

Pola penggunaan lactogogue pada ibu menyusui di RS Hermina Jakarta

Tosya Putri Alifia¹, Fenny Yunita^{2,*}

¹ Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia

² Bagian Farmakologi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara, Jakarta, Indonesia

*korespondensi email: drfennyunita@gmail.com

ABSTRAK

Bayi mendapatkan nutrisi penting dari air susu ibu (ASI). Menyusui memberikan manfaat dalam jangka pendek dan panjang, termasuk mengurangi risiko morbiditas dan mortalitas infeksi. Cakupan ASI eksklusif selama enam bulan di seluruh dunia masih belum optimal. Di Indonesia, cakupan ASI eksklusif mencapai 69,7% pada tahun 2021, namun di beberapa provinsi seperti Papua, Papua Barat, dan Sulawesi Barat masih di bawah target. Berbagai faktor, termasuk produksi ASI yang tidak memadai, akses yang mudah ke susu formula, dan faktor hormonal, fisik, dan emosional ibu, berkontribusi pada rendahnya tingkat pemberian ASI eksklusif. Penggunaan laktogogue alami dan sintetis merupakan salah satu cara untuk mengatasi masalah ini. Studi deskriptif cross-sectional ini bertujuan untuk menilai pola penggunaan laktogogue oleh ibu menyusui di salah satu rumah sakit di Jakarta. Total responden yang mengikuti studi sebanyak 211 orang. Hasil studi mendapatkan daun kelor (71,6%), daun katuk (80,6%), dan kelabat/fenugreek (70,1%) ialah tiga laktogogue alami yang paling banyak digunakan. Hasilnya ialah ibu menyusui bervariasi dalam penggunaan laktogogue, bahan alami lebih disukai karena aman dan efektif, sementara laktogogue sintetis digunakan untuk hasil yang cepat dengan pengawasan medis. Ibu yang menghadapi kesulitan saat menyusui harus menggunakan laktogogue, berkonsultasi dengan tenaga medis, dan memilih metode menyusui yang tepat.

Kata kunci: laktogogue; ASI eksklusif; ibu menyusui; laktogogue alami; laktogogue sintetis

ABSTRACT

Babies get essential nutrients from breast milk. Breastfeeding provides short- and long-term benefits, including reducing the risk of morbidity and mortality from infections. The coverage of exclusive breastfeeding for six months worldwide is still not optimal. In Indonesia, the coverage of exclusive breastfeeding reached 69.7% in 2021, but in several provinces, such as Papua, West Papua, and West Sulawesi, it is still below the target. Various factors, including inadequate breast milk production, easy access to formula milk, and hormonal, physical, and emotional factors of mothers, contribute to the low rate of exclusive breastfeeding. The use of natural and synthetic lactagogues is one way to address this problem. This descriptive cross-sectional study aims to assess the pattern of lactagogue use by breastfeeding mothers in a hospital in Jakarta. A total of 211 respondents took part in the study. The results of the study found that moringa leaves (71.6%), katuk leaves (80.6%), and fenugreek (70.1%) were the three most widely used natural lactagogues. The results are that breastfeeding mothers vary in the use of lactagogues, natural ingredients are preferred because they are safe and effective, while synthetic lactagogues are used for quick results with medical supervision. Mothers who have difficulty breastfeeding should use lactagogues, consult with medical personnel, and choose the right breastfeeding method.

Keywords: *lactagogue; exclusive breastfeeding; breastfeeding mother; natural lactagogue; synthetic lactagogue*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan sumber nutrisi terbaik bagi bayi, terutama pada tahun pertama kehidupan, karena manfaatnya bagi kesehatan jangka pendek dan jangka panjang. Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama dapat menurunkan morbiditas dan mortalitas akibat penyakit infeksi, seperti diare dan infeksi saluran pernapasan akut (ISPA), serta memberikan perlindungan bagi ibu terhadap risiko kanker payudara, kanker ovarium, dan diabetes.^{1,2} Meski demikian, cakupan pemberian ASI eksklusif secara global masih rendah, dengan hanya 44% bayi usia 0–6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif selama periode 2015–2020.²

Di Indonesia, angka pemberian ASI eksklusif pada bayi usia di bawah enam bulan mencapai 69,7% pada tahun 2021, melampaui target nasional sebesar 45%.³ Namun, beberapa provinsi seperti Papua, Papua Barat, dan Sulawesi Barat masih memiliki capaian di bawah target, yang disebabkan oleh berbagai faktor termasuk kurangnya produksi ASI.^{3,4} Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, alasan utama ibu tidak menyusui atau berhenti menyusui adalah ASI yang tidak keluar atau tidak mencukupi.⁴

Produksi ASI dipengaruhi oleh berbagai faktor, termasuk hormonal, fisik, dan

emosional.⁴ Salah satu upaya yang dilakukan ibu untuk meningkatkan produksi ASI ialah dengan mengonsumsi laktogogue, yaitu zat yang dipercaya dapat merangsang atau meningkatkan produksi ASI. Di Indonesia, laktogogue berbasis bahan alami seperti daun katuk, daun bangun-bangun, jantung pisang, dan kunyit telah digunakan secara tradisional, meskipun bukti ilmiah terkait efektivitasnya masih terbatas.^{5,6}

Studi ini bertujuan untuk mengeksplorasi pola penggunaan bahan alami sebagai laktogogue pada ibu menyusui di Rumah Sakit Hermina, Jakarta. Studi ini diharapkan menjadi referensi studi selanjutnya dan memberikan kontribusi dalam upaya meningkatkan keberhasilan pemberian ASI eksklusif dengan menggali pola penggunaan dan efektivitas laktogogue alami.

METODE STUDI

Studi ini merupakan studi obeservasi dengan menggunakan kuesioner sebagai instrumen untuk mengumpulkan data. Pendekatan yang digunakan ialah desain *cross-sectional*. Studi dilakukan selama 6 bulan dari bulan Januari hingga Juni 2024. Data yang digunakan berasal dari pengisian kuesioner dan rekam medis. Responden studi ini ialah semua ibu baru

melahirkan dan menyusui di RS Hermina Jakarta selama periode studi dan meyetujui ikut serta dalam studi ini. Variabel yang diteliti ialah pola penggunaan lactogogue alami, aktivitas dan jenis penggunaan lactogogue bahan alami dan sintetik, kondisi ibu dan bayi setelah menggunakan lactogogue, Data diolah dan ditampilkan dalam bentuk tabel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Total responden studi ini terdapat 211 ibu yang baru melahirkan dan menyusui. Berdasarkan distribusi usia responden, sebagian besar berusia 36-40 tahun (85 orang; 40,3%), diikuti oleh usia 31-35 tahun (40 orang; 19,0%), 26-30 tahun (39 orang; 18,5%), dan 21-25 tahun (31 orang; 14,7%). Responden usia 41-45 tahun sebanyak 13 (6,2%) orang, sementara usia 20 tahun dan di atas 45 tahun masing-masing 1 (0,5%) orang dan 2 (0,9%) orang.

Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden berpendidikan sarjana (87 orang, 41,2%), diikuti SMA (61 orang, 28,9%), dan diploma (18 orang, 8,5%). Responden dengan pendidikan SMK berjumlah 15 orang (7,1%), SMP 10 orang (4,7%), SD dan pasca sarjana masing-masing 8 orang (3,8%), serta tidak atau belum bersekolah 4 orang

(1,9%). Mayoritas responden berprofesi sebagai ibu rumah tangga (100 orang, 47,4%), diikuti wiraswasta (20 orang, 9,5%), karyawan (15 orang, 7,1%), dan belum/tidak bekerja (32 orang, 15,1%). Profesi lainnya ialah di bidang pertanian/peternakan (11 orang, 5,2%), tenaga kesehatan dan agama/kepercayaan masing-masing 9 orang (4,3%), aparatur/pejabat negara (7 orang, 3,3%), nelayan (5 orang, 2,4%), dan pelajar/mahasiswa (3 orang, 1,4%).

Tabel 1 memperlihatkan bahwa responden studi ini banyak yang menggunakan daun katuk sebagai pelancar asi (80,6%) terutama sebagai jamu (50,2%). Daun kelor (71,6%) dominan dikonsumsi dalam bentuk jamu (55%), sedangkan kelabat/fenugreek (70,1%) lebih sering berupa tablet (67,3%). Torbangun (64,9%) dan kedelai (36,5%) banyak dikonsumsi sebagai jamu dan jus. Daun pepaya (28,4%) paling sedikit digunakan, umumnya dalam bentuk jus (4,7%).

Efektivitas penggunaan lactagogue bervariasi antara bahan alami dan bahan bukan alami (**Tabel 2**). Daun katuk merupakan bahan alami dengan efektivitas tertinggi, dilaporkan efektif oleh 71,1% responden. Sebaliknya, jahe dan kacang kedelai menunjukkan tingkat efektivitas moderat, masing-masing 32,7% dan 37,0%, sementara sebagian

besar responden menyatakan tidak pernah menggunakan bahan-bahan seperti daun pepaya (36,0%) dan oatmeal (36,0%). Untuk bahan bukan alami, metoclopramide memiliki efektivitas tertinggi sebesar 55,0%, diikuti oleh domperidone (33,2%). Namun, oksitosin

suntik dan clopromazine memiliki tingkat efektivitas yang lebih rendah, masing-masing 25,6% dan 22,3%, dengan sebagian besar responden memilih kategori "tidak tahu," yaitu 37,4% dan 40,8%.

Tabel 1. Pola penggunaan lactagogue bahan alami

Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase (%)	Bentuk Sediaan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Kelabat	148	70.1	Tablet	142	67.3
			Jus	11	5.2
			Jamu	106	50.2
Daun Kelor	151	71.6	Tablet	27	12.8
			Jamu	116	55
Daun Katuk	170	80.6	Tablet	5	2.4
			Jamu	106	50.2
Daun Pepaya	60	28.4	Jus	10	4.7
			Jamu	5	2.4
Torbangun	137	64.9	Jamu	29	13.7
Kedelai	77	36.5	Jus	49	23.2
			Cairan	22	10.4

Tabel 2. Efektivitas Penggunaan Lactagogue Bahan Alami dan Bahan Bukan Alami

Jenis Lactagogue	Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase (%)
Kelabat/Fenugreek	Tidak Menjawab	6	2.8
	Efektif	136	64.5
	Tidak Efektif	28	13.3
	Tidak pernah menggunakan	41	19.4
Daun Kelor	Tidak Menjawab	11	5.2
	Efektif	132	62.6
	Tidak Efektif	23	10.9
	Tidak pernah menggunakan	45	21.3
Daun Katuk	Tidak Menjawab	5	2.4
	Efektif	150	71.1
	Tidak Efektif	30	14.2
	Tidak pernah menggunakan	26	12.3
Daun Pepaya	Tidak Menjawab	12	5.7
	Efektif	57	27.0
	Tidak Efektif	66	31.3
	Tidak pernah menggunakan	76	36.0

Jenis <i>Lactagogue</i>	Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase (%)
Torbangun	Tidak Menjawab	11	5.2
	Efektif	124	58.8
	Tidak Efektif	24	11.4
	Tidak pernah menggunakan	52	24.6
Kacang Hijau	Tidak Menjawab	47	22.3
	Efektif	69	32.7
	Tidak Efektif	65	30.8
	Tidak pernah menggunakan	30	14.2
Kacang Almond	Tidak Menjawab	6	2.8
	Efektif	90	42.7
	Tidak Efektif	59	28.0
	Tidak pernah menggunakan	56	26.5
Oatmeal	Tidak Menjawab	9	4.3
	Efektif	71	33.6
	Tidak Efektif	55	26.1
	Tidak pernah menggunakan	76	36.0
Jahe	Tidak Menjawab	9	4.3
	Efektif	69	32.7
	Tidak Efektif	55	26.1
	Tidak pernah menggunakan	78	37.0
Kacang Kedelai	Tidak Menjawab	8	3.8
	Efektif	78	37.0
	Tidak Efektif	48	22.7
	Tidak pernah menggunakan	77	36.5
Metocloporamide	Tidak Menjawab	20	9.5
	Efektif	116	55.0
	Tidak Efektif	24	11.4
	Tidak tahu	51	24.2
Domperidone	Tidak Menjawab	16	7.6
	Efektif	70	33.2
	Tidak Efektif	51	24.2
	Tidak tahu	74	35.1
Oksitosin suntik	Tidak Menjawab	23	10.9
	Efektif	54	25.6
	Tidak Efektif	55	26.1
	Tidak tahu	79	37.4
Sulpirid	Tidak Menjawab	23	10.9
	Efektif	46	21.8
	Tidak Efektif	61	28.9
	Tidak tahu	81	38.4
Clopromazine	Tidak Menjawab	23	10.9
	Efektif	47	22.3
	Tidak Efektif	55	26.1
	Tidak tahu	86	40.8

Tabel 3 menunjukkan kondisi responden dan bayinya setelah menggunakan pelancar ASI. Sebagian besar responden melaporkan bahwa bayinya buang air kecil minimal 6 kali sehari (86,3%) dan sering buang air besar berwarna kuning (67,3%). Selain itu, 74,4% responden

merasa payudaranya terasa kosong setelah menyusui dan 77,7% melaporkan berat badan bayi naik. Namun, ada 12,8% responden yang merasa geli karena aliran ASI saat menyusui dan 17,1% merasa payudara tegang sebelum disusukan.

Tabel 3. Kondisi yang responden dan bayi alami setelah menggunakan pelancar ASI

Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase (%)
Bayi buang air kecil minimal 6x/hari dan berwarna jernih atau kekuningan		
Tidak	182	86.3
Ya	29	13.7
Bayi sering buang air besar berwarna kuning dan tampak seperti "berbiji"		
Tidak	69	32.7
Ya	142	67.3
Bayi tampak puas; sewaktu-waktu merasa lapar bangun dan tidur cukup		
Tidak	191	90.5
Ya	20	9.5
Bayi menyusu paling sedikit 10 kali sehari		
Tidak	199	94.3
Ya	12	5.7
Payudara ibu terasa kosong dan lunak setelah menyusui		
Tidak	54	25.6
Ya	157	74.4
Ibu mendengar bunyi menelan ketika bayi menelan ASI		
Tidak	171	81.0
Ya	40	19.0
Berat badan bayi naik		
Tidak	164	77.7
Ya	47	22.3
Ibu merasakan geli karena aliran ASI setiap kali mulai menyusui		
Tidak	184	87.2
Ya	27	12.8
Sebelum disusukan payudara terasa tegang		
Tidak	175	82.9
Ya	36	17.1
Bayi akan tidur atau tenang selama 3-4 jam setelah menyusu		
Tidak	184	87.2
Ya	27	12.8
Suhu bayi diatas 37,5 °C		
Tidak	202	95.7
Ya	9	4.3
Bayi sering menggenggam tangan dan rewel		
Tidak	206	97.6
Ya	5	2.4

Tabel 4 menunjukkan berbagai jenis lactagogue yang digunakan masyarakat untuk meningkatkan produksi ASI. Daun katuk paling banyak digunakan (80,6%), diikuti daun kelor (71,6%) dan kelabat (70,1%). Beberapa lactagogue non-herbal

seperti metoclopramide juga populer dengan 56,4% responden pernah menggunakannya, sementara oksitosin suntik dan sulpirid lebih jarang digunakan dengan tingkat pemakaian masing-masing 22,7% dan 29,4%.

Tabel 4. Lactagogue yang dikonsumsi responden untuk meningkatkan produksi ASI

Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase (%)
Jenis Lactagogue Kelabat		
Saya pernah menggunakan ini sebagai pelancar ASI	148	70.1
Saya hanya pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	33	15.6
Saya tidak pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	30	14.2
Jenis Lactagogue Daun Kelor		
Saya pernah menggunakan ini sebagai pelancar ASI	151	71.6
Saya hanya pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	41	19.4
Saya tidak pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	19	9.0
Jenis Lactagogue Daun Katuk		
Saya pernah menggunakan ini sebagai pelancar ASI	170	80.6
Saya hanya pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	31	14.7
Saya tidak pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	10	4.7
Jenis Lactagogue Daun Pepaya		
Saya pernah menggunakan ini sebagai pelancar ASI	60	28.4
Saya hanya pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	67	31.8
Saya tidak pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	84	39.8
Jenis Lactagogue Daun Torbangun		
Saya pernah menggunakan ini sebagai pelancar ASI	137	64.9
Saya hanya pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	37	17.5
Saya tidak pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	37	17.5
Jenis Lactagogue Kacang Kedelai		
Saya pernah menggunakan ini sebagai pelancar ASI	77	36.5
Saya hanya pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	65	30.8
Saya tidak pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	69	32.7
Jenis Lactagogue Kacang Hijau		
Saya pernah menggunakan ini sebagai pelancar ASI	83	39.3
Saya hanya pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	70	33.2
Saya tidak pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	58	27.5
Jenis Lactagogue Almond		
Saya pernah menggunakan ini sebagai pelancar ASI	82	38.9
Saya hanya pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	76	36.0
Saya tidak pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	53	25.1

Karakteristik	Jumlah (n)	Persentase (%)
Jenis <i>Lactagogue</i> Oatmeal		
Saya pernah menggunakan ini sebagai pelancar ASI	64	30.3
Saya hanya pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	73	34.6
Saya tidak pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	74	35.1
Jenis <i>Lactagogue</i> Jahe		
Saya pernah menggunakan ini sebagai pelancar ASI	68	32.2
Saya hanya pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	67	31.8
Saya tidak pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	76	36.0
<i>Lactagogue</i> Non Herbal Metocloporamide		
Tidak menjawab	16	7.6
Saya hanya pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	27	12.8
Saya pernah menggunakan ini sebagai pelancar ASI	119	56.4
Saya tidak pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	49	23.2
<i>Lactagogue</i> Non Herbal Domperidone		
Tidak menjawab	13	6.2
Saya hanya pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	53	25.1
Saya pernah menggunakan ini sebagai pelancar ASI	68	32.2
Saya tidak pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	77	36.5
<i>Lactagogue</i> Non Herbal Suntik Oksitosin		
Tidak menjawab	19	9.0
Saya hanya pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	55	26.1
Saya pernah menggunakan ini sebagai pelancar ASI	48	22.7
Saya tidak pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	89	42.2
<i>Lactagogue</i> Non Herbal Sulpirid		
Tidak menjawab	19	9.0
Saya hanya pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	47	22.3
Saya pernah menggunakan ini sebagai pelancar ASI	62	29.4
Saya tidak pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	83	39.3
<i>Lactagogue</i> Non Herbal Clorpromazine		
Tidak menjawab	19	9.0
Saya hanya pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	52	24.6
Saya pernah menggunakan ini sebagai pelancar ASI	56	26.5
Saya tidak pernah mendengar ini sebagai pelancar ASI	84	39.8

Studi di sebuah rumah sakit di Jakarta Pusat melibatkan 182 ibu menyusui yang menggunakan *lactagogue* untuk membantu melancarkan produksi ASI. Sebagian besar ibu memilih bahan alami dengan daun katuk menjadi pilihan utama

(80,6%) dan efektivitasnya mencapai 71,1%. Bentuk konsumsi daun katuk yang paling populer ialah dalam bentuk jamu (50,2%) karena manfaatnya dalam meningkatkan produksi ASI. Suryawan dan Lazarosony juga sepakat bahwa daun

katuk secara tradisional terbukti mengandung senyawa yang dapat membantu sintesis dan produksi ASI.⁷ Studi tersebut menunjukkan bahwa banyak ibu menghadapi kesulitan menyusui dan berupaya memastikan bayi mereka mendapatkan ASI yang cukup. Temuan ini sejalan dengan studi yang dilakukan oleh Suhartati, dkk⁸ yang menunjukkan bahwa lebih banyak ibu yang menggunakan lactagogue alami, serta studi Putri yang menyebut daun kelor efektif meningkatkan ASI karena kandungan fitosterolnya⁹.

Selain daun katuk, bahan alami lain seperti fenugreek, torbangun, daun kelor, daun pepaya, kacang hijau, almond, oatmeal, dan jahe juga sering digunakan sebagai lactagogue. Ravi dan Joseph mengatakan fenugreek diketahui mengandung fitoestrogen dan diosgenin, yang merangsang peningkatan produksi susu.¹⁰ Torbangun, menurut Lutfiani¹¹ dan Pesak¹², mengandung antioksidan tinggi yang mendukung kesehatan sel epitel alveolar untuk produksi ASI. Bahan-bahan ini dikonsumsi dalam berbagai bentuk, seperti jus, jamu, serbuk, atau sediaan tablet yang mempermudah ibu menjaga konsistensi konsumsi.¹³

Paul, dkk menyatakan bahwa domperidone efektif meningkatkan prolaktinemia, yang nantinya akan merangsang produksi ASI. Meskipun

bahan sintetis ini efektif, banyak ibu tetap memilih bahan alami karena dianggap lebih aman dan mudah diperoleh.¹⁴ Studi Andriyani, dkk juga mendukung bahwa konsumsi daun katuk dapat meningkatkan produksi dan kualitas ASI, yang menjadikannya pilihan populer bagi ibu menyusui.¹⁵

Menurut Hanifa¹³ dan Sholihah¹⁶, tradisi masyarakat Indonesia dalam memanfaatkan tumbuhan sebagai obat sangat berperan dalam penggunaan lactagogue alami. Kombinasi penggunaan lactagogue alami dan sintetis, bersama dengan bimbingan tenaga kesehatan, dapat membantu ibu menyusui secara optimal. Tingginya penggunaan bahan alami menunjukkan pentingnya sumber daya alam sebagai solusi kesehatan sehari-hari.^{13,16}

KESIMPULAN

Pola penggunaan lactagogue alami dan sintetis di kalangan ibu menyusui di RS Hermina Jakarta bervariasi. Bahan alami seperti daun katuk menjadi pilihan utama karena aman dan efektif, sementara obat-obatan sintetis digunakan untuk hasil cepat dengan pengawasan medis. Pola pemberian lactagogue beragam berdasarkan kebutuhan dan anjuran tenaga medis.

SARAN

Tenaga medis perlu meningkatkan edukasi penggunaan lactogogue untuk memastikan keamanannya. Akses ke konselor laktasi harus diperluas agar ibu mendapatkan dukungan dalam mengatasi kendala menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ali Z, Bukari M, Mwinisonaam A, Abdul-Rahaman AL, Abizari AR. Special foods and local herbs used to enhance breastmilk production in Ghana: rate of use and beliefs of efficacy. *Int Breastfeed J.* 2020;15(1):96.
2. Suja MDD, Budiarti I. Gambaran Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif pada Wanita 15-49 Tahun di Perkotaan Indonesia. *Jurnal BIOGRAPH-I.* 2022;2(1):48-56.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Laporan kinerja Kementerian Kesehatan. [Internet]. Jakarta: Kemenkes RI. 2021. Available from: https://ppid.kemkes.go.id/toapsoot/2022/06/lakip_2022.pdf
4. Niar A, Dinengsih S, Siauta J. Factors Affecting the Production of Breast Milk Breastfeeding Mother at Harifa RSB, Kolaka District Southeast Sulawesi Province. *Jurnal Kebidanan Midwiferia.* 2021;7(2):10–9.
5. Foong SC, Tan ML, Foong WC, Marasco LA, Ho JJ, Ong JH. Oral galactagogues (natural therapies or drugs) for increasing breast milk production in mothers of non-hospitalised term infants. *Cochrane Database Syst Rev.* 2020;5(5): CD011505.
6. Wulandari ET, Wardani PK. Gambaran penggunaan herbal pelancar ASI (galactagogues) di Desa Wonosari Kabupaten Pringsewu. *Kebidanan Medica Bakti Nusantara Pringsewu Wellness and Healthy Magazine.* 2020;2(2):251-8.
7. Suryawan AZ, Lazarosony NR. The effect of Katuk leaf to breastfeeding mother: a literature review. *Indonesian Journal of Perinatology (Perinasia).* 2021;2(2):25–8.
8. Mahmudah, Suhartati S, Yuliana F. Efektivitas buah Carica papaya L (pepaya) terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui: Literatur review. *Proceeding of Sari Mulia University Midwifery National Seminars.* 2022;4(1):1-9.
9. Putri RD, Fitria. Pengaruh pemberian ekstrak daun kelor pada ibu menyusui eksklusif terhadap kenaikan berat bayi 0-5 bulan. *Jurnal Kebidanan malahayati.* 2021;7(1):87-92.
10. Ravi R, Joseph J. Effect of fenugreek on breast milk production and weight gain among Infants in the first week of life. *Clin Epidemiol Glob Health.* 2020;8(3):656–60.
11. Lutfiani L, Nasrulloh N. Total Flavonoid and Antioxidant Activity of Food Bar Torbangun – Katuk on The Effectiveness of Breast Milk Production. *Amerta Nutrition.* 2023;7(1):88-97.
12. Pesak E, Losu FN, Dompas R, Lumy F, Tirtawati GA, Pratiwi D, et al. Impact of papaya (Carica papaya L.) on breast milk production enhancement of nursing mothers at teling atas public health center, wanea subdistrict, manado city. *Open Access Maced J Med Sci.* 2021;9(B):240–3.
13. Hanifa D, Rahayu S, Nugrahaeni IK, Rahardjo Putri N, Putri NR. Herbal Laktagogum Dan Produksi Asi Ibu Menyusui: A Sistematic Review. *Jurnal of Midwifery Science: Basic and Applied Research (JOMISBAR).* 2021;3(2):55-68.
14. Paul C, Zénut M, Dorut A, Coudoré MA, Vein J, Cardot JM, et al. Use of domperidone as a galactagogue drug: A systematic review of the benefit-risk ratio. *J Hum Lact.* 2015;31(1):57-63.
15. Andriyani R, Hakameri CS. Katuk Leaf Consumption with Breast Milk Production in Primipara Breastfeeding Mothers in Pekanbaru. *Science Midwifery.* 2021;10(1):546-9.
16. Sholihah NR, Sari KRP. Studi preformulasi tablet effervescent daun torbangun (Coleus amboinucus L) sebagai alternatif peningkatan produksi ASI. *Medikes.* 2022;9(1):17-28.