

Pengaruh Pemberian Cookies Daun Katuk Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas DI PMB MO Banjarmasin

Novalia Widya Ningrum^{1*}, Annisa Yulia Novita¹, Nurul Hidayah²

¹Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia

²Program Studi Diploma Tiga Kebidanan, Fakultas Kesehatan Universitas Sari Mulia

*E-mail: annisayulianov@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan terbaik untuk bayi. Persentase cakupan bayi umur 0-6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2021 di Indonesia sebesar 54%. Kecamatan Banjarmasin Timur memiliki persentase cakupan pemberian ASI eksklusif juga meningkat dari 54,90% pada tahun 2020 menjadi 60,80% pada tahun 2021. Upaya dalam meningkatkan produksi ASI dapat dilakukan dengan cara nonfarmakologi yakni mengkonsumsi daun katuk dalam bentuk Cookies.

Tujuan: Menganalisis pengaruh pemberian *Cookies* Daun Katuk terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di PMB MO Banjarmasin.

Metode: Metode penelitian menggunakan jenis analitik observasional dengan desain penelitian *case control*. Sampel menggunakan teknik purposive sampling sebanyak 12 orang ibu nifas pada bulan Februari 2023 di PMB MO. Pengumpulan data menggunakan observasi dan dianalisis menggunakan uji *chi square*.

Hasil: Dari 12 orang responden, kategori ibu yang diberikan dan tidak diberikan Cookies Daun Katuk masing-masing sebanyak 6 orang (50%), ibu yang produksi ASI meningkat sebanyak 8 orang (66,7%). Ada pengaruh pemberian Cookies Daun Katuk terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di PMB MO Banjarmasin ($pvalue= 0,001 < 0,05$).

Simpulan: Ada pengaruh pemberian *Cookies* Daun Katuk terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di PMB MO Banjarmasin.

Kata Kunci: *Cookies*, daun katuk, produksi ASI, nifas

The Effect of Giving Sweet Lef Cookies on Increasing Breast Milk Production in Postpartum Mother at PMB MO Banjarmasin

ABSTRACT

Background: *Mother's Milk (ASI) is the best food for babies. The percentage of coverage of babies aged 0-6 months who get exclusive breastfeeding in 2021 in Indonesia is 54%. The East Banjarmasin District has an increased percentage of exclusive breastfeeding coverage from 54.90% in 2020 to 60.80% in 2021. Efforts to increase milk production can be carried out by non-pharmacological methods, namely consuming katuk leaves in the form of Cookies.*

Objective: *To analyze the effect of giving Katuk Leaf Cookies on increasing milk production in postpartum mothers at PMB MO Banjarmasin.*

Methods: *The research method uses an analytic observational type with a case control research design. The sample used a purposive sampling technique of 12 postpartum mothers in February 2023 at PMB MO. Collecting data using observation and analyzed using the chi square test.*

Results: *Of the 12 respondents, the categories of mothers who were given and not given Katuk Leaf Cookies were 6 people (50%) each, mothers whose milk production increased by 8 people (66.7%). There is an effect of giving Katuk Leaf Cookies on increasing milk production in postpartum mothers at PMB MO Banjarmasin (pvalue = 0.001 <0.05).*

Conclusion: *There is an effect of giving Katuk Leaf Cookies on increasing milk production in postpartum mothers at PMB MO Banjarmasin.*

Keywords: *Cookies, katuk leaves, breast milk production, postpartum*

Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan terbaik untuk bayi. ASI memiliki banyak manfaat dan harus menjadi pilihan pertama bagi bayi di seluruh dunia. Namun karena minimnya informasi, rendahnya tingkat pengetahuan, kemiskinan, kurangnya dukungan dari semua pihak, dan terusmenerus iklan tentang susu formula di media, menyusui menjadi pilihan kedua. Dengan ASI anak-anak dapat membangun sistem imunitas atau sistem kekebalan tubuh mereka. Hal ini karena ASI

dapat meningkatkan kesehatan bayi yaitu menyusui dapat mencegah infeksi dan penyakit yang berujung pada kematian (Kemenkes RI, 2022).

Di Indonesia meskipun sejumlah besar perempuan (96%) menyusui anak mereka dalam kehidupan mereka, hanya 42% dari bayi yang berusia di bawah 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif. Pada saat anak-anak mendekati ulang tahunnya yang ke dua, hanya 55% yang masih diberi ASI. Berdasarkan data yang dikumpulkan

International Baby Food Action Network (IBFAN) 2014, Indonesia menduduki peringkat ke tiga terbawah dari 51 negara di dunia yang mengikuti penilaian status kebijakan dan program pemberian makan bayi dan anak (*Infant-Young Child Feeding*). Hal ini menunjukkan, pemberian ASI sebagai makanan pertama bayi masih kurang. Padahal, penurunan gizi anak hingga menyebabkan anak bergizi kurang hingga buruk dan tumbuh pendek (*stunting*) dapat dicegah sedini mungkin dengan pemberian ASI eksklusif dan MPASI yang benar. Persentase pemberian ASI saja dalam 24 jam terakhir pada bayi umur 6 bulan juga meningkat dari 15,3% (2018) menjadi 30,2% (2019) namun, hasil tersebut masih jauh bila dibandingkan dengan target nasional dalam Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) tahun 2020 untuk cakupan ASI eksklusif, yaitu sebesar 80% (Kemenkes RI, 2022). Persentase cakupan bayi umur 0-6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif pada tahun 2021 di Indonesia sebesar 54%. Persentase tersebut mengalami penurunan jika

dibandingkan tahun 2020 sebesar 55,70%. Persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi umur 0–6 bulan pada tahun 2021 di provinsi Kalimantan Selatan sebesar 59,9%. Persentase tersebut mengalami kenaikan jika dibandingkan tahun 2020 sebesar 56,10%. Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi umur 0-6 bulan yaitu meningkat, dikarenakan usaha-usaha yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan meliputi konseling, sosialisasi, serta pengawasan terhadap program pemberian ASI eksklusif pada ibu menyusui (Kemenkes RI, 2022).

Wilayah Kota Banjarmasin memiliki persentase pemberian ASI eksklusif pada bayi umur 0–6 bulan juga mengalami peningkatan dari 60,40% pada tahun 2020 menjadi 67,10% pada tahun 2021. Sedangkan, Kecamatan Banjarmasin Timur memiliki persentase cakupan pemberian ASI eksklusif juga meningkat dari 54,90% pada tahun 2020 menjadi 60,80% pada tahun 2021. Persentase tersebut belum memenuhi target pencapaian pemberian ASI eksklusif dalam pembangunan

nasional dan strategi nasional sebesar 80% (Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin, 2022).

Produksi ASI adalah 25-50 ml/setiap kali menyusui. Dalam kondisi normal, jumlah produksi ASI yang dihasilkan ibu selalu mengikuti kebutuhan bayi. Produksi ASI optimal tercapai setelah hari ke 10-14 setelah kelahiran. Pada hari ke 1-4 setelah kelahiran produksi ASI sekitar 150–300 ml/24 jam. Banyak faktor yang menyebabkan kegagalan pemberian ASI secara eksklusif, salah satunya berkaitan dengan kendala yang biasa dialami oleh seorang ibu seperti ASI tidak lancar, dan pembendungan ASI. Ibu yang mengalami proses menyusui yang tidak lancar akan mengalami beban pikiran bahkan menyebabkan kecemasan dan kondisi ini akhirnya membuat ibu tidak lagi memberikan ASI dengan cukup pada bayi, sehingga membuat bayi mengurangi isapannya. Seorang ibu yang tidak memberikan ASI pada bayi akan mengakibatkan produksi ASI statis dan bahkan terjadi penyumbatan karena berkurangnya kinerja hormon oksitosin dan prolactin (Bunga Astria Paramashanti, 2019).

Upaya dalam meningkatkan produksi ASI dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan nonfarmakologi. Salah satu cara nonfarmakologi dengan cara mengkonsumsi daun katuk dalam bentuk *Cookies* (Ade Febriani, Nova Yulita, 2020). Vitamin A yang terkandung di dalam kukis Daun Katuk memiliki aktivitas seperti hormon yaitu melakukan interaksi dengan reseptor spesifik intraseluler pada jaringan target dengan cara merangsang pertumbuhan epitel-epitel pada seluruh tubuh seperti epitel otak dan payudara. Fitosterol adalah salah satu bagian sterol alami yang banyak terdapat pada sayur terutama pada daun katuk dan kelor. Fitosterol dialam terdapat beberapa jenis, salah satunya androstan. Androstan mempunyai peran penting sebagai prekursor dalam pengeluaran hormon steroid seperti progesterone, estradiol, testosterone, dan glukokortikoids. Saat hormon steroid dan prostaglandin bekerja akan merangsang kelenjar hipofisis anterior juga posterior dalam mengeluarkan hormone prolaktin dan oksitosin yang dapat berpengaruh terhadap peningkatan produksi

ASI pada ibu menyusui (De Aguiar Brotto et al., 2015).

Sejalan dengan penelitian Hastuti (2020), yang menyatakan bahwa pemberian *cookies* daun katuk pada kelompok ibu melahirkan dan menyusui dengan dosis 2x3/hari selama 15 hari mulai dari hari ke 3 setelah melahirkan dengan dosis sebanyak 106,4 mg selama 3 hari berturut-turut dapat meningkatkan produksi ASI 50,7% lebih banyak dibandingkan dengan yang tidak diberikan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum mengonsumsi daun katuk memiliki volume produksi ASI 0-0,5 cc dan setelah mengonsumsi daun katuk memiliki volume produksi ASI >1cc (Hastuti, 2020).

PMB MO Banjarmasin adalah salah satu praktik bidan mandiri di wilayah Banjarmasin Timur memberikan berbagai pelayanan kesehatan kepada masyarakat di wilayah kerjanya termasuk pelayanan kepada anak. Peningkatan persentase pemberian ASI tersebut belum terlaksana secara baik. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 28-29 November 2022, yang

dilakukan di PMB MO Banjarmasin, dari 10 responden terdapat 6 ibu yang menghadapi masalah ASI yang tidak tercukupi, dan 2 orang dengan keadaan puting lecet serta 2 orang ibu mengerti manfaat dari daun katuk untuk produksi ASI.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian *cookies* daun katuk terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di PMB MO Banjarmasin.

Metode dan Metode

Metode penelitian menggunakan jenis analitik observasional dengan desain penelitian *case control*. Sampel menggunakan teknik purposive sampling sebanyak 12 orang ibu nifas pada bulan Februari 2023 di PMB MO. Pengumpulan data menggunakan observasi dan dianalisis menggunakan uji chi square.

Hasil

1. Analisis Univariat

a. Gambaran Pemberian Cookies Daun

Katuk pada ibu nifas di PMB MO Banjarmasin

Adapun gambaran pemberian pemberian Cookies Daun Katuk pada ibu nifas di PMB MO Banjarmasin dapat dilihat pada tabel 1 berikut:

Tabel 1 Pemberian Cookies Daun Katuk pada Ibu Nifas

Pemberian Cookies Daun Katuk pada Ibu Nifas	f	%
Tidak Diberikan	6	50
Total	12	100

Sumber: Data Primer (2023)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 12 orang responden, kategori ibu yang diberikan dan tidak diberikan Cookies Daun Katuk masing-masing sebanyak 6 orang (50%).

b. Gambaran Peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di PMB MO Banjarmasin

Adapun gambaran peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di PMB

MO Banjarmasin dapat dilihat pada tabel 2 berikut:

Tabel 2 Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Nifas

Peningkatan Produksi ASI pada Ibu Nifas	f	%
Tidak/tetap	4	33,3
Meningkat	8	66,7
Total	12	100

Sumber: Data Primer (2023)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 12 orang responden, kategori ibu yang produksi ASI tidak meningkat/tetap sebanyak 4 orang (33,3%) dan ibu yang produksi ASI meningkat sebanyak 8 orang (66,7%).

2. Analisis Bivariat (Pengaruh Pemberian Cookies Daun Katuk terhadap Peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di PMB MO Banjarmasin)

Hasil penelitian menggunakan uji analisis *Chi Square* mengenai pengaruh pemberian Cookies Daun Katuk terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di PMB MO Banjarmasin tersaji dalam table 3:

Tabel 3. Pengaruh pemberian cookies daun katuk terhadap peningkatan produksi ASI ibu nifas di PMB MO Banjarmasin

Pemberian Cookies Daun Katuk	Peningkatan Produksi ASI				Total	
	Tidak Meningkatkan		Meningkat		n	%
	f	%	f	%		
Tidak Diberikan	4	67	2	33	6	100
Diberikan	0	0	6	100	6	100
Total	4	33	8	67	12	100

Nilai $pvalue = 0,001 < \alpha (0,05)$

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 12 orang ibu, sebanyak 4 orang ibu (66,7%) tidak diberikan/tidak mengkonsumsi Cookies Daun Katuk secara rutin dengan produksi ASI tidak meningkat/tetap dan sebanyak 6 orang ibu (100%) diberikan/mengkonsumsi Cookies Daun Katuk secara rutin dengan produksi ASI meningkat.

Ada pengaruh pemberian Cookies Daun Katuk terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di PMB MO Banjarmasin ($pvalue = 0,001 < 0,05$).

Pembahasan

1. Pemberian Cookies Daun Katuk pada ibu nifas di PMB MO Banjarmasin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 12 orang responden, kategori

ibu yang diberikan dan tidak diberikan Cookies Daun Katuk masing-masing sebanyak 6 orang (50%).

Pemberian *cookies* daun katuk kepada ibu nifas merupakan suatu cara nonfarmakologi dan masuk dalam kategori asuhan komplementer. Pemberian asuhan komplementer ini ditujukan agar mengurangi konsumsi bahan kimia yang terkandung dalam obat-obatan serta memudahkan ibu dan masyarakat untuk memanfaatkan bahan yang ada di alam salah satunya dengan daun katuk.

Menurut asumsi peneliti, menyusui harus memerlukan kondisi emosional yang stabil, faktor psikologis ibu sangat mempengaruhi produksi ASI dan dukungan suami paling berarti bagi ibu. Adaptasi fisik maupun psikologis ibu serta kebutuhan nutrisi merupakan faktor yang perlu di perhatikan, karena hal ini berkaitan dengan metabolisme dalam tubuh selama proses produksi ASI. Efikasi diri ibu yang kuat akan

mendorong ibu dalam mempelajari hal-hal baru. Ibu yang memiliki efikasi diri yang kuat permasalahan menyusunya lebih sedikit, memiliki persepsi yang baik tentang kepuasan bayi saat menyusui, dan selalu berusaha untuk mendapatkan berbagai informasi mengenai laktasi (Abuidhail et al, 2019).

Produksi ASI sangat berpengaruh terhadap berat badan bayi dikarenakan ibu yang mempunyai masalah terhadap produksi ASInya maka kecukupan untuk bayi juga bermasalah sehingga berpengaruh terhadap berat badan bayi. Asi sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan bayi jika produksi ASI ibu kurang akan berdampak jelek terhadap bayi. Sehingga untuk menghindari kejadian seperti yang sudah di bahas sebelumnya diperlukan langkah pencegahan untuk peningkatan produksi ASI. Salah satunya dengan pemanfaatan daun katuk yang dapat diberikan untuk mengatasi masalah dengan pemberian

makanan pendamping untuk mengkonsumsinya di buatlah *cookies* daun katuk sebagai alternative cemilan ibu menyusui, sehingga mempermudah ibu mengkonsumsinya dengan hasil penelitian adanya peningkatan produksi ASI pada ibu nifas.

Dipilihnya *cookies* daun katuk untuk dapat meningkatkan produksi ASI karena daun katuk dari dulu dipercaya masyarakat mampu meningkatkan produksi ASI khususnya bagi ibu yang melahirkan, sehingga khasiat dalam daun katuk tidak perlu diragukan lagi efektivitasnya. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rani Safitri (2018) mengatakan bahwa sayuran daun katuk merupakan bahan pangan lokal yang berpotensi untuk gizi ibu menyusui, yang berfungsi untuk meningkatkan dan memperlancar produksi ASI sehingga terdapat pengaruh pemberian daun katuk terhadap volume ASI pada ibu nifas.

2. Pengaruh Pemberian *Cookies* Daun Katuk terhadap Peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di PMB MO Banjarmasin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 12 orang ibu, ada 6 yang tidak diberikan/tidak mengkonsumsi *cookies* daun katuk secara rutin di dapatkan ada 4 orang ibu tidak meningkat (66,7%) dan ada 2 orang ibu yang tidak mengkonsumsi cookies daun katuk tetapi produksi ASInya tetap meningkat (33,3%). Sedangkan 6 orang ibu yang diberikan/mengkonsumsi *cookies* daun katuk secara rutin produksi ASI meningkat (100%). Ada pengaruh pemberian *cookies* daun katuk terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas di PMB MO Banjarmasin dengan hasil ($p\ value = 0,001 < 0,05$).

Upaya dalam meningkatkan produksi ASI telah banyak dilakukan dengan berbagai cara. Salah satunya dipilih dengan cara mengkonsumsi olahan daun katuk berupa *cookies*.

Dipilihnya daun katuk karna di dalam daun katuk mengandung protein 35% yang dapat membantu meningkatkan produksi ASI karena terdapat isoflavin, alkaloid, polifenol, steroid, dan substansi lainnya yang merangsang hormon oksitosin dan prolaktin yang terkandung di dalam daun katuk sehingga efektif dalam meningkatkan dan memperlancar produksi ASI (Elika, 2018).

Menurut penelitian Trianingsih (2020), yang terkandung dalam daun katuk yaitu polifenol dan steroid yang dapat meningkatkan hormone prolaktin. Kadar hormone prolaktin yang tinggi akan memperlancar produksi ASI sehingga berpengaruh terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu nifas. Kandungan daun katu adalah senyawa alifatik akibat paparan hormonal terhadap bahan kimia sterol yang mempunyai sifat estrogenik (Nurhidayah, 2020). Efektivitas daun katuk dalam meningkatkan produksi ASI diyakini karna aksi hormonal sterol

yang bersifat estrogenik. Sehingga di pilihlah daun katuk yang sudah diolah menjadi *cookies* dan diberikan kepada ibu nifas karena *cookies* daun katuk terdapat senyawa yang dapat berpengaruh terhadap kelancaran ASI sebagai cara meningkatkan produksi ASI ibu.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Puspitasari (2018), menunjukkan 40 orang responden, sebelum diberikan intervensi Daun Katuk sebanyak 14 orang (35%) mengeluh ASI-nya sedikit lancar. Peningkatan ASI sesudah diberikan Daun Katuk sebanyak 35 orang (77,5%) dengan kategori ASI sangat lancar dan 5 orang (12,5%) ASI lancar. Hasil analisis bivariat dengan membandingkan nilai pre dan posttest menunjukkan nilai $p=0,000$ ($p < 0,05$).

Ibu yang tidak mengkonsumsi *Cookies* Daun Katuk namun tetap mengalami peningkatan produksi ASI

bisa terjadi karna salah satunya dari faktor paritas dimana ibu yang multipara atau seorang wanita yang pernah melahirkan lebih dari satu kali sudah memiliki pengalaman sehingga mereka tidak merasakan cemas yang berlebihan juga sudah menyiapkan kebutuhan fisik dan psikologis yang terencana sehingga membuat tidak adanya hambatan terhadap produksi ASInya tetap lancar dan meningkat. Beda halnya dengan ibu yang primipara yang kurang pengalaman dan sering merasa cemas setelah melahirkan dan menyusui bayinya sehingga berdampak pada kondisi fisik dan psikologis ibu yang membuat ASI tidak keluar atau tidak meningkat. Hal ini sejalan dengan penelitian Romlah (2019), dari 82 responden ibu multipara yang menyusui rata-rata memiliki produksi ASI cukup 33 responden (40,2%) dan ibu primipara yang menyusui memiliki produksi ASI yang kurang 22 responden (26,8%) dimana ada hubungan yang bermakna antara

paritas ibu yang menyusui terhadap produksi ASI, hasil uji statistic *Kendall's tau* didapatkan *p-value* = 0,001 < 0,05.

Asupan gizi pada ibu menyusui amat erat ikatannya dengan produksi air susu. ASI jelas amat dibutuhkan oleh bayi agar tumbuh kembang bayi normal dan baik adanya. Kebutuhan kalori ibu yang menyusui harus proporsional. Kebutuhan kalori selama menyusui harus setara dengan jumlah air susu ibu yang dihasilkan. Kalori itu juga harus lebih tinggi jumlahnya selama ibu menyusui dibanding selama ibu sedang hamil. Rata-rata kandungan kalori ASI yang dihasilkan seorang ibu dengan status gizi baik adalah 70 kal/100 ml. Sementara itu, kalori yang dibutuhkan adalah 85 kal untuk tiap 100 ml yang dihasilkan (Bunga Astria Paramashanti, 2019).

Ibu menyusui membutuhkan sekitar 71 gram protein setiap hari. Ini tidak hanya jumlah protein yang

dibutuhkan agar tubuh sendiri berfungsi normal, tapi juga yang dibutuhkan laktasi. Selain itu, bayi yang menyusui ASI membutuhkan protein dari ASI untuk perkembangannya. Meski mendapat protein dalam jumlah yang dibutuhkan tidak terlalu sulit, beberapa wanita yang terbatas pola makannya membutuhkan bantuan untuk mendapatkan jumlah ini, termasuk vegetarian dan wanita yang tidak bisa mengonsumsi makanan tinggi protein (Ade Febriani, Nova Yulita, 2020).

Selain itu menurut Maritalia (2017) ketenangan jiwa dan pikiran juga mempengaruhi produksi ASI jika keadaan ibu tegang, tertekan sedih maka akan menurunkan volume ASI. Kondisi kejiwaan dan emosi ibu yang tenang sangat mempengaruhi produksi ASI. Jika ibu mengalami stres, pikiran tertekan, tidak tenang, cemas, sedih, dang tegang, produksi ASI akan berpengaruh secara signifikan.

Information and Modeling, 53(9), 1689–1699.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terimakasih sebesar-besarnya kepada pembimbing I, pembimbing II, penguji, Mahasiswa mahasiswa Program Studi Sarjana Kebidanan, kedua orang tua, dan seluruh teman-teman seangkatan yang banyak memberikan masukan, doa dan dukungan dalam penelitian ini.

Daftar Pustaka

Ade Febriani, Nova Yulita, sellia juwita. (2020). Efektivitas Pemberiamn Soybean (*Glycine max* (L) Merr) Dalam Peningkatan ASI Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Pekanbaru penyakit infeksi, bakteri, virus, parasit, serta jamur . ASI dapat Pendahuluan Salah satu indikator untuk mengetahui status kes, 4(2), 113.

Bunga Astria Paramashanti. (2019). Gizi Ibu dan Anak. (Desy Rachmawati SS, Ed.). yogyakarta: PT.Pustaka Baru.

Defrin, H., Spog, K., Yulizawati, B., Keb, M., Studi, P., & Kebidanan, S. (2018). ASI Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin Kota Padang Tahun 2018 Oleh : Aisyah Istianingsih No. BP.1410332014 Dosen Pendamping: Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Padang 2018.

Derviş, B. (2013). Pengaruh buah pepaya terhadap kelancaran Produksi ASI pada ibu menyusui. *Journal of Chemical*

Wisnu cahyadi, M. s. (2018). Daun katuk Khasiat Dan Teknologi. (fatna yustianti, Ed.) (1,cet 5). Jakarta: bumi aksara.

F.B. Monica, & Sulistiyani, K. (2015). Buku pintar ASI dan menyusui (Cet. 2). jakarta: Noura Books.

Falikhah, N. (2017). ASI dan Menyusui (Tinjauan Demografi Kependudukan). *Jurnal Ilmu Dakwah*, 13(26), 31–46.

Kemenkes RI. (2022). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementrian Kesehatan RI, 203(9), 1689–1699.

Mawarni, R. D., Anggraini, Y., & Jumari, A. (2018). Pembuatan Cookies Daun Katuk Yang Tahan Lama Tanpa Bahan Pengawet. *Seminar Nasional Teknik Kimia Ecosmart*, 122–128.

Prasetyo D.S. (2009). ASI eksklusif pengenalan, praktik, kemanfaatan kemanfaatannya. yogyakarta: DIVA PRESS.

Puspitasari, E. (2018). Pengaruh Pemberian Cookies Daun Katuk Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Nifas Di Rb Bina Sehat Bantul. *Jurnal Kebidanan*, 7(1), 54. <https://doi.org/10.26714/jk.7.1.2018.54-60>

Safitri, R. (2018). Produksi Asi Pada Ibu Nifas Primipara Di Praktik Bidan Mandiri (Pmb) Dillah Sobirin Kecamatan Pakis Kabupaten. *Journal of Issues in Midwifery*, 02(Desember 2018), 41–47. Sumatera Utara,

D. K. (2019). Provinsi Sumatera Utara. Jurnal Ilmiah Smart, III(2), 68–80.

Yolanda, D. (2020). Pengaruh Pemberian Cookies Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Ibu nifas: Systematic Literature Review. Skripsi.