

PERBANDINGAN EFEKTIVITAS DAUN LABU KUNING (*CURCUBITA MOSCHATA*)  
DAN DAUN LEMBAYUNG (*VIGNA SINENSIS L*) TERHADAP KELANCARAN  
PENGELUARAN ASI PADA IBU 3-4 HARI POSPARTUM

Heni Nurakilah<sup>1\*</sup>, Maria Ulfah Jamil<sup>2</sup>, Meti Sulastri<sup>3</sup>, Budy Nugraha<sup>4</sup>

<sup>1-4</sup>Universitas Bhakti Kencana

Email Korespondensi: heni.nurakilah@bku.ac.id

Disubmit: 24 Oktober 2023

Diterima: 21 November 2023

Diterbitkan: 01 Januari 2024

Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i1.12757>

**ABSTRACT**

*The problems with breast milk production can be influenced by nutrition factors during pregnancy and during breastfeeding, that is will be impact on the flow breast milk. Management to irregular milk production can be use pharmacologicalyl and non-pharmalogically. One of pharmacological therapy to help breast milk production by using plants that can be stimulate breast milk production. Pumpkin leave contain several important components that is protein, carbohydrates, phisphorus, calcium, iron, vitamin A, itamin B, vitamin C. Apart from pumpkin leaves, breastfeeding mothers can be consume long bean or lembayung leaves because have a saponins and polyphenols which can incease prolactin levels. Lembayung leaves have a contain several substances that is: calories, protein, carbohydrtaes, fat, phosphorus, iron, vitamin A, vitamin B and vitamin C. This study to compare the effectiveness of pumpkin leaves and lavender leaves on the smoothness of milk production in mothers 3-4 days postpartum. The novelty in this study is to find out which plants are more effective in influencing the smooth release of breast milk. The mthode used was quasi-experimental with a one group pretest-posttest research design. Analysis data used the Man-Whitney test to determine the comparison after treatment between the two groups regarding the smooth flow of breast milk. The results of the research that is breast milk flow was smooth with giving pumpkin leaves and lembayung leaves with a mean  $\pm$ SD 10,22 $\pm$ 0,97 dan 26,78 $\pm$ 1.12 (p=0,001). treatment with giving lembayung levaees has a greater effect on the smooth production of breast milk in postpartum 3-4 day mothers compared to giving pumpkin leaves*

**Keywords:** *Pumpkin Leaves, Lembayung Leaves, Expenditure of Breast Milk*

**ABSTRAK**

Permasalahan produksi ASI dapat di pengaruhi oleh faktor nutrisi sejak saat kehamilan dan saat menyusui, sehingga akan berdampak pada ketidaklancaran pengeluaran ASI. Penatalaksanaan ketidaklancaran pengeluaran ASI dapat dilakukan secara farmakologis dan non-farmakologis (Nurakilah et al., 2019). Salah satu terapi non-farmakologis yang dapat dilakukan untuk memperlancar pengeluaran ASI adalah dengan memanfaatkan tanaman yang dapat merangsang pengeluaran ASI. Daun labu kuning mengandung beberapa komponen penting yaitu: protein, karbohidrat, fosfor, kalsium, zat besi, vitamin A, vitamin B,

vitamin C (Erwiyani et al., 2022). Selain daun labu kuning, ibu menyusui dapat mengkonsumsi daun kacang panjang atau lembayung yang dapat memperlancar ASI dikarenakan memiliki kandungan saponin dan polifenol yang dapat meningkatkan kadar prolactin. Daun lembayung memiliki beberapa kandungan zat yaitu: kalori, protein, karbohidrat, lemak, fosfor, zat besi, vitamin A, vitamin B, vitamin C (Djama, 2018). Penelitian ini untuk mengetahui perbandingan efektivitas daun labu kuning dan daun lembayung terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu 3-4 hari postpartum. Kebaharuan pada penelitian ini untuk mengetahui tanaman mana yang lebih efektif dalam mempengaruhi kelancaran pengeluaran ASI. Metode yang digunakan quasi eksperimen dengan rancangan penelitian *one group pretest- posttest*. Analisis data menggunakan Uji Man-Whitney untuk mengetahui perbandingan sesudah perlakuan kedua kelompok terhadap kelancaran pengeluaran ASI. Hasil penelitian menunjukkan kelancaran pengeluaran ASI dengan pemberian daun labu kuning dan daun lembayung nilai rerata $\pm$ SD 10,22 $\pm$ 0,97 dan 26,78 $\pm$ 1.12 ( $p= 0,001$ ). Pemberian daun lembayung lebih berpengaruh terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu 3-4 postpartum dibanding dengan pemberian sayur daun labu kuning.

**Kata Kunci:** Daun Labu Kuning, Daun Lembayung, Kelancaran Pengeluaran ASI

## PENDAHULUAN

Air susu ibu (ASI) eksklusif adalah ASI yang diberikan kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan mengganti dengan makanan atau minuman lain (kecuali obat, vitamin, dan mineral (Meihartati, 2018). Faktor kegagalan ibu dalam memberikan ASI eksklusif yaitu dapat dipengaruhi oleh kekhawatiran ibu bahwa produksi ASI yang tidak mencukupi dan pengetahuan ibu tentang menyusui yang kurang. Kecemasan dan ketakutan ibu tersebut dapat menyebabkan penurunan hormon oksitosin sehingga ASI tidak dapat keluar segera setelah melahirkan. (Firdausi & Laelatul Qomar, 2019)

Persentase pemberian ASI eksklusif bayi usia 0-5 bulan secara Nasional mencapai 66% pada tahun 2022, angka tersebut mengalami penurunan dari tahun sebelumnya yaitu 71,58%. Pemberian ASI eksklusif di Jawa Barat tahun 2020 mencapai 68,09 %, menurut kisaran Kabupaten/Kota cakupan ASI eksklusif pada bayi umur 0-6 bulan di Kota Tasikmalaya tahun 2018

sebesar 56,01%, tahun 2019 sebesar 68,31%, tahun 2020 sebesar 68,31% dan pada tahun 2021 sebesar 70,38%. Pemberian ASI eksklusif di Puskesmas Kawalu pada tahun 2021 sebesar 48,85%, sehingga gambaran ini masih di bawah cakupan target cakupan ASI eksklusif nasional sebesar 80% (Dinas Kesehatan, 2022) (Dinkes Jawa Barat, 2022)

Produksi dan pengeluaran ASI dapat di pengaruhi oleh dua hormon yaitu prolactin dan oksitosin. Prolaktin memengaruhi jumlah produksi ASI dan oksitosin memengaruhi proses pengeluaran ASI. Prolaktin berkaitan dengan nutrisi ibu, semakin baik nutrisi ibu selama menyusui maka semakin banyak produksi ASI (Septiani & Sumiyati, 2022) (Kitano et al., 2016).

Penatalaksanaan ketidاكلancaran pengeluaran ASI dapat dilakukan secara farmakologis dan non-farmakologis. Berbagai upaya untuk mengatasi kurang lancarnya ASI bisa dilakukandengan cara yang terapi farmakologi untuk meningkatkan ASI menggunakan obat motilium. Sedangkan untuk non

farmakologi banyak berbagai macam cara sederhana seperti mencoba mengkonsumsi herbal untuk meningkatkan produksi ASI seperti *oatmeal*, kedelai, sayur daun katuk, daun buah papaya, daun labu kuning dan lainnya (Delvina & Wulandary, 2022) (Rosdianah & S, 2021) (Prasetyo et al., 2023).

#### KAJIAN PUSTAKA

Tanaman labu kuning merupakan salah satu tanaman buah dari golongan familia Cucurbitaceae, termasuk tanaman semusim yang sekali berbuah langsung mati. Labu kuning banyak dibudidayakan di negara Afrika, Amerika, India dan Cina. Labu kuning biasanya tumbuh pada daratan rendah maupun tinggi, ketinggian tempat antara 0 m - 1500 m diatas permukaan laut (Wiliana et al., 2021). Daun labu kuning mengandung komponen penting seperti protein, karbohidrat, fosfor, kalsium, zat besi, vitamin A, vitamin B, vitamin C (Warsinah et al., 2022).

Daun lembayung atau kacang Panjang (*Vigna Sinesis L*) banyak di kenal oleh Masyarakat yang mudah di peroleh dengan harga yang cukup ekonomis dan di konsumsi dalam bentuk sayur. Kandungan dalam daun lembayung yaitu kalori, protein, karbohidrat, lemak, kalsium, fosfor, zat besi, vitamin A, vitamin B dan Vitamin C (Djama, 2018).

Pemberian ASI eksklusif yaitu pemberian ASI selama 6 bulan secara penuh tanpa disertai dengan pemberian makanan atau minuman yang lainnya. Kandungan ASI terdiri dari karbohidrat, lemak, protein, mineral, dan vitamin. Manfaat dari pemberian ASI dapat berpengaruh positif terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi (Gharaei et al., 2020).

Ibu yang tidak dapat menyusui pada hari-hari pertama pascasalin

disebabkan oleh perasaan cemas dalam pengeluaran ASI dan juga rendahnya pengetahuan ibu tentang proses menyusui. Upaya dalam meningkatkan produksi ASI memerlukan kalori 600 kal/hari, sehingga seorang ibu yang sedang menyusui diharuskan mengonsumsi makanan yang bergizi. Kalori 550 kal/hari dan protein 17 gram/hari dengan jumlah vitamin A, thiamin dan riboflavin cukup tinggi (Djama, 2018).

Kegagalan ibu dalam pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh beberapa hal yaitu ketidakcukupan produksi ASI, terpengaruh oleh iklan susu formula yang menjadikan pemberian susu formula dianggap lebih praktis (Prasetyo et al., 2023).

Pengeluaran ASI selama menyusui di pengaruhi oleh asupan nutrisi yang di konsumsi ibu. Terdapat beberapa tanaman yang dipercaya secara turun temurun maupun yang sudah teruji ilmiah kandungannya dalam membantu produksi ASI yaitu daun lembayung (*Vigna Sinensis L.*), daun katuk (*Sauropus androgynus*), klabet (*Trigonella graceum L.*) dan daun bangunbangun (*Coleus amboinicus*, Lour), kelor (*Moringa Oleifera*), daun labu kuning (*curcubita moshata*) (Firdausi & Laelatul Qomar, 2019) (Septadina et al., 2018) (Triananinsi et al., 2020).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan dari keefektifitasan antara pemberian sayur daun labu kuning dan daun lembayung dalam melancarkan pengeluaran ASI pada ibu 3-4 pspartum.

Rumusan pertanyaan pada penelitian ini apakah terdapat pengaruh pemberian daun labu kuning dan daun lembayung terhadap kelancaran pengeluaran ASI pada ibu 3-4 hari pspartum.

## METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian quasi eksperimen dengan rancangan penelitian *one group pretest-posttest* (Djaali, 2020). Pada penelitian ini peneliti melakukan pengkajian kelancaran pengeluaran ASI sebelum dan setelah dilakukan intervensi. Adapun intervensi yang diberikan berupa melakukan pemberian sayur daun labu kuning dan sayur daun lembayung.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu 3-4 hari pospartum di Wilayah Kerja Puskesmas Kawalu. Sampel pada penelitian ini diambil menggunakan teknik *non probability sampling* secara *consecutive sampling*. Jumlah sampel dari penelitian ini sebanyak 36 sampel dan untuk masing-masing kelompok terdiri dari 18 sampel.

Alat ukur/instrument yang digunakan dalam penelitian ini dengan kuesioner kelancaran pengeluaran ASI yang diberikan pada pretes dan postes.

Penelitian dilakukan selama 2 bulan yakni dari 5 Juni - 29 Juli 2023 di UPTD Puskesmas Kawalu Kota Tasikmalaya.

Uji layak etik dilakukan di Komite Etik Penelitian Kesehatan Universitas Bhakti Kencana dengan Nomor 156/09.KEPK/UBK/IX/2023.

Analisis data yang gunakan dalam penelitian ini dengan *Uji Wilcoxon* untuk perbandingan Skor Kelancaran ASI pada masing-masing variable independent dan uji *Man-Whitney* untuk uji perbandingan antara kedua variable independen.

## HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Subjek Penelitian

Variabel	Kelompok	
	Daun Labu Kuning (n=18)	Daun Lembayung (n=18)
Usia (tahun):		
20-29	13	14
30-39	5	4
40-49	0	0
Pendidikan:		
SD	0	0
SMP	1	2
SMA	11	9
Perguruan Tinggi (PT)	6	7
Pekerjaan:		
IRT	15	16
Buruh	1	2
PNS	2	0
Paritas:		
Primipara	15	14
Multipara	3	4
Grandmultipara	0	0
Proses Persalinan:		
Normal	16	15
SC	2	3

Keterangan: analisis univariat

Tabel 1 memperlihatkan karakteristik responden penelitian mayoritas berusia 20-29 tahun,

Pendidikan SMA, pekerjaan IRT, paritas primipara, dan proses persalinan secara normal.

**Tabel 2 Perbedaan Skor Kelancaran ASI antara Sebelum dan Sesudah Pemberian Sayur Daun Labu Kuning dan Sayur Daun Lembayung pada Ibu 3-4 Hari Pospartum**

	Pretes Rerata ( $\pm$ SD)	Postes Rerata ( $\pm$ SD)	Kelancaran Pengeluaran ASI			Nilai p*
			Turun	Meningkat	Tetap	
Daun Labu Kuning	4,67 (0,970)	5,94 (0,235)	0	13	5	0,001
Daun Lembayung	5,88 (0,323)	6,33 (0,940)	0	17	1	0,001

Keterangan: analisis deskriptif, \*Uji Wilcoxon

Tabel 2 memperlihatkan bahwa nilai rerata pretes pada kelompok Daun Labu kuning sebesar 4,67 dan rerata pretes pada kelompok daun lembayung sebesar 5,88 dapat diartikan bahwa kelompok daun labu kuning lebih rendah dibandingkan dengan kelompok daun lembayung. Nilai rerata postes pada kelompok daun labu kuning sebesar 5,94 dan rerata postes pada kelompok daun lembayung sebesar 6,33 dapat diartikan bahwa kelompok daun labu

kuning lebih rendah dibandingkan dengan kelompok daun lembayung, berarti terjadi kenaikan pada nilai rerata kelancaran ASI pada masing-masing kelompok. Pengeluaran ASI pada kelompok daun labu kuning terjadi peningkatan sebanyak 13 orang dan 5 orang tetap. Pengeluaran ASI pada kelompok daun lembayung terdapat 17 orang mengalami peningkatan dan 1 orang tetap. Tidak terdapat perbedaan nilai p pada kedua kelompok dengan nilai  $p=0,001$ .

**Tabel 3 Perbandingan Skor Kelancaran ASI antara Sesudah Pemberian Sayur Daun Labu Kuning dan Sayur Daun Lembayung pada Ibu 3-4 Hari Pospartum**

Kelancaran Pengeluaran ASI		Nilai p*
Daun Labu Kuning (Rerata $\pm$ SD)	Daun Lembayung (Rerata $\pm$ SD)	
10,22 $\pm$ 0,97	26,78 $\pm$ 1.12	0,001

Keterangan: \*Uji Man-Whitney

Tabel 3 memperlihatkan bahwa perbandingan skor kelancaran pengeluaran ASI pada ibu 3-4 hari pospartum sesudah mengonsumsi sayur daun labu kuning dan sayur daun lebayung dilakukan pengujian dengan uji *man-Whitney* didapatkan nilai rerata 10,22 $\pm$ 0,97

pada kelompok daun labu kuning dan pada kelompok daun lebayung 26,78 $\pm$ 1.12 dengan nilai  $p=0,001$ , sehingga dapat diartikan terdapat perbedaan rerata antara 2 kelompok dan terdapat perbedaan pengaruh kelancaran pengeluaran ASI pada ibu 3-4 hari pospartum.

## PEMBAHASAN

Hari-hari pertama setelah persalinan kadar estrogen dan progesteron mengalami penurunan secara drastis yang mengakibatkan hormon prolaktin lebih tinggi sehingga mulai terjadi pengeluaran ASI (Nurakilah et al., 2019). Menurut Febriani dalam Visti Delvina (2022) Menyusui lebih dini dapat merangsang putting payudara dan membentuk hormon prolactin yang di sekresi oleh hipofisis dalam proses pengeluaran ASI. Proses pengeluaran ASI di mulai dengan adanya rangsangan hisapan mulut bayi pada putting susu ibu yang dapat merangsang kelenjar pituitary posterior untuk menghasilkan hormon oksitosin yang merangsang serabut otot halus di dalam dinding saluran susu agar membiarkan susu dapat mengalir lancar (Delvina & Wulandary, 2022).

Produksi dan pengeluaran ASI dapat dipengaruhi oleh dua hormon yaitu hormon prolaktin dan oksitosin. Hormon prolaktin memengaruhi jumlah produksi ASI dan hormon oksitosin memengaruhi proses pengeluaran ASI. Hormon prolactin berkaitan erat dengan nutrisi ibu yakni semakin baik asupan nutrisi ibu maka semakin baik juga produksi ASI yang dihasilkan. Ketidاكلancaran dalam pengeluaran ASI dapat dilakukan dengan cara sederhana seperti ramuan-ramuan tradisional, pemberian terapi farmakologis dan non farmakologis. Pemanfaatan tanaman yang dapat merangsang dalam pengeluaran ASI merupakan salah satu terapi non-farmakologis. Beberapa tanaman yang dapat meningkatkan produksi ASI diantaranya Daun Labu Kuning dan Daun Lembayung (Warsinah et al., 2022) (Djama, 2018).

Berdasar atas hasil penelitian didapatkan selisih peningkatan nilai rerata kelancaran produksi ASI antara sebelum dan sesudah

pemberian sayur daun labu kuning yaitu 1,27. Hal ini sesuai dengan teori bahwa daun labu kuning mengandung komponen penting yaitu protein, karbohidrat, fosfor, kalsium zat besi, Vitamin A, vitamin B, vitamin C. Daun Labu kuning mengandung polifenol yang dapat menstimulasi hormon oksitosin dan prolactin, dengan mengonsumsi sayur bening daun labu kuning dua kali sehari sebanyak 200 gram dapat memenuhi kecukupan Vitamin A yakni 2100-3600 IU sehari yang di butuhkan oleh ibu nifas dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi. Kandungan vitamin A pada 100 gram daun labu kuning sebanyak 1107 IU (Delvina & Wulandary, 2022) (Warsinah et al., 2022) (Erwiyani et al., 2022).

Sejalan dengan hasil penelitian Delvina, V (2022) tentang pengaruh pemberian rebusan daun labu kuning terhadap produksi ASI pada ibu menyusui, menyatakan bahwa terdapat pengaruh pemberian rebusan sayur daun labu kuning terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Hiang Kabupaten Kerinci tahun 2021 dengan hasil p-value 0,000. Di dukung oleh hasil penelitian Mutiara dalam Delvina, S (2021) bahwa daun labu kuning mengandung senyawa filosterol yaitu kampeterol, stigmasterol dan beta-sitosterol yang bersifat laktagogum sehingga dapat meningkatkan produksi ASI.

Berdasar atas hasil penelitian didapatkan selisih peningkatan nilai rerata kelancaran produksi ASI antara sebelum dan sesudah pemberian sayur daun lembayung yaitu 0,45. Daun lembayung atau kacang panjang bermanfaat sebagai pelancar ASI, meningkatkan produksi ASI atau sebagai laktagogum yang memiliki kandungan alkaloid, saponin, polifenol, steroid, flavonoid. Pemberian daun

lembayung sebanyak 200 gram/hari dengan cara di sayur bening dapat meningkatkan produksi ASI. Kandungan vitamin A pada 100 gram daun lembayung sebanyak 5240 IU (Djama, 2018).

Sejalan dengan hasil penelitian Melinda A, dkk (2022) tentang Pengaruh Pemberian Daun Kacang Panjang dalam Meningkatkan Produksi ASI Ibu Pospartum di Desa Kombutokan, menyatakan bahwa terdapat pengaruh pemberian daun kacang Panjang dalam meningkatkan produksi ASI ibu postpartum dengan p-value 0,000. Sejalan dengan hasil penelitian Nuzliati (2018) bahwa daun lembayung atau daun kacang panjang dapat memperlancar ASI atau sebagai kompres payudara ketika payudara bengkak. Daun lembayung mengandung saponin dan polifenol yang dapat meningkatkan kadar prolactin.

Pemberian sayur daun labu kuning dan daun lembayung sama-sama dapat meningkatkan kelancaran dalam pengeluaran ASI pada ibu 3-4 hari postpartum. Tanaman yang berkhasiat dalam peningkatan sekresi air susu (laktagogum) kemungkinan mempunyai kandungan: bahan aktif yang bekerja sebagai Prolactin Releasing Hormon (PRH), mengandung bahan senyawa steroid, mengandung bahan aktif yang berkhasiat seperti prolactin, mengandung bahan aktif yang berkhasiat seperti oksitosin (Erwiyani et al., 2022).

ASI mengandung antibody yang baik bagi bayi. Antibody dalam jumlah besar berasal dari tubuh seorang ibu dan antibody tersebut dapat membantu bayi menjadi tahan terhadap penyakit dan meningkatkan system kekebalan tubuh. Selain itu hormon yang terdapat dalam ASI menciptakan rasa kantuk dan rasa nyaman sehingga mampu menenangkan bayi

yang sedang tumbuh gigi dan membantu membuat bayi tertidur setelah makan. Menyusui juga dapat membantu uterus kembali ke ukuran normal lebih cepat dan mencegah perdarahan. Wanita yang menyusui memiliki risiko lebih rendah terkena osteoporosis, kanker ovarium, dan juga kanker payudara (Melinda et al., 2023) (Sumiati et al., 2022).

Menurut asumsi peneliti, pemberian tanaman laktagogum selama masa menyusui khususnya daun labu kuning dan daun lembayung sangat bermanfaat dan mudah di dapatkan juga di lingkungan sekitar, sehingga setiap ibu menyusui dapat dengan mudah menemukan dan mengolah kedua tanaman tersebut yang dapat membantu dalam pengeluaran ASI serta tercapainya target dalam pemberian ASI eksklusif. Nutrisi terbaik dalam kualitas dan kuantitas pada saat pertumbuhan otak yang terjadi dari 0 sampai 6 bulan terkandung dalam ASI eksklusif. Perkembangan otak anak di mulai sejak dalam kandungan sampai usia 3 tahun yang dikenal dengan periode emas, sehingga diperlukan pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan dan dapat diteruskan sampai berusia 2 tahun (Astriana & Afriani, 2022).

ASI mengandung protein, karbohidrat, lemak dan mineral yang dibutuhkan bayi dalam jumlah yang seimbang. 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 (Firdausi & Laelatul Qomar, 2019) (Yimer et al., 2021).

## KESIMPULAN

Daun labu kuning dan daun lembayung berpengaruh terhadap

kelancaran pengeluaran ASI pada ibu menyusui terutama pada hari-hari pertama pascasalin. Daun lembayung lebih berpengaruh dibandingkan dengan daun labu kuning karena memiliki kandungan vitamin A yang lebih tinggi. Saran untuk penelitian selanjutnya diharapkan dapat menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi kelancaran pengeluaran ASI secara terperinci selain faktor asupan nutrisi selama masa nifas dan menyusui.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Astriana, W., & Afriani, B. (2022). Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Umur 0-6 Bulan Ditinjau Dari Pemberian Asi. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 7(2), 128-136. <https://doi.org/10.36729/jam.v7i2.860>
- Barat, D. K. Ja. (2022). *Persentase Pemberian ASI Eksklusif pada Bayi < 6 Bulan Berdasarkan Kabupaten/Kota*. <https://opendata.jabarprov.go.id/id/dataset/persentase-pemberian-air-susu-ibu-asi-eksklusif-pada-bayi-6-bulan-berdasarkan-kabupatenkota-di-jawa-barat>
- Delvina, V., & Wulandary, T. (2022). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Labu Kuning Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui. *Maternal Child Health Care*, 4(1), 630-636. <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/MCHC/article/view/2232>
- Dinas Kesehatan. (2022). *Jumlah Bayi yang Diberi ASI Eksklusif Taun 2021*. <https://data.tasikmalaykota.go.id/dinaskesehatan/jumlah-bayi-yang-diberi-asi-eksklusif-tahun-2021/>
- Djaali. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bumi Aksara.
- Djama, N. T. (2018). *Jurnal Riset Kesehatan Peningkatan Produk* i Asi Pada Ibu Menyusui. 14(1), 5-10.
- Erwiyani, A. R., Ayu, S. M., Ningtyas, W. A., & Vifta, R. L. (2022). Formulation and evaluation of pumpkin fruit (*Cucurbita maxima L.*) emulgel Formulasi dan evaluasi sediaan emulgel daging buah labu kuning (*Cucurbita maxima L.*). *Jurnal Ilmiah Farmasi (Scientific Journal of Pharmacy) Special Edition*, 2022, 6878. <http://journal.uin.c.id/index.php/JIF68>
- Firdausi, A., & Laelatul Qomar, U. (2019). Penerapan Pemberian Olahan Daun Lembayung dalam Produksi ASI. *Proceeding of The Urecol*, 3339. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/580>
- Gharaei, T., Amiri-Farahani, L., Haghani, S., & Hasanpoor-Azghady, S. B. (2020). The effect of breastfeeding education with grandmothers' attendance on breastfeeding self-efficacy and infant feeding pattern in Iranian primiparous women: A quasi-experimental pilot study. *International Breastfeeding Journal*, 15(1), 110. <https://doi.org/10.1186/s13006-020-00325-5>
- Kitano, N., Nomura, K., Kido, M., Murakami, K., Ohkubo, T., Ueno, M., & Sugimoto, M. (2016). Combined effects of maternal age and parity on successful initiation of exclusive breastfeeding. *Preventive Medicine Reports*, 3, 121126. <https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2015.12.010>
- Meihartati, T. (2018). Hubungan antara perawatan payudara dengan kejadian bendungan asi (engorgement) pada ibu nifas. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 13(1), 1924. <https://doi.org/10.31101/jkk.154>
- Melinda, A., Kadir, S., & Lalu, N. A.

- S. (2023). the Influence of Giving Long Bean Leaves in Increasing Breast Milk Production Postpartum Mothers in Kombutokan Village, Banggai Islands Regency. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal HealthandScience Community*, 7(1),8798.<https://doi.org/10.35971/gojhes.v7i1.16291>
- Nurakilah, H., Garna, H., Hartini, S. S., Wijayanegara, H., Suardi, A., & Rasyad, A. S. (2019). Perbandingan Pengaruh Penggunaan Warm Bra Care dan Kompres Hangat Terhadap Kelancaran Pengeluaran ASI Pada Ibu 3 - 4 Hari Pospartum di Puskesmas Tomo Kabupaten Sumedang. *Jurnal Sisitem Kesehatan (Jsk)*, 5(1), 13-17.
- Prasetyo, Y. B., Rahayu, H. T., Kurnia, A. D., Masrurroh, N. L., Melizza, N., & Latif, R. A. (2023). Breastfeeding Trends and it's Related Factors in Indonesia: A National Survey. *Jurnal Gizi Dan Pangan*, 18(1), 3140.<https://doi.org/10.25182/jgp.2023.18.1.31-40>
- Rosdianah, R., & S, I. (2021). Pemberian Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(2), 265273.<https://doi.org/10.33024/jkm.v7i2.3585>
- Septadina, I. S., Murti, K., & Utari, N. (2018). Efek Pemberian Ekstrak Daun Kelor ( Moringaoleifera ) dalam Proses Menyusui tekstur dan fungsi payudara. *Sriwijaya Journal Of Medicine*, 1(1), 74-79.
- Septiani, R., & Sumiyati. (2022). EfektivitasPerawatan Payudara (Breast Care) Terhadap Pembengkakan Payudara (Breast Engorgement) Pada Ibu Menyusui. *MJ (Midwifery Journal)*, 2(2), 66-73.
- Sumiati, S., Hidayatunnikmah, N., & ... (2022). Faktor Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Komponen ASI: Literatur Review. ..., 150-160. <https://semnaskes.unipasby.ac.id/prosiding/index.php/semnaskes2019/article/view/73%0Ahttps://semnaskes.unipasby.ac.id/prosiding/index.php/semnaskes-2019/article/download/73/46>
- Triananinsi, N., Andryani, Z. Y., & Basri, F. (2020). Hubungan Pemberian Sayur Daun Katuk Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Multipara Di Puskesmas Caile The Correlation of Giving Sauropus Androgynus LeavesTo The Smoothness of Breast Milk In Multiparous Mother At Caile Community Health Centers. *Journal of Healthcare*, 6(1), 1220.<http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/3585>
- Warsinah, W., Widyastuti, E., & Wahyuni, S. (2022). Effect Of Pumpkin Leaves On Milk Production Of Breastfeeding Mother. *Midwifery and Nursing Research*, 4(2), 71-78. <https://doi.org/10.31983/manr.v4i2.9090>
- Yimer, D. S., Adem, O. S., Arefayene, M., Chanie, T., & Endalifer, M. L. (2021). Exclusive breastfeeding practice and its associated factors among children aged 6-23 months in Woldia Town, Northwest Ethiopia. *African Health Sciences*, 21(4), 1877-1886.<https://doi.org/10.4314/ahs.v21i4.46>