

Efektivitas Konsumsi Daun Kelor dan Pepaya Muda terhadap Produksi ASI pada Ibu Postpartum di Puskesmas Gunung Guruh, Kabupaten Sukabumi Tahun 2025

Novi Yuditira Putri¹ Gaidha Khusnul Pangestu², Irma Jayatmi³

^{1,2,3} Universitas Indonesia Maju

Email: noviyuditira@gmail.com, gaidhawork@gmail.com ^{3,*} irmajayatmi@gmail.com

Email Penulis Korespondensi: noviyuditira@gmail.com

Article History:

Received Dec 11th, 2025

Accepted Feb 7th, 2026

Published Feb 22th, 2026

Abstrak

Latar Belakang penelitian Masih rendahnya angka pencapaian ASI eksklusif tentu saja perlu mendapat perhatian karena berkontribusi terhadap rendahnya kualitas sumber daya manusia di masa mendatang serta berdampak pula terhadap tingginya angka kesakitan maupun angka kematian Tujuan: Untuk mengetahui efektivitas konsumsi daun kelor dan pepaya muda terhadap produksi asi pada ibu post partum di Puskesmas Gunung Guruh Kabupaten Sukabumi Tahun 2025 Prosedur Asuhan Kebidanan: Metode penelitian study case literature review yang mengukur sebelum dan sesudah intervensi sehingga dapat melihat efektivitas antara situasi sebelum dan sesudah intervensi dan untuk mendapatkan gambaran yang lebih akurat tentang hasil intervensi. Hasil : Berdasarkan hasil pengamatan Kasus 1 Ny.M produksi ASI pada ibu nifas di dengan dengan intervensi konsumsi sayur daun kelor dimana adanya peningkatan pada awal rata rata 11,7 ml/*pumping*, hari ke 7 menjadi 41,7 ml/*pumping*. Berdasarkan hasil pengamatan Kasus 2 Ny.H produksi ASI pada ibu nifas di dengan dengan intervensi konsumsi buah pepaya muda diketahui adanya peningkatan pada awal rata rata 13,3 ml/*pumping*, hari ke 7 menjadi 51,7 ml/*pumping*. Kesimpulan: Berdasarkan hasil pengamatan kasus 1 Ny.M adanya peningkatan 30 ml dengan intervensi konsumsi sayur daun kelor dan Kasus 2 Ny.H ada peningkatan 38,4 ml dengan intervensi konsumsi buah pepaya muda diketahui bahwa selama observasi 7 hari adanya peningkatan yang baik antara kedua intervensi tersebut. Namun jika dilihat dari banyaknya ASI yang keluar pada saat di *pumping* maka Intervensi konsumsi rebusan buah pepaya muda lebih efektif dibandingkan dengan intervensi konsumsi sayur.

Kata Kunci : Kelor, Pepaya, ASI

Abstract

Background: The low rate of exclusive breastfeeding achievement remains a major concern, as it contributes to the poor quality of human resources in the future and has an impact on high morbidity and mortality rates. **Objective:** To determine the effectiveness of consuming moringa leaves and young papaya on breast milk production among postpartum mothers at Gunung Guruh Community Health Center, Sukabumi Regency, in 2025. **Midwifery Care Procedure:** This study employed a case study and literature review method by measuring breast milk production before and after the intervention. This approach aimed to assess the effectiveness of the intervention by comparing conditions before and after treatment and to obtain a more accurate description of the intervention outcomes. **Results:** Based on observational findings, **Case 1 (Mrs. M)** showed an increase in breast milk production among a postpartum mother following the intervention of consuming moringa leaf vegetables. The average milk volume increased from 11.7 ml per pumping session at baseline to 41.7 ml per pumping session on the seventh day. In **Case 2 (Mrs. H)**, breast milk production among a postpartum mother who received the intervention of consuming young papaya fruit

also increased. The average volume rose from 13.3 ml per pumping session at baseline to 51.7 ml per pumping session on the seventh day. **Conclusion:** Based on the observations, **Case 1 (Mrs. M)** experienced an increase of 30 ml following the consumption of moringa leaf vegetables, while **Case 2 (Mrs. H)** experienced an increase of 38.4 ml following the consumption of boiled young papaya fruit. These findings indicate that both interventions resulted in a significant increase in breast milk production over the seven-day observation period. However, when comparing the volume of breast milk expressed during pumping, the intervention of consuming boiled young papaya fruit was more effective than the consumption of moringa leaf vegetables.

Keywords: Moringa, Papaya, Breast Milk

1. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi utama bagi bayi baru lahir dan berperan penting dalam menurunkan risiko morbiditas serta mortalitas anak. ASI mengandung komponen gizi makro dan mikro, antibodi, enzim, hormon, serta zat protektif yang tidak dapat digantikan oleh susu formula. World Health Organization (WHO) merekomendasikan ASI eksklusif selama enam bulan, namun cakupan global masih rendah, dengan hanya 41% bayi usia 0–6 bulan yang memperoleh ASI eksklusif. WHO menetapkan target cakupan minimal 50% pada tahun 2025 sebagai upaya peningkatan kualitas kesehatan anak [1].

Di Indonesia, capaian ASI eksklusif mengalami peningkatan, namun belum merata. Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, cakupan nasional ASI eksklusif mencapai 68,6%. Di Jawa Barat, cakupan meningkat dari 71,2% pada tahun 2023 menjadi 78,9% pada tahun 2024, sedangkan di Kabupaten Sukabumi mencapai 81,35% [2]. Walaupun terjadi peningkatan, angka tersebut masih menghadapi tantangan terkait persepsi ibu mengenai kecukupan produksi ASI. Ketidacukupan ASI sering menjadi alasan ibu memberikan susu formula lebih awal, yang berdampak terhadap berkurangnya keberhasilan pemberian ASI eksklusif [3].

Berbagai faktor memengaruhi produksi ASI, antara lain status nutrisi ibu, kondisi psikologis, frekuensi menyusui, usia kehamilan saat melahirkan, dan dukungan keluarga [4]. Upaya peningkatan produksi ASI dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis maupun nonfarmakologis. Pendekatan nonfarmakologis yang telah terbukti efektif meliputi perawatan payudara, teknik menyusui yang benar, dan konsumsi bahan pangan laktagogum seperti daun kelor (*Moringa oleifera*) dan pepaya muda (*Carica papaya L.*) [6].

Daun kelor memiliki kandungan fitosterol, vitamin, mineral, flavonoid, dan senyawa bioaktif lain yang berperan dalam merangsang hormon prolaktin sehingga meningkatkan produksi ASI [7]. Penelitian menunjukkan pemberian daun kelor mampu meningkatkan kelancaran produksi ASI secara signifikan pada ibu postpartum [8]. Selain itu, pepaya muda memiliki kandungan laktagogum seperti alkaloid, polifenol, steroid, serta enzim papain yang dapat merangsang refleksi prolaktin dan oksitosin, sehingga meningkatkan sekresi ASI [9]. Beberapa penelitian menyatakan bahwa pepaya muda efektif meningkatkan produksi ASI dan bekerja lebih cepat pada beberapa kasus [10].

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Puskesmas Gunung Guruh dari hasil wawancara kepada 5 orang ibu menyusui diketahui bahwa mereka 3 orang menyusui dengan lancar ASI nya dan 2 orang tidak lancar ASI nya, keluhan yang terjadi karena tidak lancar ASI adalah ibu menjadi stres ada juga yang merasakan nyeri pada payudara. Akibat tidak menyusui dengan lancar ASI nya sehingga harus di bantu susu formula. Dari 2 orang yang tidak lancar ASI nya diketahui bahwa mereka tidak mengkonsumsi banyak sayur-sayuran seperti daun kelor dan pepaya muda. Tujuan Penelitian ini adalah Untuk mengetahui efektifitas konsumsi daun kelor dan pepaya muda terhadap produksi asi pada ibu post partum di Puskesmas Gunung Guruh Kabupaten Sukabumi Tahun 2025

2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian kualitatif adalah penelitian yang berbentuk deskriptif atau menggambarkan fenomena atau fakta penelitian secara apa adanya. Sedangkan studi kasus secara sederhana diartikan sebagai proses penyelidikan atau pemeriksaan secara mendalam, terperinci dan detai pada suatu peristiwa tertentu yang terjadi. Studi kasus di batasi oleh tempat dan waktu serta kasus yang dipelajari berupa peristiwa, aktivitas atau individu [9]. Studi kasus dibatasi oleh tempat dan waktu, serta kasus yang dipelajari berupa peristiwa, aktivitas, atau individu dan menggambarkan atau mendeskripsikan efektifitas konsumsi daun kelor dan pepaya muda terhadap produksi ASI pada ibu post partum di Puskesmas Gunung Guruh Kabupaten Sukabumi Tahun 2025

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu pospartum Primipara hari ke 3 di Puskesmas Gunung Guruh Kabupaten Sukabumi sebanyak 2 orang. Sampel merupakan sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi. Sampel ini dilaksanakan pada ibu pospartum di Puskesmas Gunung Guruh Kabupaten Sukabumi. Pada penelitian ini sampel sebanyak 2 orang dimana 1 sampel menggunakan intervensi konsumsi sayur daun kelor dan 1 sampel konsumsi pepaya muda rebus.

Penelitian dilakukan di Puskesmas Gunung Guruh Kabupaten Sukabumi dan dilakukan pada bulan Agustus - September Tahun 2025

Penentuan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* menurut Sugiyono adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu [12]. Pertimbangan tertentu maksudnya dalam penelitian ini berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

Pertimbangan tertentu maksudnya dalam penelitian ini berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

- 1) Kriteria inklusi
 - a. Ibu pospartum Hari Ke-3 di Puskesmas Gunung Guruh Kabupaten Sukabumi
 - b. Ibu primipara
 - c. Bersedia menjadi responden dengan melakukan pompa ASI
- 2) Kriteria eksklusi:
 - a. Bayi berada di NICU
 - b. Ibu pospartum yang sedang dalam perawatan medis karena komplikasi persalinan

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan hasil pengamatan Kasus 1 Ny.M produksi ASI pada ibu nifas di dengan dengan intervensi konsumsi sayur daun kelor diketahui bahwa selama observasi 7 hari adanya peningkatan yang baik dalam produksi ASI dimana adanya peningkatan pada awal rata rata 11,7 ml/*pumping*, hari ke 7 menjadi 41,7 ml/*pumping* berarti adanya kenaikan 30 ml dalam waktu 7 hari setelah dilakukan intervensi konsumsi sayur daun kelor. Hasil observasi/pengamatan Kasus 1 Ny.M di sajikan pada tabel 1.

Berdasarkan hasil pengamatan Kasus 2 Ny.H produksi ASI pada ibu nifas di dengan dengan intervensi konsumsi buah pepaya muda diketahui bahwa selama observasi 7 hari adanya peningkatan yang baik dalam produksi ASI dimana adanya peningkatan pada awal rata rata 13,3 ml/*pumping*, hari ke 7 menjadi 51,7 ml/*pumping* berarti adanya kenaikan 38,4 ml dalam waktu 7 hari setelah dilakukan intervensi konsumsi sayur daun kelor. Hasil observasi/pengamatan Kasus 2 Ny.H di sajikan pada tabel 1.

Berdasarkan hasil pengamatan kasus 1 Ny. M dan Kasus 2 Ny. H pada produksi ASI pada ibu nifas dengan intervensi konsumsi sayur daun kelor dan konsumsi buah papaya muda diketahui bahwa selama observasi 7 hari adanya peningkatan yang baik antara kedua intervensi tersebut. Namun jika dilihat dari banyaknya ASI yang keluar pada saat di *pumping* maka Intervensi konsumsi rebusan buah papaya muda lebih efektif dibandingkan dengan intervensi konsumsi sayur. Hasil observasi/pengamatan di sajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil Observasi Asuhan kebidanan

Intervensi	Waktu Observasi	Hasil Observasi Asuhan kebidanan						
		Observasi (7 Hari)						
		1	2	3	4	5	6	7
Produksi ASI Kasus 1 Ny.M	Jam 09.00	10 ml	15 ml	15 ml	20 ml	25 ml	30 ml	40 ml
	Jam 15.00	10 ml	15 ml	15ml	20 ml	25 ml	30 ml	40 ml
	Jam 21.00	15 ml	15 ml	20 ml	20 ml	30 ml	40 ml	45 ml
Rata rata perhari		11,7 ml /pumping	15 ml /pumping	16,7 ml /pumping	20 ml /pumping	26,7 ml /pumping	33,3 ml /pumping	41,7 ml /pumping
Produksi ASI Kasus 2 Ny.H	Jam 09.00	10 ml	15 ml	20 ml	20 ml	35 ml	40 ml	50 ml
	Jam 15.00	15 ml	20 ml	20 ml	25 ml	35 ml	45 ml	50 ml
	Jam 21.00	15 ml	20 ml	20 ml	30 ml	30 ml	50 ml	55 ml
Rata rata perhari		13,3 ml /pumping	18,3 ml /pumping	20 ml /pumping	25 ml /pumping	33,3 ml /pumping	45 ml /pumping	51,7 ml /pumping

Pembahasan

1) Efektivitas konsumsi daun kelor terhadap produksi asi pada ibu post partum di Puskesmas Gunung Guruh Kabupaten Sukabumi Tahun 2025

Berdasarkan hasil pengamatan Kasus 1 Ny.M produksi ASI pada ibu nifas di dengan dengan intervensi konsumsi sayur daun kelor diketahui bahwa selama observasi 7 hari adanya peningkatan yang baik dalam produksi ASI dimana adanya peningkatan pada awal rata rata 11,7 ml/pumping, hari ke 7 menjadi 41,7 ml/pumping. Artinya ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan intervensi konsumsi sayur daun kelor.

Secara teori Seorang ibu yang sedang menyusui, membutuhkan gizi dan kalori lebih banyak agar produksi ASI maksimal. Tanaman kelor (*Moringa Oleifera*) merupakan bahan pangan yang kaya akan zat gizi makro dan mikro. Kandungan nilai gizi yang tinggi dalam daun kelor dapat dimanfaatkan untuk pemenuhan kebutuhan nutrisi pada ibu menyusui dan balita dalam masa pertumbuhan. Tanaman kelor (*Moringa oleifera*) merupakan bahan makanan lokal yang memiliki potensi untuk dikembangkan dalam kuliner ibu menyusui, karena mengandung senyawa fitosterol yang berfungsi meningkatkan dan memperlancar produksi ASI (efek laktagogum). Secara teoritis, senyawa - senyawa yang mempunyai efek laktagogum diantaranya adalah stero [13].

Sejalan dengan penelitian Maiyolisa Alvayona Blegur tahun 2024. Diketahui berdasarkan hasil penelitian dengan total 10 responden diketahui Sebelum intervensi yang mempunyai produksi ASI tidak lancar 6 responden (60%) dan untuk lancar 4 responden (40%) lalu setelah intervensi responden meminum rebusan daun kelor mayoritas responden mengalami produksi ASI yang lancar 9 orang (90%) sementara hanya 1 orang (10%) yang mengalami produksi ASI yang tidak lancar. Kesimpulan: Ada efektivitas pemberian rebusan air daun kelor (*moringa oleifera*) terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di wilayah kerja Puskesmas Pekauman tahun 2024 [14].

Menurut asumsi peneliti bahwa produksi ASI mencerminkan sejauh mana ibu berhasil memberikan nutrisi kepada anaknya. Jika ibu mengalami kekurangan ASI yang mengakibatkan produksi ASI tidak lancar, maka dianggap tidak berhasil dalam memenuhi kebutuhan nutrisi bayi. Kelancaran produksi ASI dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk frekuensi menyusui, jenis makanan yang dikonsumsi, dan pola istirahat. Dalam penelitian ini, terlihat adanya dampak dari pemberian seduhan daun kelor terhadap produksi ASI, dengan peningkatan yang signifikan antara produksi ASI sebelum dan setelah pemberian daun kelor.

2) Efektifitas konsumsi pepaya muda terhadap produksi asi pada ibu post partum di Puskesmas Gunung Guruh Kabupaten Sukabumi Tahun 2025

Berdasarkan hasil pengamatan Kasus 2 Ny.H produksi ASI pada ibu nifas di dengan dengan intervensi konsumsi rebusan buah pepaya muda diketahui bahwa selama observasi 7 hari adanya peningkatan yang baik dalam produksi ASI dimana adanya peningkatan pada awal rata rata 13,3 ml/*pumping*, hari ke 7 menjadi 51,7 ml/*pumping*. Artinya ada peningkatan produksi ASI setelah diberikan intervensi konsumsi rebusan buah pepaya muda.

Secara teori pepaya memiliki efek gastroprotektif, antibakterial laksatif, dan laktagogum yang khasiatnya telah terbukti secara ilmiah dari buah pepaya. Kandungan laktagogum (lactagogue) dalam pepaya dapat menjadi salah satu cara untuk meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI dan menjadi strategi untuk menanggulangi gagalnya pemberian ASI eksklusif yang disebabkan oleh produksi ASI yang rendah. Mekanisme kerja laktagogum dalam membantu meningkatkan laju sekresi dan produksi ASI adalah dengan secara langsung merangsang aktivitas protoplasma pada sel sel sekretoris kelenjar susu dan ujung saraf sekretoris dalam kelenjar susu yang mengakibatkan sekresi air susu meningkat, atau merangsang hormon prolaktin yang merupakan hormon laktagonik terhadap kelenjar mammae pada sel-sel epitelium alveolar yang akan merangsang laktasi [15].

Sejalan dengan Penelitian Farida tahun 2024 Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas konsumsi buah pepaya muda terhadap kelancaran asi pada ibu menyusui di Praktik Mandiri Bidan I Kabupaten Cianjur Tahun 2024. Metode: Penelitian ini menggunakan metode pendekatan studi kasus. Dengan Populasi 20 Ibu menyusui dan jumlah sample 2 orang dengan pemberian intervensi buah pepaya muda. Berdasarkan hasil penelitian diketahui Pemberian buah pepaya muda efektif dalam menangani masalah ASI tidak lancar, lebih cepat dibandingkan dengan ibu yang tidak diberikan intervensi, dengan jumlah pengeluaran ASI yang lebih signifikan[15].

Menurut asumsi peneliti bahwa Intervensi dilakukan dengan cara klien mengonsumsi buah pepaya muda selama 7 hari, dengan cara di rebus dapat meningkatkan produksi ASI, peningkatan dengan intervensi mengonsumsi rebusan buah pepaya muda sangat efektif dan meningkatkan secara signifikan produksi ASI.

3) Perbandingan antara efektifitas konsumsi daun kelor dan pepaya muda terhadap produksi ASI pada ibu post partum di Puskesmas Gunung Guruh Kabupaten Sukabumi Tahun 2025

Berdasarkan hasil pengamatan kasus 1 Ny.M dan Kasus 2 Ny.H pada produksi ASI pada ibu nifas dengan intervensi konsumsi sayur daun kelor dan konsumsi buah pepaya muda diketahui bahwa selama observasi 7 hari adanya peningkatan yang baik antara kedua intervensi tersebut. Namun jika dilihat dari banyaknya ASI yang keluar pada saat di *pumping* maka Intervensi konsumsi rebusan buah pepaya muda lebih efektif dibandingkan dengan intervensi konsumsi sayur.

Secara teori bahwa Terapi non farmakologis dapat dilakukan dengan melakukan perawatan payudara, hypnobreastfeeding, music terapi, akupresure dan penambahan nutrisi mineral dan flavonoid yang terdapat pada tanaman herbal yang dapat meningkatkan produksi ASI diantaranya sayur daun kelor dan buah pepaya muda [16].

Penelitian sebelumnya juga menyatakan bahwa intervensi konsumsi sayur daun kelor dan konsumsi buah pepaya muda terbukti dalam meningkatkan produksi ASI yaitu penelitian Maiyolisa Alvayona Blegur tahun 2024 dan Penelitian Farida tahun 2024.

Menurut asumsi peneliti bahwa dari kedua intervensi tersebut memiliki keefektifan yang tinggi dalam meningkatkan produksi ASI. pengamatan kasus 1 Ny.M dan Kasus 2 Ny.H pada produksi ASI pada ibu nifas dengan intervensi konsumsi sayur daun kelor dan konsumsi buah pepaya muda diketahui bahwa selama observasi 7 hari adanya peningkatan yang baik antara kedua intervensi tersebut. Namun jika dilihat dari banyaknya ASI yang keluar pada saat di *pumping* maka Intervensi konsumsi rebusan buah pepaya muda lebih efektif dibandingkan dengan intervensi konsumsi sayur.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengamatan efektivitas konsumsi daun kelor dan pepaya muda terhadap produksi ASI pada ibu postpartum di Puskesmas Gunung Guruh Kabupaten Sukabumi Tahun 2025, diketahui bahwa kedua intervensi menunjukkan peningkatan produksi ASI yang signifikan selama tujuh hari observasi. Pada Kasus 1 (Ny. M) yang diberikan intervensi konsumsi sayur daun kelor, produksi ASI meningkat dari rata-rata awal 11,7 ml per *pumping* menjadi 41,7 ml per *pumping* pada hari ketujuh. Sementara itu, pada Kasus 2 (Ny. H) yang memperoleh intervensi konsumsi rebusan pepaya muda, produksi ASI meningkat dari rata-rata 13,3 ml per *pumping* menjadi 51,7 ml per *pumping* pada hari ketujuh. Jika dibandingkan, kedua intervensi sama-sama efektif dalam meningkatkan produksi ASI, namun intervensi konsumsi pepaya muda terbukti lebih efektif karena menghasilkan volume ASI yang lebih tinggi selama proses *pumping*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala Puskesmas Gunung Guruh Kabupaten Sukabumi beserta seluruh tenaga kesehatan yang telah memberikan izin, dukungan, dan fasilitasi selama proses penelitian berlangsung. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada para responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan berpartisipasi dalam penelitian ini. Tidak lupa, penulis

menyampaikan penghargaan kepada dosen pembimbing serta pihak-pihak lain yang telah memberikan bimbingan, motivasi, dan bantuan sehingga penelitian dan penyusunan artikel ini dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] M. A. Blegur, I. Friscila, and D. Rahmawati, "Efektifitas Rebusan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum," *JIDAN Jurnal Ilmiah Bidan*, vol. 12, no. 1, pp. 17–26, 2024.
- [2] R. Astutik, *Payudara dan Laktasi*. Jakarta: Salam Medika, 2014.
- [3] Dinas Kesehatan Jawa Barat, *Profil Kesehatan Jawa Barat 2024*, 2024.
- [4] A. Engelhart et al., "Sustainability of breastfeeding interventions to reduce child mortality rates in low, middle-income countries: A systematic review of randomized controlled trials," *Frontiers in Health Services*, 2022, doi: 10.3389/frhs.2022.889390.
- [5] I. Farida, "Efektivitas Konsumsi Buah Pepaya Muda Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui di PMB Ida Farida Kabupaten Cianjur Tahun 2024," *Journal of Midwifery*, vol. 12, no. 2, pp. 154–158, 2024.
- [6] N. Lutfin, A. H. Fansury, R. Januarty, and A. V. Angreani, "Pemberdayaan Masyarakat melalui Program ASI Booster Non-MSG Berbasis Daun Kelor di Desa Barembeng Kabupaten Gowa," *Tongkonan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 2022, doi: 10.47178/tongkonan.v1i1.1652.
- [7] Marni, *Asuhan Keperawatan Anak*. Jakarta: Salemba Medika, 2016.
- [8] Nurleli and S. A. Jumade, "Puding Daun Kelor Cemilan Sehat Pendamping ASI di Desa Kayuloe Timur Kecamatan Turatea Kabupaten Jeneponto," *Jurnal Pengabdian Masyarakat GESIT*, 2021, doi: 10.51171/b.v2i1.253.
- [9] A. Riyanto, *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika, 2017.
- [10] U. Salamah and P. H. Prasetya, "Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kegagalan Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif," *Jurnal Kebidanan Malahayati*, vol. 5, no. 3, 2019, doi: 10.33024/jkm.v5i3.1418.
- [11] L. Santya and L. Maita, "Pelancar ASI pada Ibu Menyusui dengan Sayur Daun Kelor di Klinik Pratama Sarinah Tahun 2021," *Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, vol. 2, pp. 195–200, 2022.
- [12] UNICEF, *Breastfeeding Report 2020*. UNICEF, 2020.
- [13] N. Lutfin, A. H. Fansury, R. Januarty, and A. V. Angreani, "Pemberdayaan Masyarakat melalui Program ASI Booster Non-MSG Berbasis Daun Kelor di Desa Barembeng Kabupaten Gowa," *Tongkonan: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, vol. 1, no. 1, 2022. doi: 10.47178/tongkonan.v1i1.1652
- [14] M. Alvayona Blegur, I. Friscila, and D. Rahmawati, "Efektifitas Rebusan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum," *JIDAN Jurnal Ilmiah Bidan*, vol. 12, no. 1, pp. 17–26, 2024.
- [15] I. Farida, "Efektivitas Konsumsi Buah Pepaya Muda Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Menyusui di Praktik Mandiri Bidan Ida Farida Kabupaten Cianjur Tahun 2024," *Journal of Midwifery*, vol. 12, no. 2, pp. 154–158, 2024.
- [16] Nurleli and S. A. Jumade, "Puding Daun Kelor Cemilan Sehat Pendamping ASI di Desa Kayuloe Timur Kecamatan Turatea Kabupaten Jeneponto," *Jurnal Pengabdian Masyarakat Gerakan Aksi Sehat (GESIT)*, 2021. doi: 10.51171/b.v2i1.253.