



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 3 Tahun 2024 Page 7772-7781

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Ubi Jalar Dan Air Rebusan Daun Bayam Terhadap Produksi Asi Ibu Nifas Di PMB Sri Rahayu Mastuti Tahun 2024

Sri Rahayu Mastuti<sup>1✉</sup>, Salfia Darmi<sup>2</sup>, Retno Sugesti S<sup>3</sup>

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi Fakultas Vokasi

Universitas Indonesia Maju Jakarta

Email: [ayu96690@gmail.com](mailto:ayu96690@gmail.com)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

ASI merupakan sumber nutrisi yang memiliki kandungan gizi yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangan pada bayi. Ketersediaan ASI yang lancar pada ibu menyusui akan membantu kesuksesan pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan.. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian air rebusan daun ubi jalar dan air rebusan daun bayam terhadap produksi asi ibu nifas di PMB Sri Rahayu Mastuti. Metode yang digunakan adalah study case literatur review. Penelitian ini dilakukan di PMB Sri Rahayu Mastuti pada bulan maret 2024. Populasi pada penelitian ini adalah ibu hamil yang berkunjung di PMB Sri Rahayu Mastuti. Jumlah responden yang dibutuhkan pada penelitian ini yaitu 2 ibu menyusui. Kedua responden tersebut dilakukan intervensi masing masing diberikan rebusan daun bayam dan daun ubi jalar. Teknik sampling pada penelitian adalah purposive sampling. Hasil penelitian didapatkan responden pertama sebelum diberikan intervensi air rebusan daun ubi jalar terdapat peningkatan produksi asi ibu nifas dari skor 2 (sedikit) menjadi skor 8 (banyak) selama 7 hari dan mengalami peningkatan produksi asi sebanyak 6 poin. Sedangkan responden kedua yang diberikan intervensi intervensi air rebusan daun bayam terdapat peningkatan produksi asi ibu nifas dari skor 2 (sedikit) menjadi skor 7 (banyak) selama 7 hari dan mengalami peningkatan produksi asi sebanyak 5 poin. Dapat disimpulkan pemberian daun ubi jalar lebih baik dalam meningkatkan produksi asi dibandingkan daun bayam. Disarankan ibu nifas dapat mengonsumsi air rebusan daun ubi jalar dan daun bayam untuk meningkatkan produksi asi.

Kata Kunci : *produksi asi, bayam, ubi jalar*

## Abstract

Breast milk is a source of nutrition that has good nutritional content for growth and development in babies. The availability of breast milk to breastfeeding mothers will help ensure the success of exclusive breastfeeding. This research aims to determine the effect of giving boiled sweet potato leaf water and boiled spinach leaf water on breast milk production for postpartum mothers at PMB Sri Rahayu Mastuti. The method used is a literature review case study. This research was conducted at PMB Sri Rahayu Mastuti in March 2024. The population in this study were pregnant women who visited PMB Sri Rahayu Mastuti. The number of respondents needed for this study is 2 breastfeeding mothers. The two respondents underwent intervention, each being given boiled spinach leaves and sweet potato leaves. The sampling technique in the research was purposive sampling. The research results showed that before the first respondent was given the boiled sweet potato leaf water intervention, there was an increase in the breast milk production from a score of 2 (a little) to a score of 8 (a lot) for 7 days and experienced an increase in breast milk production of 6 points. Meanwhile, the second respondent who was given the boiled spinach leaf water intervention showed an increase in breast milk production from a score of 2 (a little) to a score of 7 (a lot) for 7 days and experienced an increase in breast milk production of 5 points. It can be concluded that giving sweet potato leaves is better in increasing breast milk production than spinach leaves. It is recommended that postpartum mothers consume boiled water from sweet potato leaves and spinach leaves to increase breast milk production..

*Keyword: breast milk production, spinach, sweet potato*

## PENDAHULUAN

ASI merupakan sumber nutrisi yang memiliki kandungan gizi yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangan pada bayi. ASI adalah asupan nutrisi yang aman, murah dan lengkap yang sangat dibutuhkan untuk 6 bulan pertama kehidupan bayi (Handayani et al., 2021). Adanya faktor protektif dan nutrisi yang sesuai dalam air susu ibu (ASI) menjamin status gizi bayi baik serta kesakitan dan kematian anak menurun. Beberapa penelitian epidemiologis menyatakan bahwa ASI melindungi bayi dan anak dari penyakit infeksi, misalnya diare, otitis media, dan infeksi saluran pernafasan akut bagian bawah. Kolostrum mengandung zat kekebalan 10-17 kali lebih banyak dari susu matang (matur). Zat kekebalan yang terdapat pada ASI antara lain akan melindungi bayi dari penyakit diare dan menurunkan kemungkinan bayi terkena penyakit infeksi telinga, batuk, pilek, dan penyakit alergi (Rahmanisa, 2016).

Data Nasional tahun 2020 menyebutkan bahwa ibu yang mengalami gangguan produksi ASI atau ASI tidak lancar sebesar 67% dari seluruh ibu menyusui (SDKI, 2021). Ketidاكلancaran dalam pengeluaran ASI itu sendiri dapat disebabkan oleh beberapa faktor baik faktor fisik maupun psikologis. Faktor yang dapat mempengaruhi pengeluaran ASI

antaratlain faktor ibu (fisik ibu: nutrisi dan asupan cairan, umur, paritas, bentuk dan kondisi puting susu), (faktor psikologis: kecemasan dan motivasi/dukungan), (faktor bayi: BBLR, status kesehatan bayi, kelainan anatomi dan hisapan bayi). Ketersediaan ASI yang lancar pada ibu menyusui akan membantu kesuksesan pemberian ASI Eksklusif selama 6 bulan, sehingga membantu bayi tumbuh dan berkembang dengan baik sesuai rekomendasi dari WHO (Rahmawati & Saidah, 2021). Data studi pendahuluan di Puskesmas toboali pada bulan Januari – Februari 2024 menunjukkan sebanyak 12 orang (40%) dari 30 orang ibu nifas mengalami gangguan produksi ASI.

Akibat dari produksi ASI yang tidak lancar, maka ibu mengalami rasa kurang percaya diri untuk menyusui bayinya. Dampaknya pada bayi adalah meningkatnya pemberian makanan pengganti ASI sementara pencernaan bayi (terutama pada kelahiran kurang bulan) belum siap menerima, sehingga anak akan mengalami gangguan gizi. Berdasarkan fakta bahwa masih banyaknya dijumpai produksi ASI Ibu tidak lancar maka akan berdampak pada bayinya sehingga perlu dilakukannya KIE pada ibu saat melakukan pemeriksaan kehamilan dan ibu post partum mengenai pentingnya asupan nutrisi saat hamil dan nifas, pentingnya rangsangan dari hisapan bayi sedini mungkin untuk kelancaran produksi ASI berikutnya (Rahmawati & Saidah, 2021).

Kelancaran ASI berperan penting terhadap keberhasilan menyusui, karena ketidakcukupan produksi ASI merupakan alasan utama penghentian ASI secara eksklusif. Penurunan produksi ASI setelah persalinan dapat disebabkan karena kondisi psikologis, fisiologis, kurangnya stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin, kenyamanan dan ketidak yakinan ibu terhadap kemampuan menyusui bayinya (Handayani et al., 2021). Laktasi merupakan proses fisiologis berupa produksi dan sekresi air susu yang kompleks, melibatkan faktor fisik, emosional, dan berbagai hormon yaitu estrogen, progesteron, oksitosin, prolaktin, hormon pertumbuhan, glukokortikoid, dan insulin (Syarif & Rianti, 2022).

Dampak bagi ibu menyusui apabila kurang pemberian ASI pada bayi yaitu akan terjadi bendungan payudara, mastitis, dan abses. Sedangkan dampak pada bayi yaitu nutrisi bayi tidak terpenuhi, rentan terhadap infeksi dan diare, rawan terkena alergi, dan daya tahan tubuh menurun. Adapun manfaat pemberian ASI bagi bayi itu sendiri yaitu, sebagai nutrisi, meningkatkan daya tahan tubuh bayi, meningkatkan kecerdasan, dan meningkatkan jalinan kasih sayang (Rahmanisa, 2016).

Salah satu upaya memperbanyak ASI, adalah meningkatkan kualitas makanan yang berpengaruh secara langsung pada produksi air susu, misalnya sayur-sayuran hijau, daun katuk, daun ubi jalar, daun pepaya dan sebagainya (Suwanti & Kuswati, 2015). Berdasarkan literature review yang dilakukan oleh 5 jurnal maka didapatkan hasil pengaruh pemberian

air rebusan daun bayam dalam upaya peningkatan produksi air susu ibu (ASI) adanya kenaikan pada produksi air susu ibu (ASI). Bayam merupakan salah satu sumber mineral dan vitamin serta phytoestrogen yang diyakini untuk meningkatkan laktasi. Beberapa nutrisi yang terkandung dalam bayam adalah vitamin B6, protein, thiamin, asam folat, kalsium, kalium dan Vitamin. Kandungan vitamin B6 dalam bayam akan membantu dalam menyediakan persediaan produksi ASI. Selain itu sayuran bayam juga merupakan sumber asam folat yang sangat penting untuk ibu menyusui (Hamim, 2020).

Daun ubi jalar juga dapat meningkatkan produksi ASI karena di dalam daun ada zat-zat laktagogum yang bisa meningkatkan produksi ASI, selain itu di dalam daun ini juga ada kandungan karotenoid dan zat besi. Daun ubi jalar mendukung kesuksesan ASI eksklusif karena mengandung oksitosin atau prolactin yang merupakan hormon yang mempengaruhi produksi ASI (Montolalu et al., 2023). Daun ubi jalar mengandung unsur lipid dan struktur hormon dimana senyawa aktif ini berperan aktif dalam proses produksi air susu karena menunjukkan efek laktagogum. Laktagogum merupakan zat yang terkandung dalam daun ubi jalar yang dapat memperlancar pengeluaran air susu. Laktagogum sintesis tidak banyak dikenal dan relatif mahal. Hal ini menyebabkan perlu dicarinya obat laktagogum alternatif Daun ubi jalar mengandung polifenol dan steroid yaitu berperan dalam meningkatkan kadar prolaktin dan produksi ASI. Ubi jalar kaya akan karbohidrat yang bisa memberi energi pada ibu menyusui. Selain itu, ubi jalar mengandung vitamin C, B Kompleks, dan magnesium yang bisa menjadikannya makanan pelancar ASI (Syarif & Rianti, 2022).

Berdasarkan Studi Pendahuluan yang dilakukan di TPMB S pada Bulan September 2023 – Desember 2023 dari 24 pasien ibu nifas, ada sebanyak 5 orang mengatakan asi tidak lancar dan keluar sedikit. Dari fenomena di atas, maka peneliti tertarik untuk mengetahui pengaruh pemberian air rebusan daun ubi jalar dan air rebusan daun bayam terhadap produksi asi ibu nifas di PMB Sri Rahayu Mastuti.

## METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan adalah study case literatur review yaitu serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengelolah bahan penelitian. Study case literatur review digunakan untuk mengumpulkan data atau sumber yang berhubungan dengan pemberian daun ubi jalar dan daun bayam terhadap produksi asi ibu nifas di PMB Sri Rahayu Mastuti yang didapat dari buku teks, jurnal yang diperoleh melalui internet maupun pustaka lainnya dan mengeksplorasi masalah asuhan kebidanan terkait produksi ASI. Jumlah responden yang

dibutuhkan pada penelitian ini yaitu 2 ibu menyusui. Kedua responden tersebut dilakukan intervensi masing masing diberikan rebusan daun bayam dan daun ubi jalar,

Teknik sampling pada penelitian adalah purposive sampling. Purposive sampling adalah teknik pengambilan data dengan pertimbangan tertentu. Adapun kriteria inklusi responden adalah sebagai berikut:

- a. Bersedia menjadi responden
- b. Ibu yang mengalami produksi ASI kurang (jika skor produksi asi <3)
- c. Tidak menderita penyakit

Adapun Kriteria Eksklusi adalah

- a. Responden sakit

Metode pengumpulan data menggunakan alat atau instrumen yaitu alat ukur dan lembar observasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan Antara Kasus 1 Dan Kasus 2

Tabel 1 Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan Antara Kasus 1 Pemberian Intervensi air rebusan daun ubi jalar Dan Kasus 2 Pemberian Intervensi air rebusan daun bayam

	Hasil Asuhan kebidanan					
	Kunjungan 1	Volume ASI	Kunjungan II	Volume ASI	Kunjungan III	Volume ASI
Pemberian daun ubi jalar	2	10 cc	4	40 cc	8	100 cc
Pemberian daun bayam	2	15 cc	3	35 cc	7	90 cc

## Pembahasan

### Pengaruh Daun Ubi Jalar Terhadap Produksi ASI

Penelitian ini membuktikan responden pertama sebelum diberikan intervensi air rebusan daun ubi jalar terdapat peningkatan produksi asi ibu nifas dari skor 2 (sedikit) dan 10 cc menjadi skor 8 (banyak) dan 100 cc selama 7 hari dan mengalami peningkatan produksi asi sebanyak 6 poin.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu bahwa ada pengaruh air rebusan daun ubi jalar terhadap peningkatan produksi ASI ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. Produksi ASI berdasarkan taksiran volume ASI dengan nilai p-value 0,001 (Fatmawati et al., 2017). Penelitian lain juga menunjukkan Terdapat pengaruh memberikan rebusan daun ubi selama 7 hari terhadap kecukupan ASI di wilayah kerja Puskesmas Kesesi I Pekalongan. Ibu nifas yang memiliki produksi ASI sedikit yang setelah diberi perlakuan air rebusan daun ubi jalar selama 7 hari mengalami peningkatan produksi ASI (Subagio, 2019).

Penelitian lain juga menunjukkan terdapat pengaruh pemberian daun ubi jalar ungu terhadap kecukupan ASI pada bayi 0-6 bulan( p value =0,000). Kecukupan ASI bayi didapatkan dengan mengkonsumsi rebusan daun ubi jalar secara rutin yaitu setiap 2x/hari selama 7 hari, dengan takaran 100 gram daun ubi jalar setiap harinya selama proses menyusui akan didapatkan hasil yang maksimal (Malikha & Priskusanti, 2017).

Daun ubi jalar (*Ipomoea batatas*) mempunyai potensi cukup banyak dan dikenal luas di masyarakat sebagai tanaman hias, obat herbal dan makanan terutama untuk sayur, di beberapa negara lain daun ubi jalar juga digunakan untuk tingkatkan ASI. Tanaman ini mudah didapat dan murah, selain itu kita juga bisa memperoleh tanaman tersebut dengan menanam sendiri. Selain itu kandungan gizinya tinggi serta kaya akan zat-zat laktogogum yang bisa meningkatkan produksi ASI (Fatmawati et al., 2017).

Daun ubi jalar mengandung unsur lipid dan struktur hormon dimana senyawa aktif ini berperan aktif dalam proses produksi air susu karena menunjukkan efek laktogogum. Laktogogum merupakan zat yang terkandung dalam daun ubi jalar yang dapat memperlancar pengeluaran air susu. Laktogogum sintesis tidak banyak dikenal dan relatif mahal. Hal ini menyebabkan perlu dicarinya obat laktogogum alternatif Daun ubi jalar mengandung polifenol dan steroid yaitu berperan dalam meningkatkan kadar prolaktin dan produksi ASI. Ubi jalar kaya akan karbohidrat yang bisa memberi energi pada ibu menyusui. Selain itu, ubi jalar mengandung vitamin C, B Kompleks, dan magnesium yang bisa menjadikannya makanan pelancar ASI (Syarif & Rianti, 2022).

Menurut peneliti air rebusan daun ubi jalar memiliki efek laktogogum karena kandungan fitokimia dan nutrisi penting di dalamnya. Dampaknya air rebusan daun ubi jalar membantu menjaga kesehatan jaringan payudara, meningkatkan aliran darah ke payudara, dan memberikan dukungan nutrisi yang diperlukan untuk produksi ASI yang optimal. Oleh karena itu, konsumsi rebusan daun ubi jalar secara teratur dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

#### Pengaruh Daun bayam Terhadap Produksi ASI

Penelitian ini membuktikan responden kedua yang diberikan intervensi air rebusan daun bayam terdapat peningkatan produksi asi ibu nifas dari skor 2 (sedikit) dan 15 cc menjadi skor 7 (banyak) dan 90 cc selama 7 hari dan mengalami peningkatan produksi asi sebanyak 5 poin.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa terdapat pengaruh Terapi pemberian air rebusan daun bayam dalam upaya peningkatan produksi air susu ibu (asi) pada ibu post partum. Berdasarkan literature review yang dilakukan oleh 5 jurnal maka didapatkan hasil pengaruh pemberian air rebusan daun bayam dalam upaya peningkatan produksi air susu ibu (ASI) adanya kenaikan pada produksi air susu ibu (ASI) (Hamim, 2020). Penelitian di Desa Terong Tawah, Kecamatan Labuapi, Kabupaten Lombok Barat menunjukkan tanaman bayam dapat memperlancar ASI oleh masyarakat (Handayani et al., 2021).

Bayam merupakan salah satu sumber mineral dan vitamin serta phytoestrogen yang diyakini untuk meningkatkan laktasi. Beberapa nutrisi yang terkandung dalam bayam adalah vitamin B6, protein, thiamin, asam folat, kalsium, kalium dan Vitamin. Kandungan vitamin B6 dalam bayam akan membantu dalam menyediakan persediaan produksi ASI. Selain itu sayuran bayam juga merupakan sumber asam folat yang sangat penting untuk ibu menyusui (Hamim, 2020).

Menurut peneliti, air rebusan daun bayam memiliki potensi untuk meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui karena kandungan nutrisi penting di dalamnya, seperti zat besi, vitamin A, vitamin C, dan folat. Nutrisi ini memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan jaringan payudara dan meningkatkan aliran darah ke payudara, yang berkontribusi pada produksi ASI yang lebih baik. Dengan demikian, konsumsi rebusan daun bayam secara teratur dapat memberikan efek laktogogum yang positif dengan meningkatkan kualitas dan kuantitas ASI pada ibu menyusui.

## SIMPULAN

1. Responden 1 yang diberikan intervensi air rebusan daun ubi jalar terdapat peningkatan produksi asi ibu nifas dari skor 2 (sedikit) menjadi skor 8 (banyak) selama 7 hari
2. Responden 2 yang diberikan intervensi air rebusan daun bayam terdapat peningkatan produksi asi ibu nifas dari skor 2 (sedikit) menjadi skor 7 (banyak) selama 7 hari
3. Perbandingan responden pertama sebelum diberikan intervensi air rebusan daun ubi jalar terdapat peningkatan produksi asi ibu nifas dari skor 2 (sedikit) menjadi skor 8 (banyak) selama 7 hari dan mengalami peningkatan produksi asi sebanyak 6 poin. Sedangkan responden kedua yang diberikan intervensi air rebusan daun bayam terdapat peningkatan produksi asi ibu nifas dari skor 2 (sedikit) menjadi skor 7 (banyak) selama 7 hari dan mengalami peningkatan produksi asi sebanyak 5 poin.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agustivina, R. (2015). Hubungan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) Terhadap Keberhasilan Asi Eksklusif Di Posyandu Kelurahan Cempaka Putih Ciputat Timur. *Imd*, 108.
- Farizki, H. (2020). HUBUNGAN ANTARA PENGETAHUAN IBU DAN DUKUNGAN SUAMI DENGAN PERILAKU IBU DALAM PEMBERIAN ASI EKSLUSIF DI DESA BAGI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MADIUN KABUPATEN MADIUN. STIKES BHAKTI HUSADA MULIA MADIUN.
- Fatmawati, L., M, S. W., & Khafidoh, N. (2017). Pengaruh Air Rebusan Daun Ubi Jalar Pada Ibu Nifas Terhadap Produksi Asi Di Wilayah Kerja Puskesmas Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. Jurusan Kebidanan; Poltekkes Kemenkes Semarang. [Http://Repository.Poltekkes-Smg.Ac.Id/Index.Php?P=Show\\_Detail&Id=13566](http://Repository.Poltekkes-Smg.Ac.Id/Index.Php?P=Show_Detail&Id=13566)
- Hamim, A. P. (2020). Terapi Pemberian Air Rebusan Daun Bayam Dalam Upaya Peningkatan Produksi Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Post Partum Primipara Sectio Caesarea. *AKADEMI KEPERAWATAN PELNI JAKARTA JAKARTA*.
- Handayani, S., Pratiwi, Y. S., & Fatmawati, N. (2021). Pemanfaatan Tanaman Lokal Sebagai Pelancar Asi (Galaktogogue). *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(3), 518–522. <https://doi.org/10.33024/jkm.v7i3.4451>
- Indarwati, D. Z. (2021). PENGARUH PEMBERIAN JUS BAYAM HIJAU TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN ANEMIA DI WILAYAH PUSKESMAS PUGUK KECAMATAN SELUMA UTARA. *POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU*.

- Malikha, N. Z., & Priskusanti, R. D. (2017). PENGARUH PEMBERIAN DAUN UBI JALAR UNGU TERHADAP INVOLUSI UTERI PADA IBU NIFAS DAN KECUKUPAN ASI (AIR SUSU IBU) PADA BAYI 0-6 BULAN. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA*, 4(1).
- Montolalu, A., Keintjem, F., Limbengpiyah, S. E., Kuhu, F., & Donsu, A. (2023). Efektivitas Pemberian Daun Ubi Jalar Terhadap Penurunan Involusi Uteri Pada Ibu Nifas. 10(1), 83–89.
- Putri, P. H., Putri, F. K., & Rahmawati, S. (2021). Efektivitas Bayam Dan Buah Bit Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil: Systematic Literature Review Study. *Medical Technology And Public Health Journal*, 5(1), 57–65.
- Rahmanisa, S. (2016). Efektivitas Ekstraksi Alkaloid Dan Sterol Daun Katuk (*Sauropus Androgynus*) Terhadap Produksi ASI Effectivity Of Alkaloid And Sterol Extract From Katuk Leaves (*Sauropus Androgynus*)To Breastfeeding Production. *Sauropus Androgynus* Terhadap Produksi ASI Majority |, 5, 117.
- Rahmawati, S. D., & Saidah, H. (2021). Hubungan Antara Status Gizi Dan Paritas Dengan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Di Wilayah Kerja Puskesmas Cipanas Kabupaten Garut. Universitas Nusantara PGRI Kediri. <https://Core.Ac.Uk/Download/Pdf/235085111.Pdf%250Awebsite:> [http://Www.Kemkes.Go.Id%250Ahttp://Www.Yankes.Kemkes.Go.Id/Assets/Downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 Tentang PTRM.Pdf%250Ahttps://Www.Kemenpppa.Go.Id/Lib/Uploads/List/15242-Profil-Anak-Indonesia\\_-2019.Pdf%25](http://Www.Kemkes.Go.Id%250Ahttp://Www.Yankes.Kemkes.Go.Id/Assets/Downloads/PMK%20No.%2057%20Tahun%202013%20Tentang%20PTRM.Pdf%250Ahttps://Www.Kemenpppa.Go.Id/Lib/Uploads/List/15242-Profil-Anak-Indonesia_-2019.Pdf%25)
- Retnani, A. D. (2016). Hubungan Peran Petugas Kesehatan Dengan Motivasi Ibu Dalam Pemberian ASI Eksklusif Di Desa Wonorejo Kecamatan Kencong Kabupaten Jember. *Skripsi Universitas Jember*, 1–69.
- Sihite, J. S., Sitompul, A., Muzdah, A., & ... (2019). Pemanfaatan Sayur Daun Ubi Jalar Terhadap Hemoglobin (Hb) Pada Ibu Hamil Malaria Tahun 2019. *Tridarma ...*, 2(2), 110–118. <http://Ejournal.Iocscience.Org/Index.Php/Abdimas/Article/View/2469>
- Subagio, S. U. (2019). PENINGKATAN KECUKUPAN PRODUKSI ASI PADA IBU POSTPARTUM MENGGUNAKAN REBUSAN DAUN UBI DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KESESI I PEKALONGAN. *Jurnal Kebidanan*, 8(2), 137. <https://Doi.Org/10.26714/Jk.8.2.2019.137-142>
- Suryani, F. (2020). KUALITAS FISIK DAUN UBI JALAR (*Ipomoea Batatas L.*) DENGAN LAMA FERMENTASI YANG BERBEDA SEBAGAI PAKAN BURUNG PUYUH (*Coturnix-Coturnic ...*). *Skripsi FAKULTAS PERTANIAN DAN PETERNAKAN UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SULTAN SYARIF KASIM RIAU PEKANBARU*, 1–50. <http://Repository.Uin->

- Suwanti, E., & Kuswati. (2015). Pengaruh Konsumsi Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui Di Klaten. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, 5(2), 132–135.
- Syarif, & Rianti, A. T. (2022). Penyuluhan Dan Bakti Sosial Pemanfaatan Daun Ubi Jalar Terhadap Produksi Asi. *NUSANTARA : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(3), 89–94. <https://doi.org/10.55606/Nusantara.V2i3.239>
- Uji, A. T. (2018). Determinan Pemberian ASI Eksklusif Di Wilayah Kerja Puskesmas Bajeng Kabupaten Gowa Tahun 2018. Universitas Hasanudin.
- Yuliananda. (2018). Pengaruh Penambahan Pure Bayam ( *Amaranthus Hybridus L .* ) Pada Pembuatan Kue Talam Ebi. Skripsi. FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA.