



Pengaruh Rebusan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) terhadap Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui di Puskesmas Kedopok

Novia Ika Luviana^{1*} dan Tut Rayani Aksohini Wijayanti²

¹⁻²Program Studi Sarjana Kebidanan ITSK RS Dr. Soepraoen Malang, Indonesia

Email: ika.novia18@gmail.com¹, tutrayani@itsk-soepraoen.ac.id²

*Penulis Korespondensi: ika.novia18@gmail.com

Abstract. Nutritional status significantly influences breast milk production, as it depends on the amount of fat reserves in the body. Mothers with poor nutritional status tend to have fewer fat reserves than mothers with ideal body weight/normal nutritional status. Food intake during pregnancy and breastfeeding significantly influences the nutritional status of pregnant and breastfeeding mothers. One food source that can stimulate breast milk production as an alternative food for breastfeeding mothers is the use of moringa plants. This study aims to determine the effect of boiled moringa leaves on breast milk production. Breast milk production was measured based on breast milk volume over 24 hours using an observation sheet by pumping. The research method used was quantitative, with a pre-experimental design with a one-group pretest and posttest approach. A population of 338 people was taken as a sample of 30 people, the sampling technique used was purposive sampling. The results of the Paired Samples Test analysis found a significant difference with p less than 0.05. Breast milk production increased from an average of 72.33 cc to 375.67 cc after the intervention. The study concluded that there was a significant change in breast milk volume after regularly consuming boiled moringa leaves for seven days. This increased milk production and the baby's needs were met.

Keywords: Breast Milk Production; Breastfeeding; Galactagogue; Moringa Leaves; Postpartum.

Abstrak. Status gizi sangat mempengaruhi produksi ASI, hal ini disebabkan karena produksi ASI bergantung pada jumlah cadangan lemak di dalam tubuh. Status gizi yang kurang cenderung memiliki cadangan lemak yang lebih sedikit daripada ibu yang memiliki berat badan ideal/status gizi normal. Asupan makan yang dikonsumsi selama masa kehamilan dan menyusui sangat mempengaruhi status gizi ibu hamil dan menyusui. Salah satu sumber makanan yang dapat memperlancar ASI sebagai alternatif makanan bagi ibu menyusui yaitu penggunaan tanaman kelor. Studi ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh rebusan daun kelor terhadap kelancaran ASI. Produksi ASI diukur berdasarkan volume ASI selama 24 jam menggunakan lembar observasi dengan cara dipompa. Metode penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif, desain pra experiment pendekatan one group pretest dan posttest. Populasi sebanyak 338 orang yang diambil sebagai sample sebanyak 30 orang, teknik pengambilannya menggunakan purposive sampling. Hasil analisis Paired Samples Test ditemukan perbedaan yang signifikan dengan p kurang dari 0,05. Produksi ASI meningkat dari rata-rata 72,33 cc menjadi 375,67 cc setelah intervensi. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu adanya perubahan volume ASI yang signifikan setelah mengkonsumsi rebusan daun kelor secara rutin selama tujuh hari. Produksi ASI menjadi lancar dan kebutuhan bayi pun terpenuhi.

Kata Kunci: Daun Kelor; Galaktagog; Menyusui; Nifas; Produksi ASI.

1. LATAR BELAKANG

Masa menyusui merupakan periode krusial dimana ASI menjadi asupan nutrisi paling sempurna bagi tumbuh kembang bayi. Namun, berbagai faktor seperti stres, kelelahan, dan kurangnya stimulasi hormon laktasi sering kali menyebabkan produksi ASI tidak mencukupi kebutuhan bayi. Penanganan yang aman dan alami sangat dibutuhkan dalam mengatasi masalah tersebut. Salah satunya melalui pemanfaatan tanaman herbal. Tanaman kelor dikenal luas sebagai galaktagog, tanaman yang secara empiris mampu merangsang dan memperlancar produksi ASI. Kandungan senyawa aktif di dalamnya, seperti flavonoid, polifenol, dan asam amino esensial, diyakini bekerja sinergis dalam meningkatkan kerja hormon oksitosin dan prolaktin. Berdasarkan potensi tersebut, konsumsi rebusan daun kelor menjadi alternatif yang

sangat menjanjikan untuk membantu ibu menyusui mencukupi kebutuhan ASI eksklusif mereka secara optimal.

Sebagian besar penelitian sebelumnya menggunakan ekstrak atau kapsul daun kelor, sedangkan penelitian ini menggunakan rebusan daun kelor yang lebih mudah diterapkan masyarakat. Survei awal yang dilakukan peneliti melakukan secara acak pada ibu menyusui. Hasil wawancara didapatkan 10 ibu menyusui. Sebanyak 6 orang mengatakan ASI nya keluar dan tidak memberikan susu formula dan 4 orang mengatakan ASI nya sedikit, sehingga diberikan susu formula untuk memenuhi kebutuhan bayi. Maka untuk mengatasi masalah tersebut perlu diberikan terapi non farmakologi agar ASI lancar. Maka dari itu, peneliti sangat tertarik mengambil judul penelitian “Pengaruh Konsumsi Rebusan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Terhadap Peningkatan Produksi ASI Di Wilayah Puskesmas Kedopok”.

2. KAJIAN TEORITIS

Nutrisi yang paling tepat untuk memenuhi kebutuhan bayi kurang dari 6 bulan hanyalah ASI tanpa tambahan makanan lain. Selain efek positif, ASI yang telah didokumentasikan terhadap kesehatan bayi dan ibu, terdapat semakin banyak bukti bahwa komponen ASI juga memengaruhi perkembangan saraf anak. Senyawa bioaktif non-nutrien dalam ASI akan berkontribusi pada perkembangan kognisi dan perilaku anak (jangka panjang), suatu proses yang disebut “Pemrograman Laktokrin” (de Weerth et al., 2023). Berbagai cara untuk meningkatkan produksi ASI antara lain, mengkonsumsi makanan bergizi, penuhi asupan cairan, hindari stres dan istirahat yang cukup, pijat payudara, perhatikan frekuensi dan teknik menyusui, gunakan pompa ASI saat bayi sedang tidak menyusu (Kurniawati et al., 2020).

Peningkatan produksi ASI tidak hanya bergantung pada suplemen atau obat-obatan, tetapi juga dapat didukung melalui intervensi tradisional yang sehat dan terbukti secara praktis. Ada beberapa nutrisi lokal yang sangat penting tetapi belum banyak diketahui Masyarakat (Wahyuni et al., 2024). Salah satu sumber makanan yang dapat memperlancar ASI sebagai alternatif makanan bagi ibu menyusui yaitu penggunaan daun kelor. Bagi sebagian masyarakat, daun kelor masih dianggap sebagai tanaman yang mengandung unsur mistis. Namun, jika dikaji lebih dalam daun kelor mengandung banyak nutrisi yang dapat menjadi alternatif peningkatan gizi keluarga (Endarti & Fitriahadi, 2025). Daun kelor juga dapat menjadi alternatif lain dalam usaha meningkatkan status gizi. Beberapa zat gizi yang terkandung dalam daun kelor antara lain, zat besi, beta carotene, kalsium, thiamin, riboflavin, niacin, fosfor, magnesium, seng, dan vitamin C (Nugrawati & Ekawati, 2025).

Moringa Oleifera/ tanaman kelor adalah tanaman herbal yang sering dijadikan obat dalam berbagai jenis penyakit. Hal ini disebabkan kandungan zat potensial yang terkandung didalamnya. Daun kelor mengandung flavonoid dan polifenol yang berfungsi merangsang hormone prolaktin dan oksitosin. Kandungan polifenol membuat Air Susu Ibu mengalir dengan deras (Perwitasari, 2024). Selain membantu meningkatkan produksi air susu ibu, daun kelor juga dapat mencegah dan mengatasi anemia, meningkatkan daya tahan tubuh ibu dan bayi (Amperawati et al., 2025). Dari data (Profil kesehatan Indonesia, 2024), cakupan ASI eksklusif belum mencapai target atau masih di bawah 80%. Sekitar 69,26% jumlah bayi mendapat ASI secara eksklusif. Beberapa faktor utama penyebab rendahnya angka menyusui meliputi, masifnya promosi susu formula yang menyesatkan, rendahnya pemahaman tenaga kesehatan terhadap manajemen laktasi, minimnya dukungan sosial, terutama dari keluarga inti dan lingkungan kerja (Indonesia, 2024). Sedangkan angka ASI eksklusif di wilayah Provinsi Jawa Timur mengalami peningkatan yaitu 74,8% di tahun 2023 dan 81,2% di tahun 2024.

Peningkatan ini dipengaruhi oleh semakin luasnya pemahaman masyarakat tentang pentingnya ASI eksklusif, serta ketersediaan alat pemerah ASI yang lebih modern bagi ibu bekerja, sehingga mendukung keberlangsungan pemberian ASI kepada bayi (Triyono, 2024). Pada tahun 2022 cakupan ASI eksklusif di Kota Probolinggo mencapai angka 70% masih dibawah target nasional yang dicanangkan pemerintah sebesar 80% (Dinkes Kota Probolinggo, 2022). Persentase bayi yang mendapat ASI secara eksklusif di Puskesmas Kedopok pada bulan maret 2026 didapatkan 85 bayi dari total jumlah 338 bayi yaitu sekitar 25,15% bayi mendapatkan ASI eksklusif (Kedopok, 2026). Rendahnya ASI eksklusif disebabkan (faktor pengetahuan ibu) kurang mengetahui pentingnya ASI eksklusif, sehingga banya yang beralih dengan susu formula. Penelitian sebelumnya dilakukan oleh (Sulthoh M. dan Hajar Nur, 2022). Hasil penelitian menyatakan bahwa jumlah produksi ASI lebih banyak daripada sebelum dilakukan intervensi dengan selisih nilai rerata 0,2573. Dengan mengkonsumsi secara rutin selama 1 minggu daun kelor terbukti mampu meningkatkan produksi air susu ibu. Peningkatan didukung dengan hasil analisis p-value sebesar 0,000 yang artinya terdapat efektivitas yang kuat. Secara teori, daun kelor mengandung senyawa yang berfungsi meningkatkan dan melancarkan produksi ASI seperti fitosterol (Sulthoh & Rohmah, 2023).

3. METODE PENELITIAN

Metode kuantitatif, memakai desain pre experiment, pendekatan one group pretest and posttest. Didapatkan sampel sejumlah 30 responden, teknik pengambilan secara purposive sampling. Kriteria inklusi antara lain antara lain ibu menyusui yang mengeluh ASInya sedikit,

bersedia menjadi subyek penelitian, dan status kesehatan ibu serta bayi baik. Sedangkan kriteria eksklusinya antara lain ibu yang memiliki riwayat alergi terhadap daun kelor, rutin mengkonsumsi pelancar ASI, bayi sakit, dan ibu dengan komplikasi nifas seperti mastitis, perdarahan. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi produksi ASI dengan cara dipompa untuk mengukur volume ASI selama 24 jam. Uji validitas dan reliabilitas dilakukan oleh (Puspitasari, 2020) di Puskesmas Jabung dengan hasil yaitu seluruh pertanyaan sudah valid dinyatakan sudah reliabel dengan menggunakan perhitungan program IBM SPSS Statistic 25. Didapatkan nilai r hitung $> 0,444$ dan uji reabilitas Cronbach's Alpha $> 0,6$.

Sebelum dilakukan penelitian, responden akan diberikan informed consent dan diminta untuk menandatangani bila bersedia ikut serta dalam penelitian. Untuk meningkatkan produksi ASI, gunakan takaran segenggam daun kelor segar (sekitar 100 gram) yang direbus dengan 2 gelas belimbing air bersih (± 400 ml), rebus dengan air mendidih hingga 1-3 menit. Minum 1 gelas (± 200 ml) rebusan air daun kelor 2x sehari secara rutin selama tujuh hari. Dapat dikatakan jumlah air susu yang berhasil diproduksi dan dikeluarkan oleh ibu menyusui pada periode minggu pertama, diukur menggunakan lembar observasi melalui proses pemerahan dalam kurun waktu 24 jam dengan kategori lancar (total ASI ≥ 200 cc) dan kategori tidak lancar (total ASI < 200 cc).

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini, dilaksanakan tanggal 25 April 2026 s/d 2 Mei 2026 di wilayah Puskesmas Kedopok, dengan hasil sebagai berikut:

Analisis Univariat

Karakteristik Responden

Hasil penelitian diketahui bahwa status responden dalam penelitian ini, dimana 90% responden mayoritas berusia ideal antara 20-35 tahun dan usia bayi mayoritas 3-7 hari sebanyak 30 bayi. Status paritas responden dengan primipara sebanyak 15 responden dan multipara 15 responden. Latar belakang pendidikan responden bervariasi yaitu 23,3% atau 7 responden tingkat SD, 30% atau 9 responden tingkat SMP, 33,3% atau 10 responden tingkat SMA, dan perguruan tinggi sebanyak 4 responden. Status pekerjaan ibu 73% mayoritas bekerja dengan status gizi/IMT kategori sedang 18 responden dan IMT kategori lebih sebanyak 12 responden. Kemudian semua responden tidak ada yang menggunakan ASI Booster yaitu 30 responden. Frekuensi menyusui mayoritas dalam kategori kurang sebanyak 27 responden.

Tabel 1. Karakteristik Responden.

Karakteristik Responden	Persentase (%) n=30
Usia:	
<20 Tahun	1(3,3%)
20–35 Tahun	27(90%)
>35 Tahun	2(6,7%)
Paritas:	
Primipara	15 (50%)
Multipara	15 (50%)
Grande Multipara	0
Usia Bayi:	
0-2 hari	0
3-7 hari	30 (100%)
8-28 hari	0
Pekerjaan:	
Bekerja	22 (73%)
Tidak Bekerja	8 (27%)
IMT Ibu:	
Kurang:<18,5	0
Sedang:18,5-24,4	18 (60%)
Lebih: >25,0	12 (40%)
Frekuensi Menyusui:	
Sangat Sering (>10-12 kali/hari)	0
Sering (>8-10 kali/hari)	3 (10%)
Kurang (< 8 kali/hari)	27 (90%)
Pendidikan:	
Sekolah Dasar	7(23,3%)
Sekolah Menengah Pertama	9(30%)
Sekolah Menengah Atas	10(33,3%)
Perguruan Tinggi	4(13,3)
Penggunaan ASI Booster:	
Tidak	30 (100%)
ya	0

Karakteristik Produksi ASI

Dari hasil penelitian, dapat diketahui, awalnya semua responden memiliki produksi ASI yang tidak lancar. Pada kelompok sesudah intervensi, terjadi peningkatan volume ASI, sebanyak 23 responden dalam kategori lancar dan sisanya 7 responden juga mengalami peningkatan produksi ASI tetapi belum termasuk kategori lancar.

Tabel 2. Karakteristik Produksi ASI.

Intervensi	Produksi ASI	Jumlah Reponden	Presentase (%)
Pretest	Tidak lancar	30	100
Pretest	Tidak lancar	0	0
Posttest	Tidak lancar	7	23,3
Posttest	Lancar	23	76,7

Gambaran Jumlah Produksi ASI

Dari hasil penelitian dapat diketahui, sebanyak 30 responden memiliki jumlah rata-rata 72,33cc sebelum mengkonsumsi rebusan daun kelor, dengan jumlah minimal 50cc dan jumlah maksimal 100cc. Pada hari ke 8 setelah mengkonsumsi rebusan daun kelor terjadi peningkatan jumlah ASI, dengan rata-rata 375,67cc, jumlah minimal adalah sebanyak 180cc dan jumlah maksimal sebanyak 500cc.

Tabel 3. Gambaran Jumlah Produksi ASI.

Produksi ASI	N	Minimum	Maximum	Mean
Pretest	30	50	100	72.33
Posttest	30	180	500	375.67

Metode pengukuran volume ASI menggunakan pompa ASI elektrik selama periode 24 jam penuh. Volume ASI ditampung dalam botol ukur berskala khusus dan dicatat setiap sesi pemerahan. Untuk menjamin validitas data, alat ukur disamakan jenisnya dan dilakukan pengecekan ulang terhadap kejelasan garis skala sebelum digunakan oleh setiap responden. Bias reaktivitas, ibu mungkin memproduksi ASI lebih banyak atau berusaha lebih keras memerah ASI saat menyadari dirinya sedang diteliti atau dipantau oleh tenaga kesehatan.

Uji Normalitas

Pada uji normalitas diperoleh nilai $p=0,200$ untuk pretest-posttest. Artinya data tersebut berdistribusi normal atau p lebih dari 0,05.

Tabel 4. Uji Normalitas (One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test).

No	Variabel	N	Df	Sig
1	Pretest-Posttest	30	30	0.200

Analisis Bivariat

Uji Paired Samples Test

Dari analisis data yang dijelaskan nilai p -value sebesar $p < 0,05$. Artinya hipotesis 1 diterima dan hipotesis 0 ditolak.

Tabel 5. Uji Paired Samples Test.

No	Produksi ASI	N	t	Confidence Interval	Mean Difference	Mean	SD	Sig.
1	Pretest-Posttest	30	-15.571	95%	-303.000	19.459	106.582	0

Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Intervensi

Hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Kedopok, dapat diketahui bahwa sebelumnya semua responden memiliki produksi ASI yang tidak lancar. Pada kelompok sesudah intervensi, terjadi peningkatan volume ASI, sebanyak 23 responden dalam kategori lancar dan sisanya 7 responden juga mengalami peningkatan produksi ASI tetapi belum termasuk kategori lancar.

Frekuensi menyusui dan pelekatan bayi yang tepat sangat memengaruhi produksi Air Susu Ibu (Sausan, Ellyzabeth, Septi Tri, 2024). Dari tujuh responden dengan produksi ASI sedikit disebabkan pelekatan yang salah, sehingga membuat ASI tidak keluar optimal, memicu puting lecet dan perlahan menurunkan suplai ASI. Nyeri yang ditimbulkan puting lecet membuat ibu enggan atau takut menyusui, dan mengurangi frekuensi menyusui. Pelekatan menyusui yang benar adalah saat mulut bayi terbuka lebar dan sebagian besar areola (area gelap di sekitar puting) masuk ke dalam mulutnya. Hal ini membuat bayi dapat mengisap ASI secara efektif tanpa membuat puting lecet atau terasa nyeri (Pados, 2024).

Sekitar 76,7% terjadi peningkatan volume ASI, dengan peningkatan rata-rata 375,67 cc dalam 7 hari. Hal ini juga disebabkan oleh nutrisi harian ibu yang tercukupi dengan baik yaitu fokus pada makanan tinggi protein, zat besi, kalsium, dan vitamin. Ibu sangat kooperatif menjaga asupan cairan minum minimal 2,5 hingga 3 liter (sekitar 10–12 gelas) per hari. Responden mayoritas memiliki status gizi yang baik atau ideal sekitar 60%. Ibu dengan status gizi yang baik membantu menyeimbangkan hormon laktasi dan memastikan tubuh mampu memproduksi ASI yang kaya akan nutrisi makro maupun mikro (Nur & Dulambuti, 2020). Suami dan keluarga memegang peranan penting dalam perawatan bayi untuk menjaga kestabilan emosi ibu sehingga produksi ASI tetap lancar.

Daun kelor memiliki berbagai manfaat dalam kehidupan sehari-hari, terutama dalam bidang gizi. Fitosterol pada daun kelor berperan sebagai laktagogum yang merangsang sekresi prolaktin dan oksitosin sehingga meningkatkan sintesis serta pengeluaran ASI (Razak, 2026). Fakta ini dibuktikan oleh penelitian (Umbarsari, 2025) yang menyatakan adanya keterkaitan antara mengkonsumsi daun kelor dengan peningkatan produksi ASI. Sebelumnya juga dilakukan penelitian oleh (Hajar et al., 2024), yang menyatakan adanya perubahan volume ASI secara signifikan setelah mengkonsumsi daun kelor secara rutin.

Peneliti berasumsi bahwa tolak ukur keberhasilan ibu dalam memberikan ASI secara eksklusif selama enam bulan adalah jumlah produksi ASI. Lancarnya ASI dipengaruhi oleh frekuensi dalam memberikan ASI, pelekatan bayi, dan status gizi ibu. Hasil penelitian dapat dilihat jika terdapat perubahan antara produksi ASI sebelum dan sesudah mengonsumsi rebusan daun kelor. Adanya peningkatan produksi ASI secara signifikan yaitu sebanyak 23 responden dengan jumlah pengeluaran ASI 400-500cc (lancar), sedangkan 7 responden juga mengalami peningkatan produksi ASI sebanyak 180-200cc, namun belum termasuk kategori lancar.

Pengaruh Konsumsi Rebusan Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Terhadap Peningkatan Produksi ASI

Hasil analisis data yang dijelaskan p-value sebelum dan sesudah intervensi sebesar 0,000. Jadi, kesimpulannya hipotesis satu diterima dan hipotesis nol ditolak, artinya terdapat pengaruh pemberian rebusan daun kelor terhadap produksi ASI ibu menyusui di Puskesmas Kedopok. Daun kelor juga dianggap sebagai galactagogue. Galaktagog herbal memiliki keunggulan seperti tidak adanya efek samping sehingga lebih dapat ditoleransi oleh ibu menyusui dan anak-anak mereka (Thakur et al., 2023). Daun kelor memberikan reaksi positif terhadap produksi air susu ibu. Bahkan seorang konsultan laktasi memilih daun kelor dalam mengatasi masalah ASI, dikarenakan efektivitas dan nutrisinya yang bagus (Rizqi et al., 2022).

Daun kelor tak hanya berfungsi untuk meningkatkan produksi ASI, tapi juga menaikkan kualitas ASI. Sebab nutrisi yang ada pada daun kelor lebih tinggi beberapa kali lipat dibanding makanan sehat lainnya (Pareek et al., 2023). Hal ini didukung dalam penelitian (Hasibuan Usti Fina Hasanah et al., 2020) menyatakan adanya perubahan volume ASI secara signifikan setelah mengonsumsi daun kelor secara rutin selama dua minggu. Sebelumnya juga dilakukan penelitian oleh Delianti & Juwita (2024) yang menyatakan bahwa daun kelor memiliki penting dalam proses kelancaran ASI. Peneliti berasumsi, pemanfaatan daun kelor sudah banyak ditemui di kalangan masyarakat. Selain melancarkan produksi ASI, daun kelor juga dianggap sebagai tanaman herbal yang mampu mengatasi masalah kesehatan lainnya. Setelah mengonsumsi rebusan air daun kelor selama tujuh hari, Sebagian besar responden mengalami peningkatan produksi ASI.

Namun, terdapat 7 responden yang mengalami peningkatan ASI hanya belum mencapai kategori lancar, dimana jumlah ASI ibu sebelum dilakukan intervensi berada pada 50-100cc, dan setelah dilakukan intervensi menjadi 180-200cc. Hal ini bisa disebabkan karena faktor kelelahan ibu karena kurangnya dukungan dari suami maupun keluarga dalam hal membantu merawat bayi. Kemudian faktor pengetahuan ibu yang kurang tentang ASI eksklusif

menyebabkan peningkatan pemberian susu formula pada bayi. Desain penelitian ini one-group pretest-posttest tanpa menggunakan kelompok kontrol. Sehingga penelitian ini tidak dapat sepenuhnya mengeliminasi faktor luar yang memengaruhi produksi ASI. Kelancaran air susu ibu dapat dipengaruhi pula oleh nutrisi harian yang dikonsumsi ibu menyusui. Penelitian mengenai rebusan daun kelor pada ibu menyusui di wilayah Kedopok masih terbatas sehingga diperlukan penelitian untuk mengevaluasi efektivitasnya terhadap peningkatan produksi ASI.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Terdapat peningkatan volume ASI ibu menyusui setelah mengonsumsi rebusan daun kelor secara rutin selama tujuh hari di wilayah kerja Puskesmas Kedopok. Disarankan pada semua ibu menyusui rutin mengonsumsi rebusan daun kelor secara teratur dan tetap menjaga pola hidup yang sehat.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur saya panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat-Nya. Terima kasih banyak kepada pembimbing atas waktu, saran, dan bimbingan yang tak ternilai selama proyek studi ini berlangsung. Tak lupa, apresiasi setinggi-tinggi saya haturkan kepada seluruh responden, karena tanpa bantuan Anda semua, penelitian ini tidak akan berjalan lancar

DAFTAR REFERENSI

- Amperawati, C. T., Hasanudin, C., & Rahmawati, A. A. (2025). *Manfaat Daun Kelor (Moringa Oleifera) untuk Membantu Meningkatkan Produksi ASI Ibu Menyusui*. (November), 69–76.
- de Weerth, C., Aatsinki, A. K., Azad, M. B., Bartol, F. F., Bode, L., Collado, M. C., Dettmer, A. M., Field, C. J., Guilfoyle, M., Hinde, K., Korosi, A., Lustermans, H., Mohd Shukri, N. H., Moore, S. E., Pundir, S., Rodriguez, J. M., Slupsky, C. M., Turner, S., van Goudoever, J. B., ... Beijers, R. (2023). Human milk: From complex tailored nutrition to bioactive impact on child cognition and behavior. *Critical Reviews in Food Science and Nutrition*, 63(26), 7945–7982. <https://doi.org/10.1080/10408398.2022.2053058>
- Delianti, N., & Juwita, R. (2024). Penerapan Rebusan Daun Kelor Dalam Meningkatkan Produksi Asi Pada Ibu Menyusui. *Journal of Language and Health*, 5(1), 293–300.
- Dinkes Kota Probolinggo. (2022). *Profil Kesehatan Kota Probolinggo Tahun 2022*.
- Endarti, S. N., & Fitriahadi, E. (2025). *Pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan ibu nifas tentang manfaat daun kelor untuk peningkatan produksi ASI di Puskesmas Rembang Purbalingga Theeffectof counseling on theknowledge levelof postpartummothers about the benefits of moringa leaves for*. 3, 540–546.
- Hajar, S., Sinaga, K., Surbakti, I. S., Sinaga, A., & Ariyani, A. (2024). Pengaruh Rebusan Daun Kelor terhadap Produksi ASI Ibu Nifas di Desa Pilar Jaya Tahun 2022 Organization (WHO) dalam Global Strategy for Infant and Young Child Feeding. *Jurnal Siti ...*, 61–73<https://doi.org/10.57214/jasira.v2i2.173>.

- Hasibuan Usti Fina Hasanah, Putri Maidina, & Nigrum Allania Hanung Sekar. (2020). Pengaruh Penggunaan Daun Kelor Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Postpartum Di Desa Taman Sari. *Jurnal Kebidanan*, XII(02), 276–283.
- Indonesia, K. K. R. (2024). *Profil Kesehatan Profil Kesehatan*. Kementrian Kesehatan RI.
- Kedopok, U. P. (2026). *Data KIA Puskesmas Kedopok per bulan Maret 2026*. 2, 306–312.
- Kurniawati, D., Hardiani, R. S., & Rahmawati, I. (2020). ASI (Air Susu Ibu). In *KHD Production* (Vol. 42, Number 4).
- Nugrawati, N., & Ekawati, N. (2025). Pemanfaatan Daun Kelor Sebagai Asi Booster Alami Bagi Ibu Menyusui. *Jurnal Medika: Medika*, 4(4), 923–928. <http://jmedika.com/index.php/medika/article/view/248%0Ahttp://jmedika.com/index.php/medika/article/download/248/210>
- Nur, A., & Dulambuti, R. (2020). Berat Badan Ibu Terhadap Produksi ASI Di Puskesmas Jongaya Makassar. *Haanuddin Journal of Midwifery*, 2(1), 28–33.
- Pados, B. F. (2024). Physiology of Human Lactation and Strategies to Support Milk Supply for Breastfeeding. *Nursing for Women's Health*, 28(6), 398. <https://doi.org/10.1016/j.nwh.2024.08.001>.
- Pareek, A., Pant, M., Gupta, M. M., Kashania, P., Ratan, Y., Jain, V., Pareek, A., & Chuturgoon, A. A. (2023). *Moringa Oleifera*: An Updated Comprehensive Review of Its Pharmacological Activities, Ethnomedicinal, Phytopharmaceutical Formulation, Clinical, Phytochemical, and Toxicological Aspects. *International Journal of Molecular Sciences*, 24(3). <https://doi.org/10.3390/ijms24032098>.
- Perwitasari, S. R. N. dan T. (2024). *DAUN KELOR SEBAGAI TERAPI KOMPLEMENTER KEBIDANAN* (Vol. 2). Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta.
- Razak, L. N. A. (2026). *Kajian Tumbuhan Daun Kelor (Moringa Oleifera)*. 1(1), 19–25.
- Rizqi, L., Sutrisminah, E., & Adyani, K. (2022). Efektifitas Tanaman Lokal sebagai Galactagogue untuk Meningkatkan Produksi Air Susu Ibu Lusiana. *Efektifitas Tanaman Lokal Sebagai Galactagogue Untuk Meningkatkan Produksi Asi Ibu*, 13(3), 14–17.
- Sausan, Ellyzabeth, Septi Tri, N. D. 2024. (2024). Pemanfaatan Daun Kelor Terhadap Peningkatan Produksi ASI Ibu Menyusui. *Pemanfaatan Daun Kelor Terhadap Peningkatan Produksi Asi Ibu Menyusui*, 2, 205–213.
- Sulthoh, M., & Rohmah, H. N. F. (2023). Pengaruh Ekstrak Daun Kelor Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Puskemas Bahagia Tahun 2021[The Effect of *Moringa Oleifera* Leaf Extract on Breast Milk Production among Breastfeeding Mothers at Bahagia Public Health Center in 2021]. *Cakrawala Medika: Journal of Health Sciences*, 1(1), 11–19 <https://doi.org/10.59981/k8gcbb33>.
- Thakur, M., Khedkar, R., Singh, K., & Sharma, V. (2023). Ethnopharmacology of Botanical Galactagogues and Comprehensive Analysis of Gaps Between Traditional and Scientific Evidence. *Current Research in Nutrition and Food Science*, 11(2), 589–604. <https://doi.org/10.12944/CRNFSJ.11.2.11>.
- Triyono, E. A. (2024). Profil Kesehatan Jawa Timur. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2024*, 214–218. <https://dinkes.jatimprov.go.id>
- Umbar Sari. (2025). Pengaruh Konsumsi Daun Kelor Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Nifas. *Journal of Psychiatric Research*, 3.
- Wahyuni, E. T., Purnami, R. W., & Antari, S. (2024). *Mengenal Intervensi Tradisional untuk Optimalisasi Produksi ASI*. PT Bukuloka Literasi Bangsa.