p-ISSN: 1411-3597
e-ISSN: 2527-7286
DOI: 10.35965/eco.v23i2.2573

Literature Review: Efektivitas Daun Kelor *Morinaga oleifera* Terhadap Produksi Air Susu Ibu

Literature Review: Effectiveness of Moringa Leaves (Morinaga Oleifera) on Breast Milk ProductionRegency

Nurillah*, Elsa Yuniarti
*Email: nurillah310@gmail.com
Departemen Biologi Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Negeri Padang

Diterima: 21 Mei 2023 / Disetujui: 30 Agustus 2023

ABSTRAK

Bayi memiliki makanan terbaik yang mampu menujang pertimbuhan dan perkembangannya yaitu Air Susu Ibu (ASI). Dimana ASI merupakan sumber nutrisi terbaik untuk bayi. Nutrisi dari ASI sangat optimal untuk pertumbuhan dan perkembangan anak. ASI juga melindungi bayi dari berbagai infeksi seperti muntah, diare, alergi, dan infeksi telinga. Pada tahun 2011 terdapat 136,7 juta jumlah bayi yang lahir di seluruh dunia, namun hanya 32,6% yang diberi ASI dalam rentang waktu enam bulan pertama. Pada tahun 2016-2017, hanya 29,5% bayi hingga usia 6 bulan yang mendapat ASI eksklusif di Indonesia. Daun kelor (Moringa oleifera) kaya akan nutrisi, antara lain senyawa fitosterol (efek laktogum) yang memiliki potensi dalam meninggikan kadar hormon prolaktin. Prolaktin tingkat tinggi ini meningkatkan, merangsang, dan mendorong produksi ASI. Adapun tujuan pada penelitian ini yaitu untuk menguji pengaruh daun kelor terhadap prolaktin, hormon yang meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui. Metode yang dipakai dalam artikel ini adalah Systematic Literature Search (SRL) data diperoleh dari sumber pustaka dengan menggunakan database yang terbit atau hilang dari tahun 2010 hingga 2022. Hasil pada penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa daun kelor berpengaruh terhadap produksi dan kualitas ASI pada ibu menyusui

Kata Kunci: Daun Kelor, Air Susu Ibu , Hormon Prolaktin

ABSTRACT

Babies have the best food that can support their growth and development, namely Mother's Milk (ASI). Where breast milk is the best source of nutrition for babies. Nutrition from breast milk is optimal for the growth and development of children. Breast milk also protects babies from various infections such as vomiting, diarrhea, allergies and ear infections. In 2011 there were 136.7 million babies born worldwide, but only 32.6% were breastfed within the first six months. In 2016-2017, only 29.5% of babies up to the age of 6 months were exclusively breastfed in Indonesia. Moringa leaves (Moringa oleifera) are rich in nutrients, including phytosterol compounds (lactogum effect) which have the potential to increase levels of the hormone prolactin. These high levels of prolactin increase, stimulate and encourage milk production. The purpose of this study was to examine the effect of Moringa leaves on prolactin, a hormone that increases milk production in nursing mothers. The method used in this article is a Systematic Literature Search (SRL) data obtained from library sources using databases published or lost from 2010 to 2022. The results of the research that has been conducted found that Moringa leaves affect the production and quality of breast milk in nursing mothers

***Keywords**: Moringa leaves, Mother's Milk, Prolactin Hormone*

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

A. PENDAHULUAN

Menyusui adalah proses alami dan tidak memerlukan tindakan khusus. Menyusui tidak membutuhkan biaya yang banyak, namun butuh kesabaran, waktu, dan ilmu tentang menyusui sehingga terjadi proses yang efektif. Dan dukungan dari keluarga, terutama suami sangat diperlukan bagi ibu yang menyusui. Memberikan ASI eksklusif memerlukan pertimbangan khusus bagi ibu muda. Oleh karena itu, peran suami dan keluarga sangat besar dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif (Astuti, 2020).

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan paling baik untuk bayi. ASI merupakan sumber nutrisi terbaik untuk bayi yang mampu mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak serta meningkatkan kesehatan bayi, mencegah penyakit, mengurangi biaya dan biaya makan (MPASI) (Bartick, 2009). ASI juga melindungi bayi dari banyak infeksi seperti muntah, diare, infeksi pada telinga dan juga alergi (Suwanti, 2016). Pemberian ASI juga bisa meningkata ketahanan tubuh atau imun bayi sehingga tidak mudah terserang penyakit.

Menurut laporan World Health Organization (WHO) serta United Nations Children's Fund (UNICEF) pada tahun 2012, terdapat 136,7 juta jumlah bayi yang lahir di seluruh bagian dunia, namun hanya terdapat 32,6% dari jumlah mereka yang mendapatkan ASI eksklusif dalam rentang waktu 6 bulan setelah bayi lahir. Berdasarkan data Profil Kesehatan Indonesia tahun 2016 dan 2017, persentase bayi yang diberikan ASI eksklusif pada rentang umur 6 bulan hanya mencapai 29,5% pada tahun 2016, dan meningkat menjadi 35,73% pada tahun 2017. Meskipun terjadi peningkatan pemberian atas ASI eksklusif, angka tersebut masih termasuk jauh dibandingkan target yang diharapkan sebesar 80% (Astuti, 2020). Didasari dari data Kesehatan Indonesia (SDKI) serta Survei Demografi tahun 2017, terdapat pencapaian 52% pemberian dari ASI eksklusif di Indonesia. Dalam hal ini menunjukkan peningkatan sebesar 42% jika dibandingkan dengan data SDKI tahun 2012. Namun persentase diatas masih belum mendekati target yang sudah ditetapkan atas pemerintah yaitu sebesar 80% (Handayani *et al*., 2021). Salah satu penyebab rendahnya pemberian ASI eksklusif disebabkan karena persediaan/ produktivitas ASI yang terbatas bagi sebagian besar orang tua.

Berbagai macam cara untuk meningkatkan produktivitas ASI. Studi telah dilakukan di Indonesia tentang

efektivitas daun kelor sebagai penguat ASI. Mengkonsumsi makanan yang mengandung daun kelor diduga dapat meningkatkan produksi ASI B. Selain itu, memakan tanaman kelor dipercaya dapat meningkatkan daya tahan tubuh. Daun kelor merupakan salah satu bahan yang potensial untuk dikembangkan di bidang komsumsi pada ibu menyusui. Oleh karena itu diyakini bahwa daun dapat melanjutkan dan mendorong efek fitosterol yang berlawanan (efek laktobasilus), serta meningkatkan produksi daya ungkit. Ada juga sterol sebagai piktogram di balik efek bakteri asam laktat. Sterol adalah senyawa yang termasuk dalam kelompok steroid (Sinaga, *et al*, 2022). Serbuk daun kelor mengandung banyak nutrisi bermanfaat. Daun kelor (Moringa oleifera) juga memiliki sifat asam laktat dan mengandung senyawa fitosterol yang diduga dapat meningkatkan kadar hormon prolaktin dan zat besi, menjadikan ASI sebagai makanan alami terbaik untuk bayi. Oleh karena itu, mungkin bermanfaat bagi kesehatan bayi (Septadina *et al*., 2018).

Penelitian ini memiliki tujuan yaitu agar peneliti dan masyarakat mengetahui bagaimana pengaruh tanaman daun kelor (Moringa oleifera) terhadap hormon prolaktin dalam memperbanyak volume produksi ASI pada ibu menyusui.

B. METODE PENELITIAN

Metode dalam penulisan penelitian ini menggunakan Systematic literature review (SRL) melalui sumber pustaka yang didapat dengan data base publish or perish yang dipublikasikan dari tahun 2010 sampai 2022. “Systematic literature review” memiliki artian yang merujuk kepada penelitian dengan metodologi penelitian tertentu juga pengembangan yang telah dilakukan dalam mengevaluasi penelitian yang berfokus terhadap topik terkhusus yang relevan dengan tujuan SLR. Dilakukannya Penelitian SLR memiliki banyak tujuan, termasuk meninjau, mengevaluasi, meringkas, dan mengidentifikasi semua penelitian yang ada pada topik yang menarik, khususnya fenomena, dan relevansinya dengan pertanyaan penelitian tertentu (Triandini *et al*., 2019)

Penelitian ini menggunakan kriteria inklusi dengan artikel dan jurnal yang sesuai, kemudian diambil untuk dianalisis yaitu Pengaruh daun kelor terhadap hormon prolaktin, potensi senyawa yang terkandung dalam daun kelor, artikel yang dikutip dari jurnal nasional yang ditulis dalam bahasa Indonesia, artikel penelitian

asli atau bukan literature review dalam 12 tahun terakhir.

Artikel dalam penelitian ini menggunakan salah satukata kunci dan operator Boolean (AND, OR). Pencarian dilakukan pada bulan Maret 2023. Sumber database menggunakan Google Scholar, dan Crossref, serta pencarian menggunakan aplikasi Publish or Perish. Data yang dicari meliputi artikel yang dipublikasikan dari tahun 2010-2022 dengan menggunakan kata kunci berikut: kelor (*Moringa oleifera*), hormon prolaktin.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil kajian pustaka yang dilakukan untuk mengetahui senyawa kimia dan bioaktivitas kayu manis sebagai farmakologi, teridentifikasi 1.291 artikel. Selanjutnya diperoleh 20 artikel yang relevan dengan penetapan artikel yang memenuhi persyaratan kriteria inklusi. Sehingga diperoleh 15 artikel terpilih yang memenuhi kelayakan. Berdasarkan hasil kajian pustaka artikel kelayakannya terpenuhi dengan kajian sistemati dalam penelitian 12 tahun terakhir. Dari 15 artikel yang telah dikaji hasil yang ditemukan yaitu daun kelor mengandung senyawa kimia yang mampu merangsang hormon prolaktin yang bisa meningkatkan produktivitas ASI pada ibu menyusui.

Tabel 1 Ringkasan Deskripsi Data

Judul artikel	Pengarang	Metode	Hasil
Pengaruh pemberian ekstrak daun kelor terhadap produksi asi pada ibu nifas	Amilya Safarringga, Ratna Dewi Putri (2021)	pendekatan Quasy experimental desain rancangan dengan two group pretest-posttest design	Dari penelitian ini didapatkan Hasil uji t p value yaitu 0,000 < α (0,05). Yang artinya efek dari ekstrak dari daun kelor signifikan dalam merangsang hormon prolaktin yang bisa meningkatkan produksi ASI.(Amilya Safarringga, 2021)
Efek Pemberian Ekstrak Daun Kelor *(Moringa oleifera)* dalam Proses Menyusui	Indri Seta Septadina, Krisna Murti, Neliza Utari (2018)	menganalisis senyawa yang terkandung didalam ektrak daun kelor yang berpotensi meningkatkan produksi ASI.	Hasil dari penelitian ini didapati bahwa adanya senyawa fitosterol yang merupakan efek laktogogum yang berperan dalam meningkatkan kadar hormon prolaktin atau hormon menyusui dan juga bisa meningkatkan kualitas ASI sehingga berdampak positif bagi bayi.(Septadina *et al*., 2018)
Perbandingan Kecukupan Asi Ibu Menyusui Antara Konsumsi Ekstrak Daun Kelor Dengan Konsumsi Ekstrak Biji Fenugreek	Nur Khasanah, Anita Liliana, Claresta Jessy Widia Sandra (2021)	Quasi Experiment menggunakan rancangan post test-only without control group design	Hasil penelitian didapatkan daun kelor lebih berpotensi dalam memenuhi kecukupan ASI. Akan tetapi Tidak ditemukan perbedaan yang sejalan antara daun kelor dengan biji fenugreek karena keduanya mengandung flavonoid yang berpotensi memiliki kandungan yang merangsang hormon prolaktin dan oksitosin, yang dapat menambah volume dari produksi ASI.(Nur Khasanah *et al*., 2021)

Judul artikel	Pengarang	Metode	Hasil
Pengaruh Pemberian Puding Daun Kelor (Moringa oleifera) terhadap Produksi Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kelurahan Cawang Jakarta Timur	Indri Pratiwi, Mia Srimiati (2020)	*eksperimental study* dan rancangan dengan *pretest-posttest with control group*.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa yaitu pemberian puding dari daun kelor dengan porsi 250 g/hari dengan rentang waktu 7 hari kelor berpengaruh dalam meningkatkan ASI dibuktikan pada berat badan bayi sesudah dan sebelum diberi perlakuan mengalami kenaikan yang signifikan.(Pratiwi & Srimiati, 2020)
Hubungan konsumsi daun kelor dengan pemberian ASI Eksklusif pada ibu menyusui Suku Timor di Kelurahan Kolhua Kecamatan Maulafa Kupang.	Roslin E.M. Sormina, Maria Vilastry Nuhan (2018)	Tekhnik dalam penelitian ini adalah *purposive sampling.* Data dianalisis univariat lalu data dianalisis dengan uji *Chi-square.*	Didapatkan hasil yaitu mengkomsumsi daun kelor sebagai makanan sehari-hari signifikan dalam meningkatkan dan memperlancar prodiksi ASI pada ibu-ibu setempat.(Sormin & Nuhan, 2018)
Potensi Minuman Daun Kelor Terhadap Peningkatan Produksi Air Susu Ibu (ASI) Pada Ibu Postpartum.	Herni Johan, Ryzky Diah Anggraini, dan Siti Noorbaya (2019)	Quasy Experiment, menggunakan rancangan Nonequivalent Control Group Design.	Hasil penelitian menunjukkan skor < 0,05 yang menunjukkan bahwa daun kelor berpotensi dalam produksi ASI ibu nifas.dalam hal ini dibuktikan dengan bertambahnya pada berat badan bayi, terjadinya pertambahan frekuensi BAK bayi, peningkatan frekuensi BAK bayi, dan peningkatan frekuensi pemberian ASI.(Johan *et al*., 2019)
Pengaruh Breastcare Dan Air Seduhan Daun Kelor Terhadap Produksi ASI.	Galih Setia Adi (2018)	Pre dan post test without control group. Analisis bivariat dengan uji Paired sample t-test.	dari penelitian yang dilakukan didapatkan hasil adanya perbedaan yang sejalan dalam produksi ASI sebelum dan setelah terapi perawatan payudara (brest care) diberikan dan juga air dari seduhan daun kelor. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi (sig) sebesar 0,000, menunjukkan lebih kecil dari 0,005.Yang menunjukkan bahwa adanya pengaruh perlakuan yang diberukan terhadap peningkatan produksi ASI. (Galih Setia Adi, 2010)
Potensi Ramuan Ekstrak Biji Klabet dan Daun Kelor sebagai Laktagogum dengan Nilai Gizi Tinggi	Lucie Widowati, Ani Isnawati, Sukmayati Alegantina, dan Fifi Retiaty(2019)	Metode dipakai.	Dari hasil penelitian ini, pemberian ekstrak biji fenugreek dan daun kelor (perbandingan 1:1), pemberian pada tikus betina laktasi dengan dosis 30 mg/200 g BB dapat meningkatkan produksi ASInya 2,4 kali dibandingkan laktasi. tikus betina. Saya tidak mendapatkan pernyataan yang sama.. (Widowati *et al*., 2019)
Seduhan daun kelor (Moringa oleifera) Sebagai Alternatif Peningkatan Volume ASI Dan Berat Badan Bayi Baru Lahir.	Diah Evawanna Anuhgera, Nikmah Jalilah Ritonga, Riris Sitorus(2022)	Metode dengan purposive sampling dan Analisa data yang digunakan adalah uji paired dan unpaired t-test.	Ditemukan perbedaan antara sebelum dan setelah pemberian seduhan daun kelor pada kelompok intervensi, dengan peningkatan sebesar 38,95 ml. Sementara itu, pada kelompok kontrol hanya terdapat peningkatan sebesar 16,1 ml. Hal ini menunjukkan bahwa seduhan daun kelor dapat menjadi alternatif terapi yang efektif dalam meningkatkan volume ASI dan berat bayi selama proses menyusui.(Anuhgera *et al*., 2022)

Judul artikel	Pengarang	Metode	Hasil
Pengaruh Ekstrak Daun Kelor Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Puskemas Bahagia Tahun 2021	Hoh Mabsuthoh, Hajar Nur Fathur Rohmah(2021)	Metode menggunakan pra-eksperimen (*pre experimental designs*) yaitu *one group pretest posttest design*. di analisis dengan univariat dan bivariat bersama uji paired t-Test.	Pada penelitian ini hampir semua hasil produksi susu tahap post test didapatkan selisih 0,2573 yang menunjukkan bahwa tahap ini lebih tinggi dibandingkan tahap pre test. Hasil tersebut menunjukkan bahwa konsumsi daun kelor efektif dalam meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.(Mabsuthoh *et al*., 2022)
Pengaruh Pemberian Sayur Daun Kelor Dan Sayur Daun Katuk Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Menyusui Di Desa Tambirejo Kecamatan Toroh	Mulya Susanti (2022)	metode *pre eksperiment* lalu pendekatan *pre post test desaign*. sampel diambil dengan *random sampling* dianalisis data dengan *uji wilcoxon* dan *uji mann-whitney*.	Temuan dari penelitian menunjukkan bahwa konsumsi sayur daun kelor dan sayur daun katuk dapat berperan terhadap kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui. Daun kelor mengandung hormon oksitosin dan prolaktin, serta bahan kimia dengan efek laktogenik yang merangsang refleks prolaktin yang berperan dalam produksi ASI. (Susanti, 2022)
Pengaruh Kapsul Ekatrak Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui.	bunga Tiara Carolin, Cholisah Suralaga, Gita Dharmawanti (2022)	*quasi eksperimental desain* bersama *one group pretest-posttest design*. lalu dianalisis dengan uji *paired sample t-test.*	Hasilnya, sebagian skor produksi ASI ibu menyusui sebelum pemberian ekstrak tanaman daun kelor adalah 5,40 poin. Namun setelah pemberian ekstrak daun kelor nilainya bertambah menjadi 7,47. Hal ini menunjukkan bahwa kapsul ekstrak daun kelor berpengaruh terhadap kebutuhan ASI pada ibu menyusui..(Carolin *et al*., 2022)
Pemanfaatan Tanaman Lokal Sebagai Pelancar ASI (Galaktogogue)	Sri Handayani, Yopi Suryatim Pratiwi, Nurul Fatmawati (2021)	Metode penelitian yaitu kuantitatif.	Studi menunjukkan bahwa ada sebagian tanaman yang kegunaannya di masyarakat untuk menambah volume pada produksi ASI, selain itu daun kelor, daun katuk, daun bayam, dan turi. Tanaman ini bisa diolah menjadi sayuran bening. Telah dibuktikan secara ilmiah bahwa tanaman ini meningkatkan produksi susu.(Handayani *et al*., 2021).
Smoothies Almond Kelor sebagai Nutrisi Tambahan Ibu Nifas untuk Meningkatkan Kuantitas Air Susu Ibu	Hani Oktafiani, Dewi Nurlaela Sari, Cici Valiani (2022)	Penelitian dilakukan dengan pendekatan quasi eksperimen melalui analitik bivariate	Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa smoothies almon dan kelor menjadi salah satu yang memenuhi nutrisi dalam meningkatkan kualitas dari ASI. Dan kandungan polifenol yang tredapat di daun kelor juga dapat berpotensi menghambat reseptor dopamin, selain itu juga berpotensi dalam meningkatkan sekresi dari hormon prolaktin.(Oktafiani *et al*., 2022)
R & D : Teh Daun Kelor, Upaya Peningkatan Volume ASI di Kelurahan Cijoro Kabupaten Lebak Provinsi Banten Tahun 2022.	Anis Ervina, Rika Fitriyani, Sulis Mila Lestari, Anita Purnama Sari, Pujawati, Umul Bahriah (2022)	Dalam penelitian ini digunakan pre ekperimental tipe *one group pre test – post test.*	Hasil darpenelitian didapatkan bahwa 76,5% responden mengalami persepsi ASI nya meningkat setelah mengkonsumsi teh daun kelor 5 mg selama 21 hari.yang menunjukkan bahwa teh daun kelor berpengaruh dalam meningkatkan produksi ASI.(Zulmi *et al*., 2021)

Sumber Data : Hasil Olahan Penelitian 2023

Berdasarkan studi literature review, dibuktikan dari beberapa penelitian yang menguji senyawa yang terkandung pada tanaman kelor. Dalam penelitian Septidina menunjukkan bahwa Penelitian menunjukkan bahwa daun kelor mengandung sitosterol dan stigmasterol, dengan kandungan stigmasterol yang lebih tinggi daripada sitosterol. Keberadaan senyawa dalam daun kelor yaitu steroid diduga memiliki hubungan dengan terjadinya pertambahan memproduksi ASI terhadap ibu hamil yang mengonsumsi tanaman ini. Dan hasil dari penelitian ini menunjukan dari perberian ekstrak duan kelor juga berpotensi alam meningkatkan kadar pada hormon menyusui dan ASI dari ibu yang menyusui tersebut memiliki kualitas yang lebih bagus (Septadina *et al*., 2018). Berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya mengatakan bahwa Sejumlah studi telah mengonfirmasi kemajuan dalam penggunaan galaktagog (zat yang merangsang produksi ASI) untuk membantu ibu menyusui. Biasanya, galaktagog diberikan dan dipromosikan setelah 3 hari pasca melahirkan untuk mendorong produksi ASI. Salah satu contohnya adalah daun kelor, yang terbukti meningkatkan laktasi dengan meningkatkan kadar dari prolaktin serum ibu. Dimana hormon yang sangat penting yang merangsang produksi ASI pada ibu menyusui adalah Prolaktin (Amilya Safarringga, 2021)

Galactagogues yang terkandung dalam daun kelor yang merupakan ramuan yang memiliki fungsi dalam meninggikan volume dan memperlancar aliran ASI (Amilya Safarringga, 2021). Susilawati (Oktafiani *et al*., 2022) menambahkan bahwa daun kelor memiliki kandungan mineral kalsium yang berperan dalam gizi mikro dimana berpotensi dalam memneri pengaruh pada produksi hormon prolaktin.

Daun kelor juga mengandung polifenol yang dapat memblokir reseptor dopamin yang meningkatkan pelepasan hormon prolaktin. Fitosterol adalah senyawa penting lain yang terlibat dalam produksi susu. Daun kelor mengandung fitosterol seperti *beta-sitosterol*, *campesterol*, dan *stigmasterol*. Senyawa ini berfungsi sebagai prekursor produksi hormon estrogen dan menyebabkan pengendapan hormon prolaktin. Sebuah studi tahun 2014 oleh Kristinna dan Siti (Carolin *et al*., 2022) menemukan bahwa daun kelor memiliki kandungan fitosterol memiliki fungsi diketahui dapat menambah volume dari produksi ASI pada ibu menyusui. Daun kelor juga

mengandung 5,49 mg zat besi per 100 g dan mengandung fitosterol seperti sitosterol 1,15% per 100 g serta stigmasterol 1,52% per 100 g. Zat ini mendorong dalam memproduksi ASI pada ibu menyusui. Malnutrisi pada kedua kelompok ibu mengganggu hormon prolaktin serta pitosterol, yang berdampak negatif pada produksi ASI dan memperlambat produksi ASI. Pada kelompok intervensi terjadi pertambahan berat badan bayi, hal ini diduga disebabkan asupan puding daun kelor. Dimana daun kelor tersebut mengandung senyawa yang kaya akan fitosterol seperti stigmasterol, dan campesterol, dan sitosterol, yang menyebakan estrogen diproduksi lebih banyak dibandigkan sebelumnya. Adapun Fitosterol adalah senyawa yang dapat merangsang saluran susu guna dalam menghasilkan susu. Kandungan fitosterol sebanyak 1,15%/100 g terdaat didalam 100 gram daun kelor (Pratiwi & Srimiati, 2020).

D. KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa daun kelor apapun olahannyaberpotensi dalam meningkatkan produksi ASI untuk ibu menyusui dan dapat memenuhi kecukupan ASI. Hal ini dikarenakan kandungan dalam daun kelor yaitu senyawa polifenol, Galactagogues, sitosterol, fitosterol (kampesterol, β-sitosterol, dan stigmasterol) dan stigmasterol yang memiliki kemampuan dalam mempengaruhi hormon prolaktin untuk meninggikan volume dalam produksi dan kualitas ASI untuk bayi pada ibu menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

Amilya Safarringga, R. D. P. (2021). Pengaruh pemberian ekstrak daun kelor terhadap produksi asi pada ibu nifas. Journal Of Tropical Medicine Issues, 1(1), 9–15.

Anuhgera, D. E., Ritonga, N. J., & Sitorus, R. (2022). Kelor Leaves Infusion as a Alternative in Increasing the Volume of Breastmilk and Birth Weight in Newborn. Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk), 4(2), 72–78.

Astuti, H. (2020). 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: Jurnal Ilmiah Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Kabupaten Indragiri Hilir, 6(1), 15–22.

Carolin, B. T., Suralaga, C., & Dharmawanti, G. (2022). Pengaruh Kapsul Ekstrak Daun Kelor (Moringa Oleifera) Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui. JOMIS (Journal of Midwifery Science), 6(2), 185–194.

Galih Setia Adi. (2010). Pegaruh Breastcare Dan Air Seduhan Daun KelorTerhadap Produksi ASI. Jurnal Kesehatan "Wiraraja Medika" Mensupport, 3(4), 12–69.

Handayani, S., Pratiwi, Y. S., & Fatmawati, N. (2021). Pemanfaatan Tanaman Lokal Sebagai Pelancar Asi (Galaktogogue). Jurnal Kebidanan Malahayati, 7(3), 518–522.

Johan, H., Anggraini, R. D., & Noorbaya, S. (2019). Potensi Minuman Daun Kelor Terhadap Peningkatan Produksi Air

Susu Ibu (Asi) Pada Ibu Postpartum. Sebatik, 23(1), 192–194.

Kamelia Sinaga, Asnita Sinaga, I. S. S., & Ninsah Mandala Putri4, R. (2022). Pengaruh pemberian ekstrak daun kelor terhadap produksi asi pada ibu nifas. Indonesian Health Issue, 1, 16–25.

Mabsuthoh, S., Nur, H., & Rohmah, F. (2022). Pengaruh Ekstrak Daun Kelor Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Menyusui Di Puskemas Bahagia Tahun 2021. Cakrawala Medika: Jornal Oh Health Sciences, 01(01), 11–19.

Meity Mulya Susanti. (2022). Pengaruh Pemberian Sayur Daun Kelor Dan Sayur Daun Katuk Terhadap Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu MenyusuiI Di Desa Tambirejo Kecamatan Toroh. Jurnal Ilmiah The Shine (Juliene).

Nur Khasanah, Liliana, A., & Sandra, C. J. W. (2021). Perbandingan Kecukupan Asi Ibu Menyusui Antara Konsumsi Ekstrak Daun Kelor dengan Konsumsi Ekstrak Biji Fenugreek. Health Care : Jurnal Kesehatan, 10(2), 239–244.

Oktafiani, H., Sari, D. N., & Valiani, C. (2022). Smoothies Almond Kelor sebagai Nutrisi Tambahan Ibu Nifas untuk Meningkatkan Kuantitas Air Susu Ibu. Jurnal Kesehatan Perintis (Perintis's Health Journal), 9(2), 131–137.

Pratiwi, I., & Srimiati, M. (2020). Pengaruh Pemberian Puding Daun Kelor (Moringa oleifera) terhadap Produksi Air Susu Ibu (ASI) pada Ibu Menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Kelurahan Cawang Jakarta Timur. Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesian Journal of Health), XI(1), 53–57.

Septadina, I. S., Murti, K., & Utari, N. (2018). Efek Pemberian Ekstrak Daun Kelor (Moringaoleifera) dalam Proses Menyusui tekstur dan fungsi payudara . Kehamilan pada sintesis dan pelepasan prolaktin oleh hipofisa , gizi yang cukup karena pada saat melahirkan. Sriwijya Journal of Medicine, Volume, 1(1), 74–79.

Sormin, R., & Nuhan, M. (2018). Hubungan Konsumsi Daun Kelor dengan Pemberian ASI Eksklusif Pada Ibu Menyusui Suku Timor di Kelurahan Kolhua Kecamatan Maulafa Kupang. Chmk Nursing Scientific Journal, 2(2), 59–63.

Suwanti, E. (2016). Pengaruh Komsumsi Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kecukupan ASI Pada Ibu Menyusui Di Klaten. Kementerian Kesehatan Politeknik Kesehatan Surakarta Jurusan Kebidanan, 5(2), 132–135.

Triandini, E., Jayanatha, S., Indrawan, A., Werla Putra, G., & Iswara, B. (2019). Metode Systematic Literature Review untuk Identifikasi Platform dan Metode Pengembangan Sistem Informasi di Indonesia. Indonesian Journal of Information Systems, 1(2), 63.

Widowati, L., Isnawati, A., Alegantina, S., & Retiaty, F. (2019). Potensi Ramuan Ekstrak Biji Klabet dan Daun Kelor sebagai Laktagogum dengan Nilai Gizi Tinggi. Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan, 29(2), 143–152.

Zulmi, D., Suhartini, A., Dayana, S. D., Mufarrohah, Anisa, Awalliyah, & Refita, C. (2021). R & D : Teh Daun Kelor, Upaya Peningkatan Volume ASI di Kelurahan Cijoro Kabupaten Lebak Provinsi Banten Tahun 2022. Jurnal Obstretika Scientia, 9(2), 796–815