Artikel Dipublikasikan 1/5/2024
Bina Sehat Masyarakat, Vol 4(1) 2024.1-12
https://ejournal.upi.edu/index.php/BSM/index

PUDING DAUN KATUK: INOVASI KULINER UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI SEBAGAI UPAYA PENCEGAHAN STUNTING DI DESA JATIMULYA

Hajar Zulva Sakinah✉[1], Putri Syalistia Wati[1], Salma Fajrian Agustin[1], Emi Lindayani[2]
[1]Program Studi S1 Keperawatan Universitas Pendidikan Indonesia
[2]Program Studi Ners Universitas Pendidikan Indonesia

✉ hajarzulvas@upi.edu

ABSTRAK

Latar Belakang: Masalah stunting yang masih marak dipengaruhi oleh faktor ASI Eksklusif yang mana sebagian ibu tidak bisa menyusui secara eksklusif karena alasan ASI yang tidak keluar dengan deras. Produksi ASI dapat dirangsang salah satunya menggunakan bahan alami daun katuk. **Metode:** Tahap pengabdian diawali dengan survey, observasi, dan produksi puding katuk yang kemudian didemonstrasikan kepada ibu hamil di Desa Jatimulya. **Hasil: S**ebanyak 23 orang ibu hamil menghadiri kegiatan dan memberikan *feedback* bahwa mereka memahami manfaat dan cara pembuatan puding katuk. **Kesimpulan:** KASIPU dapat dijadikan makanan tambahan ibu hamil dan ibu menyusui untuk meningkatkan produksi ASI.
Kata Kunci: Air Susu Ibu, Daun Katuk, Puding

PENDAHULUAN

Stunting merupakan masalah tumbuh kembang pada balita yang masih banyak terjadi di masa kini, terutama di negara-negara berkembang. Sebagai negara yang masih mengalami perkembangan, angka kejadian stunting di Indonesia terbilang tinggi. Data dalam penelitian (Sari et al., 2023) mengatakan bahwa Indonesia mencapai angka 31.8% dengan prevalensi stunting kedua tertinggi setelah Timor Leste di kawasan Asia pada tahun 2020 (UNICEF, 2021). Prevalensi ini terus mengalami penurunan menjadi 24.4% dan 21.6% pada tahun 2021 dan 2022 (Suiraoka et al., 2024). Namun, penurunan tersebut belum bisa menjadikan Indonesia sebagai negara dengan angka stunting yang rendah

karena berdasarkan kritertia *World Health Organization* (WHO) suatu negara dapat dikatakan memiliki prevalensi stunting yang rendah jika berada dalam presentase <20% (Sari et al., 2023). Di Indonesia, data Survey Status Gizi Indonesia tahun 2022 menunjukan bahwa salah satu penyumbang angka stunting tertinggi adalah Provinsi Jawa Barat dengan prevalensi sebesar 20,2% pada tahun 2022 yang mana Kabupaten Sumedang yang merupakan salah satu kabupaten yang ada di Provinsi Jawa Barat menjadi kabupaten dengan prevalensi stunting tertinggi yaitu sebesar 27.6% (SSGI, 2022).

Seorang anak dapat dikatakan stunting jika ukuran tinggi badannya tidak sesuai dengan standar kebanyakan anak seusianya (Osaki et al., 2019; Abi Khalil et al., 2022; Dewi & Yovani, 2022). Kondisi stunting dapat terjadi ketika anak mengalami hambatan dalam proses pertumbuhannya. Hambatan tersebut biasanya disebabkan oleh kurangnya asupan gizi anak secara kronis pada periode awal kehidupan (WHO, 2021; Sari et al., 2023). Karenanya, untuk mencegah terjadinya stunting pada anak perlu dilakukan pencegahan sedini mungkin, yaitu sejak anak berada di dalam kandungan (Kemenkes RI, 2018). Setelahnya, asupan gizi anak juga perlu diperhatikan setelah anak dilahirkan hingga berusia 2 tahun karena usia tersebut merupakan periode emas yang akan menentukan status gizi anak dan meminimalisir kemungkinan anak stunting di masa yang akan datang (Sudargo & Aristasari, 2018). Asupan gizi anak pada masa awal kehidupan atau biasa disebut dengan 1000 Hari Pertama Kehidupan merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya stunting (Kemenkes Ri, 2018; Sa'adah et al., 2024).

Pada masa awal kehidupan, terutama saat anak berusia kurang dari 6 bulan, salah satu faktor utama yang menjadi penentu status gizi anak adalah tercukupinya asupan Air Susu Ibu (ASI). ASI memiliki manfaat yang sangat signifikan terhadap perkembangan kesehatan dan kecerdasan anak sehingga memiliki peran yang sangat penting dalam penentuan kejadian stunting pada

anak (Septina et al., 2024). Pemberian ASI secara eksklusif merupakan intervensi spesifik yang dicanangkan oleh pemerintah dalam upaya pencegahan stunting (Kementerian Sekretariat Negara RI, 2021). Namun, masih terdapat kendala yang muncul dalam pemberian ASI eksklusif ini. Penelitian Ayu et al. (2024) menyebutkan bahwa sebanyak 66.9% ibu memiliki sikap yang kurang mendukung dalam pemberian ASI Eksklusif. Sikap tersebut mempengaruhi angka cakupan ASI Eksklusif secara global yang hanya mencapai angka 44% dan belum memuhi target *World Health Assembly* (WHA) yaitu sebesar 50% pada tahun 2025 (WHO, 2020). Di Indonesia, angka cakupan ASI Eksklusif terbilang cukup tinggi yaitu 68,74% pada tahun 2018 dan mengalami peningkatan menjadi 73,97% pada tahun 2023 (Kemenkes RI, 2018; Astutik et al., 2023; Badan Pusat Statistik, 2024). Sedangkan di Jawa Barat, ASI Ekslusif diberikan sebanyak 80,8% pada tahun 2023 (BPS, 2024).

Cakupan ASI ekslusif di suatu wilayah dipengaruhi oleh faktor-faktor berupa faktor sosiodemografi, pengetahuan mengenai menyusui, sosial budaya dan lingkungan, persepsi yang kurang mengenai ASI, fasilitas kesehatan, mitos di daerah setempat, sikap ibu, serta kondisi kesehatan dan nutrisi ibu menyusui (Yusnita & Rustina, 2020; Nidaa & Krinato, 2022). Faktor yang dapat menjadi hambatan utama dalam pemberian ASI Ekslusif adalah kondisi kesehatan dan nutrisi ibu. Nutrisi ibu yang tidak terpenuhi dengan baik akan menyebabkan ketidaklancaran produksi ASI (Idawati et al., 2021).

Produksi ASI yang tidak lancar menyebabkan bayi tidak mendapatkan nutrisi yang cukup sehingga mempengaruhi status gizinya dan meningkatkan terjadinya risiko stunting pada dirinya. Karenanya, dibutuhkan upaya peningkatan asupan nutrisi ibu untuk meningkatkan produksi ASI yang cukup. Upaya utama yang dapat dilakukan untuk meningkatkan produksi ASI adalah dengan mengkonsumsi makanan pelancar ASI (Wilda & Sarlis, 2021; Rofiasari et al., 2023). Salah satu bahan makanan yang dapat melancarakan produksi ASI

adalah katuk karena katuk memiliki senyawa polefinol dan steroid yang mempengaruhi refleks prolactin untuk merangsang produksi ASI dan merangsang oksitosin untuk melancarkan aliran ASI (Yolanda et al., 2022). Karenanya, katuk banyak dimanfaatkan dalam pembuatan makanan untuk meningkatkan produksi ASI.

Hasil survey awal menunjukan bahwa masih terdapat 12 orang balita di Desa Jatimulya yang tidak mendapatkan ASI secara eksklusif. Alasan utamanya karena sebanyak 41,7% ASI tidak/belum keluar, 16,7% kondisi medis ibu yang tidak memungkinkan untuk memberikan ASI, serta sebanyak 8,3% masing-masing dikarenakan anak terpisah dengan ibunya, kondisi medis anak, dan anak tidak mau menyusui. Oleh karena itu, penulis berinovasi untuk memberikan edukasi dan menunjukan tutorial pembuatan makanan olahan katuk berupa puding. Daun katuk dipilih karena selain bermanfaat untuk melancarkan ASI, daun katuk mudah didapatkan oleh masyarakat karena hasil observasi di lingkungan Jatimulya terdapat banyak tanaman katuk di lingkungan masyarakat. Tujuan dilakukannya kegiaran ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu dalam meningkatkan produksi ASI dengan memanfaatkan bahan alami yang mudah didapatkan untuk dijadikan olahan makanan.

METODE

1. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dimulai dengan acara survey untuk mengetahui kondisi ibu menyusui di Desa Jatimulya. Survey juga dilakukan dengan cara mengobservasi lingkungan untuk mengetahui bahan pangan yang banyak dimiliki oleh warga desa. Setelah hasil survey didapatkan, kami menyusun menu puding katuk KASIPU (Katuk ASI Puding).

2. Tahap Pelaksanaan

Pelaksanaan berupa penayangan video demonstrasi pembuatan KASIPU dilanjutkan dengan penjelasan materi mengenai manfaat daun katuk untuk meningkatkan produksi ASI. Video ditayangkan menggunakan proyektor pada orang tua balita yang datang ke Posyandu serta ibu hamil yang menghadiri kelas ibu hamil di Desa Jatimulya. Hasil olahan KASIPU kemudian didistribusikan kepada peserta sebagai makanan tambahan.

3. Tahap Evaluasi

Tahap terakhir adalah evaluasi berupa sesi tanya jawab mengenai pemahaman peserta terhadap cara pembuatan KASIPU. Selain itu, evaluasi juga dilakukan dengan membuka sesi pemberian saran dan masukan terhadap KASIPU sebagai sarana perbaikan pembuatan KASIPU selanjutnya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil

Berdasarkan prioritas masalah didapatkan prioritas pertama adalah melakukan peningkatan pengetahuan ibu tentang cara meningkatkan ASi yaitu dengan cara membuat olahan daun katuk contohnya dengan pembuatan puding daun katuk. Intervensi dilakukan dengan bentuk penayangan video edukasi mengenai cara pembuatan puding daun katuk. Dalam perencanaan intervensi dalalam bentuk penyuluhan mengenai ASI di Posyandu dan penyuluhan pada kelas ibu hamil yang dilakukan melalui dua sesi. Intervensi pertama dilakukan pada hari Senin 12 Agustus 2024 pukul 09:00

- 10:00 WIB dilaksanakan di Posyandu Sejahtera 1. Penyuluhan dihadiri oleh ketua TPKK, Bidan Desa, dan Kader. Intervensi kedua dilakukan pada hari Kamis 15 Agustus 2024 pukul 09:00 - 11:30 WIB dilaksanakan di Gor Desa Jatimulya. Penyuluhan dihadiri oleh Kepala desa, Ketua TPKK, Dosen Pendamping Lapangan, Bidan Desa, dan Bidan Puskesmas Situ.

Dalam penyuluhan ini disajikan materi penyuluhan mengenai pengenalan inovasi pemberian makanan tambahan berbahan dasar lokal berupa daun katuk yang tinggi akan vitamin, mineral dengan membuat puding dari sari daun katuk. Penyuluhan dihadiri oleh ibu menyusui, ibu hamil, kader, Bidan Desa, Perangkat Aparat Desa. dalam penyuluhan ini disajikan materi mengenai manfaat daun katuk untuk ASI, penayangan video edukasi mengenai cara pembuatan puding daun katuk dan pembagian puding katuk. Masyarakat yang hadir memberi respon yang cukup baik selama kegiatan penyuluhan dan masyarakat mengerti materi yang disampaikan. Dengan penyuluhan ini diharapkan masyarakat mengerti cara mengatasi masalah stunting sehingga dapat mencapai Desa Jatimulya *zero stunting*.

Resep olahan daun katuk yang dilaukan sebagai inovasi peningkatan produksi ASI dengan cara pembuatan sebagai berikut.

Bahan; 1 ikat daun katuk, 1 bungkus agar-agar *plain*, 1 bungkus santan kara instan, 1 bungkus susu dancow vanilla, 1 bungkus vannilin, 900ml air, 120gr gula pasir, dan 2 helai daun pandan. **Cara pembuatan;** pisahkan daun katuk

dari tangkainya kemudian cuci dan blender dengan sedikit air sampai halus. Saring sari daun katuk. Masukkan air kedalam panci, tambahkan agar-agar, sari daun katuk, vanillin, susu, santan, daun pandan, dan gula pasir. Aduk rata jangan sampai ada yang bergerindil. Masak diapi kecil dengan sambil diaduk sampai mendidih kemudian matikan kompor dan tunggu sesaat sampai uap panas hilang kemudian pindahkan ke cup. Jika sudah dingin boleh langsung disajikan atau dimasukkan ke dalam kulkas terlebih dahulu.

2. Pembahasan

a. Penyuluhan

Berdasarkan permasalahan yang ada, kami merencanakan dan melaksanakan pemecahan masalah berupa intervensi penyuluhan yang memberdayakan masyarakat. Penyuluhan merupakan salah satau intervensi yang berfungsi untuk meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku ke arah yang lebih positif. Penyuluhan sangat penting dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan ibu, khususnya mengenai cara mencegah terjadinya stunting dengan mengusahakan pengoptimalisaian ASI (Hasanah et al., 2023). Peningkatan pengetahuan ibu merupakan hal yang penting dilakukan karena kurangnya pengetahuan ibu dapat menjadi salah satu penyebab gagalnya ASI eksklusif (Alim et al., 2020). Selain itu, meningkatnya pengetahuan juga berbanding lurus dengan sikap ibu dalam menyusui (Handayani et al., 2023).

Selama kegiatan berlangsung, tidak terdapat kendala bermakna yang terjadi. Dalam pelaksanaan kegiatan tidak terdapat kesulitan penentuan waktu untuk melakukan penyuluhan di posyandu dan di kelas ibu hamil dengan perangkat desa dan masyarakat desa, waktu yang dibutuhkan untuk melakukan survei juga cukup, serta tidak terdapat kesulitan bahasa dalam penyampaian materi penyuluhan kepada masyarakat. Materi penyuluhan berupa penayangan video demonstrasi pembuatan KASIPU.

b. KASIPU (Katuk ASI Puding)

KASIPU merupakan sebuah inovasi berupa olahan daun katuk sebagai ASI *booster* yang diolah menjadi sebuah puding. Pemilihan daun katuk atau tanaman yang memiliki nama ilmiah *Sauropus androgynus (L). Merr* dan termasuk ke dalam famili *euphorbiaceae* dikarenakan daun katuk merupakan tanaman lokal yang memiliki banyak khasiat karena selain tinggi serat, katuk juga memiliki kandungan senyawa aktif tanin, flavanoid, polifenol, dan steroid yang bermanfaat sebagai antioksidan (Proklamasiningsih, 2019). Selain itu, katuk juga mengandung 7% protein, 19% serat kasar, 8,91% kadar abu yang menunjukan tingginya kadar mineral, vitamin A, B1, C, saponin, papaverin, terpenoid, dan tinggi klorofil (Darmawati et al., 2023; Nurhidayanti et al., 2023). Kandungan tersebut menjadikan daun katuk memiliki manfaat sebagai antiinflamasi, antikanker, heparoprotektif, analgesik, antiarthritis, antikoroner, antimikroba, adrogenik, diuretik, pestisida, insektisida, dan nematisida (Awaludin et al., 2020).

Daun katuk juga mengandung senyawa sterol, zat besi, kalsium, dan alkaloid yang berfungsi sebagai pelancar ASI sehingga direkomendasikan untuk bayak dikonsumsi oleh ibu menyusui (Kurniati & Azizah, 2021). Banyak penelitian terdahulu menyebutkan bahwa kandungan yang dimiliki oleh daun katuk bermanfaat untuk meningkatkan produksi ASI. Penelitian (Pebrianthy et al., 2023) menyebutkan bahwa rebusan daun katuk dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui sebanyak 50,7%. Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Yuniardiningsih & Ilahi, 2023) bahwa produksi ASI meningkat sebanyak 50% setelah ibu menyusui mengkonsumsi ekstrak katuk. Penelitian (Triananinsi et al., 2020) menyebutkan bahwa konsumsi sayur katuk meningkatkan produksi ASI yang bermula 5/15 menjadi 14/15.

Daun katuk dalam KASIPU diolah menjadi puding yang merupakan makanan selingan setelah makan berat yang banyak diketahui dan dikenali

oleh masyarakat. Puding yang banyak disukai adalah puding yang memilki warna dan bentuk menraik, sehingga selain menjadikan daun katuk sebagai *booster* ASI, daun katuk juga dijadikan pewarna alami dalam olahan KASIPU ini. Puding juga merupakan makanan yang mudah untuk diolah di rumah dan banyak disukai oleh masyarakat (Azzahra & Mutiara, 2024). Hal tersebut menjadikan puding dipilih sebagai olahan ASI booster dengan harapan masyarakat dapat mengolah dan mengkonsumi KASIPU untuk meningkatkan produksi ASInya.

KESIMPULAN

KASIPU atau Katuk ASI Puding merupakan ASI *booster* yang diolah menggunakan bahan alami daun katuk. KASIPU ini didemonstrasikan kepada ibu hamil sebagai upaya untuk meningkatkan pengetahuan terkait manfaat katuk untuk meningkatkan produksi ASI. Kandungan sterol dan alkaloid dalam daun katuk berfungsi untuk merangsang hormon oksitosin memproduksi dan melancarkan aliran ASI. Daun katuk diolah menjadi puding karena puding merupakan makanan penutup yang banyak diketahui dan disukai oleh masyarakat serta mudah untuk diolah di rumah. KASIPU dapat dijadikan pilihan makanan tambahan bagi ibu hamil dan ibu menyusui. Diharapkan pemerintah setempat dapat melakukan tindak lanjut terkait program kerja KASIPU sebagai upaya untuk mengoptimalkan ASI Eksklusif untuk mencegah menaiknya angka stunting.

DAFTAR PUSTAKA

Abi Khalil, H., Hawi, M., & Hoteit, M. (2022). Feeding Patterns, Mother-Child Dietary Diversity and Prevalence of Malnutrition Among Under-Five Children in Lebanon: A Cross-Sectional Study Based on Retrospective Recall. Frontiers in Nutrition, 9. https://doi.org/10.3389/fnut.2022.815000.

Alim, A., Samman, S., & B, M. (2020). Studi Kualitatif: Perilaku Ibu terhadap Pemberian ASI Eksklusif di Puskesmas Banemo, Kabupaten Halmahera

Tengah. Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan, 30(2), 163–182. https://doi.org/10.22435/mpk.v30i2.2397.

Awaludin, A., Kartina, K., Maulianawati, D., Manalu, W., Andriyanto, A., Septiana, R., Arfandi, A., Lalang, Y., 2020. Short Communication: Phytochemical screening and toxicity of ethanol extract of Sauropus androgynus. Biodiversitas J. Biol. Divers. 21. https://doi.org/10.13057/biodiv/d210712.

Astutik, R. D., Murti, N. N., & Noviasari, D. (2023). Hubungan Persepsi tentang Kecukupan ASI pada Ibu Menyusui terhadap Pemberian ASI Eksklusif di Blud UPTD Puskesmas Bumi Rahayu Tanjung Selor. *Aspiration of Health Journal*, *1*(3), 584-595.

Ayu, D. P., Fajar, N. A., Munadi, M. C., & Ananingsih, E. S. (2024). Analisis Persepsi Hambatan Berdasarkan Teori Health Belief Model dengan Pemberian ASI Eksklusif dalam Pencegahan Stunting. *Health Information: Jurnal Penelitian*, *16*(1), e1365-e1365.

Azzahra, S. S., & Mutiara, I. I. (2024). Edukasi Pembuatan Puding Jahe untuk Meningkatkan Sistem Imunitas Tubuh pada Kader Posyandu di Desa Majalaya. *ABDIMA JURNAL PENGABDIAN MAHASISWA*, *3*(1), 3257-3262.

Badan Pusat Statistik. (2024). Persentase Bayi Usia Kurang Dari 6 Bulan Yang Mendapatkan Asi Eksklusif Menurut Provinsi (Persen), 2021-2023. BPS, https://www.bps.go.id/id/statistics-table/2/MTM0MCMy/persentase-bayi-usia-kurang-dari-6-bulan-yang-mendapatkan-asi-eksklusif-menurut-provinsi.html diakses pada 18 Agustus 2024.

Darmawati, D., Kamil, H., Rosmawati, R., Rizkia, M., Fajri, N., 2023. The Effectiveness of Katuk Leaf Extract (Sauropus Androgynus) on Breastmilk Production. J. Keperawatan Soedirman 18, 64. https://doi.org/10.20884/1.jks.2023.18.2.7296.

Handayani, S., Pratiwi, Y. S., & Fatmawati, N. (2023). Pengaruh Penyuluhan Kesehatan terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III tentang Metode Pembuatan Sayur Bening Daun Katuk sebagai Upaya Meningkatkan Produksi ASI. *PROFESSIONAL HEALTH JOURNAL*, *5*(1), 108-114.

Hasanah, R., Aryani, F., & Effendi, B. (2023). Pemberdayaan masyarakat dalam pencegahan stunting pada anak balita. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, *2*(1), 1-6.

Kemenkes, R. I. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*, 1-100.

Idawati, Mirdahni, R., Andriani, S., & Yuliana. (2021). Kegagalan Pemberian ASI Eksklusif. Penerbit Lakeisha.

Kementerian Sekretariat Negara Republik Indonesia. (2021). Peraturan Presiden Republik Indonesia Nomor 72 Tahun 2021 Tentang Percepatan Penurunan Stunting. Republik Indonesia.

Kurniati, C. H., & Azizah, A. N. (2021). Identifikasi Pemanfaatan Obat Herbal pada Ibu Nifas. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, *8*(2), 59-65.

Nidaa, I., & Krianto, T. (2022). Scoping Review: Faktor Sosial Budaya Terkait Pemberian Asi Eksklusif Di Indonesia. JURNAL LITBANG KOTA PEKALONGAN, 20(1). https://doi.org/10.54911/litbang.v20i1.190.

Nurhidayanti, N., Suhartatik, N., & Mustofa, A. (2023). Karakteristik Fisikokimia dan Organoleptik Mi Kering Substitusi Tepung Talas (Colocasi esculenta) dengan Penambahan Daun Katuk (Sauropus androgynus). *JITIPARI (Jurnal Ilmiah Teknologi Dan Industri Pangan UNISRI)*, *8*(1), 40-48.

Osaki, K., Hattori, T., Toda, A., Mulati, E., Hermawan, L., Pritasari, K., ... Kosen, S. (2019). Maternal and Child Health Handbook use for maternal and child care: A cluster randomizedcontrolled study in rural Java, Indonesia. Journal of Public Health (United Kingdom), 41(1). https://doi.org/10.1093/pubmed/fdx175.

Pebrianthy, L., Nasution, Z., & Saragih, S. (2023). Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Katuk (Sauropus Androgynus) Terhadap Produksi Asi Pada Ibu Post Partum. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia (Indonesian Health Scientific Journal)*, *8*(1), 149-154.

Proklamasiningsih, E., Budisantoso, I., &Maula, I. (2019). Pertumbuhan dan kandungan polifenol tanaman katuk (Sauropus androgynus L. Merr) pada media tanam dengan pemberian asam humat. Al-Kauniyah: Journal of Biology, 12(1), 96-102.

Rofiasari, L., Oktafiani, H., Hayati, N., & Delima, Q. (2023). Pengaruh Jus Pepaya dan Susu Almond terhadap Peningkatan Produksi ASI. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, *14*(1), 325-331.

Sa'adah, H. D., Kurniasih, E., & Komalawati, R. (2024). Edukasi Pentingnya 1000 Hari Pertama Kehidupan Dalam Meningkatkan Status Gizi Balita di Dsn. Ngronggi, Ds. Grudo, Kab. Ngawi. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, *7*(2), 467-476.

Sari, D., Ningsih, A. D., & Azzahra, A. (2023). Pencegahan Stunting pada Anak Usia Dini serta Dampaknya pada Faktor Pendidikan dan Ekonomi. *Jurnal Pengabdian kepada Masyarakat Nusantara*, *4*(3), 2679-2678.

Sari, E., Aninora, N. R., Handayani, W., Radhia, M. Z., & Silvia, E. (2023). Peningkatan Pengetahuan Ibu Balita tentang Stunting dengan Upaya Perbaikan Gizi 1000 Hari Pertama Kehidupan. *EBIMA: Jurnal Edukasi Bidan di Masyarakat*, *4*(1), 10-13.

Septina, R., Puspitasari, Y., Wardani, R., & Rohmah, L. M. (2024). Edukasi Pentingnya ASI Eksklusif dan MP-ASI Dalam Mencegah Stunting. *JURPIKAT (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, *5*(3), 737-746.

Sudargo, T., & Aristasari, T. (2018). *1000 Hari Pertama Kehidupan*. UGM Press.

Suiraoka, I. P., Nursanyoto, H., Suarjana, I. M., & Suastiti, N. M. A. (2024). Analysis Factor Dominance and Contribution Program Performance against Stunting

Incidents in Bali Province: SSGI Data Analysis. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*, *18*(1), 16-24.

UNICEF. (2021). Southeast Asia Regional Report on Maternal Nutrition and Complementary Feeding. *UNICEF East Asia and the Pacific Regional Office*.

WHO. (2020). Breastfeeding Continues to Increase into the New Millennium. WHO. Int, 110 (6), 1103–1109.

WHO. (2021). Global Breastfeeding Scorecard 2021: Protecting Breastfeeding Through Bold National Actions During the COVID-19 Pandemic and Beyond. Global Breastfeeding Scorecard.

Wilda, I., & Sarlis, N. (2021). Efektivitas Pepaya (Carica Papaya L) terhadap Kelancaran Produksi ASI pada Ibu Menyusui. JOMIS (Journal of Midwifery Science), 5(2), 158–166. https://doi.org/10.36341/jomis.v5i2.1692.

Yolanda, P., Sari, W. I., & Kurniyati. (2022). Pengaruh Ekstrak Daun Katuk Terhadap Kecukupan Produksi Asi Pada Ibu Postpartum. Midwifery Science And Women's Health.

Yuniardiningsih, E., & Ilahi, P. W. (2023). Optimalisasi Pendidikan Kesehatan Tentang Rebusan Daun Katuk Sebagai Pelancar Asi Pada Masa Nifas. *JPMA: JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT AL-QODIRI*, *2*(2), 73-78.

Yusnita, V., & Rustina, Y. (2020). Hambatan Dalam Pemberian ASI EksklusifSelama 6 Bulan Pertama Kehidupan: Literatur Review. Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Journal of Health Research "Forikes Voice"), 11(4). https://doi.org/10.33846/sf11410