

**Pemberian Biskuit Tepung Ikan Teri (*Stolephorus Commersonii*) dan  
Tepung Daun Kelor (*Moringaolefera*) terhadap  
Peningkatan Kadar Volume ASI dan Berat Badan Ibu Nifas di Kota Palu**

**Arini\*, Iin Octaviana Hutagaol**

Email: [arini@stikeswnpalu.ac.id](mailto:arini@stikeswnpalu.ac.id)

Prodi DIII Kebidanan, Universitas Widya Nusantara, Indonesia  
Jln. Untad 1 Kelurahan Tondo, Kec Mantikulore, Palu Sulawesi Tengah

**Abstrak**

**DOI:**  
[10.37402/jurbidhip.vol10.iss1.238](https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol10.iss1.238)

**Riwayat artikel:**

Diterima  
14/10/2022  
Direvisi  
13/12/2022  
Diterbitkan  
16/2/2023

Masa nifas atau masa puerperium adalah masa setelah persalinan selesai sampai 6 minggu atau 42 hari. Selama masa nifas, organ reproduksi secara perlahan akan mengalami perubahan seperti keadaan sebelum hamil. Perubahan organ reproduksi ini disebut involusi. Berdasarkan data Riskesdas 2018, proses mulai menyusui terbanyak terjadi pada 1-6 jam setelah kelahiran (35,2%) dan <1 jam (Inisiasi Menyusui Dini) sebesar 34,5%. Sedangkan proses mulai menyusui terendah terjadi pada 7-23 jam setelah kelahiran yaitu sebesar 3,7%. Terlihat bahwa cakupan ASI eksklusif pada Tahun 2020 mengalami penurunan sebesar 1,10% dibandingkan cakupan Tahun 2019 (57,77%). Hampir semua Puskesmas di wilayah Kota Palu cakupan ASI eksklusifnya mencapai >50%, dan mengacu pada target Renstra Kementerian Kesehatan Tahun 2020 sebesar 40%. Penelitian ini bertujuan menganalisis pengaruh pemberian biskuit dari tepung ikan teri dan tepung kelor terhadap peningkatan volume ASI pada ibu nifas. Desain penelitian menggunakan *quasi experimental one group pre and post-test*, Uji yang digunakan yaitu Uji t Berpasangan. Responden pada penelitian ini adalah ibu Nifas di Kota Palu. Subjek penelitian adalah populasi penelitian yang dipilih secara purposive dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian biskuit Tepung Ikan Teri (*Stolephorus Commersonii*) dan Tepung Daun kelor (*Moringaolefera*) terhadap berat badan ibu nifas ( $p < 0,006$ ) dan Volume asi dengan nilai ( $p < 0,000$ ).

**Kata kunci:** ikan teri; daun kelor; volume asi; berat badan.

Arini\*,  
Iin Octaviana Hutagaol

**Abstract**

*The puerperium or puerperium period is the period after labor is completed up to 6 weeks or 42 days. During the puerperium, the reproductive organs will slowly experience changes as they were before pregnancy. This change in the reproductive organs is called involution. Based on the 2018 Riskesdas data, the process of starting breastfeeding mostly occurs 1-6 hours after birth (35.2%) and <1 hour (early breastfeeding initiation) at 34.5%. Meanwhile, the lowest breastfeeding initiation occurred at 7-23 hours after birth, which was 3.7%. It can be seen that the coverage of exclusive breastfeeding in 2020 decreased by 1.10% compared to coverage in 2019 (57.77%). Almost all Puskesmas in the Palu City area have exclusive breastfeeding coverage >50%, and refer to the 2020 Ministry of Health Strategic Plan target of 40%. This study aims to analyse the influence of biscuits and flour from flour anchovies kelor against the increasing volume of breastfeeding on the parturition. The specific objectives of this study were: 1) making biscuits from anchovy flour and Moringa flour, 2) Determining the serving size of biscuits per serving, 3) Analyzing the effect of giving biscuits from anchovy flour and Moringa flour to increase the volume of breast milk in postpartum mothers. The research design used a quasi-experimental one group pre and post-test. The used the test t pairs, One at the research is mother parturition Palu in some 20 mother parturition. The subject of study is population research which were selected purposively on inclusion and exclusion. This research result indicates that any impact of biscuits flour anchovies (*stolephorus commersonii*) and flour leaves kelor (*moringaolefera*) against weight mother parturition ( p 0,006 ) and volume breastfeeding worth (p 0,000 ).*

**Keywords:** anchovy; moringa leaves; breast milk; body weight.

## 1. Pendahuluan

Air Susu Ibu (ASI) merupakan makanan terbaik untuk bayi. Program pemberian ASI merupakan program prioritas, karena memberi dampak yang luas status gizi dan kesehatan balita. Kementerian Kesehatan menargetkan peningkatan target pemberian ASI eksklusif hingga 80%. Namun pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih rendah. Pencapaian ASI eksklusif di Indonesia hanya 74,5%<sup>(1)</sup>. Berdasarkan data profil kesehatan Indonesia, cakupan bayi mendapat ASI eksklusif tahun 2018 yaitu sebesar 68,74%.<sup>(2)</sup> Proses mulai menyusui terbanyak terjadi pada 1-6 jam setelah kelahiran (35,2%) dan <1 jam (inisiasi menyusui dini) sebesar 34,5%. Sedangkan proses mulai menyusui terendah terjadi pada 7-23 jam setelah kelahiran yaitu sebesar 3,7%.<sup>(3)</sup> Terlihat bahwa cakupan ASI eksklusif pada Tahun 2020 mengalami penurunan sebesar 1,10% dibandingkan cakupan Tahun 2019 (57,77%).<sup>(4)</sup>

Daun kelor (*Moringa oleifera*) merupakan bahan makanan lokal yang memiliki potensi untuk dikembangkan dalam kuliner ibu menyusui, karena mengandung senyawa fitosterol yang berfungsi meningkatkan dan memperlancar produksi ASI (efek laktagogum). Secara teoritis, senyawa-senyawa yang mempunyai efek laktagogum diantaranya adalah sterol. Sterol merupakan senyawa golongan steroid. Daun kelor mengandung protein lengkap (mengandung 9 asam amino esensial), kalsium, zat besi, kalium, magnesium, zink dan vitamin A, C, E serta B yang memiliki peran besar pada sistem imun.<sup>(5)</sup>

Ikan teri dapat dijadikan tepung dan dimanfaatkan untuk bahan pembuatan makanan karena mengandung protein tinggi.<sup>(6)</sup> Oleh karena itu tepung ikan teri berpotensi

untuk dimanfaatkan dalam pembuatan biskuit untuk meningkatkan nilai pemanfaatan ikan teri dan kandungan gizi biskuit. Oleh karena itu, untuk meningkatkan nilai pemanfaatan sumberdaya yang ada dan meningkatkan kandungan gizi biskuit maka digunakan tepung daun kelor dan tepung ikan teri.<sup>(7)</sup>

Tujuan umum dari penelitian ini adalah mengembangkan formula biskuit dengan penambahan tepung daun kelor dan tepung ikan teri terhadap peningkatan ASI pada ibu nifas. Sedangkan tujuan khusus penelitian ini yaitu: 1) membuat biskuit dari tepung ikan teri dan tepung kelor, 2) menentukan takaran saji biskuit per sajian, 3) menganalisis pengaruh pemberian biskuit dari tepung ikan teri dan tepung kelor terhadap peningkatan kadar ASI pada ibu nifas.

Masa nifas atau masa puerperium adalah masa setelah persalinan selesai sampai 6 minggu atau 42 hari. Selama masa nifas, organ reproduksi secara perlahan akan mengalami perubahan seperti keadaan sebelum hamil. Perubahan organ reproduksi ini disebut involusi. Asuhan selama periode nifas perlu mendapat perhatian karena sekitar 60%. Angka Kematian Ibu terjadi pada periode ini. Perdarahan merupakan penyebab utama kesakitan dan kematian ibu pada masa nifas, dimana 50%-60% karena kegagalan uterus berkontraksi secara sempurna.<sup>(8)</sup>

*World Health Organization* (WHO) menyatakan angka kematian ibu sangat tinggi Sekitar 830 wanita meninggal karena komplikasi kehamilan atau persalinan di seluruh dunia setiap hari. Diperkirakan pada tahun 2015, sekitar 303.000 wanita meninggal selama dan setelah kehamilan dan persalinan. Rasio kematian ibu di Negara berkembang

pada tahun 2015 adalah 239 per 100.000 KH.<sup>(8)</sup>

Kelancaran proses laktogenesis menentukan onset laktasi. Kegagalan bayi untuk menyusui merupakan salah satu faktor yang menyebabkan onset laktasi lebih dari 3 hari, frekuensi menyusui berhubungan dengan rangsangan isapan pada payudara dengan produksi oksitosin dan prolaktin untuk memproduksi air susu. Menyusui dengan frekuensi lebih dari 6 kali dalam 24 jam pertama setelah bayi lahir dapat menjamin kecukupan ASI pada hari-hari berikutnya.<sup>(2,9)</sup>

Biskuit merupakan makanan kering yang tergolong makanan panggang atau kering. Biskuit dibuat

dari bahan dasar tepung dan bahan tambahan lain membentuk suatu formula sehingga menghasilkan suatu produk dengan struktur tertentu. Salah satu pangan fungsional yang populer dikonsumsi adalah biskuit dengan berbagai variasi rasa, daya simpan yang tahan lama, dan harga yang relatif murah. Akibat tingginya persaingan di pasaran dan meningkatnya permintaan untuk kesehatan, saat ini telah banyak dikembangkan biskuit yang bergizi dan fungsional dengan memodifikasi komposisi zat gizinya dan mensubstitusi tepung terigu sebagai resep dasar dengan tepung lainnya. Menurut SNI, syarat kandungan energi pada biskuit terigu minimal 400 kkal per 100 gram.

Tabel 1. Kandungan gizi ikan teri<sup>(9)</sup>

Jenis	Energy (Kal)	Protein (g)	Lemak (g)	Kalsium (mg)	Fosfor (mg)	Zat besi (mg)
Teri Bubuk	227	60	2,3	1209	1225	3
Teri Kering	170	33,4	3	1200	1500	3,6
Teri Segar	144	32,5	0,6	1000	1000	3

Tanaman kelor merupakan tanaman tropis yang mudah tumbuh di daerah tropis seperti Indonesia dan berbagai kawasan tropis lainnya di dunia. Tanaman kelor merupakan tanaman perdu dengan ketinggian 7-11 meter. Tanaman ini berupa semak atau pohon dengan akar yang kuat, berumur panjang, batangnya berkayu getas (mudah patah), tegak, berwarna putih kotor, berkulit tipis, permukaan kasar, dan jarang bercabang. Tanaman kelor memiliki bunga yang berwarna putih kekuning-kuningan yang keluar sepanjang tahun dengan aroma semerbak yang khas. Tanaman kelor memiliki buah yang berbentuk panjang dan segitiga dengan panjang sekitar 20-60 cm. Buah tanaman kelor berwarna hijau ketika masih muda dan berubah menjadi coklat ketika tua.<sup>(10)</sup>

Daun kelor (*Moringa oleifera*) merupakan bahan makanan lokal yang memiliki potensi untuk dikembangkan dalam kuliner ibu menyusui, karena mengandung senyawa fitosterol yang berfungsi meningkatkan dan memperlancar produksi ASI (efek laktagogum). Secara teoritis, senyawa-senyawa yang mempunyai efek laktagogum diantaranya adalah sterol. Sterol merupakan senyawa golongan steroid. Daun kelor mengandung protein lengkap (mengandung 9 asam amino esensial), kalsium, zat besi, kalium, magnesium, zink dan vitamin A, C, E serta B yang memiliki peran besar pada sistem imun.<sup>(11)(7)</sup>

## 2. Metode Penelitian

Desain Penelitian menggunakan quasi experimental *one grup pretest dan post test*, uji yang digunakan yaitu Uji t berpasangan. Responden pada penelitian ini adalah ibu nifas di Kota Palu sejumlah 20 ibu nifas. Subjek penelitian adalah populasi penelitian yang dipilih dengan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut:

### Kriteria Inklusi

- Ibu nifas yang bersedia melakukan pumping
- Menyetujui berpartisipasi (menandatangani informed consent)
- Bersedia mematuhi prosedur penelitian
- ASI kurang atau onset ASI terlambat

### Kriteria eksklusi

- Tidak bersedia mengikuti penelitian

Selama pelaksanaan intervensi, penelitian akan dibantu kader posyandu yang ada di puskesmas di tempat penelitian. Biskuit didistribusikan setiap minggu kepada koordinator kader posyandu yang selanjutnya didistribusikan ke sejumlah kader posyandu pendamping, Mekanisme distribusi dari kader pendamping ke responden diantarkan langsung setiap dua kali dalam seminggu. Untuk melihat kepatuhan responden dalam mengonsumsi biskuit intervensi bersamaan dengan distribusi biskuit setiap kader membantu peneliti mengawasi dan mencatat jumlah biskuit yang dikonsumsi dan yang tidak dikonsumsi. Untuk meningkatkan kepatuhan dan menjaga keikutsertaan dalam kegiatan penelitian responden diberikan edukasi penyuluhan gizi dan pengenalan biskuit intervensi.

Adapun uji yang digunakan

dalam penelitian ini adalah uji T berpasangan, responden dalam penelitian ini sejumlah 20 ibu nifas.

## 3. Hasil dan Pembahasan

### a. Karakteristik umur ibu nifas

Umur atau usia adalah rentang kehidupan yang diukur dengan tahun, dikatakan masa awal dewasa adalah usia 18-40 tahun, dewasa madya adalah 41-60 tahun, dewasa lanjut >60 tahun.<sup>(3)</sup>

Tabel 2. Karakteristik usia responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Presentase (%)
<b>Umur</b>		
≤20 Tahun	2	10
20-35 Tahun	17	85
≥35 Tahun	1	5

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa mayoritas responden pada kelompok intervensi berumur 20-35 tahun sebesar 85%.

### b. Karakteristik paritas

Paritas merupakan banyaknya anak yang dilahirkan oleh ibu dari anak pertama sampai dengan anak terakhir, adapun pembagian paritas yaitu primipara, multipara, dan grande multipara.<sup>(12)</sup>

Tabel 3. Karakteristik paritas

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Presentase (%)
<b>Paritas</b>		
Primipara (1anak)	8	40
Multipara (2-4 anak)	11	55
Grande muliti para (≥5 anak)	1	5

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat, mayoritas responden pada kelompok intervensi ibu dalam status multipara (2-4 anak) sebanyak 11 orang (55%).

c. Karakteristik jenis kelamin

Tabel 4. Karakteristik Jenis Kelamin

Karakteristik Responden	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Jenis Kelamin		
Bayi		
Perempuan	12	60
Laki-laki	8	40

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat, mayoritas ibu melahirkan bayi perempuan sebanyak 12 bayi (60%).

d. Pengaruh biskuit ikan teri dan kelor terhadap volume ASI

Analisis ini dilakukan untuk melihat Perubahan volume ASI pada responden *pre test* dan *post test* setelah pemberian biskuit ikan teri dan kelor pada kelompok intervensi dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5. Perubahan berat badan setelah pemberian biskuit ikan teri dan kelor pada kelompok intervensi *pre test* dan *post test*

	Mean (sb)	Selisih	IK (95%)	Nilai <i>p</i>
Volum e ASI <i>Pre-test</i> (n=20)	50,75 (7,53)			
		65,10	56,05	0,00
Volum e ASI <i>Post-test</i> (n=20)	115,85 (20,26)	(19,34)	- 74,15	

Berdasarkan tabel 5 diperoleh nilai *significancy* 0,000 ( $p < 0,05$ ) dengan selisih

65,10 (IK 95%, 56,05-74,15). Artinya ada perbedaan volume ASI sebelum dan sesudah pemberian biskuit yang diformulasi dengan penambahan tepung ikan teri (*stolephorus commersonii*) dan tepung daun kelor (*moringa oleifera*). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Johan menggunakan kelor sebagai bahan penelitiannya yang dilakukan pada ibu postpartum menunjukkan bahwa frekuensi menyusui meningkat ketika ibu diberikan kelor, hal ini disebabkan oleh meningkatnya volume asi pada ibu nifas.<sup>(13)</sup> Kandungan Pada kelor terdiri dari senyawa yang yang sifatnya mengandung laktogogum yang berfungsi untuk meningkatkan produksi ASI,<sup>(14)</sup> hal ini karena kandungan *galactugoguge* pada daun kelor.<sup>(15)</sup> Selain berguna untuk memperbanyak ASI bertujuan juga untuk memperlancar pengeluaran ASI.<sup>(16)</sup> *Laktogogum* merangsang hipofisis *posterior* untuk memproduksi *hormone oksitosin* yang berguna untuk membantu kontraksi otot polos pada payudara untuk mengeluarkan ASI dan *hipofisis anterior* untuk memproduksi *hormone prolactin* untuk memproduksi ASI, ASI diproduksi setiap saat sebelum dan setelah bayi minum ASI. ASI yang diproduksi akan tersimpan di *Sinus laktiferus*. Payudara akan memproduksi ASI jika tidak ada kelainan dan masalah maka rata-rata ASI yang dihasilkan adalah 50-100 ml/hari dan akan meningkat sesuai pertambahan Umur

bayi, produksi ASI akan sangat berpengaruh terhadap berat badan bayi.<sup>(16)</sup>

- e. Pengaruh biskuit ikan teri dan kelor terhadap peningkatan BB Analisis ini dilakukan untuk melihat Perubahan Berat Badan pada responden *pre test* dan *post test* setelah pemberian Biskuit Ikan Teri dan kelor pada kelompok intervensi dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6. Perubahan berat badan setelah pemberian biskuit ikan teri dan kelor pada kelompok intervensi *pre test* dan *post test*

	Mean (sb)	Selisih	IK (95%)	Nilai <i>p</i>
BB <i>Pre-test</i> (n=20)	53,35 (3,50)	1,00	0,32-1,68	0,006
BB <i>Post-test</i> (n=20)	54,55 (4,36)			

Berdasarkan tabel 6 diperoleh nilai *significancy* 0,006 ( $p < 0,05$ ) dengan selisih 1,00 (IK 95%, 0,32-1,68), artinya ada perbedaan berat badan ibu nifas setelah pemberian biskuit yang diformulasi dengan penambahan tepung ikan teri (*Stolephorus commersonii*) dan tepung daun kelor (*Moringa oleifera*).

Asumsi peneliti terkait kenaikan berat badan ibu nifas mengalami kenaikan yang kurang signifikan. Kenaikannya hal ini disebabkan ibu nifas dalam periode menyusui, sehingga kalori yang masuk segera keluar melalui ASI yang diberikan pada bayi.

Kandungan Pada biskuit tepung kelor kaya akan zat gizi mikro seperti (Ca, Fe, Zn dan protein), sementara pada ikan teri banyak

mengandung energi, protein, Fe, Zn, dan lainnya, penggabungan 2 materi tersebut bertujuan untuk meningkatkan kenaikan BB pada ibu nifas selama menyusui. Penilaian kenaikan BB menggunakan timbangan berat badan yang telah di tera sebelumnya. Faktor lain yang diduga mempengaruhi peningkatan BB maupun perbedaan selisih peningkatan BB pada ibu nifas tersebut dikarenakan asupan makanan sehari-hari yang dikonsumsi oleh ibu nifas selama periode menyusui.

Proses metabolisme terjadi setelah proses persalinan, penambahan berat badan yang berasal dari zat gizi yang bervariasi selama konsumsi nifas terukur dari penambahan berat badan ibu nifas. Agar bayi terpenuhi kebutuhan ASI nya diperlukan ibu yang sehat saat pemberian ASI. Untuk itu agar ibu nifas dapat cukup energi yang mendukung proses menyusui.<sup>(17)</sup> Zat gizi yang optimal diperoleh dari ibu dengan mengkonsumsi makanan yang sehat seperti biskuit yang diformulasikan dengan tepung kelor dan ikan teri.

Penelitian sejenis yang menggunakan kelor menunjukkan bahwa setelah 3 bulan pemberian ekstrak kelor pada ibu hamil terjadi peningkatan secara signifikan baik secara langsung dan tidak langsung terhadap kenaikan berat badan, lingkaran lengan atas, dan hemoglobin.<sup>(18)(7)</sup>

#### 4. Kesimpulan

Pada penelitian ini mengungkapkan beberapa hal sebagai berikut: rata-rata perubahan Volume ASI pada responden *pre test* dan *post test* setelah pemberian Biskuit Ikan Teri dan kelor pada kelompok intervensi, nilai *significancy* 0,000 ( $p < 0,05$ ) dengan

selisih 65,10 (IK 95%, 56,05-74,15). artinya ada perbedaan volume ASI sebelum dan sesudah pemberian biskuit yang diformulasi dengan penambahan tepung ikan teri (*Stolephorus commersonii*) dan tepung daun kelor (*Moringa oleifera*).

Perubahan berat badan pada responden *pre test* dan *post test* setelah pemberian biskuit ikan teri dan kelor pada kelompok intervensi, diperoleh nilai significancy 0,006 ( $p < 0,05$ ) dengan selisih 1,00 (IK 95%, 0,32-1,68), artinya ada perbedaan berat badan ibu nifas setelah setelah pemberian biskuit yang diformulasi dengan penambahan tepung ikan teri (*stolephorus commersonii*) dan tepung daun kelor (*moringa oleifera*).

## 5. Daftar Pustaka

- [1] Kemenkes RI BP dan PK. Laporan\_Nasional\_RKD2018\_FINAL.pdf. 2018;
- [2] Noviani, A., Sari M., Septina HRH. Profil Kesehatan Ibu Dan Anak. Badan Pus Stat. 2020;53(9):111–33.
- [3] Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Kementeri Kesehatan RI. Riskesdas. 2018;
- [4] Dinas Kesehatan Kota Palu. Profil kesehatan Kota Palu. Dinas Kesehatan Kota Palu. 2020. 121p p.
- [5] Corry P, Candriasih P AS. Effect of Moringa ( *Moringa oleifera* ) Biscuit Administration on Hemoglobin Levels of Pregnant Women. Int J Sci Basic ApplRes. 2018;37(1):243–52.
- [6] Fatimah, S., Hadju, V., Bahar, B. AZ. Pola Konsumsi dan Kadar Hemoglobin pada Ibu HamildiKabupaten Maros, Sulawesi Selatan. MK. 2011;15(1):1–6.
- [7] Arini A HI. Biskuit Tepung Ikan Teri dan Daun Kelor terhadap peningkatan kadar HB dan berat badan ibu hamil. J Ilm Kesehat Sandi Husada. 2021;10(112–7).
- [8] Maritalia. Asuhan Kebidanan Nifas dan Menyusui. Pustaka Pelajar.; 2019. 1–160 p. p.
- [9] Badan Standarisasi Nasional. SNI Biskuit Direvisi , Inilah yang Baru. BSN. 2018.
- [10] A T. Ternyata, Kelor Penakluk Diabetes. Yogyakarta; 2012.
- [11] Broin. Growing and processing moringa leaves. Fr Impr Horiz Kush. 2010;1(2).
- [12] Hutagaol IO. PERAN PROMOSI KESEHATAN OLEH BIDAN DALAM PERSIAPAN BIRTH PREPAREDNESS TERHADAP KESIAPAN IBU HAMIL TRIMESTER III di PUSKESMAS BULILI DAN BIROBULI KOTA PALU. Excell Midwifery J. 2017;1(2):66.
- [13] Johan H, Anggraini RD, Noorbaya S. Potensi Minuman Daun Kelor Terhadap Peningkatan Produksi Air Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Postpartum. Sebatik. 2019;23(1):192–4.

- [14] SARIH K. PENGARUH PEMBERIAN DAUN KELOR (*Moringa Oleifera*) PADA IBU HAMIL DAN MENYUSUI TERHADAP KUALITAS ASI DAN PERKEMBANGAN ANAK USIA 18–24 BULAN DI KABUPATEN JENEPONTO. Universitas Hasanudin; 2020.
- [15] Susilawati. Agar-agar daun kelor memperbanyak Asi Pada ibu nifas 0-3 hari di RSIA Santa Anna. *J Kreat Pengabd Kpd Masy.* 2020;3(32):352–6.
- [16] Aliyanto W, Rosmadewi R. Efektifitas Sayur Pepaya Muda dan Sayur Daun Kelor terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum Primipara. *J Kesehat.* 2019;10(1):84.
- [17] Bakri SH. PENGARUH PEMBERIAN MAKANAN TAMBAHAN (MT) TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN, KADAR HEMOGLOBIN (Hb) DAN ALBUMIN PADA IBU HAMIL KURANG ENERGI KRONIS. *Al-Iqra Med J J Berk Ilm Kedokt.* 2021;4(1):19–25.
- [18] Hermansyah, Hadju V, Bahar B. Ekstrak Daun Kelor Terhadap Peningkatan Asupan dan Berat Badan Ibu Hamil Pekerja Sektor Informal. *J Ilmu Kesehat Masy.* 2014;5(November):192–201.