



PENGETAHUAN IBU MENYUSUI TENTANG MANFAAT SARI KACANG HIJAU UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI

Rahma Yani¹, Langgasari Nasution²

¹Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga STIKes Darmais Padangsidimpuan

²Dosen STIKes Darmais Padangsidimpuan

ry320292@gmail.com

ABSTRACT

The impact of not breastfeeding on infants is an increase in susceptibility to diseases of both mothers and infants (IPS, 2016). The purpose of this study is to determine the knowledge of breastfeeding mothers about the benefits of mung bean juice to increase breast milk production in Salambue Village, Padangsidimpuan Tenggara District in 2023. The benefits of research can add insight and knowledge as well as valuable experience for researchers. This study is descriptive by using total sampling where a sample of 30 respondents using questionnaires based on age, education, occupation, parity, and sources of information. Based on the results of research from 30 respondents, frequency distribution was obtained based on knowledge less than 28 people (93.3%), the majority of knowledge less aged 26-35 years, 21 people (70.0%), the majority of knowledge less high school education 18 people (60.0%), the majority of knowledge lacks IRT work 24 (80.0%), the majority of knowledge lacks parity of 12 people (40.0%), the majority of knowledge lacks electronic media information sources 24 people (80.0%). The results of the study concluded that the majority of knowledge of breastfeeding mothers about the Benefits of Green Bean Juice to Increase Breast Milk Production is still not expected for breastfeeding mothers to increase knowledge about the Benefits of Green Bean Juice to Increase Breast Milk Production through health workers, electronic media, and print media.

Keywords: *breastfeeding mothers; benefits of green bean juice; increased milk production.*

ABSTRAK

Dampak tidak diberikannya ASI terhadap bayi adalah bertambahnya kerentanan terhadap penyakit baik ibu dan bayi (IPS, 2016). Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Manfaat Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan produksi ASI Di Desa Salambue Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Tahun 2023. Manfaat penelitian dapat menambah wawasan dan pengetahuan sekaligus pengalaman berharga bagi peneliti. Penelitian ini bersifat deskriptif dengan menggunakan total sampling. dimana sampel sebanyak 30 responden dengan menggunakan kuesioner berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan, paritas, sumber informasi. Berdasarkan hasil penelitian dari 30 responden diperoleh distribusi frekuensi berdasarkan pengetahuan kurang 28 orang (93,3%), mayoritas perpengetahuan kurang umur 26-35 tahun, 21 orang (70,0%), mayoritas perpengetahuan kurang pendidikan SMA 18 orang (60,0%), mayoritas perpengetahuan kurang pekerjaan IRT 24 (80,0%), mayoritas perpengetahuan kurang paritas sekundipara 12 orang (40,0%), mayoritas pengetahuan kurang sumber informasi media elektronik 24 orang (80,0%). Hasil penelitian disimpulkan mayoritas pengetahuan ibu menyusui tentang Manfaat Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Produksi ASI masih kurang diharapkan kepada ibu menyusui meningkatkan pengetahuan tentang Manfaat Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Produksi ASI melalui tenaga kesehatan, media elektronik, dan media cetak.

Kata kunci: *ibu menyusui; manfaat sari kacang hijau; meningkatkan produksi ASI*

PENDAHULUAN

Menyusui merupakan suatu kebutuhan biologis bagi semua mamalia yang hidup di bumi ini termasuk manusia. ASI merupakan suatu anugerah yang telah diciptakan oleh Tuhan yang memiliki

kandungan yang sangat lengkap untuk memenuhi kebutuhan bayi, walaupun saat ini sudah banyak makanan tiruan yang telah diciptakan oleh manusia menggunakan teknologi yang canggih seperti halnya susu formula, namun ASI tetap menjadi makanan yang terbaik bagi bayi, kandungan gizi dalam ASI

tidak tertandingi oleh makanan tiruan yang dibuat oleh manusia ataupun minuman yang berasal dari hewan seperti sapi dan kambing (Hadi, dkk., 2021).

Menurut World Health Organization (WHO) terbaru pada tahun 2015 di Amerika Serikat persentase perempuan menyusui yang mengalami bendungan ASI mencapai 87,05 atau sebanyak 8.242 ibu nifas dari 12.765 orang pada tahun 2014 ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 7.198 orang dari 10.764 orang dan pada tahun 2015 terdapat ibu yang mengalami bendungan ASI sebanyak 6.543 orang dari 9862 orang (WHO, 2015).

Berdasarkan hasil penelitian Yeyen yulenda, 2019 pada kenyataannya Sari kacang hijau dapat membantu kelancaran proses pengeluaran ASI sesuai dengan teori. Dari dua responden yang awalnya mengalami pengeluaran ASI yang sedikit atau tidak lancar setelah diberikan Sari kacang hijau selama 5 hari pengeluaran ASI menjadi banyak dan lancar.

Dari hasil penelitian Fitria, dkk., 2020 disimpulkan adanya perbedaan bermakna antara sumber informasi dengan pengetahuan pemanfaatan Sari kacang hijau yang dapat dibuktikan dengan hasil uji statistik p value (0,02).

Survei awal yang dilakukan pada tanggal 19 november 2022 di desa salambue kecamatan Padangsidimpun Tenggara peneliti menjumpai 6 orang ibu menyusui, kemudian dilakukan tanya jawab mengenai sari kacang hijau untuk meningkatkan produksi ASI dan 6 orang tersebut sama sekali tidak mengetahui Sari kacang hijau untuk meningkatkan produksi ASI dan ibu mengeluh tentang produksi ASI nya kurang yang mengakibatkan ibu memberikan pendamping ASI berupa susu formula dikarenakan bayi rewel dan sering menangis karena ASI yang diberikan ibu kurang dan bayi tidak puas.

Kemudian dilakukan survei kedua pada tanggal 20 November 2022, peneliti bertemu dengan 5 ibu menyusui, setelah dilakukan tanya jawab 5 orang ibu tidak mengetahui sari kacang hijau untuk meningkatkan produksi ASI, dan mengeluh produksi ASI nya kurang lancar dan memutuskan untuk memberikan makanan tambahan berupa susu formula sebagai pendamping ASI.

Berdasarkan data diatas terdapat beberapa ibu menyusui di desa salambue kecamatan Padangsidimpun tenggara mengalami masalah mengenai produksi ASI, yang menyebabkan bayi rewel dan ibu memberikan makanan tambahan berupa susu formula karena merasa kurangnya produksi ASI dan ibu menyusui tidak mengetahui mengenai Sari kacang hijau untuk meningkatkan produksi ASI oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Manfaat Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Produksi ASI Di Desa Salambue Kecamatan Padangsidimpun Tenggara Tahun 2023".

METODOLOGI PENELITIAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Manfaat Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Produksi ASI Di Desa Salambue Kecamatan Padangsidimpun Tenggara Tahun 2023.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif. Penelitian *kuantitatif* adalah jenis penelitian yang menghasilkan temuan-temuan baru yang dapat dicapai atau diperoleh. Dengan menggunakan produser-produser secara statistik atau cara lainnya dari suatu kuantifikasi atau pengukuran. Penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif lebih memusatkan perhatian pada beberapa gejala yang mempunyai karakteristik tertentu di dalam kehidupan manusia, yaitu variabel. Dalam pendekatan kuantitatif hakikat hubungan di antara variabel-variabel selanjutnya akan dianalisis dengan alat uji statistik serta menggunakan teori yang objektif (Syaputra, dkk., 2020).

Desain penelitian yang digunakan adalah *deskriptif*, penelitian *deskriptif* adalah penelitian sosial yang bertujuan untuk menjelaskan situasi atau peristiwa. Peneliti mengamati sesuatu atau objek penelitian dan kemudian menjelaskan apa yang diamatinya (Morissan, 2012) . Suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui Pengetahuan Ibu Menyusui tentang Manfaat Sari Kacang Hijau untuk Meningkatkan Produksi ASI di Desa Salambue Kecamatan Padangsidimpun Tenggara Tahun 2023.

Analisis data di lakukan secara *Univariate* dengan melihat presentase data yang dikumpulkan dan disajikan dalam bentuk table distribusi frekuensi. Analisis data kemudian dilanjutkan dengan menggunakan teori dari keputusan yang ada serta hasil penelitian lain yang berhubungan dengan judul diatas yang pernah dilakukan.

HASIL PENELITIAN

Tabel 4.1
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Manfaat Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Produksi ASI

No	Pengetahuan	F	%
1	Baik	1	3,3
2	Cukup	1	3,3
3	Kurang	28	93,3
Jumlah		30	100

Keterangan:

Berdasarkan Tabel 4.1 diperoleh bahwa pengetahuan responden tentang Manfaat Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Produksi ASI mayoritas berpengetahuan kurang yaitu 28 orang (93,3%), dan minoritas berpengetahuan baik yaitu 1 orang (3,3%).

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Menyusui Berdasarkan Umur Tentang Manfaat Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Produksi ASI

No	Umur	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang		F	%
		F	%	F	%	F	%		
1	17-25	1	3,3	0	0	7	23,3	8	26,7
2	26-35	0	0	1	3,3	21	75,0	22	73,3
3	36-45	0	0	0	0	0	0	0	0
Jumlah		1	3,3	1	3,3	28	90,0	30	100

Keterangan:

Berdasarkan Tabel 4.2 diperoleh bahwa dari 30 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan umur 26-35 tahun yaitu sebanyak 21 orang (75,0%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan umur 17-25 tahun yaitu 1 orang (3,3%).

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Menyusui Berdasarkan Pendidikan Tentang Manfaat Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Produksi ASI

No	Pendidikan	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang		F	%
		F	%	F	%	F	%		
1	SD	0	0	1	3,3	3	10,0	4	13,3
2	SMP	1	3,3	0	0	4	14,0	5	16,7
3	SMA	0	0	0	0	18	60,0	18	60,0
4	Perguruan Tinggi	0	0	0	0	3	10,0	3	10,0
Jumlah		1	3,3	1	3,3	28	93,3	30	100

Keterangan:

Berdasarkan Tabel 4.3 diperoleh bahwa dari 30 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan pendidikan SMA yaitu sebanyak 18 orang (60,0%) dan minoritas berpengetahuan baik dengan pendidikan SMP yaitu sebanyak 1 orang (3,3%).

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Menyusui Berdasarkan Pekerjaan Tentang Manfaat Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Produksi ASI

No	Pekerjaan	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang		F	%
		F	%	F	%	F	%		
1	PNS	0	0	0	0	2	6,7	2	6,7
2	Wiraswasta	0	0	0	0	2	6,7	2	6,7
3	Buruh Tani	0	0	0	0	0	0	0	0
4	IRT	1	3,3	1	3,3	24	80,0	26	86,7
Jumlah		1	3,3	1	3,3	28	93,3	30	100

Keterangan:

Berdasarkan Tabel 4.4 diperoleh bahwa dari 30 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan pekerjaan IRT yaitu sebanyak 24 orang (80,0%) minoritas berpengetahuan baik dengan pekerjaan IRT yaitu sebanyak 1 orang (3,3%).

Tabel 4.4
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Menyusui Berdasarkan Paritas Tentang Manfaat Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Produksi ASI

No	Paritas	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang		F	%
		F	%	F	%	F	%		
1	Primipara	0	0	0	0	11	36,7	11	36,7
2	Skundipara	1	3,3	1	3,3	12	40,0	14	46,7
3	Multipara	0	0	0	0	4	13,3	4	13,3
4	Grandemultipara	0	0	0	0	1	3,3	1	3,3
Jumlah		1	3,3	1	3,3	28	93,3	30	100

Keterangan:

Berdasarkan Tabel 4.4 diperoleh bahwa dari 30 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan pekerjaan IRT yaitu sebanyak 24 orang (80,0%) minoritas berpengetahuan baik dengan pekerjaan IRT yaitu sebanyak 1 orang (3,3%).

Tabel 4.6
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Menyusui Berdasarkan Sumber Informasi Tentang Manfaat Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Produksi ASI

No	Sumber Informasi	Pengetahuan						Jumlah	
		Baik		Cukup		Kurang		F	%
		F	%	F	%	F	%		
1	Media Cetak	0	0	0	0	0	0	0	0
2	Media Elektronik	0	0	0	0	24	80,0	24	80,0
3	Tenaga Kesehatan	1	3,3	1	3,3	4	13,3	6	20,0
Jumlah		1	3,3	1	3,3	28	93,3	30	100

Keterangan:

Berdasarkan Tabel 4.6 diperoleh bahwa dari 30 responden, mayoritas berpengetahuan kurang dengan sumber informasi Media Elektronik yaitu sebanyak 24 orang (80,0%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan sumber informasi media elektronik dan yaitu sebanyak 1 orang (3,3%).

PEMBAHASAN

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui kelima indra manusia tetapi sebagian besar melalui sebagian besar melalui suatu proses yaitu proses belajar dan membutuhkan suatu bantuan misalnya bantuan seseorang yang lebih menguasai sesuatu hal bantuan alat misalnya buku dan sebagainya (Khasanah, dkk., 2021).

Dari hasil penelitian yang diperoleh mengenai “Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Manfaat Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Produksi ASI Di Desa Salambue Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Tahun 2023 ”, mayoritas responden berpengetahuan kurang, hal ini disebabkan oleh faktor umur, pendidikan, pekerjaan, paritas dan sumber informasi. Sehingga perlu untuk ditingkatkan pengetahuannya dengan cara memberikan penyuluhan dan mendemonstrasikan tentang manfaat sari kacang hijau untuk meningkatkan produksi ASI kepada responden agar wawasan responden semakin bertambah.

Umur adalah variabel yang selalu diperhatikan didalam penyelidikan- penyelidikan epidemiologi. Angka- angka kesakitan maupun kematian didalam hampir semua keadaan menunjukkan hubungan dengan umur (Notoatmodjo, 2017).

Semakin bertambah umur seseorang semakin berkembang pola daya tangkap dan pola pikirnya, karena umur yang lebih tua lebih banyak pengalaman dan pengetahuan yang didapatnya (Notoatmodjo, 2003).

Menurut hasil yang diperoleh bahwa penelitian tidak sejalan dengan teori, karena pemikiran seseorang dalam menerima sesuatu baik itu informasi dan yang lainnya tidak dipengaruhi dari umur. Disamping itu setelah fakta yang ditemukan di lapangan bahwa ketidaktahuan ibu menyusui disebabkan karena kurangnya keingintahuan ibu mengenai manfaat sari kacang hijau untuk meningkatkan produksi ASI karena ibu yang berumur 36-45 tahun tidak mau lagi memikirkan hal- hal yang baru.

Disamping itu setelah fakta yang ditemukan oleh peneliti dilapangan bahwa ketidaktahuan ibu disebabkan karena kurangnya kesadaran ibu untuk mencari informasi tentang manfaat sari kacang hijau untuk meningkatkan produksi ASI.

Pendidikan adalah usaha memanusiakan manusia, subjek, onjek, atau sasaran pendidikan adalah manusia. Pendidikan bermaksud membantu manusia untuk menumbuh kembangkan potensi-potensi kemanusiaannya (Syafiril, 2017).

Salah satu pengembangan manusia yaitu melalui pendidikan, melalui pendidikan manusia berharan nilai-nilai kemanusiaan diwariskan, bukan sekedar diwariskan melainkan menginternalisasi dalam watak dan kepribadian. Upaya pendidikan melalui internalisasi nilai-nilai kemanusiaan. Oleh karena itu pendidikan menjadi kebutuhan manusia (Triwiyanto, 2014).

Menurut hasil yang diperoleh bahwa penelitian tidak sejalan dengan teori karena pada tingkat pendidikan SMA mayoritas berpengetahuan kurang, seharusnya jika seseorang telah melewati banyak pendidikan pengetahuan seseorang akan semakin tinggi dan tingkat kesadaran seseorang terhadap sesuatu hal akan semakin meningkat.

Disamping itu setelah fakta yang ditemukan di lapangan bahwa pengetahuan ibu menyusui tentang manfaat sari kacang hijau untuk meningkatkan produksi ASI yang berpengetahuan baik adalah berpendidikan SMP karena pada zaman sekarang akses untuk mencari informasi yang mudah dan rasa ingin tahu yang tinggi membuat pengetahuan ibu baik walaupun tingkat pendidikannya yang rendah.

Lingkungan pekerjaan dapat membuat seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan, baik secara langsung maupun tidak langsung (Mubarak, 2011).

Hal ini tidak sejalan dengan teori karena responden yang memiliki pekerjaan sebagai sebagai Ibu Rumah Tangga waktu dirumah lebih banyak sehingga ibu lebih memiliki waktu untuk mencari berbagai informasi dari berbagai sumber dibandingkan dengan ibu bekerja yang sibuk dengan pekerjaannya.

Tingkat paritas telah menarik perhatian para peneliti dalam hubungan kesehatan si ibu maupun si anak. Dikatakan umpamanya bahwa terdapat kecenderungan kesehatan ibu yang berparitas rendah lebih baik dari yang berparitas tinggi. Paritas sangat berpengaruh sekali terhadap penerimaan seseorang terhadap pengetahuan dimana semakin banyak pengalaman seorang ibu maka penerimaan semakin mudah (Notoatmodjo, 2017).

Menurut hasil yang telah dilakukan bahwa penelitian tidak sejalan dengan teori karena diperoleh bahwa responden yang berparitas rendah lebih baik pengetahuannya daripada responden yang paritas tinggi. Karena ibu berparitas rendah lebih besar rasa ingin tahu untuk menjaga produksi ASI nya dibandingkan ibu berparitas tinggi yang merasa sudah berpengalaman pada saat menyusui anak sebelumnya. Hal ini disebabkan karena kurangnya rasa peduli responden dengan informasi-informasi kesehatan dan menganggap bahwa meningkatkan produksi ASI yang

mudah sehingga ibu yang lebih berpengalaman sudah tidak mencari informasi lagi.

Sumber informasi yang diperoleh dari berbagai sumber akan mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Bila seseorang banyak memperoleh informasi maka ia cenderung mempunyai pengetahuan yang lebih luas (Notoatmodjo,2010).

Media digunakan untuk melakukan kegiatan advokasi dengan menggunakan media massa. Melalui media cetak maupun elektronik permasalahan disajikan dalam bentuk artikel, diskusi, berita, dan sebagainya (Notoatmodjo, 2010).

Hal ini sejalan dengan teori karena seharusnya responden yang memperoleh sumber informasi dari tenaga kesehatan akan berpengetahuan lebih baik karena informasi yang diperoleh dari tenaga kesehatan menggunakan bahasa yang langsung dimengerti oleh responden, lebih akurat dan tepat sasaran. Disamping itu responden juga bisa langsung menanyakan hal-hal yang sulit dipahami kepada tenaga kesehatan terkait informasi bagaimana meningkat produksi ASI. Bila dibandingkan dengan media massa atau elektronik yang sering menggunakan bahasa latin yang kurang dimengerti oleh ibu dan informasi dari sekeluarga dengan sosial budaya yang terkadang tidak masuk akal. Hal ini disebabkan karena kurangnya kesadaran responden tidak mau melakukan apa yang telah diarahkan dari tenaga kesehatan pada saat menghadiri kegiatan penyuluhan.

Pembahasan harus ditulis secara terintegrasi, tidak dipecah-pecah menjadi beberapa bagian. Dilarang menulis angka-angka hasil analisis data pada bagian ini, jadi tulislah “interpretasinya saja”

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Manfaat Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Produksi ASI Di Desa Salambue Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara Tahun 2023, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Pengetahuan responden tentang manfaat sari kacang hijau untuk meningkatkan produksi ASI mayoritas berpengetahuan kurang sebanyak 28 orang (93,3%) dan minoritas berpengetahuan baik sebanyak 1 orang (3,3%).
2. Pengetahuan responden tentang manfaat sari kacang hijau untuk meningkatkan produksi ASI berdasarkan umur mayoritas berpengetahuan kurang dengan umur 26-35 tahun sebanyak 21 orang (70,0%). Dan minoritas berpengetahuan baik dengan umur 17-25 tahun sebanyak 1 orang (3,3%).
3. Pengetahuan responden tentang manfaat sari kacang hijau untuk meningkatkan produksi ASI berdasarkan pendidikan mayoritas

berpengetahuan kurang dengan pendidikan SMA sebanyak 18 orang (60,0%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan pendidikan SMP sebanyak 1 orang (3,3%).

4. Pengetahuan responden tentang manfaat sari kacang hijau untuk meningkatkan produksi ASI berdasarkan pekerjaan mayoritas berpengetahuan kurang dengan pekerjaan IRT sebanyak 24 orang (80,0%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan pekerjaan IRT sebanyak 1 orang (3,3%).
5. Pengetahuan responden tentang manfaat sari kacang hijau untuk meningkatkan produksi ASI berdasarkan paritas mayoritas berpengetahuan kurang dengan ibu sekundipara sebanyak 12 orang (40,0%), dan minoritas berpengetahuan baik dengan ibu skundipara sebanyak 1 orang (3,3%).
6. Pengetahuan responden tentang manfaat sari kacang hijau untuk meningkatkan produksi ASI berdasarkan sumber informasi mayoritas berpengetahuan kurang dengan sumber informasi dari media elektronik sebanyak 24 orang (80,0%), dan minoritas tenaga kesehatan sebanyak 1 orang (3,3%).

DAFTAR PUSTAKA

- Hadi I & Nurhidayah. (2021). Manajemen Laktasi Berbasis Evidence Base Terkini.
- Khasanah. (2021). *Peran Ibu Dalam Toilet Training Pada Toodler*.
- Harahap, L., Siregar, N., & Harahap, L. J. (2023). Meningkatkan Pengetahuan Ibu Tentang Pemberian Makanan Pendamping Asi (Mp-Asi) Melalui Pelatihan Pembuatan Mp-Asi Di Desa Purbatua Pk Tahun 2023. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Darmais (Jpmd)*, 2(2), 27-30.
- Nasution, L. K., & Harahap, L. J. (2021). Pengaruh Perawatan Payudara Dengan Teknik Rooling Massage Terhadap Kelancaran Pengeluaran Asi Pada Ibu Menyusui. *Jurnal Education And Development*, 9(4), 561-564.
- Notoadmodjo, Soekidjo. (2010). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoadmodjo, Soekidjo. (2003). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoadmodjo, Soekidjo. (2016). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoadmodjo, Soekidjo. (2017). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Syafril. (2017). *Dasar-Dasar Ilmu Pendidikan*. Jakarta: Kencana.
- Triwiyanto. (2014). *Pengantar Pendidikan*. Jakarta: PT. Bumi Aksara.
- Fitria. (2020). *Gambaran Ibu Yang Memiliki Bayi 0-6 Bulan Tentang*

Pemanfaatan Sasi Kacang Hijau Terhadap
Produksi ASI Di PMB L Cileungsi. (10).2.
Yulenda, Yeyen. (2019). *Pemberian Sari Kacang
Hijau Murni Untuk Mengatasi
Ketidacukupan ASI Pada Asuhan
Keperawatan Ibu Post Partum.*