasaran. Kemudian, Faktor internal meliputi usia, rendahnya pengetahuan ibu, sikap ibu, psikologis ibu saat menyusui, kondisi fisik ibu, ibu bekerja

serta adanya kelainan anatomi payudara. Faktor internal yang paling berpengaruh adalah fisik ibu dan harus terpenuhinya nutrisi yang cukup karena pada saat melahirkan ibu mengeluarkan darah banyak serta 50% 76 kebutuhan zat besi janin berasal dari ibu^{8,9}.

Asupan makanan ibu menyusui ikut menentukan kualitas ASI-nya, ada beberapa tanaman yang di percaya baik secara turun temurun maupun yang sudah terbukti uji ilmiahnya dalam meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI, misalnya daun katuk (*Sauropus androgynus*), serta serbuk daun pepaya (*Carica papaya L*), klabet (*Trigonella graecum L.*), dan daun bangun-bangun (*Coleus amboinicus*), serta daun kelor (*Moringa oleifera*)¹⁰.

Safaringga (2021) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa terpadat perbedaan yang cukup signifikan dalam hasil penelitian antara kelompok kontrol dengan kelompok perlakuan dengan p-value $0,000 < (0,05)$.¹¹ sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rifka., dkk (2021) dalam judul penelitiannya pengaruh pemberian kukis ekstrak daun kelor pada ibu nifas terhadap produksi asi dan berat badan bayi di Kabupaten Bekasi dengan hasil nilai median sebelum diberikan pada kelompok perlakuan 72,5 mL dan setelah diberikan kukis menjadi 185 mL. Peningkatan berat badan bayi pada kelompok perlakuan 575 gram pada kelompok pembanding 225 gram ($p=0,00$)¹².

Penulis tertarik menerapkan evidence based pemberian daun pepaya, daun kelor dan dau katuk dengan menggunakan tehnik pengolahan ekstaraksi dengan metode ini semua ibu dapat mengkonsumsi dan diharapkan mampu meningkatkan produksi ASI dan peningkatan berat badan bayi.

KASUS

Pengkajian dilakukan di Puskesmas Ibrahmi Adji di Kota Bandung pada tanggal 18 Juni 2021 pukul 07.00 WIB. Pasien melahirkan anak pertama 25 jam yang lalu, persalinan normal secara spontan, aterm, jenis kelamin perempuan, berat badan 3100 gr, panjang badan 50 cm- Hasil anamnesis merasa bingung tentang cara menyusui, mengeluh ASI belum keluar banyak khawatir bayi tidak mendapatkan asupan dan sedikit terasa sakit di luka jahitan tetapi tidak sampai mengganggu aktivitasnya.

Dilakukan pemeriksaan dengan hasil : tanda – tanda vital tekanan darah 120/80 mmHg, nadi 82x/m, suhu 36,8 C, pernafasan 20x/m. muka: tidak ada oedema, konjungtiva: merah muda, sklera: putih, payudara dan axilla: kedua puting menonjol, kedua payudara dan axilla tidak teraba masa atau benjolan, tidak ada bengkak, pengeluaran ASI +/+, abdomen: tidak ada bekas luka operasi, tidak ada benjolan atau pembesaran, tidak ada nyeri tekan, TFU 2 jari dibawah pusat. ekstremitas atas: tidak ada oedema, kuku bersih, turgor kulit baik, capillary refill kembali < 2 detik. Ekstremitas Bawah: tidak ada oedema pada kedua kaki kanan dan kiri, tidak ada varices (-/-), Genitalia: vulva vagina tidak ada kelainan, pengeluaran lochea rubra, luka jahitan tidak tampak oedema dan tidak kemerahan, anus: tidak ada haemoroid. Sehingga diagnosis untuk kasus ini adalah $P_1 A_0$ Postpartum 25 jam dalam keadaan baik.

Asuhan yang diberikan Menjelaskan kepada ibu tentang fisiologis menyusui tidak masalah walaupun puting datar dan mengajarkan cara menyusui yang betul. Menjelaskan makanan yang baik untuk ibu menyusui, salah satunya daun kelor manfaatnya untuk ibu menyusui. Serta menjelaskan cara mengkonsumsi pil daun kelor dan

melakukan inform consent pada ibu akan diberikan pil ekstrak daun kelor.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang dan Masalah diatas maka penulis dapat merumuskan masalah bagaimana pengaruh dari ekstrak daun kelor (*Moringa oleifera*) terhadap peningkatan produksi ASI dan peningkatan berat badan bayi.

- P : Produksi ASI
- I : Pemberian ekstrak daun kelor
- C : Tidak ada perbandingan atau intervensi lain
- O : Peningkatan produksi ASI dan peningkatan berat badan bayi

METODE

Dalam asuhan yang diberikan oleh penulis berdasarkan pada evidence based yang ada. Penelusuran artikel dilakukan pada tanggal 17 Mei 2021 dengan menggunakan databased Portal Garuda, Pubmed, Google Scholar, Science Direct, dan Cochrane Library. Artikel dalam bahasa Indonesia maupun bahasa Inggris dengan menggunakan kata Kunci yang mewakili populasi yakni ekstrak daun kelor (*moringa oleifera*), Produksi ASI, berat badan bayi dengan Boolean operator "OR" dan "AND". Pencarian artikel dibatasi yang dipublikasi 5 tahun terakhir dari tahun 2016-2021 dan artikel full text dengan menggunakan design systematic review, meta-analysis, RCT, Quasy Eksperiment. Kriteria eksklusi jurnal tidak full text. Kemudian, diperoleh artikel sebanyak 3 artikel setelah dibaca secara keseluruhan yang dapat digunakan.

Berdasarkan evidence based yang ada pengolahan daun kelor dilakukan ekstraksi dengan cara 100 gr daun kelor dicuci bersih, kemudian di jemur selama \pm 12 jam dibawah sinar matahari, setelah itu di oven selama 5 menit kemudian dihaluskan dan di

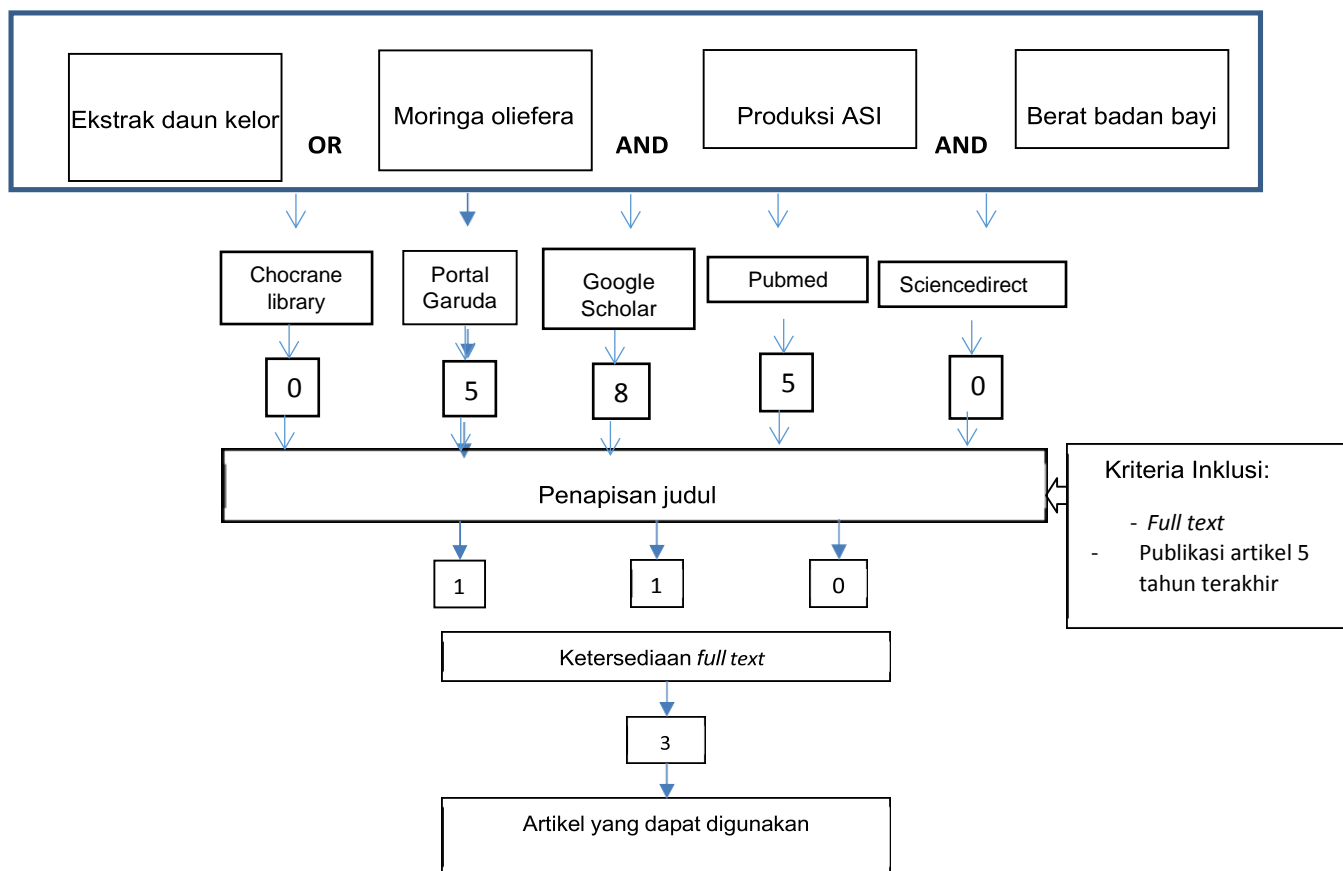
masuk ke dalam kapsul ukuran 250mg. Perlakuan diberikan selama 6 hari dengan aturan 2 x 1 kapsul ekstrak daun kelor, dimana di hari ke 7 akan dilakukan pemerahan menggunakan pumping merek medela dengan dua tabung, lama pemerahan dilakukan 20-30 menit untuk menilai seberapa banyak produksi ASI yang di hasilkan, dengan kriteria 2 jam sebelum menyusui atau 2 jam setelah menyusui. dan dilakukan penilaian penimbangan berat badan di hari ke 7 sebagai evaluasi kenaikan berat badan bayi.



Gambar 1. Proses pengeringan daun kelor



Gambar 2. Proses Ekstraksi daun kelor



Gambar 1. Diagram alur pemilihan literatur

Terdapat 3 artikel dengan ketersediaan *full text* kemudian dilakukan telaah kritis, yang terdiri atas 3 aspek yaitu validitas penelitian, kepentingan klinis (importance) hasil, dan aplikabilitasnya atau relevansinya terhadap masalah klinis yang ada. Terhadap masing-masing artikel yang terpilih juga dilakukan penentuan derajat kekuatan bukti atau level of evidence, yang digambarkan dalam sebuah tabel, sehingga pada tabel tersebut akan tampak presisi, konsistensi, kesesuaian, dan kontroversi hasil, serta bukti mana yang merupakan the best evidence.

Tabel 1. Telaah Kritis

Artikel	Desain Penelitian	Level of evidence	Validity	Importance	Applicability
Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Kelor Terhadap Produksi Asi Ibu Nifas, Amilya	Jenis penelitian kuantitatif desain Quasy experimental dengan pendekatan two group	II B	Sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 orang, 15 sampel sebagai kelompok kontrol dimana intervensi	Hasil penelitian diketahui rata-rata produksi ASI sebelum konsumsi ekstrak daun kelor sebesar 68,33 ml,	Terdapat Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Kelor Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Nifas dengan hasil uji t didapat p

Saffaringga, Ratna Dewi Putri.	pretest posttest design dengan purposive sampling.		hanya diberikaln placebo saja, kemudian 15 sampel kelompok perlakuan dengan diberi ekstrak daun kelor. Analisis bivariat menggunakan uji T-test Independent.	setelah konsumsi daun kelor sebesar 105,00 ml. pada kelompok kontrol sebelum konsumsi placebo sebesar 68,67 ml setelah konsumsi placebo sebesar 80,00 ml.	value $0,000 < \alpha$
Pengaruh pemberian kukis ekstrak daun kelor pada ibu nifas terhadap produksi asi dan berat badan bayi di Kabupaten Bekasi. Alindawati, Rifka Soepardan, Suryani Wijayanegara, Hidayat	Studi Observasional prospektif dengan pretest- posttest control group design.	II	Jumlah responden sebanyak 72 ibu nifas, terdiri atas 36 responden kelompok perlakuan dan 36 responden kelompok pembanding dengan diberikan kukis ekstrak daun kelor selama 14 hari. Analisis menggunakan uji Wilcoxon dan Mann Whitney	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah pemberian kukis ekstrak daun kelor selama 14 hari terdapat peningkatan produksi ASI pada kelompok perlakuan sebanyak 112,5 mL dan pada kelompok pembanding 45 mL ($p=0,00$). Peningkatan berat badan bayi pada kelompok perlakuan 575 gram, pada kelompok pembanding 225 gram ($p=0,00$).	Terdapat pengaruh pemberian kukis ekstrak daun kelor terhadap produksi ASI dan berat badan bayi.

HASIL

Didapatkan 2 artikel dari penelusuran jurnal. Pada artikel pertama oleh Amilya dkk, diketahui bahwa 30 responden subjek penelitiannya, 15 responden sebagai kelompok kontrol hasil penelitian menunjukan pada kelompok intervensi dengan konsumsi ekstrak daun kelor sebesar 105,00 ml. pada kelompok

kontrol sebelum konsumsi placebo sebesar 68,67 ml. Hasil uji paired sample t-test didapatkan nilai p value $0,000 < 0,05$ yang artinya ada pengaruh pemberian ekstrak daun kelor terhadap produksi ASI ibu nifas.

Artikel kedua oleh Alindawati dkk, dengan Jumlah responden sebanyak 72 ibu nifas, terdiri atas 36 responden kelompok perlakuan dan 36

responden kelompok pembanding dengan diberikan kukis ekstrak daun kelor selama 14 hari. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah pemberian kukis ekstrak daun kelor selama 14 hari terdapat peningkatan produksi ASI pada kelompok perlakuan sebanyak 112,5 mL dan pada kelompok pembanding 45 mL ($p=0,00$). Peningkatan berat badan bayi pada kelompok perlakuan 575 gram, pada kelompok pembanding 225 gram ($p=0,00$). Terdapat pengaruh pemberian kukis ekstrak daun kelor terhadap produksi ASI dan berat badan bayi.

PEMBAHASAN

Pengaplikasian *evidence based* pada pasien nifas di wilayah kerja Puskesmas Ibrahim Adji melalui pemberian ekstrak daun kelor yang dimasukan kedalam kapsul dan di konsumsi 2x1 kapsul selama 6 hari berturut – turut. Pasien setiap harinya dipantau melalui WatshApp dan selalu diingatkan untuk meminum nya. Tidak lupa juga untuk menyusui bayinya secara langsung, makan buah dan sayur serta minum air mineral yang cukup (2-3liter perhari) diusahakan ibu selallu *happy* tidak boleh stress karena ini akan mempengaruhi psikologis ibu dan menghambat produksi ASI. Pada hari ke 7 dilakukan evaluasi dengan menimbang berat badan bayi dengan hasil kenaikan berat badan bayi sekitar 100 gram dan pemerahan Asi selama 15 menit secara manual dengan ketentuan minimal tidak menyusui bayi sebelum atau setelah dua jam dan di peroleh sebanyak 38 ml.

Penulis tidak hanya menilai pada hari ke 7 saja, akan tetapi dalam hal ini penulis menilai pengaruh pada saat proses setiap harinya, dari faktor paritas, pengetahuan, pengalaman, nutrisi, hidrasi dan tingkat stressor

dapat mempengaruhi pula produksi ASI.

Daun kelor (*Moringa oleifera*) merupakan makanan galaktogogue memiliki kandungan gizi mikro yang tinggi dibandingkan dengan makanan galaktogogue lainnya, kandungan nutrisi seperti senyawa fitosterol, polifenol dan steroid (efek laktogogum) berperan dalam refleksi prolaktin dan meningkatkan kadar hormon prolaktin, sehingga merangsang alveoli untuk memproduksi ASI.^{7,13-18} Hal ini terbukti dengan hasil pemerahan ASI dan didukung pula dengan kenaikan berat badan bayi karena salah satu tanda bayi cukup ASI ialah adanya kenaikan berat badan.

Berdasarkan teori bahwa secara fisiologis karena bayi cukup bulan akan mengalami penurunan BB bayi pada 7 hari pertama sekitar 5-10 % disebabkan masa peralihan dari kehidupan intrauterine dengan kehidupan ekstra uterin.¹⁹ Selain bayi akan mendapatkan kenaikan berat badan dengan cukup ASI, bayi juga akan mendapatkan nutrisi dari apa yang ibu konsumsi dalam ekstrak daun kelor (*Moringa oleifera*) sudah mengandung Vitamin A, C, B1, kalsium dan zat besi ketiga daun ini juga mengandung beta carotene, yang mana akan meningkatkan komponen kadar tersebut dalam air susu sehingga dapat menstimulasi saraf otak dan akan meningkatkan perkembangan sel otak, peningkatan perkembangan sel otak akan diikuti dengan perkembangan motorik halus dan kasar. Yang mana perkembangan pada masa awal kehidupan bayi ini merupakan "*golden periode*" sehingga perlu di perhatikan nutrisi bagi bayi^{19,20}.

Hasil penerapan *evidence based* ini sejalan dengan hasil penelitian Amilya dkk (2021) dan Alinda., dkk (2021) bahwa terdapat pengaruh yang cukup signifikan dari konsumsi ekstrak daun kelor terhadap produksi ASI dan kenaikan berat badan bayi.

SIMPULAN

Dari pelaksanaan *evidence based* kasus diatas dapat disimpulkan bahwa pemebrian ekstrak daun kelor dapat berpengaruh terhadap produksi ASI dan kenaikan berat badan bayi. Hal ini dikarenakan daun kelor (*Moringa oleifera*) merupakan makanan *galaktogogue* memiliki kandungan gizi mikro yang tinggi dibandingkan dengan makanan *galaktogogue* lainnya, seperti senyawa fitosterol, polifenol dan steroid (efek *laktogogum*) berperan dalam refleksi prolaktin daan meningkatkan kadar hormon prolaktin, sehingga merangsang alveoli untuk memproduksi ASI dan bayi mengalami kenaikan berat badan karena cukup ASI.

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada bidan dan staf di Puskesmas Ibrahim Adji dan Poltekkes Kemenkes Bandung yang telah banyak membantu dalam pelaksanaan *evidence based* ini dan

DAFTAR RUJUKAN

1. Mami br Karo. *Perilaku Ibu Menyusui Dalam Pemberian ASI Eksklusif*. Penerbit NEM; 2021.
2. Citra Aziza. *Rahasia Sukses Menyusui Panduan Memberi ASI Eksklusif*. Nue Mediatama; 2019.
3. RI PN 3. T 2012. Peraturan Pemerintah Nomor 33 Tahun 2012 Tentang Pemberian ASI Eksklusif. *Экономика Региона*. 2012;10(9):32.
<https://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/5224/1/UPS-QT03885.pdf>
4. Kementrian Kesehatan R. Profil Kesehatan Indonesian Tahun 2020. Kementrian Kesehatan dan Kementerian Agama.; 2020.
5. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. Profil Kesehatan Jawa Barat Tahun 2019. Dinas

- Kesehatan Provinsi Jawa Barat. Published 2019.
diskes.jabarprov.go.id
6. Bandung DKK. *Porfil Kesehatan Kota Bandung Tahun 2019*. Dinas Kesehatan Kota Bandung; 2019.
 7. Nurjanah S, Kamariyah N, Soleha U. Pengaruh Konsumsi Ekstrak Daun *Sauropus Androgynus* (L) Meer (KATU) Dengan Peningkatan Hormon Prolaktin Ibu Menyusui Dan Perkembangan Bayi Di Kelurahan Wonokromo Surabaya. *J Heal Sci*. 2018;10(1):24-35.
doi:10.33086/jhs.v10i1.154
 8. Depkes RI. Pedoman Bagi Ibu Hamil, Nifas, Bersalin, dan Bayi Baru Lahir di Era Pandemic Covid-19. In: *Direktorat Kesehatan Keluarga. Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat*. ; 2020.
 9. Gugus Tugas Penanganan Covid 19. Protokol Petunjuk Praktis Layanan Kesehatan Ibu dan Bayi Baru Lahir Selama Pandemic Covid-19. Published online 2020.
 10. Wiji. *ASI Dan Panduan Ibu Menyusui*. Medical Book; 2018.
 11. Alindawati R, Soepardan S, Wijayanegara H. Pengaruh Pemberian Kukis Ekstrak Daun Kelor Pada Ibu Nifas Terhadap Produksi Asi Dan Berat Badan Bayi Di Kabupaten Bekasi. *J Kebidanan dan Keperawatan Aisyiyah*. 2021;17. doi:DOI: 10.31101/jkk.699
 12. Saffaringga A, Dewi R. Pengaruh Pemberian Ekstrak Daun Kelor Terhadap Produksi ASI Ibu Nifas. *J Trop Med Issue*. 2021;1:9-15.
 13. Ikhlasiah MI, Winarni LM. Pemberian Jus Daun Pepaya Bagi Ibu Menyusui Yang Bekerja Terhadap Peningkatan Kadar Hormon Prolaktin Dan Berat Badan Bayi Di Tangerang. *J Kebidanan Malahayati*.

- 2020;6(1):89-94.
doi:10.33024/jkm.v6i1.2127
14. Handayani S, Setyawati I, Ariendha DSR, Pratiwi YS, Idyawati S, Fatmawati N. The Effect of Katuk Leaf (*Sauropus androgynus* L. Merr.) Biscuit Consumption toward Increasing Breastmilk Volume on the 10th Day. *J Phys Conf Ser.* 2020;1594(1):0-7.
doi:10.1088/1742-6596/1594/1/012051
 15. Sri Handayani, Yopi Suryatim Pratiwi YU. Daun Katuk (*Sauropus androgynus* (L.) Merr) Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu. *J Ilm Stikes Yars Mataram.* 2021;11(1):34-41.
 16. Mahmud NU, Abdullah T, Arsunan AA, Bahar B, Hadju V, Syafar M. The Effect Of Moringa Oleifera On The Life Outcome Of Pregnant And Breastfeeding Mothers: Literature Review. *Medico-Legal Updat.* 2020;20(3):914-919.
doi:10.37506/mlu.v20i3.1518
 17. Septadina IS, Murti K. Effects of Moringa Leaf Extract (*Moringaoleifera*) In The Breastfeeding. *Sriwij J Med.* 2018;1(1):74-79.
doi:10.32539/sjm.v1i1.10
 18. Ikhlasiah M, Winarni MLa, Podar S. The Effects Of Papaya Leaf Juice For Breastfeeding And Working Mothers On Increasing Prolactin Hormone Levels And Infant's Weight In Tangerang. *Enferm Clin.* 2020;30:5.
doi:10.1016/j.enfcli.2019.11.054
 19. Tando, Marie N. Asuhan Kebidanan Persalinan Dan Bayi Baru Lahir. *IN MEDIA*; 2017.
 20. Johariyah. Asuhan Kebidanan Persalinan & Bayi Baru Lahir. *TIM*; 2019.