

**PENERAPAN REBUSAN DAUN KATUK DALAM MENINGKATKAN PRODUKSI
ASI PADA IBU POST PARTUM DI GAMPONG BATEE LINTENG KECAMATAN
SIMPANG TIGA KABUPATEN ACEH BESAR**

*The Application of Boiled Katuk Leaves in Increasing Breast Milk Production
in Postpartum Mothers in Gampong Batee Linteng, Simpang Tiga
Subdistrict, Aceh Besar Regency*

¹Rini Asnuriyanti, ²Neiliel Fitriana Anies, ³Rina Karmila, ⁴Melafilani S

Akademi Keperawatan Kesdam Iskandar Muda Banda Aceh
Email: riniasnuriyanti@gmail.com

ABSTRAK

ASI merupakan nutrisi utama dan terbaik bagi bayi, khususnya pada usia 0–6 bulan, guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Salah satu kendala yang sering terjadi pada ibu menyusui adalah rendahnya produksi ASI. Faktor-faktor penyebabnya meliputi tingkat pendidikan, usia ibu, budaya, pekerjaan, dukungan keluarga yang kurang, stres, dan pola makan. Salah satu intervensi untuk meningkatkan produksi ASI adalah pemberian rebusan daun katuk. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan studi kasus melalui wawancara dan observasi sebelum dan sesudah intervensi. Instrumen yang digunakan mencakup lembar persetujuan, lembar SOP, lembar observasi, pompa ASI, dan gelas ukur. Subjek penelitian berjumlah dua orang ibu post partum yang memenuhi kriteria inklusi. Penelitian dilaksanakan pada 5–11 Maret 2025 di Gampong Batee Linteng, Kecamatan Simpang Tiga, Kabupaten Aceh Besar. Hasil menunjukkan peningkatan produksi ASI: subjek I dari 7 ml menjadi 35 ml, dan subjek II dari 5 ml menjadi 38 ml. Temuan ini menunjukkan bahwa rebusan daun katuk efektif meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum.

Kata kunci: Rebusan daun katuk, ASI, Ibu post partum

ABSTRACT

ASI is the best and most essential source of nutrition for infants, especially during the first 0–6 months of life, to ensure optimal growth and development. One common issue faced by breastfeeding mothers is low breast milk supply. This condition may be influenced by several factors such as maternal education level, age, cultural beliefs, occupation, lack of family support, stress, and dietary habits. One non-pharmacological intervention to increase milk production is the use of boiled katuk leaves (*Sauropus androgynus*). This study employed a descriptive case study design, using interviews and observations conducted before and after the intervention. Research instruments included informed consent forms, SOP sheets, observation sheets, a breast pump, and a measuring cup. The respondents were two postpartum mothers who met the inclusion criteria. The study took place from March 5 to 11, 2025, in Gampong Batee Linteng, Simpang Tiga District, Aceh Besar Regency. Results showed an increase in breast milk volume: subject I from 7 ml to 35 ml, and subject II from 5 ml to 38 ml. This indicates that boiled katuk leaf therapy is effective in enhancing breast milk production in postpartum mothers.

Keywords: Boiled katuk leaves, Breast milk, Postpartum mothers

PENDAHULUAN

Masa post partum atau puerperium merupakan periode penting selama ± 6 minggu setelah persalinan, di mana organ reproduksi mengalami pemulihan (involusi). Pada tahap ini, proses menyusui sangat krusial, termasuk inisiasi menyusui dini. Beberapa masalah umum yang terjadi meliputi perdarahan, infeksi, ketidaknyamanan, kecemasan, nyeri, dan ketidakefektifan menyusui (Fatmawati et al., 2019).

Menurut WHO (2023), cakupan pemberian ASI eksklusif secara global baru mencapai 38%, masih jauh dari target 50% pada tahun 2025. Di Indonesia, Kemenkes RI (2023) mencatat cakupan ASI eksklusif sebesar 69,70% pada 2022 dan 70,01% pada 2023, menempatkan Indonesia di peringkat ke-49 dunia. Sementara itu, Riskesdas (2023) mencatat hanya 50,85% bayi di bawah enam bulan menerima ASI eksklusif. Di Aceh, cakupan pada 2022 mencapai 52,2%.

Air Susu Ibu (ASI) merupakan nutrisi terbaik bagi bayi, khususnya usia 0–6 bulan, untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan optimal. Menyusui adalah hak dasar ibu dan anak, di mana ASI diproduksi secara alami oleh kelenjar payudara dan mengandung zat gizi penting. Selain memberikan nutrisi lengkap, ASI juga berfungsi melindungi bayi dari penyakit dan infeksi. Komposisinya meliputi lemak,

protein, laktosa, dan garam anorganik (Astuti, 2020).

Masalah umum dalam menyusui antara lain puting terbalik, nyeri pada puting, pembengkakan dan infeksi payudara, teknik menyusui yang tidak tepat, frekuensi menyusui yang kurang, serta rendahnya produksi ASI. Berbagai faktor yang menghambat pemberian ASI eksklusif mencakup rendahnya tingkat pendidikan ibu, pengaruh budaya lokal, usia dan pekerjaan ibu, kurangnya dukungan keluarga, serta kemudahan akses susu formula akibat kemajuan teknologi. Selain itu, status gizi ibu yang kurang juga berdampak pada produksi ASI (Kusumaningrum, 2016). Faktor lain yang memengaruhi kualitas ASI meliputi kurangnya rangsangan pada payudara, ukuran payudara kecil, aktivitas fisik berat, stres, dan pola makan yang tidak seimbang (Ibrahim et al., 2021).

Kecukupan ASI sangat penting untuk memenuhi kebutuhan nutrisi utama bayi. Bayi yang menerima ASI dalam jumlah cukup akan tumbuh sehat dan kuat, karena ASI mengandung antibodi yang melindungi dari berbagai penyakit dan infeksi. Produksi ASI yang optimal juga membuat ibu dapat menyusui dengan nyaman tanpa rasa sakit (Syukriah, 2023). Sebaliknya, produksi ASI yang rendah dapat berdampak negatif bagi ibu dan bayi, seperti berat badan bayi yang tidak bertambah, kekurangan nutrisi,

dehidrasi, bayi sering rewel, gangguan imunitas, serta stres dan rasa bersalah pada ibu. Selain itu, ASI yang tidak dikeluarkan secara optimal menyebabkan pembengkakan payudara (engorgement), risiko mastitis akibat penumpukan ASI, dan hambatan dalam proses menyusui karena kurangnya rangsangan (Ismayanah, 2020).

Upaya untuk meningkatkan produksi ASI dapat dilakukan melalui pengobatan medis maupun non-medis. Penggunaan obat-obatan harus sesuai dengan anjuran dokter karena dapat menimbulkan efek samping seperti diare, kelelahan, mengantuk, mulut kering, dan sakit kepala. Sementara itu, pendekatan non-medis yang dapat dilakukan meliputi pijat oksitosin, perawatan payudara, serta konsumsi rebusan daun katuk sebagai salah satu cara alami untuk membantu mengontrol produksi ASI pada ibu pasca persalinan (Hayat et al., 2016).

Daun katuk terbukti efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas karena mengandung senyawa polifenol dan steroid yang berperan dalam merangsang refleksi prolaktin untuk mengaktifasi alveoli dalam memproduksi ASI. Selain itu, daun katuk juga merangsang hormon oksitosin yang membantu memperlancar pengeluaran ASI. Daun ini memiliki karakteristik daun kecil, halus, berwarna hijau tua, dengan panjang sekitar lima hingga enam sentimeter. Kandungan gizinya meliputi vitamin A, B1,

C, protein, lemak, dan mineral (Yolanda, 2022).

Berdasarkan hasil pengkajian awal yang dilakukan pada 3 Maret 2025 di Gampong Batee Lintang, Kecamatan Simpang Tiga, Kabupaten Aceh Besar, diperoleh informasi dari kader bahwa terdapat 10 ibu menyusui dalam tiga bulan terakhir dan 3 ibu post partum. Dari tiga ibu post partum tersebut, peneliti memilih dua subjek yang memenuhi kriteria penelitian. Subjek pertama, Ny. M, berusia 24 tahun, mengalami penurunan produksi ASI sejak hari ketiga pasca persalinan. Ia mengeluhkan ASI yang tidak lancar serta bayi yang tampak rewel setelah menyusui. Hasil wawancara menunjukkan bahwa Ny. M belum pernah mengonsumsi makanan atau minuman khusus untuk meningkatkan ASI. Subjek kedua, Ny. Z, berusia 23 tahun, juga mengalami penurunan produksi ASI sejak hari keempat setelah melahirkan, dengan gejala seperti bayi sering menangis setelah menyusui, waktu menyusui yang lebih lama, serta rasa tidak nyaman pada payudara. Ny. Z menyatakan belum mengetahui metode alami untuk meningkatkan produksi ASI dan hanya mencoba pijatan ringan sebagai usaha merangsang keluarnya ASI.

Dalam penelitian ini peneliti ingin melihat efektivitas penerapan rebusan daun katuk dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu *post partum* yang di buat dalam studi

kasus dalam studi kasus dengan judul **“Penerapan Rebusan Daun Katuk dalam Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu *Post Partum* di Gampong Batee Lintang Kecamatan Simpang Tiga Kabupaten Aceh Besar”**

METODE

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan menggunakan metode pendekatan studi kasus. Studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan asuhan keperawatan dengan pemberian rebusan daun katuk pada ibu *post partum* dalam meningkatkan produksi ASI.

Penelitian ini melibatkan 2 lansia yang dijadikan sebagai responden yang diteliti di Gampong Batee Lintang Kecamatan Simpang Tiga Kabupaten Aceh Besar intervensi ini dilakukan dengan Penerapan Rebusan Daun Katuk dalam Meningkatkan Produksi ASI pada Ibu *Post Partum*. Penelitian dilakukan pada tanggal 05 sampai 11 Maret 2025. Penerapan Rebusan Daun Katuk yang diberikan selama 7 hari berturut-turut selama di pagi dan sore hari.

Pada penelitian ini peneliti menggunakan beberapa instrument penelitian, lembar persetujuan menjadi responden, Standar Operasional Prosedur (SOP), lembar observasi, pumping ASI, dan gelas ukur.

LOKASI

Lokasi Penelitian ini dilakukan pada tanggal 05 sampai 11 Maret 2025 di Gampong Batee Lintang, Kecamatan Simpang Tiga, Kabupaten Aceh Besar.

INSTRUMEN STUDI KASUS

Instrumen dalam penelitian ini peneliti menggunakan lembar persetujuan menjadi responden, standar operasional prosedur (sop), lembar observasi, pumping asi, dan gelas ukur.

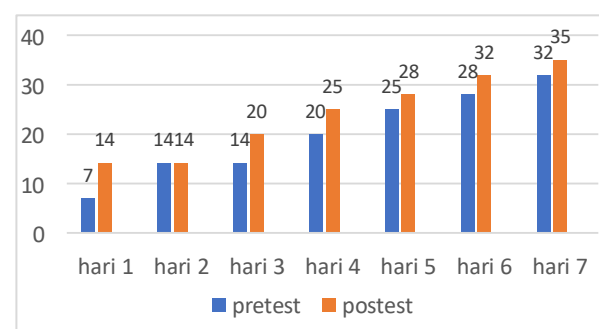
HASIL

Hasil evaluasi produksi asi sebelum dan sesudah dilakukan terapi rebusan daun katuk memuat hasil tentang penelitian yang dilakukan. berdasarkan hasil studi, diketahui bahwa sebelum dan sesudah melakukan penerapan rebusan daun katuk, maka hasil Produksi ASI subjek I dan II yaitu sebagai berikut:

Subjek I

Berdasarkan hasil evaluasi produksi asi sebelum dan sesudah dilakukan intervensi Rebusan Daun Katuk pada subjek I dapat dilihat pada diagram di bawah ini :

Diagram I
Produksi ASI sebelum dan sesudah rebusan daun katuk

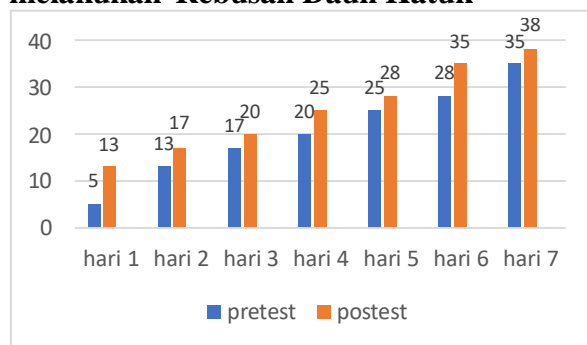


Berdasarkan diagram diatas diketahui bahwa setelah diberikan penerapan rebusan daun katuk pada subjek I, terjadi peningkatan volume asi selama tujuh hari berturut turut dari yang sebelumnya volume ASI 7 ml per sesi menjadi 35 ml per sesi.

Subjek II

Selanjutnya untuk memperjelas produksi asiklien sebelum dan sesudah di lakukan intervensi keperawatan dengan menggunakan rebusan daun katuk dapat digambarkan pada diagram di bawah ini.

Diagram 2
Produksi ASIsebelum dan sesudah melakukan Rebusan Daun Katuk



Berdasarkan diagram diatas diketahui bahwa setelah dilakukan penerapan rebusan daun katuk pada subjek II, terjadi peningkatan volume ASI selama tujuh hari berturut turut dari yang sebelumnya volume ASI 5 ml menjadi 38 ml.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai penerapan rebusan daun katuk dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu post partum, ditemukan adanya peningkatan

volume ASI setelah pemberian rebusan daun katuk selama tujuh hari berturut-turut. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi ini efektif dalam merangsang produksi ASI. Pada subjek I, volume ASI sebelum intervensi tercatat sebesar 7 ml per sesi, dan meningkat menjadi 35 ml per sesi setelah intervensi. Sementara itu, pada subjek II, volume ASI meningkat dari 5 ml per sesi sebelum intervensi menjadi 38 ml per sesi setelah pemberian rebusan daun katuk.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fitriani (2021) yang menyatakan bahwa pemberian rebusan daun katuk dapat merangsang hormon prolaktin dan oksitosin, yaitu hormon yang berperan penting dalam produksi dan pengeluaran ASI. Dalam penelitian ini, rebusan daun katuk berfungsi sebagai terapi alami yang mampu meningkatkan aliran darah ke kelenjar payudara dan merangsang produksi ASI, sehingga pemberiannya secara rutin terbukti membantu melancarkan produksi ASI pada ibu *post partum*.

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan beberapa faktor pendukung keberhasilan penerapan rebusan daun katuk dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu *post partum* meliputi dukungan keluarga, intensitas pemberian terapi, dan faktor pendidikan.

Faktor penting yang mendukung keberhasilan terapi rebusan daun katuk

adalah adanya dukungan keluarga. Subjek I mendapatkan dukungan dari ibunya selama masa post partum karena suaminya bekerja di laut dan jarang pulang. Sedangkan subjek II memperoleh dukungan dari suami dan orang tuanya. Meskipun berbeda, keduanya tetap mendapatkan dukungan emosional berupa motivasi, perhatian, dan dorongan kepercayaan diri yang membantu kelancaran pelaksanaan terapi.

Hal ini sesuai dengan penelitian Suwardi (2023) yang menyatakan bahwa dukungan keluarga berperan penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Keluarga yang terlibat aktif dalam mendukung ibu *post partum* dapat meningkatkan efektivitas intervensi kesehatan, termasuk penerapan rebusan daun katuk, sehingga mempercepat peningkatan produksi ASI.

Faktor kedua yang mendukung keberhasilan terapi adalah intensitas pemberian rebusan daun katuk yang dilakukan secara rutin. Dalam penelitian ini, terapi diberikan selama tujuh hari berturut-turut dengan durasi konsumsi sekitar 10 menit setiap kali minum. Pada Subjek I, rebusan daun katuk dikonsumsi dua kali sehari, yaitu pada pukul 09.00 pagi dan 16.00 sore. Sementara itu, Subjek II juga mengonsumsi dua kali sehari pada pukul 09.30 pagi dan 16.30 sore. Konsistensi dalam

jadwal pemberian ini turut berperan dalam efektivitas terapi.

Penelitian oleh Pebri Yanti Purba (2023) menunjukkan bahwa pemberian rebusan daun katuk secara intensif dan teratur dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Hal ini disebabkan oleh kandungan senyawa aktif dalam daun katuk, seperti papaverin dan fitosterol, yang berperan dalam merangsang hormon prolaktin dan oksitosin dua hormon utama yang memengaruhi produksi dan pengeluaran ASI. Frekuensi konsumsi rebusan daun katuk yang konsisten akan mempercepat respons tubuh dalam meningkatkan produksi dan kelancaran ASI pada ibu *post partum*.

Faktor ketiga yang mempengaruhi keberhasilan penerapan adalah faktor pendidikan. Pada subjek I dan II tingkat pendidikan terakhir SMA yang mampu memahami lebih baik tentang pentingnya pemberian ASI dan manfaat pemberian rebusan daun katuk. Pengetahuan ini yang membuat ibu lebih termotivasi dalam menjalani penerapan dengan konsisten.

Penelitian Yustianti (2023) menunjukkan bahwa tingkat pendidikan ibu berhubungan dengan keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Ibu yang memiliki pemahaman yang baik tentang manfaat rebusan daun katuk lebih cenderung mempraktikkan terapi ini dengan benar dan rutin, sehingga meningkatkan produksi ASI.

Penelitian oleh Pebri Yanti Purba (2023) mengungkapkan bahwa konsumsi rebusan daun katuk secara rutin dan intensif dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu nifas. Kandungan senyawa aktif seperti papaverin dan fitosterol dalam daun katuk berperan merangsang hormon prolaktin dan oksitosin, yang penting dalam proses produksi dan pengeluaran ASI. Konsistensi dalam mengonsumsi rebusan ini membantu mempercepat respons tubuh dalam memperlancar produksi ASI.

Selain faktor keberhasilan, adapun faktor yang dapat mempengaruhi kurangnya produksi ASI pada ibu *postpartum*. Berdasarkan hasil penelitian, faktor yang berperan dalam menurunkan produksi ASI antara lain stres, jenis makanan yang dikonsumsi, dan pola tidur pasien.

Faktor pertama yang memengaruhi produksi ASI adalah tingkat stres. Dalam penelitian ini, Subjek I mengalami stres akibat kurang tidur karena bayinya sering rewel, sehingga waktu istirahatnya terganggu. Selain itu, ia juga merasa cemas terhadap kemampuannya dalam menyusui. Sementara itu, Subjek II mengalami kecemasan yang disebabkan oleh masalah produksi ASI yang sedang dihadapinya. Stres yang dialami ibu *post partum* dapat menghambat pelepasan hormon prolaktin, yang berperan dalam proses pengeluaran ASI.

Hal ini sesuai dengan penelitian Yustianti (2022) yang menunjukkan bahwa stres memiliki dampak langsung terhadap produksi ASI. Peningkatan kadar hormon kortisol akibat stres dapat menghambat kerja hormon oksitosin, sehingga mengurangi refleks let-down dan menyebabkan ASI sulit keluar. Ibu yang mengalami stres berkepanjangan cenderung memiliki produksi ASI yang lebih rendah dibandingkan ibu yang lebih rileks.

Faktor kedua yang memengaruhi produksi ASI adalah jenis makanan yang dikonsumsi ibu *post partum*. Dalam penelitian ini, Subjek I membatasi asupan makanan tertentu karena mengikuti kepercayaan tradisional yang dianut ibunya. Sementara itu, Subjek II memenuhi kebutuhan nutrisinya dengan mengonsumsi makanan bergizi tanpa pantangan khusus. Kurangnya asupan nutrisi yang tepat dapat menghambat produksi ASI karena tubuh tidak memperoleh cukup energi dan zat penting untuk menghasilkan ASI secara optimal.

Penelitian Suwardi (2023) mendukung temuan ini dengan menyatakan bahwa pola makan ibu *post partum* yang tidak seimbang dapat berdampak negatif pada produksi ASI. Asupan gizi yang tidak mencukupi, terutama rendahnya konsumsi makanan yang kaya akan protein, zat besi, dan lemak sehat, berkontribusi terhadap rendahnya produksi

ASI. Ibu yang mengonsumsi makanan bergizi lengkap menunjukkan peningkatan signifikan dalam jumlah dan kualitas ASI mereka.

Kurangnya produksi ASI pada ibu *post partum* umumnya disebabkan oleh dua faktor utama, yaitu tingkat stres yang tinggi dan pola makan yang kurang tepat. Dengan mengelola stres secara efektif serta memperbaiki asupan nutrisi, termasuk melalui terapi alami seperti rebusan daun katuk, produksi ASI dapat ditingkatkan. Pendekatan ini mendukung keberhasilan proses menyusui dan kesehatan ibu serta bayi secara keseluruhan.

Faktor ketiga yang memengaruhi produksi ASI adalah pola tidur ibu *post partum*. Dalam penelitian ini, ditemukan bahwa subjek I mengalami gangguan tidur karena bayi susah tidur di malam hari sehingga subjek I sering terjaga di malam hari dan waktu tidurnya tidak optimal. Sedangkan pada subjek II tidak memiliki keluhan tertentu tentang pola tidur, subjek II dapat tidur dengan baik di malam hari. Kualitas tidur yang buruk diketahui dapat meningkatkan kadar hormon stres dalam tubuh yang bisa menghambat produksi ASI.

Penelitian oleh Fatimah (2019) menunjukkan bahwa pola tidur yang baik pada ibu *post partum* berpengaruh signifikan terhadap produksi ASI. Ibu yang mendapatkan waktu tidur yang cukup dan

berkualitas cenderung memiliki kadar hormon prolaktin dan oksitosin yang stabil, yang berperan penting dalam produksi dan pengeluaran ASI.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil studi dan pembahasan pada ibu *post partum*, dapat disimpulkan bahwa rebusan daun katuk efektif meningkatkan pengeluaran ASI. Pada subjek I, volume ASI meningkat dari 7 ml menjadi 35 ml, dan pada subjek II dari 5 ml menjadi 38 ml setelah terapi. Keberhasilan ini dipengaruhi oleh pemberian rebusan secara rutin, posisi menyusui yang benar, tingkat pendidikan ibu, dukungan keluarga, serta usia ibu yang memengaruhi kesiapan fisik dan emosional dalam proses menyusui.

SARAN

Berdasarkan analisa dan kesimpulan penelitian, maka peneliti akan menyampaikan beberapa saran diantaranya:

1. Ibu *post partum*

Hendaknya dapat melakukan dan memanfaatkan penerapan rebusan daun katuk dalam meningkatkan produksi ASI khususnya pada ibu *post partum* dengan permasalahan produksi ASI.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat menambahkan ilmu pengetahuan dan teknologi di bidang keperawatan dalam referensi

penerapan rebusan daun katuk dalam meningkatkan produksi ASI terhadap pengeluaran ASI.

3. Penulis

Dapat menjadi hasil penelitian ini sebagai data dasar dalam membuat penelitian lebih kompleks

4. Institusi Akper Kesdam IM Banda Aceh

Dapat menjadikan referensi tambahan bagi institusi dalam meningkatkan ilmu keperawatan khususnya bidang keperawatan maternitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, D. (2020). *Manfaat ASI Eksklusif bagi Bayi dan Ibu*. Yogyakarta: Pustaka Media.
- Fatimah, S. (2019). Pengaruh pola tidur terhadap produksi ASI pada ibu post partum. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1), 45–50.
- Fatmawati, R., Sari, M., & Lestari, D. (2019). *Manajemen laktasi pada masa nifas*. Jakarta: Prenadamedia Group.
- Fitriani, N. (2021). Efektivitas rebusan daun katuk terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 9(2), 120–128.
- Hayat, N., Lestari, E., & Ramadhani, I. (2016). Efektivitas rebusan daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 4(2), 45–52.
- Ibrahim, A., Mulyani, S., & Rahmah, N. (2021). Faktor yang mempengaruhi produksi dan kualitas ASI. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 7(1), 12–18.
- Ismayanah, S. (2020). Dampak rendahnya produksi ASI terhadap kesehatan ibu dan bayi. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 5(2), 88–94.
- Kemendes RI. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kusumaningrum, H. (2016). Faktor yang mempengaruhi pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Kebidanan*, 2(1), 23–30.
- Pebri Yanti Purba. (2023). Pengaruh konsumsi daun katuk terhadap produksi ASI pada ibu nifas. *Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak*, 7(1), 33–39.
- Riskesdas. (2023). *Laporan Nasional Riskesdas 2023*. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
- Suwardi, A. (2023). Peran dukungan keluarga dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Keperawatan dan Kebidanan Nusantara*, 8(2), 75–81.
- Syukriah, N. (2023). Produksi ASI dan implikasinya terhadap pertumbuhan bayi. *Jurnal Keperawatan Anak*, 9(1), 14–20.
- WHO. (2023). *Infant and young child feeding*. Retrieved from
- Yolanda, R. (2022). Kandungan gizi dan manfaat daun katuk terhadap produksi ASI. *Jurnal Herbal Nusantara*, 6(1), 33–40.
- Yustianti, R. (2022). Hubungan tingkat stres dengan produksi ASI pada ibu menyusui. *Jurnal Psikologi Kesehatan*, 5(1), 19–25.
- Yustianti, R. (2023). Pengaruh tingkat pendidikan ibu terhadap pemberian ASI eksklusif. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*, 11(2), 100–106.
- World Health Organization (WHO). (2017). WHO methods and data sources global burden of diseases estimates 2000–2015
- RIKESDAS. (2018). Laporan Nasional RISKESDAS 2018. Laporan Riskesdas Nasional 2018, 120.
- RIKESDAS. (2019). Laporan Provinsi Banten Riset Kesehatan Dasar 2018. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan, 575.