



Volume 10 Nomor 2 (2020) 117-123

# JURNAL KEBIDANAN

p-ISSN: 2089-7669 ; e-ISSN: 2621-2870

<https://dx.doi.org/10.31983/jkb.v10i2.6087>



## Effect of Banana Inflorescence (*Musa Paradisiaca L.*) on Breast Milk Production

Sri Wulan<sup>1</sup>, Desri Meriahta Br Girsang<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Department of Midwifery, Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam

<sup>2</sup>Department of Nutrition, Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam

Jl. Jenderal Sudirman No.38 Lubuk Pakam, Kecamatan Lubuk Pakam Kabupaten Deli Serdang,  
Sumatera Utara, Indonesia

Corresponding author: Sri Wulan

Email: wulan194@gmail.com

Received: July 28<sup>th</sup>, 2020; Revised: October 1<sup>st</sup>, 2020; Accepted: October 08<sup>th</sup>, 2020

### ABSTRACT

The World Health Organization (WHO) recommends that babies get exclusive breastfeeding during the first 6 months, but many breastfeeding mothers are unable to give their milk because of lack of milk production. Based on the profile of the Republic of Indonesia Ministry of Health, 2017 the achievement of babies receiving exclusive breastfeeding in the North Sumatra region is still relatively low, only reaching 45.74%, the figure is far below compared to other provinces such as West Nusa Tenggara reaching 87.35%, West Sumatra 68.32 %, South Sumatra 60.36%, DKI Jakarta 67.40% and Riau province 57.65%. The purpose of this study was to determine the effect of banana inflorescence on milk production. This research used the Eksperimen method with Pretest-Posttest With Control Group design, with the technique of taking Simple Random sampling with a sample size of 20 people, 10 experimental groups and 10 control groups. Data collection began in May-June 2020 using observation sheets and measuring cups (cc). This research used the univariate analysis with Paired T-Test and Bivariate Analysis with Independent T Test, with a significance level of 95%. The results showed an increase in the Eksperimen group who were given a 459 cc banana inflorescence decoction and an average value in the Control group 310 cc which meant there were differences in milk production around 149 cc and p. 0.01 (0.05). Conclusion banana inflorescence influence to breast milk production in nursing mothers 0-6 months old.

Keywords: banana inflorescence ; breast milk production; breastfeeding mothers

### Pendahuluan

Pemberian ASI pada bayi sangat penting terutama dalam periode awal kehidupan karena ASI memiliki protein dan kandungan kolostrum yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh dan dapat membunuh kuman dalam jumlah yang tinggi sehingga pemberian ASI dapat mengurangi risiko kematian bayi [1]. Proses menyusui segera setelah melahirkan juga membantu kontraksi uterus sehingga mengurangi kehilangan darah ibu pada pasca melahirkan. Pemerintah membuat kebijakan nasional tentang program pemberian ASI secara eksklusif yang dituangkan dalam Peraturan

Pemerintah Republik Indonesia Nomor: 33 Tahun 2012. Target Rencana Strategis (Renstra) 2015-2019 adalah cakupan ASI eksklusif sebesar 90 persen pada tahun 2019 [2].

Berdasarkan profil Kementerian Kesehatan RI, 2019 diketahui bahwa di Indonesia pencapaian bayi yang mendapat ASI eksklusif usia 0 – 6 bulan pertama masih tergolong rendah hanya mencapai 67,74% hal ini jauh dari target rata-rata nasional 80%. Berdasarkan profil tersebut cakupan ASI eksklusif di Sumatera Utara mencapai 50,35%, angka tersebut jauh dibawah dibandingkan dengan provinsi yang lainya seperti Sumatera Barat yang mencapai 75,92%, Riau 73,44%, Jambi 69,10%,

Kepulauan Riau 59,75 [3]. Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 18 Januari 2020 di Desa Sidodadi Ramunia Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang terdapat 36 orang ibu menyusui selama 2 bulan terakhir, saat itu dijumpai 4 orang ibu menyusui, salah satu ibu menyatakan pada saat setelah bersalin ASI tidak langsung keluar bahkan sampai 2 hari ASI masih sedikit, bayinya terus menangis ibu merasa kelelahan dan ibu tidak tahu bagaimana cara untuk memperbanyak produksi ASI, karena bayinya terus menangis ibu langsung memberikan susu formula pada bayinya dan setelah diberi susu formula bayi tidak mau lagi menyusu puting ibu. Selain itu juga masih banyak dijumpai penggunaan susu formula pada bayi usia 0-6 bulan dengan alasan produksi ASI ibu belum bisa mencukupi untuk kebutuhan bayinya, karena ASInya sedikit dan ada beberapa yang menyatakan karena ibu bekerja sehingga tidak dapat memberikan ASInya dan ibu langsung mengambil keputusan untuk memberikan susu formula pada bayinya karena takut nutrisi pada bayinya tidak tercukupi jika tidak diberikan susu formula.

Sebuah Studi Kualitatif tentang Faktor Penyebab Rendahnya Cakupan Asi Eksklusif Di Kudus, Jawa Tengah diketahui bahwa yang menjadi faktor penyebabnya adalah karena kurangnya pengetahuan, kesadaran dan perilaku untuk memberikan ASI eksklusif mereka masih menganggap bahwa ASI saja tidak dapat mencukupi kebutuhan gizi bayi, budaya dalam pemberian susu formula sejak awal merupakan anggapan supaya bayi terbiasa jika nanti ditinggal ibu bekerja, selain itu budaya pemberian makanan pendamping ASI pada bayi usia dibawah 6 bulan agar bayi tetap sehat dan menjadi pintar [4].

Supaya ibu berhasil dalam memberikan ASInya, maka gizi ibu harus terpenuhi untuk menghindari kurangnya produksi ASI. Jika makanan ibu tidak memenuhi asupan gizi yang cukup, maka kelenjar pembentukan ASI dalam payudara ibu tidak bisa bekerja dengan baik dan akhirnya akan mempengaruhi jumlah produksi ASI, sehingga dapat menyebabkan alasan ibu untuk tidak dapat memberikan ASInya [5].

Banyak cara yang bisa dilakukan untuk membantu ibu yang memiliki masalah tentang produksi ASI, misalnya dengan cara memanfaatkan tumbuh-tumbuhan. Salah satu tumbuhan yang secara tradisional dapat digunakan untuk memperbanyak ASI adalah jantung pisang. Jantung pisang merupakan tumbuhan yang memiliki kandungan *laktagogum* seperti polifenol, steroid, flavonoid, alkaloid dan substansi lainnya

yang bisa merangsang hormon oksitosin dan prolaktin untuk meningkatkan produksi ASI. Hampir seluruh wilayah Tanah Air mengenal pohon pisang, pohon ini mudah ditanam dan mudah didapat. Ibu yang sedang menyusui dianjurkan untuk mengonsumsi jantung pisang, dengan cara pemakaian campuran sayur atau direbus kemudian airnya diminum, selain itu juga ibu bisa mengolah jantung pisang dengan campuran tepung yang disajikan dalam bentuk cemilan [6].

Berdasarkan penelitian Harismayanti, Febriyona dan Tuna (2018) tentang Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang terhadap Peningkatan produksi ASI pada ibu Nifas dipeoleh Produksi ASI pada ibu nifas yang menyusui sebelum konsumsi jantung pisang rata-rata 100% tidak lancar, setelah konsumsi jantung pisang produksi ASI 90% menjadi meningkat dan lancar dan 10% produksi ASInya tetap tidak lancar, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberikan sayur jantung pisang selama 7 hari [7]. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang jantung pisang terhadap produksi ASI pada ibu yang memiliki bayi usia 0-6 Bulan.

## Metode Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan menggunakan studi desain *Quasi Experiment* dengan desain *Pretest-Posttest With Control Group* yaitu dengan melakukan *pretest* pada kedua kelompok tersebut dan diikuti intervensi pada kelompok intervensi. Setelah 7 hari dilakukan pengukuran kembali (*posttest*) pada kedua kelompok tersebut [8].

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu yang menyusui bayi 0-6 bulan di Desa Ramunia Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara dengan jumlah populasi sebanyak 36 orang. Peneliti mengambil sampel sebanyak 20 orang yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 10 orang untuk kelompok intervensi dan 10 orang untuk kelompok kontrol dengan menentukan kriteria inklusi yaitu ibu yang bersedia menjadi sampel, berdomisili di Desa Sidodadi Ramunia, sedang menyusui bayi usia 0 – 6 bulan dan kriteria eksklusinya yaitu ibu yang memberikan susu formula pada bayinya mulai dari usia 0 bulan, ibu yang memberikan makanan tambahan sebelum bayi berusia 6 bulan, ibu yang mengonsumsi obat pelancar ASI, ibu yang menderita kanker payudara, ibu yang menderita mastitis dan ibu yang menderita abses payudara [9].

Penelitian ini dilaksanakan di bulan Mei sampai Juni 2020. Pemberian rebusan jantung pisang pada kelompok intervensi diberikan 2 kali sehari pagi dan sore, sekali pemberian sebanyak 200 cc selama 7 hari sedangkan pada kelompok kontrol hanya dilakukan observasi tidak diberikan rebusan jantung pisang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi dan gelas ukur (cc), pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah pada kedua kelompok.

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji *Paired T-Test* dan Uji

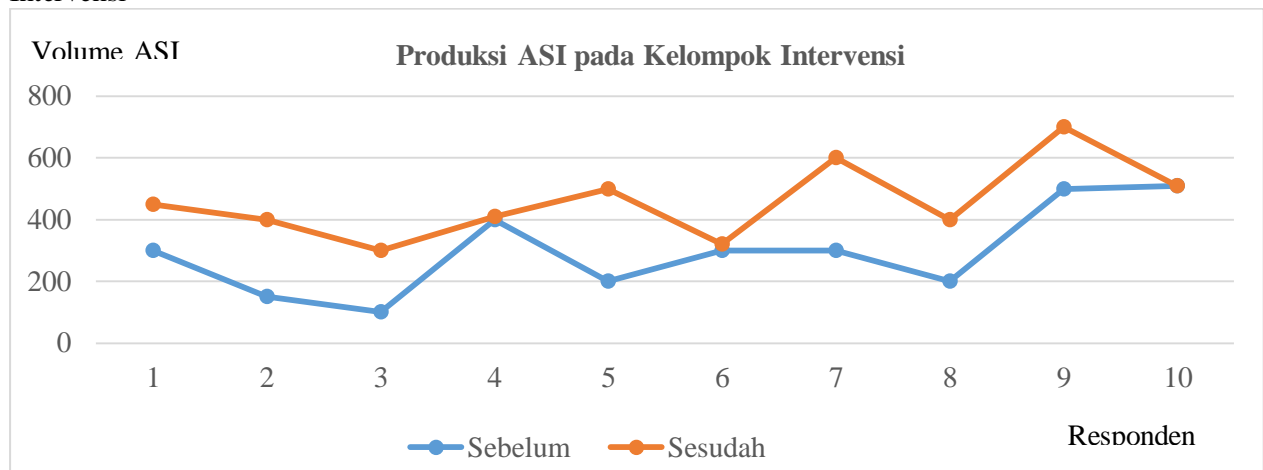
*Independent T Test* dengan tingkat kepercayaan 95% ( $\alpha = 0.05$ ) [9].

### Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini sudah lolos kaji etik (mendapat persetujuan etik) dan mendapatkan sertifikat etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara pada tanggal 23 Maret 2020 dengan nomor : 2083/III/SP/2020.

#### Grafik 1.

Distribusi Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Pemberian Rebusan Jantung Pisang pada Kelompok Intervensi



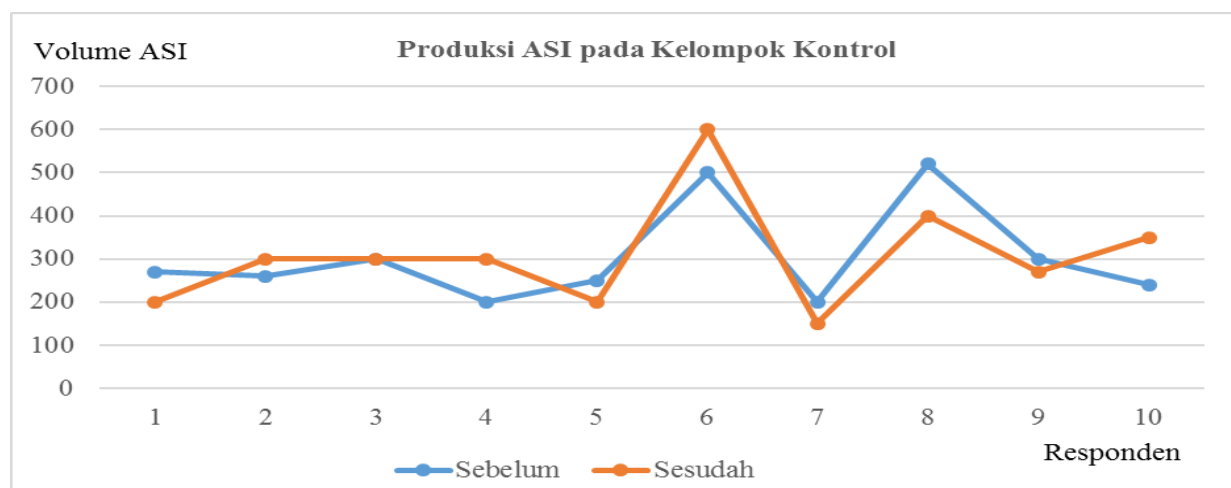
#### Tabel 1.

Perbedaan Produksi ASI Sebelum dan Sesudah di Berikan Rebusan Jantung Pisang Pada Kelompok Intervensi

Kelompok intervensi	n	Mean	Std. Deviation	p value
Produksi ASI sebelum	10	296	140.016	0.002
Produksi ASI sesudah	10	459	123.058	

#### Grafik 2.

Distribusi Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Observasi Pada Kelompok Kontrol



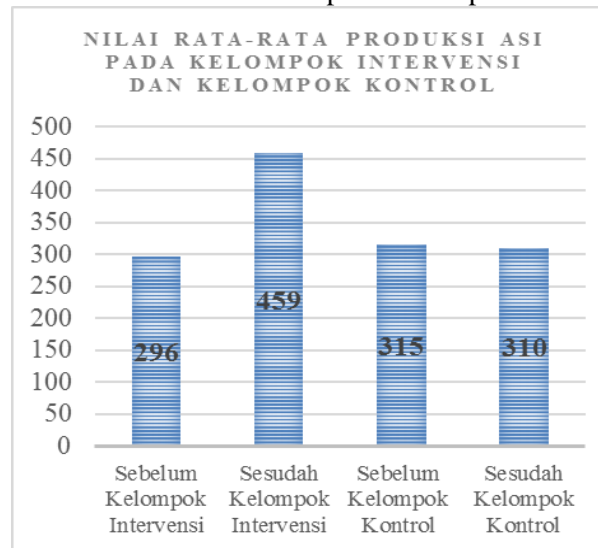
**Tabel 2.**

Perbedaan Produksi ASI Sebelum dan Sesudah Observasi Pada kelompok Kontrol

Kelompok Kontrol		n	Mean	Std. Deviation	p value
Produksi ASI	sebelum	10	315	107.935	0.75
	sesudah	10	310	133.083	

**Bagan 3.**

Rata-rata Jumlah Produksi ASI Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Intervensi dan kelompok Kontrol

**Tabel 3.**Hasil Uji *Independent Sample Test* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

	Kelompok	n	Mean	Std. Deviation	Mean difference	t	p value
Produksi ASI	Intervensi	10	459	123.058	149	2.599	0.01
	Kontrol	10	310	133.083			

Berdasarkan grafik 1. Garis vertikal merupakan jumlah volume ASI (cc) sedangkan garis horizontal merupakan jumlah responden, dari hasil penelitian diketahui bahwa sebelum diberikan rebusan jantung pisang ada 2 responden yang Volume ASInya kurang dari 200 cc, 5 responden rentang 200-300 cc dan 3 responden lebih dari 300 cc, sedangkan setelah diberi rebusan jantung pisang tidak ada lagi responden yang ASInya di bawah 200 cc, mayoritas diatas 300 cc.

Tabel 1 diketahui hasil penelitian menunjukkan nilai rata-rata pada kelompok intervensi sebelum diberikan rebusan jantung pisang 296 cc sedangkan setelah direbusan jantung pisang meningkat menjadi 459 cc dengan nilai p. 0.002 maka ada pengaruh rebusan jantung pisang terhadap produksi ASI. Hal ini sejalan dengan penelitian R. Noviwanti, F. Lidia dan I. S. Inda (2019) tentang Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi yang dilakukan di Desa Sungai Putih pada Tahun 2018. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai mean produksi ASI

*posttest* konsumsi sayur jantung pisang yaitu 96.67 dan *pretest* mengkonsumsi sayur jantung pisang meningkat menjadi 108.00. Hasil uji statistic diperoleh nilai p 0.000 ( $<\alpha = 0.05$ ) [10].

ASI merupakan suatu lemak didalam larutan protein, gula, dan garam organik yang dikeluarkan oleh kedua kelenjar pada payudara ibu, sebagai makanan utama pada bayi Sedangkan, ASI eksklusif merupakan pemberian ASI kepada bayi tanpa memberikan makanan dan minuman pendamping ASI mulai bayi baru lahir sampai usia 6 bulan [11].

Jantung pisang merupakan bunga yang dihasilkan oleh pohon pisang untuk menghasilkan buah pisang yang memiliki khasiat terhadap peningkatan sekresi air susu (*laktogogum*) mempunyai kandungan bahan aktif yang bekerja seperti releasing hormone prolaktin dan oksitosin, selain itu jantung pisang juga mengandung bahan aktif senyawa alkaloid, polifenol, steroid, flavonoid, dan steroid [1]. Oleh karena itu responden mengalami peningkatan jumlah ASI setelah mengkonsumsi rebusan jantung pisang.

Berdasarkan grafik 2. Garis vertikal adalah jumlah volume ASI (cc) sedangkan garis horizontal jumlah responden, dari hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dilakukan observasi jumlah volume ASI ada 1 responden yang ASInya di bawah 200 cc, rentang 200-300 cc ada 7 responden dan diatas 300 cc ada 2 responden, sedangkan pada sesudah observasi yang mengalami peningkatan jumlah ASI di atas 300 cc hanya 1 orang selebihnya tidak mengalami peningkatan ASI.

Berdasarkan Tabel 2. diperoleh nilai rata-rata hasil penelitian pada kelompok kontrol sebelum observasi 315 cc dan setelah observasi 310 cc dengan p 0.75 hal ini menunjukkan tidak ada perubahan secara signifikan yang artinya tidak ada pengaruh antara sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol. Hal ini sejalan dengan penelitian L. Turlina dan R. Wijayanti (2015) tentang pengaruh konsumsi serbuk daun pepaya terhadap kelancaran Asi pada ibu yang sedang dalam masa dari hasil penelitian pada kelompok kontrol terdapat 64.3% ibu post partum yang ASInya tidak lancar karena tidak diberikan perlakuan [12]. Menurut Entin (2002) ibu yang sedang menyusui memerlukan bantuan agar proses menyusui dapat berhasil, misalnya yaitu dengan cara mengkomsumsi olahan bahan makanan yang mampu merangsang pengeluaran ASI [14].

Bagan 1. menunjukkan nilai rata-rata produksi ASI pada kelompok intervensi sebelum diberi rebusan jantung pisang sebesar 296 cc dan setelah diberi rebusan jantung pisang 459 cc sedangkan nilai rata-rata pada kelompok kontrol sebelum sebesar 315 cc dan sesudah 310 cc. Berdasarkan Tabel 3. uji *Independent Sample Test* Menunjukkan perbedaan nilai rata-rata antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol yaitu sebesar 149 cc dengan nilai p sebesar 0.01 ( $< 0.05$ ) yang artinya ada pengaruh jantung pisang terhadap produksi ASI pada ibu menyusui bayi usia 0-6 Bulan.

Hal ini sejalan dengan penelitian tentang pengaruh konsumsi jantung pisang terhadap pengeluaran ASI yang menunjukkan bahwa rata – rata ekskresi ASI sebelum mengkonsumsi jantung pisang yaitu 385 cc dan sesudah megkonsumsi jantung pisang menjadi 720 cc dari hasil penelitian diketahui terjadi peningkatan jumlah ASI. Disarankan kepada Ibu menyusui untuk dapat lebih aktif berkonsultasi ke bidan atau ketenaga kesehatan di desa terlebih dahulu terkait kendala-kendala tentang menyusui sebelum mengambil keputusan untuk memberikan susu formula,

sehingga pemberian ASI secara eksklusif dapat terlaksana dengan baik [13].

Jantung pisang memiliki manfaat yang sangat baik untuk kesehatan, kandungan zat gizi yang bermanfaat bagi tubuh ialah protein 12.05%, karbohidrat 34.83%, dan lemak total 13.05%, mineral serta sejumlah vitamin A, B1 dan C. kandungan penting lainnya yang terdapat pada jantung pisang adalah serat pangan Jantung pisang yang bermanfaat terhadap peningkatan produksi ASI (*laktogogum*), jantung pisang juga memiliki kandungan bahan aktif yang bekerja seperti releasing hormone prolaktin dan oksitosin, selain itu jantung pisang juga mengandung bahan aktif senyawa alkaloid, polifenol, flavonoid, dan steroid [14]. Semua tanaman pohon pisang dapat menghasilkan jantung pisang. Tetapi tidak semua hasil dari jantung pisang dapat dimasak menjadi makanan. Misalnya jantung pisang yang hasilnya dari pohon pisang ambon. Rasanya agak pahit karena ada kandungan tannin.

Dalam penelitian ini jantung pisang yang digunakan oleh peneliti adalah jantung pisang kepok dimana jantung pisang kepok ini diketahui memiliki rasa yang gurih dan enak karena mengandung senyawa protein yang tinggi sehingga dapat mengalahkan rasa pahit dari tannin. Pemberian rebusan jantung pisang pada kelompok intervensi diberikan 2 kali sehari pagi dan sore, sekali pemberian sebanyak 200 cc dengan total pemberian 400 cc selama 7 hari berturut-turut sedangkan pada kelompok kontrol hanya dilakukan observasi tidak diberikan rebusan jantung pisang.

Dari hasil penelitian terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol yang artinya ada pengaruh jantung pisang terhadap produksi ASI. Hal ini sejalan dengan penelitian tentang konsumsi jantung pisang batu terhadap produksi ASI dari hasil penelitian tersebut diperoleh bahwa intensitas rata-rata frekuensi ASI sebelum konsumsi jantung pisang batu adalah 5.7 kali sesudah mengkonsumsi olahan makanan jantung pisang batu terjadi peningkatan nilai hingga 9.75 kali [15]. Hal ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa olahan jantung pisang dapat meningkatkan produksi ASI selama 7 hari mengkonsumsi olahan makanan berbasis jantung pisang seperti *nugget*, lodeh dan tumis jantung pisang [18].

Jantung pisang memiliki kandungan rangsangan hormone prolactin dan oksitosin. Oksitosin merupakan hormon yang berperan untuk mendorong sekresi air susu (*milk let down*), selain itu jantung pisang juga mengandung bahan aktif senyawa flavonoid, steroid, Alkaloid dan polifenol

yang dapat memproduksi ASI dan memperbanyak jumlah ASI, sehingga membuat ASI mengalir lebih deras di dibandingkan dengan sebelum ibu mengkonsumsi jantung pisang.

Menurut asumsi peneliti pada kelompok intervensi terjadi peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui karena ibu mengkonsumsi rebusan jantung pisang kepek dengan teratur selama 7 hari berturut-turut sedangkan pada kelompok kontrol tidak terjadi peningkatan produksi ASI karena ibu tidak diberikan rebusan jantung pisang tetapi hanya diobservasi selama 7 hari selain itu, makanan bergizi yang dikonsumsi ibu selama menyusui akan dimetabolisme oleh sistem pencernaan, zat-zat gizi akan diserap oleh tubuh akan dialirkan dalam ASI sehingga ASI menjadi Lebih banyak.

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang pengaruh jantung pisang terhadap produksi ASI di Desa Ramunia Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang, maka dapat disimpulkan nilai rata-rata pada kelompok intervensi setelah diberi rebusan jantung pisang 459 cc sedangkan nilai rata-rata pada kelompok kontrol sesudah diobservasi 310 cc, dengan selisih 149 cc dan nilai  $p < 0.01$  ( $< 0.05$ ) yang artinya ada pengaruh pemberian rebusan jantung pisang terhadap produksi ASI pada Ibu menyusui bayi pada usia 0-6 bulan.

Penelitian ini memiliki keterbatasan antara lain terbatasnya jumlah responden, tidak melihat faktor pendidikan, paritas dan status pekerjaan, serta peneliti tidak mengkaji faktor risiko lain seperti pengetahuan ibu, dukungan suami dan keluarga ataupun tenaga kesehatan. Disarankan kepada peneliti selanjutnya untuk dapat melihat faktor-faktor tersebut supaya penelitiannya lebih sempurna lagi.

### Ucapan Terimakasih

Terimakasih kepada Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (KEMENDIKBUD) dan kepada Lembaga Layanan Pendidikan Tinggi Wilayah I (LLDIKTI) serta Desa Ramunia Kecamatan Beringin Kabupaten Deli Serdang. Dengan adanya bantuan dari semua pihak, penelitian ini dapat berlangsung dengan baik semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat untuk masyarakat khususnya ibu menyusui.

### Daftar Pustaka

- [1] W. Aliyanto and R. Rosmadewi, "Efektifitas Sayur Pepaya Muda dan Sayur Daun Kelor terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum Primipara," *J. Kesehat.*, vol. 10, no. 1, pp. 84–92, 2019.
- [2] R. Kementerian Kesehatan, *pedoman penyelenggaraan pekan ASI sedunia*. Jakarta: Kemenkes RI, 2017.
- [3] Kemenkes RI, *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*.
- [4] I. Trisanti and F. N. Khoirunnisa, "Studi Kualitatif Faktor Penyebab Rendahnya Cakupan Asi Eksklusif Di Kudus, Jawa Tengah, Indonesia," *The 9th University Research Colloquium 2019*. pp. 233–240, 2019.
- [5] A. Aprina and A. Rinaldi, "Pengaruh Konsumsi Musa Paradisiaca Terhadap Produksi ASI Pada Ibu Menyusui," *Holistik J. Kesehat.*, vol. 14, no. 1, pp. 1–7, 2020.
- [6] 2018 Winarsih, *Pengantar Ilmu Gizi Dalam Kebidanan*. Yogyakarta: PUSTAKA BARU PRESS, 2018.
- [7] H. Harismayanti, R. Febriyona, and M. Tuna, "Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Masa Nifas," in *Prosiding Seminar Nasional 2018 tentang Peran dan Tanggung Jawab Tenaga Kesehatan dalam Mendukung Program Kesehatan Nasional*, 2018, pp. 225–234.
- [8] 2012 Nevel Mangelep, "Metode Penelitian Eksperimen." 2012.
- [9] 2015 Sugiyono, *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung: alfabeta, 2015.
- [10] R. Noviwanti, F. Lidia, and I. S. Inda, "Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Di Desa Sungai Putih Tahun 2018," *J. Ilmu Kebidanan Al-Insyirah Midwifery*, vol. 8, no. 2, pp. 83–88, 2019.
- [11] E. Tjahjani, "Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Kelancaran Asi Pada Ibu Nifas," *Jurnal Akbid-GriyaHusada.Ac.Id*. pp. 41–46, 2014.
- [12] L. Turlina and R. Wijayanti, "Pengaruh Pemberian Serbuk Daun Pepaya Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Nifas Di BPM Ny. Hanik Dasiyem, Amd.Keb Di Kedungpring Kabupaten Lamongan," *J. Surya*, vol. 07, no. 01, pp. 1–9, 2015.
- [13] R. Riani, "Pengaruh Konsumsi Rebusan Jantung Pisang Terhadap Ekskresi Asi Pada Ibu Menyusui Di Desa Ranah Ilayah Kerja

- Puskesmas Kampar Tahun 2016,” *J. Ners Univ. Pahlawan Tuanku Tambusai*, vol. 1, no. 1, pp. 117–124, 2017.
- [14] 2013 Wahyuni, “Kandungan Jantung Pisang Dalam Melancarkan Produksi ASI,” 2013.
- [15] E. Wahyuni, S. Sumiati, and N. Nurliani, “Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Batu Terhadap Peningkatan Produksi Asi Di Wilayah Puskesmas Srikunoro , Kecamatan Pondok Kelapa , Bengkulu Tengah Tahun 2012( Effects of Banana Blossom to Increase Breastmilk Production at Srikunoro Health Center Pondok,” *Bul. Penelit. Sist. Kesehat.*, vol. 15, no. 4, 2012.
- [16] D Maritalia, *Asuhan kebidanan nifas dan menyusui*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2014.