

Article

PENGARUH KONSUMSI KACANG HIJAU TERHADAP PENINGKATAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI DI PUSKESMAS KEBUN KOPI

Imelda¹, Rosmaria^{2*}, Vivin Nofrianti Saputri³

¹⁻³Departemen Kebidanan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Jambi, Jambi, Indonesia

SUBMISSION TRACK

Received: November 26, 2024
Final Revision: December 05, 2024
Available Online: December 07, 2024

KEYWORDS

Green beans, breast milk production, breastfeeding, postpartum mothers

CORRESPONDENCE

Email: rosmaria1974@gmail.com

A B S T R A C T

According to WHO, the average rate of exclusive breastfeeding in the world is only 38%. Based on data from the Ministry of Health of Indonesia in 2023, the coverage of exclusive breastfeeding nationally is only 63.9% and in Jambi Province it is 66%. According to the Jambi City Health Office, in 2022 exclusive breastfeeding was 29.16% and in 2023 it was 68.5%. Based on data from Kebun Kopi Health Center, it was found that as many as 86.7% of babies received exclusive breastfeeding and 3 out of 5 breastfeeding mothers did not give exclusive breastfeeding because of their poor milk production. This study is a pre-experimental study with a one-group pretest-posttest design which aims to see the effect of mung bean consumption on increasing breast milk production in breastfeeding mothers at Kebun Kopi Health Center in 2024. This research was carried out at Kebun Kopi Health Center in 2024 and has been carried out in January-September 2024. The population in this study is breastfeeding mothers with a sample of 30 people using the total sampling technique. The data were analyzed *univariate* and *bivariate* using the *wilcoxon* test because the data were not normally distributed. The results of this study show that the average breast milk production in breastfeeding mothers at Kebun Kopi Health Center in 2024 before mung bean consumption is 33.50 ml. The average milk production in breastfeeding mothers after consuming mung beans for 7 days was 62.33 ml, and there was an effect of mung bean consumption on the increase in breast milk production in breastfeeding mothers at Kebun Kopi health center with a p-value of 0.000. The conclusion of this study is that there is an effect of mung bean consumption on increasing breast milk production in breastfeeding mothers at Kebun Kopi health center.

I. PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan satu-satunya makanan yang terbaik untuk bayi yang bersifat alamiah (Windari et al., 2017; Windiyati, 2016). ASI mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Khasiat ASI sangat besar antara lain dapat meningkatkan pertumbuhan sel saraf otak, dan menurunkan resiko bayi mengidap penyakit serta memberikan hubungan kasih sayang antara ibu dan bayinya. Pemberian ASI juga sangat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan bayi, sebagian besar ditentukan oleh jumlah ASI yang diperoleh termasuk energi dan zat gizi lainnya yang terkandung di dalam ASI tersebut. ASI tanpa bahan makanan lain dapat mencukupi kebutuhan sampai usia enam bulan. UNICEF menyatakan, sebanyak 30.000 kematian bayi di Indonesia dan 10 juta anak balita di dunia setiap tahunnya bisa dicegah dengan pemberian ASI secara eksklusif selama enam bulan sejak kelahiran, tanpa harus memberikan makanan atau minuman pada bayi (Yulyana, 2017).

Pemenuhan kebutuhan gizi bayi 0-6 bulan mutlak diperoleh melalui Air Susu Ibu bagi bayi dengan ASI eksklusif. Pemberian ASI salah satu upaya untuk meningkatkan status gizi anak dalam 1000 Hari Pertama Kelahiran (HPK). Gizi kurang pada usia kurang dari 2 tahun akan berdampak terhadap penurunan pertumbuhan fisik, perkembangan otak, kecerdasan, dan produktivitas, dampak ini sebagian besar tidak dapat diperbaiki (Widiarti et al., 2020; Yuni et al., 2021).

Cakupan pemberian ASI eksklusif secara nasional di Indonesia pada tahun 2023 sebesar 63,9% dan di provinsi Jambi sebanyak 66%. Angka tersebut telah mencapai target nasional pemberian ASI eksklusif yaitu 50%. Menurut data dari Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, cakupan bayi mendapat

ASI eksklusif pada tahun 2022 sebanyak 27,14% dengan target 50%. Cakupan tertinggi di Kabupaten Tanjung Jabung Barat sebanyak 72,04% dan menjadi satu-satunya kabupaten yang memenuhi target program tahun 2022. Ini menunjukkan penurunan dibandingkan tahun 2021 dengan cakupan pemberian ASI eksklusif di Provinsi Jambi sebanyak 64,67%. Cakupan bayi yang mendapat ASI eksklusif Tahun 2022 di Kota Jambi berada di urutan ketiga yaitu 29,16% atau 2.311 dari 7.926 bayi dan menunjukkan penurunan dibandingkan Tahun 2021 yaitu sebanyak 68,2%. Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Jambi, cakupan pemberian ASI eksklusif pada tahun 2023 yaitu 68,5%. Menurut data dari Puskesmas Kebun Kopi didapatkan sebanyak 86,7% bayi yang mendapat ASI eksklusif (Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2023)

Penelitian tentang pengaruh konsumsi kacang hijau terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui sangat penting karena menyusui merupakan faktor utama dalam mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal. ASI mengandung nutrisi lengkap yang dibutuhkan untuk imunitas, pertumbuhan, dan perkembangan bayi, terutama pada 1.000 hari pertama kehidupan. Namun, banyak ibu menyusui mengalami tantangan dalam menghasilkan ASI yang cukup, sehingga diperlukan solusi berbasis makanan alami, seperti kacang hijau, yang diketahui kaya akan nutrisi seperti protein, zat besi, asam folat, dan vitamin B kompleks yang mendukung produksi ASI. Penelitian ini dapat memberikan bukti ilmiah mengenai manfaat kacang hijau, sehingga bisa menjadi panduan dalam pola makan ibu menyusui (Parwati, 2023; Ritonga et al., 2019; Wulandari & Jannah, 2015).

Selain itu, penelitian ini berkontribusi pada upaya meningkatkan kesehatan ibu dan bayi dengan pendekatan yang murah, mudah diakses, dan berbasis lokal. Kacang hijau merupakan bahan pangan yang umum di Indonesia, sehingga mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari. Dengan mengetahui efektivitas kacang hijau dalam meningkatkan produksi ASI, hasil penelitian ini dapat digunakan oleh tenaga kesehatan untuk memberikan rekomendasi berbasis bukti kepada ibu menyusui. Hal ini juga dapat mengurangi ketergantungan pada suplemen komersial, mendukung pemberdayaan pangan lokal, dan mendukung program pemerintah dalam meningkatkan angka pemberian ASI eksklusif di masyarakat.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsumsi kacang hijau terhadap produksi ASI pada Ibu Menyusui di Puskesmas Kebun kopi.

II. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *pra eksperimen* dengan desain penelitian *One Group Pre-Post Test Design* yang telah dilaksanakan di Puskesmas Kebun Kopi pada bulan Januari- September 2024 yang melibatkan 30 orang dan dipilih secara acak dengan kriteria bersedia menjadi responden, ibu menyusui 0-6 bulan, ibu dan bayi sehat, ibu dengan kondisi puting susu normal, Reflek menghisap bayi baik. Sedangkan ibu yang mengonsumsi obat penambah ASI (ASI *booster*) dikeluarkan dari study.

Variabel dependen penelitian ini adalah produksi ASI yakni jumlah volume ASI yang keluar setelah diberikan kacang hijau selama 7 hari sebanyak 250 ml. Caranya melakukan

pengukuran pengeluaran ASI setelah diberikan kacang hijau selama 7 hari menggunakan gelas Ukur dan Pompa ASI. Skala data adalah rasio (Perbandingan) dengan hasil ukur adalah jumlah volume ASI ibu dalam satuan ml.

Analisis *univariat* merupakan data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi, ukuran tendensi sentral atau grafik. Variabel yang dianalisis secara univariat dalam penelitian ini adalah produksi ASI sebelum intervensi dan produksi ASI setelah diberikan intervensi. Analisis *biivariat* pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsumsi kacang hijau terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Kebun Kopi Tahun 2024. Uji statistik yang digunakan untuk membandingkan pengaruh konsumsi kacang hijau terhadap peningkatan produksi ASI adalah uji statistik *wilcoxon* karena berdasarkan uji normalitas data tidak berdistribusi normal.

III. HASIL

Tabel 1. Rata-Rata Produksi ASI Sebelum Diberikan Kacang Hijau Pada Ibu Menyusui

Variabel	Rata-rata	Minimum	Maximum
Produksi ASI sebelum konsumsi kacang hijau	33,50	10	50

Berdasarkan table 1 bahwa sebelum konsumsi kacang hijau rata-rata produksi ASI responden yaitu 33,50 ml dengannilai produksi

ASI terendah 10 ml dan tertinggi 50 ml.

Tabel 2. Rata-Rata Produksi ASI Setelah Diberikan Kacang Hijau Pada Ibu Menyusui

Variabel	Rata-rata	Minimum	Maximum
Produksi ASI setelah konsumsi kacang hijau	62,33	40	90

Berdasarkan table 2 terlihat bahwa setelah konsumsi kacang hijau selama 7 hari rata-rata produksi ASI responden meningkat yaitu 62,33

ml dengan nilai produksi ASI terendah 40 ml dan tertinggi 90 ml.

Tabel 3. Pengaruh Konsumsi Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui

Variabel	Median	Minimum	Maximum	p-value
Produksi ASI Sebelum Diberikan Kacang Hijau	35,00	10	50	0,000
Produksi ASI Setelah Diberikan Kacang Hijau	60,00	40	90	

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa rentang rata-rata peningkatan produksi ASI sebanyak 28,83. Sebanyak 27 responden mengalami peningkatan produksi ASI setelah konsumsi kacang hijau selama 7 hari dan sebanyak 3 responden dengan produksi ASI tetap. Selanjutnya peneliti melakukan analisis dengan

menggunakan SPSS dan menemukan nilai signifikasinya, maka dapat disimpulkan bahwa nilai sig. 0,000 lebih kecil dari 0,05 yang artinya H_0 diterima dan secara otomatis H_0 yang ditolak. Jadi kesimpulannya adalah terdapat pengaruh konsumsi kacang hijau terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui.

IV. PEMBAHASAN

Gambaran Produksi ASI Sebelum Diberikan Kacang Hijau Kepada Ibu Menyusui di Puskesmas Kebun Kopi Tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat bahwa produksi ASI ibu menyusui sebelum konsumsi kacang hijau di Puskesmas Kebun Kopi Tahun 2024 rata-rata 33,50 ml dengan nilai produksi ASI terendah adalah 10 ml dan tertinggi 50 ml.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Saadah Handayani (2023) menunjukkan bahwa hasil produksi ASI ibu nifas sebelum pemberian juice kacang hijau mendapatkan nilai minimum 50,00, maximum 68,75, mean 20,97, median 39,6 dan standar deviasi 22,64. Sedangkan pada penilaian produksi ASI ibu nifas sesudah pemberian juice kacang hijau mendapatkan nilai minimum 32,21, maximum 64,58, mean 43,89, median 42,09 dan standar deviasi 78,92. Berdasarkan uji statistik *wilcoxon signed rank* diperoleh nilai *p-value* sebesar 0,002. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian juice kacang hijau kepada ibu menyusui terhadap peningkatan produksi ASI ibu nifas di Puskesmas Kebondalem Kabupaten Pematang Jaya.

Menurut penelitian Simamora, Hutabarat dan Nainggolan (2023), hasil penelitian menunjukkan bahwa 53,3% responden memiliki produksi ASI dengan kategori baik dan pada kelompok kontrol 26,7% kurang baik. Setelah diberikan perlakuan didapatkan hasil 80% ibu nifas dengan kategori baik dan pada kelompok kontrol 60% dengan kategori baik. Berdasarkan hasil penelitian terdapat perbedaan rata-rata antara kelompok intervensi dan

kelompok kontrol sebelum dan setelah mengonsumsi jus kacang hijau yang diperoleh $p\text{-value } 0,007 < 0,05$ yang menunjukkan terdapat perbedaan efektivitas produksi ASI yang signifikan.

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Nikmah dkk (2019), diketahui bahwa rata-rata Produksi ASI sebelum diberikan Sari Kacang Hijau adalah 0,045 yang berarti tidak lancar dan rata-rata Produksi ASI sesudah diberikan Sari Kacang Hijau adalah 0,82 yang berarti lancar. Dan nilai *p-value* adalah 0,046 ($p \leq 0,05$). Ini berarti ada pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di Klinik Pratama Tutun Sehati Desa Limau Manis Deli Serdang tahun 2019.

Menurut penelitian Lidia dan Ayu (2019), sebelum diberikan sari kacang hijau didapatkan 80% mengalami ketidاكلancaran produksi ASI dan setelah konsumsi kacang hijau terjadi peningkatan yaitu 80% mengalami kelancaran produksi ASI. Penelitian ini menunjukkan adanya efektivitas konsumsi sari kacang hijau terhadap kelancaran produksi ASI ibu nifas di wilayah kerja Puskesmas Batulicin.

Penelitian yang dilakukan oleh Ria, Nina dan Cristinawati (2023), pada ibu menyusui sebelum diberikan bubur kacang hijau sebanyak 20 orang mengalami ASI kurang lancar. Akan tetapi setelah diberikan bubur kacang hijau terjadi peningkatan dengan hasil uji *wilcoxon* diperoleh nilai *p-value* 0,000. Ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dengan konsumsi bubur kacang hijau terhadap produksi ASI pada ibu menyusui di UPT Puskesmas Pimping Tahun 2023.

Salah satu penyebab dari ASI

tidak keluar dikarenakan faktor nutrisi. Jumlah dan kualitas makanan Ibu sangat mempengaruhi pada jumlah ASI yang dihasilkan. Ibu yang menyusui sangat dianjurkan untuk memperoleh tambahan gizi untuk produksi ASI dan energi ibu. Salah satu upaya dalam meningkatkan produksi ASI yaitu dengan mengkonsumsi sari kacang hijau. Karena salah satu gizi yang terdapat pada kacang hijau yaitu protein, dimana kandungan gizi tersebut terutama proteinnya mengandung asam amino sehingga mampu merangsang sekresi ASI (Yuniar, 2020).

Ibu menyusui harus meningkatkan produksi ASI dengan mengkonsumsi makan-makanan yang dapat meningkatkan produksi ASI. Salah satu makanan yang direkomendasikan untuk meningkatkan produksi ASI ibu menyusui yaitu kacang hijau. Karena kacang hijau mengandung Vitamin B1 / thiami yang dapat membantu produksi ASI.

Gambaran Produksi ASI Setelah Diberikan Kacang Hijau Kepada Ibu Menyusui di Puskesmas Kebun Kopi Tahun 2024

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat bahwa produksi ASI ibu menyusui setelah konsumsi kacang hijau selama 7 hari di Puskesmas Kebun Kopi Tahun 2024 terjadi peningkatan dengan rata-rata 62,33 ml dengan nilai produksi ASI terendah adalah 40 ml dan tertinggi 90 ml.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Nanda dan Prapti (2024), menunjukkan bahwa pemberian sari kacang hijau efektif terhadap produksi ASI. Ditunjukkan dari perbedaan rata-rata produksi ASI ibu menyusui. Pada ibu menyusui

sebelum diberikan sari kacang hijau menunjukkan rata-rata produksi ASI yaitu 7,06, sedangkan pada ibu menyusui yang diberikan sari kacang hijau menunjukkan rata-rata produksi ASI yaitu 10,63. Hasil uji statistik ditemukan ada perbedaan produksi ASI sebelum dan sesudah pemberian sari kacang hijau pada ibu menyusui dengan nilai *p-value* 0,00.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nasution (2022) dengan judul "Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau (*Vigna Radiate*) Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Nifas". Berdasarkan hasil Penelitian diketahui bahwa rata-rata Produksi ASI sebelum diberikan Sari Kacang Hijau adalah 2,20 dan rata-rata Produksi ASI sesudah diberikan Sari Kacang Hijau adalah 7,20. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai *p-value* 0,000

Sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Nani Jahriani (2021), hasil uji statistik menunjukkan pretest dan posttest kelompok perlakuan menunjukkan nilai $p = 0,012$, yang berarti ada beda yang signifikan jumlah volume ASI antara pretest dan posttest kelompok perlakuan setelah pemberian sari kacang hijau, karena nilai signifikansi yang dihasilkan $< 0,05$. Hasil penelitian Sunarsih dkk (2024) juga menunjukkan bahwa rata-rata kelancaran produksi ASI sebelum diberikan minuman sari kacang hijau adalah 3,80 dan sesudah diberikan minuman sari kacang hijau adalah 9,60. Hasil uji Wilcoxon didapatkan *p value* 0,000 artinya adalah ada pengaruh konsumsi minuman sari kacang hijau terhadap kelancaran produksi ASI di Puskesmas

Rajabasa Indah Kota Bandar Lampung Tahun 2023.

Berdasarkan penelitian ini, dapat disimpulkan bahwa konsumsi kacang hijau dapat meningkatkan produksi ASI yang cukup signifikan. Pemberian sari kacang hijau pada ibu nifas dapat dijadikan alternatif dalam upaya meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Hal ini dilakukan untuk mendukung pemberian ASI eksklusif pada bayi agar membantu pemenuhan gizi dan proses tumbuh kembang bayi.

Pengaruh Konsumsi Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Produksi ASI Pada Ibu Menyusui

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat bahwa ada pengaruh konsumsi kacang hijau selama 7 hari terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui di Puskesmas Kebun Kopi Tahun 2024. Hal ini dapat dilihat dari selisih rerata produksi ASI yang mengalami peningkatan sebelum dan setelah mengonsumsi kacang hijau selama 7 hari serta didapatkan nilai *p-value* 0,000 yang lebih kecil dari 0,05.

Menurut penelitian (Jahriani & Zunisha, 2021), setelah dilakukan asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan pemberian sari kacang hijau untuk meningkatkan produksi ASI selama 7 hari dan dilakukan evaluasi hasil asuhan yang telah diberikan, terdapat peningkatan jumlah volume produksi ASI sebanyak 70 ml tanpa menggunakan terapi farmakologi.

Hasil penelitian ini didukung oleh hasil Penelitian Sufiani, (2022) adanya perbedaan yang berdampak produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok pemberian sari kacang hijau dengan nilai menunjukkan perbedaan rata-rata produksi ASI

sebelum intervensi sari kacang hijau sebesar 108,0 ons dan intervensi sari kedelai yakni 103,6 ons, dan sesudah intervensi sari kacang hijau sebesar 171,6 ons dan intervensi sari kedelai yakni 200,8 ons. Uji Wilcoxon menunjukkan terdapatnya perbedaan bermakna produksi ASI sebelum dan sesudah intervensi pada kelompok pemberian sari kacang hijau ($p = 0,000$), pemberian sari kedelai ($p = 0,000$). Sejalan pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi Partiwati (2023), hasil penelitian ini menunjukkan pengaruh konsumsi sari kacang hijau terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas maka didapatkan nilai $p = 0,00$

$< \alpha = 0,05$ maka H_0 ditolak sehingga terdapat pengaruh konsumsi sari kacang hijau terhadap kelancaran ASI pada ibu nifas di Wilayah Kerja Puskesmas Keang Maros.

Penelitian yang dilakukan oleh Irmawati dan Rosdiana (2022) juga menunjukkan hal yang sama. Menurut penelitian yang dilakukannya ada pengaruh asupan sari kacang hijau yang mana menunjukkan bahwa nilai *p-value* sebesar 0,009 lebih kecil dari 0,05.

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Ritonga et al., 2019) dengan judul efektivitas konsumsi sari kacang hijau terhadap kelancaran Produksi ASI. Pada penelitiannya pada pretest didapat rata-rata pengeluaran ASI yaitu 0,818 dan setelah diberikan sari kacang hijau terjadi peningkatan rerata produksi ASI yaitu 4,484 dengan hasil uji statistik T-test 0,000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dengan konsumsi sari kacang hijau terhadap peningkatan produksi ASI.

Konsumsi kacang hijau dapat direkomendasikan pada ibu menyusui sebagai makanan tambahan untuk membantu meningkatkan produksi sehingga kebutuhan nutrisi bayi dapat tercukupi. Karena dampak dari produksi ASI yang tidak lancar dapat membuat ibu berpikir bahwa bayi mereka tidak mendapat cukup ASI sehingga ibu memilih langkah berhenti menyusui dan menggantinya dengan susu formula. Namun berdasarkan penelitian ini menunjukkan bahwa konsumsi kacang hijau dapat meningkatkan produksi ASI. Sehingga dengan produksi ASI yang lancar dapat mendukung pemberian ASI eksklusif oleh Ibu kepada bayinya.

V. SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan bahwa konsumsi kacang hijau memiliki pengaruh positif terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui. Kandungan nutrisi dalam kacang hijau, seperti protein, zat besi, asam folat, dan vitamin B kompleks, berperan penting dalam mendukung proses laktasi. Penelitian ini memberikan bukti ilmiah bahwa kacang hijau dapat menjadi alternatif alami yang efektif, terjangkau, dan mudah diakses untuk membantu ibu menyusui memenuhi kebutuhan ASI bayinya. Selain itu, hasil ini juga dapat dijadikan landasan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi gizi kepada masyarakat, khususnya terkait pola makan yang mendukung keberhasilan menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi. (2023). *Profil Kesehatan Provinsi Jambi Tahun 2020*. https://dinkes.jambiprov.go.id/file/inf ormasi_public/MTY0MTlyOTA3NA_Wkt1641229074_XtLnBkZg.pdf
- Jahriani, N., & Zunisha, T. (2021). Pengaruh Sari Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Produksi Asi Di Klinik H. Syahrudin Tanjung Balai. *Journal of Health Science and Physiotherapy*, 3(2), 62–66.
- Parwati, D. (2023). Pengaruh Konsumsi Sari Kacang Hijau Terhadap Kelancaran Asi Ibu Menyusui. *Journal of Pharmaceutical and Health Research*, 4(2), 220–224.
- Ritonga, N. J., Mulyani, E. D., Anuhgera, D. E., Damayanti, D., Sitorus, R., & Siregar, W. W. (2019). Sari kacang hijau sebagai alternatif meningkatkan produksi air susu ibu (ASI) pada ibu menyusui. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (JKF)*, 2(1), 89–94.
- Widiarti, A., Yuliani, N. N. S., & Augustina, I. (2020). Hubungan Perilaku Personal Hygiene terhadap Kejadian Kecacangan dan Stunting Pada Siswa Kelas I-III di SDN Pematang Limau, Kabupaten Gunung Mas. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 5(2), 153–159.
- Windari, E. N., Dewi, A. K., & Siswanto, S. (2017). Pengaruh Dukungan Tenaga Kesehatan Terhadap Pemberian ASI eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Sisir Kelurahan Sisir Kota Batu. *Journal of Issues in Midwifery*, 1(2), 19–24.
- Windiyati, M. (2016). Hubungan antara Pengetahuan Ibu Tentang Asi dengan Sikap dalam Pemberian Susu Formula terhadap Kejadian Diare pada Bayi Usia 0-6 Bulan di Puskesmas Kampung dalam Pontianak Timur Tahun 2016. *Jurnal Kebidanan*, 6(2).
- Wulandari, D. T., & Jannah, S. R.

(2015). Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau pada Ibu Nifas dengan Kelancaran Produksi ASI di BPM Yuni Widaryanti, Amd. Keb Sumbermulyo Jogoroto Jombang. *Eduhealth*, 5(2).

Yulyana, N. (2017). Pengaruh video ASI eksklusif terhadap pengetahuan dan sikap ibu dalam memberikan asi eksklusif. *Jurnal Kebidanan Besurek*, 2(1), 13–25.

Yuni, M. S., Ruwayda, R., & Herinawati, H. (2021). Efektifitas Lembar Balik dan Video Animasi Terhadap Pengetahuan Primigravida tentang Persiapan Persalinan. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(3), 288–295.