



## Pengaruh Pemberian Jantung Pisang Kepok Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum Di Puskesmas Batua Makassar Tahun 2019

*(The Effect Of Giving Kepok Banana Heart to The Smoothness Of The Post Partum Mothers at Batua Public Health Center Of Makassar In 2019)*

Nurul Sugiarti Syam<sup>1</sup>, Syamsuryanita<sup>2</sup>, Nurul Ikawati<sup>3</sup>

Universitas Megarezky

Email : [nfssagy.gy@gmail.com](mailto:nfssagy.gy@gmail.com)

### ABSTRACT

*Development is a change that occurs in an individual with increasing abilities and bodily functions from simple to more complex, as a result of the maturation process. The purpose of this study was to determine the effect of infant massage on the improvement of gross motor skills in infants aged 3-6 months at BPM Suriyanti, S.ST Makassar. This research design is an experimental method of Pre Test-Post Test Control Group Design, the population of this study was 100 babies in BPM Suriyanti, S.ST Makassar and a sample of 30 people. The results showed that out of 15 people (50%) who received infant massage, there were 14 babies (93.3%) whose gauze motor skills increased and 1 baby (6.7%) did not improve. Meanwhile, there were 15 babies (50%) who did not do massage, there were 2 gross motor skills which increased (13.3%) and 13 babies (86.7%) which did not increase. Using the Mann-Whitney and Wilcoxon tests, it was shown that after the Wilcoxon test the pretest- posttest  $p$  value of the treatment group was 0.000 ( $<0.05$ ), while the pretest-posttest  $p$  value in the control group was 0.039 ( $<0.05$ ). Meanwhile, after being tested by Mann Whitney, the results obtained  $p = 0.000$  ( $<0.05$ ). So it can be concluded that  $p < \alpha$ , so that  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. which means that there is an effect of infant massage on the increase in gross motor skills in infants aged 3-6 months.*

**Keywords:** *Baby Massage, Motor Development.*

### ABSTRAK

Perkembangan merupakan perubahan yang terjadi pada diri individu dengan bertambahnya kemampuan dan fungsi tubuh dari yang sederhana ke yang lebih kompleks, sebagai hasil dari proses pematangan. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Motorik Kasar Pada Bayi Usia 3-6 Bulan di BPM Suriyanti, S.ST Makassar. Desain Penelitian ini adalah eksperimen metode Pre Test-Post Test Control Group Design, populasi penelitian ini berjumlah 100 bayi di BPM Suriyanti, S.ST Makassar dan sampel berjumlah 30 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 orang (50%) yang mendapatkan pijat bayi, terdapat 14 bayi (93,3%) yang motorik kasarnya meningkat dan 1 bayi (6,7 %) yang tidak meningkat. Sedangkan yang tidak di lakukan pijat bayi sebanyak 15 bayi (50%), terdapat 2 orang motorik kasarnya meningkat (13,3%) dan 13 bayi (86,7%) yang tidak meningkat. Dengan menggunakan uji Mann-Whitney dan wilcoxon, menunjukkan bahwa setelah diuji wilcoxon nilai  $p$  Value pretest-posttest dari kelompok perlakuan adalah 0,000 ( $<0,05$ ), sedangkan nilai  $p$  Value pretes-posttest pada kelompok kontrol 0.039 ( $<0,05$ ). Sedangkan setelah diuji Mann whitney didapatkan hasil  $p = 0,000$  ( $<0,05$ ). Maka dapat

disimpulkan bahwa  $p < \alpha$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. yang artinya ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan motoric kasar pada bayi usia 3-6 bulan

**Kata Kunci : Pijat Bayi, Perkebangan Motorik.**

## PENDAHULUAN

Indonesia saat ini masih memiliki permasalahan kesehatan yang kompleks. Angka kematian Bayi (AKB) merupakan indicator status kesehatan yang peka dalam menrangkan derajat kesehatan masyarakat. Satu di antara masalah kesehatan utama di Indonesia adalah angka kematian bayi yang masih tertinggi dari pada Negara–Negara ASEAN lain (35 per 1000 kelahiran hidup dibandingkan dengan Philipina ( 24,98 per 1000 kelahiran hidup) Brunei Darusalam ( 13,5 per 1000 kelahiran hidup). Penyebab utama kematian bayi dan balita di Indonesia adalah penyakit infeksi terutama infeksi saluran nafas adalah 27,6% dan diare 9,4% [1].

Proporsi kematian balita karena infeksi saluran nafas dann diare sebesar 22,8% dan 13,2% yang dapat dicegah, pencegahan dilakukan antara lain dengan pemberian ASI secara benar, [2] termasuk inisiasi pemberian ASI 30 menit pertama setelah lahir dengan tujuan mempertahankan kadar hormone prolactin dalam darah ibu yang tetap mempertahankan produksi ASI. Ibu yang segera kontak dan menyusui mempunyai potensi 50% lebih lama waktu menyusuinya dan lebih sedikit bayi yang terkena penyakit infeksi sehingga dapat menurunkan Angka kematian Bayi (AKB) [3]

Post partum adalah proses alamiah yang dialami oleh seorang wanita setelah persalinan yang berlangsung kira-kira 6 minggu. Pada masa ini terjadi perubahan - perubahan fisiologis. yaitu perubahan fisik, involusi uterus dan pengeluaran lochea, perubahan psikis, laktasi/pengeluaran ASI (Air Susu Ibu).[4] Laktasi merupakan suatu masa dimana terjadi perubahan pada payudara ibu, sehingga mampu memproduksi ASI dan merupakan suatu interaksi yang kompleks antara rangsangan mekanik, saraf, dan berbagai macam hormone sehingga ASI dapat keluar [5]

Pemberian ASI eksklusif adalah memberikan ASI tanpa makanan dan minuman lain kepada bayi sejak lahir sampai berumur 6 bulan, kecuali obat dan vitamin. [6]Pemberian ASI eksklusif [7]mengurangi tingkat kematian bayi yang disebabkan berbagai penyakit yang umum menimpa anak-anak seperti diare dan paru, serta mempercepat pemulihan bila sakit dan membantu menjarangkan kelahiran.[8]

Jantung pisang kapok ( *Musa acuminata balbisiana* ) yang merupakan tanaman yang dapat tumbuh hampir di semua tempat di Indonesia.[9] Berbagai jenis makanan olahan asal jantung pisang kapok seperti sayuran, keripik, manisan, abon, dan dendeng jantung pisang. Jantung pisang mengandung berbagai zat yang baik bagi kesehatan, seperti protein,,mineral, kalsium, dan kandungan yang cukup tinggi.[10] Disetiap 200 gram jantung pisang mengandung Energi 31,00 kal Protein 1,20 gram Lemak 0,30 gram Karbohidrat dan 7,10 gram Kalsium 30,00 gram Fosfor 50,00 gram Fe 0,10 gram Vitamin. A 170,0 gram Vitamin. B 0,05 gram vitamin. C 10,00 gram Air 90,20 gram Bdd 25% Jantung pisang juga mengandung vitamin A, vitamin B1, vitamin C dan mineral penting seperti fosfor, kalsium dan Fe (zat besi) penelitian yang telah dilakukan oleh Astawan. Menurutnya, selain karbonhidrat, jantung pisang juga mengandung prtotein, mineral (terutama fosfor, kalsium dan besi, serta sejumlah vitamin A, B1 dan C). Khasiat jantung pisang dalam meningkatkan produksi ASI, disebutkan dalam jurnal yang berjudul *Effect of musa balbisiana colla extract on breastmik production in breastfeeding mothers* penelitian yang dilakukan[11]

Menyusui bayi di Indonesia sudah menjadi budaya namun, praktik pemberian ASI masi jauh dari yang di diharapkan. Menurut survei Demograsi Kesehatan Indonesia 2014 hanya 10% bayi yang memperoleh ASI pada hari pertama, yang diberikan ASI 2 bulan sebanyak 73%, yang diberikan ASI 2 sampai 3 bulan sebanyak 53% yang diberikan ASI 4 sampai 5 bulan sebanyak 20% dan menyusui eksklusif sampai 6 bulan sebanyak 49% [12]

Berdasarkan data Kemenkes RI (2015) didapatkan data cakupan pemberian ASI pada tahun 2014 sebesar 80%, maka secara nasinonal cakupan pemberian ASI eksklusif sebesar 52,3%

belum mencapai target. Menurut Provinsi, hanya terdapat satu provinsi yang berhasil mencapai target yaitu Provinsi Nusa Tenggara Barat sebesar 84,7%. (Kemenkes RI, 2015). Berdasarkan data dari Dinas kesehatan Kota Makassar, bahwa 35% dari 57,208 ibu yang memberikan ASI eksklusif dan terdapat 65% ibu-ibu yang tidak memberikan ASI eksklusif. [7] Dari data yang sudah dapat berdasarkan catatan Dinkes Kota Makassar terdapat 2% /1700 anak mengalami gangguan perkembangan motoric khususnya pada usia toddler (Dinas Kesehatan Kota Makassar, 2012). Cakupan ASI eksklusif di Kota Makassar, tahun 2016 dari 2.429 bayi yang diperiksa hanya 1.695 bayi yang diberi ASI eksklusif atau sebanyak 69,78% (Dinkes Kota Makassar 2015).

Berdasarkan data dari puskesmas Batua Makassar menunjukkan bahwa Pada tahun 2015 terdapat jumlah ibu post partum sebanyak 689 orang, dan Pada tahun 2016 terdapat jumlah ibu post partum sebanyak 578 orang, tahun 2017 terdapat jumlah ibu post partum sebanyak 501 orang. Pada tahun 2018 terdapat jumlah ibu post partum sebanyak 446 orang dan pada tahun 2019 terdapat jumlah ibu post partum Januari – November 210 orang. Mengingat bayak terjadi perubahan perilaku dalam masyarakat khususnya ibu-ibu yang cenderung menolak menyusui bayinya sendiri terutama pada ibu-ibu yang bekerja dengan alasan air susunya hanya sedikit atau tidak keluar sama sekali, keadaan memberikan dampak negatif terhadap status kesehatan gizi, serta tingkat kecerdasan anak [13]

Upaya yang dilakukan tenaga kesehatan agar ibu mendapatkan pengetahuan tentang cara yang tepat untuk dapat memperlancar pengeluaran ASI, yaitu salah satunya dengan mengkonsumsi jantung pisang kapok yang dapat membantu untuk proses pengeluaran ASI dan memberikan pengertian tentang pentingnya ASI eksklusif untuk bayi dengan memberikan konseling diharapkan ibu dapat mengerti dan memahami akan pentingnya mengkonsumsi makanan yang kaya akan protein dan mineral untuk kelancaran ASI dan ibu dapat menyusui bayinya secara eksklusif selama 6 bulan. Dari data di atas maka peneliti tertarik untuk mengetahui “ Pengaruh Pemberian Jantung Pisang Kepok Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum” Di Wilayah Kerja Puskesmas Batua Makassar Tahun 2019.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *Quasi Experimental Design* adalah penelitian yang dilakukan dengan memberikan percobaan atau perlakuan [14]. Perlakuan yang diberikan pada responden agar usaha modifikasi yang dilakukan secara dan terkontrol untuk menentukan peristiwa atau kejadian terhadap perubahan yang akan terjadi akibat dari peristiwa tersebut, dengan mengetahui Pengaruh Pemberian Jantung Pisang kepok Terhadap Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum. Rancangan penelitian ini menggunakan *Post test Control Group* yang artinya terdapat dua kelompok yang digunakan untuk penelitian, yaitu kelompok eksperimen ( yang diberi perlakuan ) dan kelompok control, dan tidak dipilih secara random. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 6 6 Agustus 2019 – 5 November di Puskesmas Batua Makassar Tahun 2019 dengan teknik pengambilan sampel *Purposive Sampling* dan jumlah sampel sebanyak 30 orang. Analisis bivariate dalam penelitian ini adalah Uji *Chi-Square*.

## HASIL PENELITIAN

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**  
**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Ibu Post Partum Berdasarkan**  
**Kelancaran Produksi ASI yang tidak diberikan jantung pisang**  
**Di Puskesmas Batua Makassar Tahun 2019**

Kelancaran Asi	Frekuensi	Presentase (%)
Ya	4	26,7
Tidak	11	73,3

<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100</b>
--------------	-----------	------------

*Sumber : Data Primer 2019*

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa dari 15 responden yang tidak diberikan jantung pisang yang mengalami kelancaran ASI sebanyak 4 responden ( 26,7% ) dan yang tidak lancar sebanyak 11 responden (73,3%

**Tab 2 Distribusi Frekuensi Hubungan Pemberian Jantung pisang kepok Dengan Kelancaran ASI Pada Ibu Post Partum Di Puskesmas Batua Makassar Tahun 2019**

Pemberian Jantung Pisang Kepok	Kelancaran ASI				Total		$\alpha = 0,05$
	Lancar		Tidak Lancar		N	%	
	N	%	N	%	N	%	
Diberikan	13	86.7	2	13.3	15	50.0	$p = 0.003$
Tidak Diberikan	4	26.7	11	73.3	15	50.0	
<b>Jumlah</b>	17	56.7	13	43.3	30	100.0	

*Sumber : Data Primer 2019*

Berdasarkan Tabel 2 diatas dapat dilihat bahwa dari 30 responden, menunjukkan terdapat 15 responden yang di berikan jantung pisang kepok, dan dari 15 responden tersebut terdapat 13 (86.7%) responden yang ASInya lancar, dan terdapat 2 (13.3%) responden yang ASInya tidak lancar. Kemudian dari 15 responden yang tidak diberikan jantung pisang kepok, terdapat 4 (26.7%) responden yang ASInya lancar, dan terdapat 11 (73.3%) responden yang ASInya tidak lancar.

Berdasarkan hasil uji statistic dengan menggunakan uji Chi-square diperoleh nilai  $p = 0,003$ , karena nilai  $p = 0,003 < \alpha = 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima artinya ada pengaruh pemberian jantung pisang kepok dengan kelancaran ASI pada ibu post partum.

## PEMBAHASAN

Air susu ibu (ASI) adalah makanan terbaik untuk bayi karena merupakan makanan alamiah yang sempurna, mudah dicerna oleh bayi dan mengandung zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan bayi untuk pertumbuhan, kekebalan dan mencegah berbagai penyakit serta untuk kecerdasan bayi, aman dan terjamin kebersihannya karena langsung diberikan kepada bayi agar terhindar dari gangguan pencernaan seperti diare, muntah dan sebagainya. Untuk membentuk produksi ASI yang baik, makanan ibu harus memenuhi jumlah kalori, protein, lemak, dan vitamin serta mineral yang cukup. Bahan makan yang dibatasi untuk ibu menyusui[15].

Jantung pisang kepok merupakan jenis makanan yang mengandung laktogogum yaitu suatu zat gizi yang dapat meningkatkan dan memperlancar produksi ASI terutama pada ibu yang mengalami masalah dalam produksi ASI. protein, mineral dan vitamin. Kandungan tersebut akan mempengaruhi hormon proklaktin yang akan menstimulasi sel didalam alveoli untuk

memproduksi ASI, ASI tersebut akan keluar dari isapan bayi yang merangsang oksitoksin untuk mengeluarkan ASI[13].

Pemberian jantung pisang kepok juga bermanfaat menyembuhkan luka lecet pada kaki, memberikan perasaan kenyang yang lebih lama, digunakan untuk membuat sayur karena kandungan protein dan vitamin, serta dimakan untuk memperlancar dan memperbanyak produksi ASI. Pengolahan jantung pisang pada masyarakat biasa dilakukan dengan cara direbus, diurap, dikukus dan diosengoseng. Dengan pemanfaatan jantung pisang batu yang dapat meningkatkan produksi ASI, dapat membantu keberhasilan program pemerintah ( Kementerian Kesehatan) dalam upaya pemberian ASI Eksklusif[11].

Agar ibu berhasil dalam memberikan ASI secara eksklusif, maka ibu yang sedang menyusui bayinya harus mendapat tambahan makanan untuk menghindari kemunduran dalam pembuatan dan produksi ASI. Jika makanan ibu terus menerus tidak memenuhi asupan gizi yang cukup, tentu kelenjar kelenjar pembuat air susu dalam payudara ibu tidak akan bekerja dengan sempurna dan pada akhirnya akan berpengaruh terhadap produksi ASI. Ibu menyusui harus memperhatikan beberapa hal untuk meningkatkan kualitas dan jumlah volume ASI yang dimilikinya. Ada beberapa saran yang perlu diperhatikan para ibu yang sedang memberikan ASI pada bayi, yaitu : mengkonsumsi sayur - sayuran dan buah-buahan yang dapat meningkatkan volume ASI. Jumlah ASI sedikit bisa diatasi ibu dengan mengkonsumsi jantung pisang. Sayur - sayuran tersebut terbukti mampu meningkatkan volume air susu ibu.[16]

Berdasarkan hasil uji statistic dengan menggunakan uji Chi-square diperoleh nilai  $p = 0,003$ , karena nilai  $p = 0,003 < \alpha = 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima artinya ada pengaruh pemberian jantung pisang kepok dengan kelancaran ASI pada ibu post partum.

Asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian dari 30 responden bahwa ada pengaruh konsumsi jantung pisang kepok terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum, dari 15 orang responden yang diberikan jantung pisang kepok terdapat 13 orang (86,7%) yang mengalami kelancaran ASI pada ibu post partum dan 2 orang (13,3%) yang tidak mengalami kelancaran ASI pada ibu post partum. hal ini terjadi karena pada saat peneliti mengobservasi para responden kurang memahami apa yang peneliti sampaikan mengenai manfaat jantung pisang untuk kelancaran ASI dengan itu didapatkan bahwa pendidikan responden sebagian besar adalah pendidikan menengah, pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain terhadap sesuatu hal agar mereka dapat memahami. Karena makin tinggi pendidikan seseorang maka makin tinggi pula pengetahuan yang dimilikinya.

Sebaliknya jika seseorang tingkat pendidikannya rendah maka akan menghambat pula pemahamannya. Oleh karena itu ibu kurang memakan atau tidak menghabiskan jantung pisang kepok yang peneliti berikan, hal ini yang menjadi factor pemicu kelancaran ASI ibu tersebut tidak lancar seperti ibu - ibu yang lain. Hal ini juga terjadi karena pola istirahat ibu yang tidak terjaga, perawatan payudara yang tidak dijaga, dan ibu juga mengalami stress.

Dari 15 orang responden, yang tidak diberikan jantung pisang kepok terdapat 11 orang (73.3%) yang tidak mengalami kelancaran ASI. Sedangkan terdapat 4 orang (26.7%) yang mengalami kelancaran ASI pada ibu post partum hal ini disebabkan karena pada saat peneliti melakukan wawancara kepada responden ibu mengatakan bahwa bayinya kuat menetek, meskipun ASInya kurang lancar. Salah satu factor yang menyebabkan ASI lancar adalah frekuensi menyusui yang semakin sering sehingga membuat produksi ASI semakin banyak. Pemberian ASI yang tidak dibatasi akan merangsang kelancaran ASI dan membantu mencegah pembengkakan payudara. Ibu harus menyusui bayinya, bila bayinya menangis bukan karena sebab lain atau ibu sudah merasa perlu menyusui bayinya. Bayi yang sehat dapat mengosongkan satu payudara sekitar 5-7 menit. Rata-rata bayi menyusui dalam waktu 10-15 menit dalam 24 jam. Walaupun terkadang lebih dan ASI didalam lambung bayi akan kosong dalam waktu 2 jam.

## KESIMPULAN

1. Dari 15 responden yang diberikan jantung pisang kepok terdapat 13 orang responden (86,7%) yang mengalami kelancaran ASI. Sedangkan yang tidak lancar terdapat 2 orang responden (13,3%)
2. Dari 15 responden yang tidak diberikan jantung pisang kepok terdapat 11 orang responden (73,3%) yang tidak mengalami kelancaran ASI. Sedangkan 4 orang responden (26,7%) mengalami kelancaran ASI
3. Ada pengaruh pemberian jantung pisang kepok terhadap kelancaran ASI pada ibu post partum di Puskesmas Batua Makassar tahun 2019, maka dengan menggunakan uji Chi-square diperoleh nilai  $p = 0,003$ , karena nilai  $p = 0,003 < \alpha = 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima

## SARAN

1. Bagi tenaga kesehatan (bidan khususnya) di Puskesmas Batua Makassar, bidan diharapkan dapat mempromosikan jantung pisang kepok kepada ibu post partum untuk memperlancar produksi ASI.
2. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan acuan untuk pedoman dalam meneliti lebih lanjut tentang pengaruh pemberian jantung pisang kepok terhadap ibu post partum.
3. Bagi institusi diharapkan dapat menyediakan/menambah referensi bahan pembelajaran tentang pengaruh pemberian jantung pisang kepok terhadap ibu post partum. sehingga dapat dimanfaatkan bagi mahasiswa dalam proses pembelajaran, praktik dan penelitian.

## REFERENSI

- [1] Kemenkes RI, *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*, vol. 42, no. 4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2020.
- [2] M. Antya Tamimi, Y. D. Jurnalis, and D. Sulastri, "Hubungan Pemberian ASI Eksklusif dengan Kejadian Diare pada Bayi di Wilayah Puskesmas Nanggalo Padang," *J. Kesehat. Andalas*, vol. 5, no. 1, pp. 149–153, 2016, doi: 10.25077/jka.v5i1.460.
- [3] N. Br Kaban, "Inisiasi Menyusui Dini," *J. Kel. Sehat Sejah.*, vol. 15, no. 2, pp. 35–46, 2017, doi: 10.24114/jkss.v15i2.8773.
- [4] N. Sholichah, "Hubungan Perawatan Payudara Pada Ibu Postpartum dengan Kelancaran Pengeluaran ASI di Kabupaten Semarang," *J. Komun. Kesehat. (Edisi 3)*, vol. 2, no. 2, p. 52, 2011.
- [5] F. V. Felicia, "Manajemen Laktasi di Masa Pandemi COVID-19," *Cdk*, vol. 47, no. 9, pp. 691–693, 2020.
- [6] P. Arum and A. Widiyawati, "Breast Milk Nutrient Content In Different Storage Temperatur and Duration," *Ilm. Inov.*, vol. 16:(03), no. October, pp. 0–4, 2019.
- [7] S. Astuti and R. A. Putri, "Hubungan Pendidikan Ibu dengan Keberhasilan ASI Eksklusif di PMB Perdamaian," vol. 003, pp. 1–17, 2021.

- [8] J. Irawan, “Hubungan Inisiasi Menyusu Dini (Imd) Dan Pemberian Air Susu Ibu (Asi) Eksklusif Di Rsud Wangaya Kota Denpasar,” *J. Skala Husada J. Heal.*, vol. 15, no. 1, pp. 1–7, 2018, doi: 10.33992/jsh:tjoh.v15i1.218.
- [9] R. Febriyona and M. Tuna, “Prosiding Seminar Nasional 2018 Pengaruh Konsumsi Jantung Pisang Terhadap Peningkatan Produksi Asi Pada Ibu Masa Nifas,” no. 2015, pp. 225–234, 2018.
- [10] M. R. Ghozaly and Y. N. Utami, “Uji Aktivitas Antioksidan Ekstrak Etanol Jantung Pisang Kepok ( Musa balbisiana BBB ) dengan Metode DPPH ( 1 , 1-difenil-2-pikrilhidrazil ),” *Sainstech Farma*, vol. 10, no. 2, pp. 12–16, 2017.
- [11] T. Supriyatin, F. Damayanti, and A. N. Arfa, “Kreasi Olahan Nugget Dari Jantung Pisang Sebagai Alternatif Cemilan Sehat,” *Sains, JPMBio-SAINS J. Pengabd. Masy. Biol. dan Sains*, vol. 1, no. 1, pp. 1–9, 2022.
- [12] D. Wahyuningsih, S. T. Hidayat, N. Khafidhoh, A. Suwondo, D. Fatmasari, and K. A. Susiloretni, “Effect of Musa Balbisiana Colla Extract on Breast Milk Production in Breastfeeding Mothers,” *Belitung Nurs. J.*, vol. 3, no. 3, pp. 174–182, 2017, doi: 10.33546/bnj.103.
- [13] H. Astuti, “Efektifitas Jantung Pisang Dan Daun Katuk Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Desa Teluk Kiambang Wilayah Kerja Puskesmas Tempuling Kecamatan Tempuling Kabupaten Indragiri Hilir,” *Selodang Mayang J. Ilm. Badan Perenc. Pembang. Drh. Kabupaten Indragiri Hilir*, vol. 6, no. 1, pp. 15–22, 2020, doi: 10.47521/selodangmayang.v6i1.142.
- [14] Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*, 2nd ed. Bandung: Alfabeta, 2019.
- [15] N. Sampara and S. Ernawati, “Efektivitas Pijat Stimulasi Oksitosin Terhadap Penurunan Involutio Uteri Pada Ibu Postpartum Di Puskesmas Biru Kabupaten Bone Effectiveness Of Oxytosin Stimulation Massage On The Decrease Of Uteri Involution In Postpartum Mother In Puskesmas Biru Bone Dis,” vol. 6, no. 1, pp. 21–25, 2020.
- [16] W. Fetrisia and Y. Yanti, “Pengaruh Acupresure Point for Lactation Terhadap Produksi Asi Ibu Menyusui,” *J. Kesehat.*, vol. 10, no. 1, p. 41, 2019, doi: 10.35730/jk.v10i1.383.

[s://doi.org/10.1016/j.eclinm.2020.100424](https://doi.org/10.1016/j.eclinm.2020.100424)