



Jurnal Kebidanan XVII (02) 160 - 168  
**Jurnal Kebidanan**  
[http : //www.ejurnal.stikeseub.ac.id](http://www.ejurnal.stikeseub.ac.id)



## **PENGUJIAN TINGKAT PENERIMAAN PRODUK (UJI ORGANOLEPTIK) PADA MARNING GALAKTAGOG**

**Allania Hanung Putri Sekar Ningrum<sup>1)</sup> Wahyuningsih<sup>2)</sup> Dyah Ayu Kusuma Wardani<sup>3)</sup> Elsa Putri Sholikhah<sup>4)</sup> Maya Arif Safitri<sup>5)</sup>**

<sup>1), 4), 5)</sup> Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Estu Utomo, <sup>2)</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Bidan STIKES Estu Utomo, <sup>3)</sup>Program Studi Gizi Universitas Kusuma Husada  
Email: [allaniahanung@stikeseub.ac.id](mailto:allaniahanung@stikeseub.ac.id); [wahyuningsih@stikeseub.ac.id](mailto:wahyuningsih@stikeseub.ac.id)

### **ABSTRAK**

ASI eksklusif merupakan nutrisi penting untuk bayi usia 0-6 bulan. Namun, masih banyak ibu yang merasa ASInya belum dapat mencukupi kebutuhan bayinya. Diberbagai budaya, bahan makanan galaktagog mnejadi salah satu Upaya untuk memperbanyak produksi ASI. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan marning menjadi camilan galaktagog yang dapat diterima oleh Masyarakat. Penelitian ini didahului dengan proses pembuatan tepung katuk (35%), tepung kelor (35%), wijen (25%), dan jahe (5%) yang kemudian dilanjutkan dengan melakukan uji laboratorium untuk mengetahui hasil uji progsimatnya. Uji organoleptik diperlukan untuk menilai penerimaan produk pada masyarakat. Panelis dipilih adalah ibu usia 20-40 tahun yang tidak memiliki alergi pada bahan-bahan makanan tersebut. Tidak terdapat perbedaan secara statistik dari 5 komponen yang diujikan meliputi warna, rasa, aroma, tekstur, dan penilaian secara keseluruhan pada 3 variasi produk. Hal ini terjadi karena dari 30 panelis memiliki prefensi yang berbeda terhadap rasa kesukaan, yang berarti dari ketiga variasi ini dapat lebih dikembangkan sesuai dengan penerimaan masyarakat.

*Keyword: ASI Eksklusif, Budaya, Galaktagog, Marning, uji Organoleptik*

## **PRODUCT ACCEPTANCE LEVEL TESTING (ORGANOLEPTIC TEST) ON MARNING GALACTAGOG**

### **ABSTRACT**

*Exclusive breastfeeding is essential nutrition for infants aged 0-6 months. However, many mothers still feel their breast milk is insufficient to meet their baby's needs. In various cultures, galactagogue foods are one way to increase breast milk production. This research aims to develop marning into a galactagogue snack that is acceptable to the community. This research began with the production of katuk flour (35%), moringa flour (35%), sesame (25%), and ginger (5%), followed by laboratory testing to determine the results of the prognostic test. Organoleptic testing is necessary to assess product acceptance among the community. Panelists were selected from mothers aged 20-40 who were not allergic to any of the ingredients. There were no statistical differences in the five components tested: color, taste, aroma, texture, and overall assessment of the three product variations. This was because the 30 panelists had different taste preferences, meaning these three variations can be further developed to meet community acceptance.*

*Keywords: Exclusive Breastfeeding, Culture, Galactagogue, Marning, Organoleptic test*

## **PENDAHULUAN**

Pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama sangat direkomendasikan oleh WHO dan UNICEF karena terbukti meningkatkan imunitas bayi, mencegah infeksi serta mengurangi risiko obesitas dan diabetes pada masa dewasa (Agampodi et al., 2021; Dal Pizzol et al., 2021; Ulfa et al., 2023). Namun, keyakinan bahwa ASI tidak cukup baik untuk bayi masih umum terjadi di kalangan ibu menyusui, di Amerika Serikat dilaporkan mencapai 40 %–55 % (Wood NK, Odom-Maryon T, 2021). Berbagai aspek seperti teknis menyusui, status gizi ibu, psikosial seperti stres dan dukungan sosial, dikenal signifikan memengaruhi produksi ASI (Kavle et al., 2017; Agampodi et al., 2021; Nguyen, Do and Pham, 2021).

Dalam tradisi Asia Tenggara, bahan pangan seperti kurma, oat, tempe, dan berbagai herbal lokal banyak digunakan sebagai galaktagog alami (Khan, Wu and Dolzhenko, 2018; Foong et al., 2020; Triandini, Gumangsari and Wangiyana, 2022). Di Malaysia, riset lapangan menunjukkan 76 % ibu menyusui rutin mengonsumsi galaktagog makanan (Tan ML, Foong SC, Foong WC, 2022), sementara di Indonesia, review 2024 menemukan 22 penelitian yang menyebut torbangun (*Coleus amboinicus*), katuk (*Sauropus*

androgynus), kelor (*Moringa oleifera*), dan daun pepaya sebagai bahan potensial galaktagog (Khairani et al., 2021; Winata et al., 2024). Meskipun demikian, sebagian besar studi tersebut bersifat observasional atau uji hewan, dan hanya sedikit yang menggunakan desain uji klinis manusia.

Analisis molekuler terbaru pada tahun 2024 menyebutkan fitokimia seperti polifenol mampu meningkatkan ekspresi jalur STAT5 dan mTOR—jalur penting dalam sintesis ASI—namun data saat ini masih terbatas pada model *in vitro* atau hewan (Kelleher SL, Burkinshaw S, 2024). Selain kekurangan bukti klinis, sebagian besar galaktagog tradisional belum pernah dikembangkan dalam bentuk pangan siap konsumsi dengan evaluasi sensorik dan stabilitas nutrisi, khususnya dalam bentuk camilan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan camilan galaktagog yang berbasis marning diperkaya dengan daun katuk, kelor, wijen dan jahe. Serta untuk mengevaluasi penerimaan sensorik melalui uji organoleptik.

## **METODE**

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif deskriptif yang bertujuan untuk mengembangkan produk pangan fungsional berupa camilan marning

berbahan dasar daun katuk (*Sauropus androgynus*), daun kelor (*Moringa oleifera*), biji wijen (*Sesamum indicum*), dan jahe (*Zingiber officinale*). Produk ini diformulasikan sebagai camilan galaktagog yang ditujukan untuk mendukung keberhasilan menyusui. Proses formulasi dan uji laboratorium dilakukan di Laboratorium Teknologi Pangan dan Gizi, sedangkan uji organoleptik dilakukan di lingkungan komunitas yang dipilih secara purposive.

Formula camilan disusun berdasarkan hasil eksplorasi awal yang menghasilkan komposisi terbaik, yaitu 35% daun katuk, 35% daun kelor, 25% biji wijen, dan 5% jahe. Bahan-bahan tersebut dikeringkan, digiling menjadi tepung, lalu dicampur secara homogen dan diolah menjadi marning melalui teknik penggorengan pada 170-190°C selama 5 menit.

Proses pelapisan rasa dilakukan menggunakan teknik coating ringan dengan tiga varian rasa: manis-madu, gurih-bawang, dan gurih-pedas ringan. Seluruh varian menggunakan metode coating yang sama untuk menjaga keseragaman tekstur permukaan. Pada coating manis-madu, marning yang telah matang, dibalurkan pada madu alami. Pada varian gurih bawang, marning di-coating dengan perisa bawang putih dan garam. Sedangkan pada varian gurih

pedas diberi coating bumbu cabai bubuk dan bawang putih.

Pengujian kimia pangan dilakukan terhadap formula utama tanpa perbedaan varian rasa. Analisis proksimat meliputi pengukuran kadar air, abu, protein, lemak, dan karbohidrat, menggunakan metode standar AOAC (2019). Analisis senyawa bioaktif terdiri dari total fenol, flavonoid, dan saponin. Penentuan total fenol dilakukan menggunakan metode Folin-Ciocalteu, dan hasil dinyatakan dalam satuan mg gallic acid equivalent (GAE) per gram sampel. Flavonoid diukur menggunakan metode kompleksasi dengan aluminium klorida ( $AlCl_3$ ) dan dinyatakan dalam mg quercetin equivalent (QE) per gram sampel. Kandungan saponin ditentukan secara semi-kuantitatif dengan metode vanillin-sulfuric acid dan hasil dilaporkan dalam persen berat. Seluruh uji dilakukan secara triplo, dan hasil rata-rata digunakan sebagai data analitik.

Uji organoleptik dilakukan pada tiga varian rasa terhadap 30 orang wanita usia reproduktif sebagai panelis tidak terlatih. Kriteria inklusi meliputi ibu berusia 20–40 tahun, tidak memiliki riwayat alergi terhadap bahan dasar camilan, dan bersedia mengikuti prosedur penelitian. Setiap panelis diminta memberikan penilaian terhadap atribut rasa, aroma, warna, dan tekstur

menggunakan skala hedonik 5 poin (1 = sangat tidak suka, 5 = sangat suka). Selain itu, responden juga diminta memberikan komentar terbuka terhadap masing-masing varian.

Data hasil pengujian proksimat dan kandungan fitokimia dianalisis secara deskriptif dengan menyajikan nilai rata-rata dan standar deviasi. Sementara itu, data organoleptik dianalisis secara diskriptif dan inferensial menggunakan uji anova (Wangiyana, I. G. A. S. & Triandini, 2022). Panelis akan memberikan penilaiannya tentang ingkat kesukaan produk bahan pangan berdasarkan pengamatan menggunakan panca inderanya. (Saputra, Winahyu and Nusantara, 2025).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Komposisi Kimia Formula Terbaik

Berdasarkan hasil analisis kimia pangan terhadap tiga formula yang diuji, formula dengan komposisi 35% daun katuk, 35% daun kelor, 25% wijen, dan 5% jahe dipilih sebagai formula terbaik. Pemilihan ini didasarkan atas keseimbangan nilai gizi dan kandungan senyawa bioaktif yang lebih tinggi dibandingkan dua formula lainnya.

Hasil uji proksimat pada formula terbaik menunjukkan kadar air sebesar  $4,21 \pm 0,13\%$ , kadar abu  $2,97 \pm 0,08\%$ , kadar protein  $12,45 \pm 0,42\%$ , kadar lemak  $8,12 \pm 0,35\%$ , dan kadar

karbohidrat  $72,25 \pm 1,15\%$ . Kandungan air yang rendah mengindikasikan produk memiliki daya simpan yang baik, sesuai standar cemilan kering. Kadar protein yang cukup tinggi memperkuat potensi camilan ini sebagai sumber asupan protein tambahan untuk ibu menyusui, yang sangat penting dalam mendukung proses laktasi.

Uji fitokimia menunjukkan bahwa formula terbaik mengandung total fenol sebesar  $48,12 \pm 2,07$  mg GAE/g, flavonoid  $23,45 \pm 1,76$  mg QE/g, dan saponin sebesar  $1,83 \pm 0,14\%$ . Nilai ini lebih tinggi dibandingkan dua formula lainnya, yang rata-rata mengandung fenol  $<40$  mg GAE/g dan flavonoid  $<20$  mg QE/g. Kandungan senyawa bioaktif tersebut mendukung hipotesis bahwa produk ini memiliki potensi galaktagog, melalui aktivitas antioksidan dan stimulasi jalur metabolik laktasi seperti STAT5 dan mTOR.

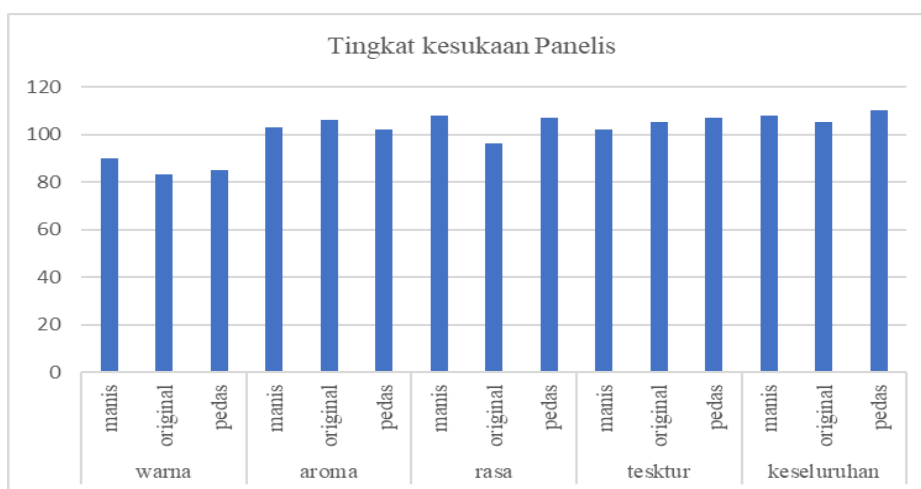
### Uji Organoleptik

Uji organoleptik merupakan uji daya terima panelis terhadap produk pangan yang dihasilkan. Uji organoleptik melibatkan panca indera manusia yaitu penglihatan, penciuman, perasa dan peraba untuk menilai katakteristik mutuk produk pangan dengan cara menilai tampilan warna, aroma, rasa dan tekstur. (Hidayati, 2020; Saputra, Winahyu and Nusantara, 2025)

Uji organoleptik dilakukan terhadap tiga varian rasa dari formula terbaik, yaitu manis (ditambahkan madu), asin (dengan bumbu bawang putih), dan asin pedas ringan. Sebanyak 30 perempuan usia 20-40 tahun berpartisipasi sebagai panelis tidak terlatih untuk menilai atribut warna,

aroma, rasa, dan tekstur dengan skala 5 poin. Panelis memberikan penilaian yang bervariasi terhadap produk marning galaktagog. Sebaran penilaian panelis terhadap warna, aroma, rasa, dan tesktur serta keseluruhan penilaian ditunjukkan dengan gambar 1.

Gambar 1. Data Persebaran Tingkat Kesukaan Panelis Terhadap Marning Galaktagog Yang Telah Dibuat Menjadi Varian Rasa Manis, Original, Dan Pedas Dalam Parameter Warna, Aroma, Rasa, Tekstur, Dan Penilaian Secara Keseluruhan



Dalam penilaian warna merupakan penilaian terendah dari panelis, beberapa panelis lewat penilaian terbuka menyatakan kurang begitu suka dengan warna marning yang menjadi dominan hijau sehingga tampak tidak menyenangkan. Panelis menyarankan, jika akan dikembangkan menjadi produk komersial maka perlu

dipertimbangkan presentasi warna yang lebih menarik. Penilaian panelis yang pada awalnya berbentuk penilaian skala hedonik (sangat suka hingga sangat tidak suka) kemudian dikonversi menjadi skala numerik (1-5) untuk keperluan analisis data. Dari hasil analisis tersebut didapatkan hasil tercantum pada table 1.

Tabel 2. Perbandingan Rerata Skor Numerik Berbagai Varian Rasa Marning Galaktagog Berdasarkan Warna, Aroma, Rasa, Tekstur, Dan Penilaian Secara Keseluruhan

Atribut	Manis	Original	Pedas
Warna	3,43±1,28	3,53±1.17	3,40±1.07
Aroma	3,60±1,38	3,50±1.36	3,67±1,45
Rasa	3,60±1,38	3,20±1,27	3,57±1,38
Tekstur	3,40±1,45	3,50±1,38	3,57 ± 1,50
Keseluruhan	3,00±1.20	2,77±1,07	2,83±1,29

Dari hasil rerata pada tabel tersebut, varian rasa manis sedikit lebih unggul dari varian rasa yang lain, diikuti oleh varian pedas dan terakhir varian original.

Penilaian warna merupakan penilain penting sebagai indikator daya terima makanan. Penilaian warna merupakan penilaian secara visual dan dapat memunculkan penilaian terhadap rasa yang akan diterima oleh panelis.(Putri and Mardesci, 2018; Devy, Agustini and Antarini, 2019) Pada penilaian warna, varian rasa original mendapatkan nilai diatas varian yang lain.

Aroma merupakan penilaian yang menunjang cita rasa yang menentukan kualitas produk. (Devy, Agustini and Antarini, 2019) Pada penilaian aroma, panelis menyatakan untuk varian pedas, rasa pedasnya dapat mengurangi aroma mencolok dari bahan-bahan galaktagog, sehingga penilaiannya sedikit diatas varian rasa yang lain. Aroma dari daun kelor yang khas(Saputra, Winahyu

and Nusantara, 2025), menjadi tertutup oleh aroma pedas yang ada.

Rasa merupakan penilaian organoleptic yang melibatkan indra pengecap. Penilaian rasa, merupakan kesatuan dari sifat aroma, rasa dan tekstur yang merupakan keseluruhan makanan yang dinilai.(Devy, Agustini and Antarini, 2019; Wangiyana, I. G. A. S. & Triandini, 2022) Pada penilaian rasa, rasa manis memiliki nilai diatas varian yang lain. Panelis menyampaikan untuk varian manis, manisnya membuat penasaran ingin mencobanya lebih banyak. Tekstur merupakan sensasi tekanan yang dirasakan saat mulut secara keseluruhan menyentuh makanan. Tekstur merupakan ciri fisik yang penting dari suatu bahan makanan. (Devy, Agustini and Antarini, 2019; Nafsiyah *et al.*, 2022) Untuk tesktur, varian pedas mendapat nilai lebih tinggi dari varian yang lain. Panelis menyebutkan tekstur pada varian pedas memiliki kerenyahan yang lebih pas dari varian rasa yang lain.

Table 2. Hasil Uji Anova Satu Arah

Atribut	F-value	p-value	Keterangan
Warna	0,305	0,737	Tidak signifikan
Aroma	0,104	0,900	Tidak signifikan
Rasa	0,817	0,445	Tidak signifikan
Tekstur	0,100	0,904	Tidak signifikan
Keseluruhan	0,108	0,897	Tidak signifikan

Dari hasil uji anova didapatkan bahwa tidak ditemukan perbedaan yang signifikan antar variasi rasa dari marning galactagog (manis, original, dan pedas) pada seluruh atribut yang diuji yaitu warna, aroma, rasa, tekstur dan penilaian keseluruhan. Nilai f-value yang rendah disertai dengan p-value > 0,05 menunjukkan bahwa variasi skor antar produk relative kecil dibandingkan dengan variasi skor didalam kelompok (antar panelis). Dari hasil analisis menggunakan *kendall's W* didapatkan nilai 0,08 dimana nilai yang mendekati 0 berarti Tingkat kesepakatan antar panelis dalam memberikan penilaian sangat rendah. Artinya, penilaian antar panelis tidak konsisten. Hal ini dapat terjadi karena dari 30 panelis memiliki tingkat kesukaan yang berbeda dari varian rasa manis, original, dan pedas sehingga tidak ditemukan pola yang konsisten. (Devy, Agustini and Antarini, 2019)

Panelis pada penelitian ini adalah semi terlatih, mereka sudah terbiasa mengkonsumsi marning biasa tanpa ditambahkan bahan galactagog sehingga panelis tidak dapat menangkap perbedaan yang cukup kuat dari tiap varian rasa. Tingginya variasi antar individu menyebabkan efek perbedaan produk tidak muncul secara signifikan. Dari skala sensori yang diberikan juga

sempit. Banyak panelis yang kemudian memberikan penilaian di Tengah-tengah untuk menyampaikan pesan layak produksi namun belum unggul dari produk sejenis.

Tidak adanya bukti statistik yang kuat menunjukkan bahwa tidak ada varian rasa lebih unggul secara sensori dari varian yang lain. Sehingga dapat diartikan sebagai semua produk memiliki kualitas yang relatif sama. Sehingga konsumen memilih berdasarkan preferensi yang menjadi kesukaan masing-masing.

## **PENUTUP**

Dari hasil uji laboratorium tanaman lokal seperti katuk dan kelor terbukti mengandung protein dan senyawa bioaktif yang cukup tinggi pada produk camilan. Kandungan polifenol dan flavonoid yang tinggi mendukung kemungkinan aktivitas galactagog secara biologis, meskipun uji klinis masih diperlukan untuk membuktikan dampak langsung terhadap peningkatan produksi ASI.

Hasil organoleptik menunjukkan bahwa penerimaan konsumen cukup baik, dari ketiga variasi rasa memiliki peluang yang sama dalam pengembangan produk marning fungsional berbasis bahan lokal. Formulasi ini dinilai tidak hanya layak

secara gizi dan bioaktif, tetapi juga dari aspek penerimaan rasa oleh konsumen sasaran, yaitu ibu menyusui.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penelitian ini mendapatkan hibah penelitian dosen pemula oleh DRTPM Kemdikbudristek tahun anggaran 2025 dengan nomer kontrak: 071/LL6/PM/AL.04/2025,0096/Stikes-EU/VI/2025.

## DAFTAR PUSTAKA

- Agampodi, T.C. et al. (2021) 'Barriers for early initiation and exclusive breastfeeding up to six months in predominantly rural Sri Lanka: a need to strengthen policy implementation', *International Breastfeeding Journal*, 16(1), pp. 1–12. Available at: <https://doi.org/10.1186/s13006-021-00378-0>.
- Dal Pizzol, T. da S. et al. (2021) 'Breastfeeding and drug use: What is the orientation found in drug package inserts of contraceptives and anti-infective agents?', *Ciencia e Saude Coletiva*, 26(10), pp. 4783–4794. Available at: <https://doi.org/10.1590/1413-812320212610.30702020>.
- Devy, A.S., Agustini, N. putu and Antarini, A.. N. (2019) 'Substitusi ekstrak daun kelor terhadap mutu organoleptik, kadar fe, kapasitas antioksidan terhadap minuman latte', *Jurnal Ilmi Cizi: Journal of Nutrition Sciences*, 8(4), pp. 187–193.
- Foong, S.C. et al. (2020) 'Oral galactagogues (natural therapies or drugs) for increasing breast milk production in mothers of non-hospitalised term infants', *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2020(5). Available at: <https://doi.org/10.1002/14651858.CD011505.pub2>.
- Hidayati, N. (2020) 'Penentuan Daya Terima Penambahan Serbuk Kelor ( Moringa Oliefera ) Untuk Pengolahan Kue Kering', *Jurnal Info Kesehatan*, 10(1), pp. 289–292.
- Kavle, J.A. et al. (2017) 'Addressing barriers to exclusive breast-feeding in low- and middle-income countries: A systematic review and programmatic implications', *Public Health Nutrition*, 20(17), pp. 3120–3134. Available at: <https://doi.org/10.1017/S136898017002531>.
- Kelleher SL, Burkinshaw S, K.S. (2024) 'Polyphenols and Lactation: Molecular Evidence to Support the Use of Botanical Galactagogues', *Mol Nutr Food Res*, 68(9). Available at: <https://doi.org/10.1002/mnfr.202300703>.
- Khairani, A.F. et al. (2021) 'The potential of medicinal plants as galactagogue in Indonesia: A review from medical perspective', *Biomedical and Pharmacology Journal*, 14(3), pp. 1595–1612. Available at: <https://doi.org/10.13005/bpj/2262>.
- Khan, T.M., Wu, D.B.C. and Dolzhenko, A. V. (2018) 'Effectiveness of fenugreek as a galactagogue: A network meta-analysis', *Phytotherapy Research*, 32(3), pp. 402–412. Available at: <https://doi.org/10.1002/ptr.5972>.
- Nafsiyah, I. et al. (2022) 'Profil Hedonik Kemplang Panggang Khas Palembang Hedonic Profile of Palembang'S Kemplang Panggang', *Jurnal Ilmu Perikanan Air Tawar (clarias)*, 3(1), pp. 2774–244.
- Nguyen, N.T., Do, H.T. and Pham, N.T. Van (2021) 'Barriers to exclusive breastfeeding: A cross-sectional study among mothers in Ho Chi



- Minh City, Vietnam', *Belitung Nursing Journal*, 7(3), pp. 171–178. Available at: <https://doi.org/10.33546/bnj.1382>.
- Putri, R.M.S.P. and Mardesci, H. (2018) 'Uji Hedonik Biskuit Cangkang Kerang Simping (Placunna Placenta) dari Perairan Indragiri Hilir', *Jurnal Teknologi Pertanian*, 7(2), pp. 19–29.
- Saputra, D., Winahyu, D.A. and Nusantara, C.S. (2025) 'HEDONIC TEST AND DETERMINATION OF PROTEIN CONTENT OF FUNCTIONAL', *Jurnal Analis Farmasi*, 10, pp. 69–83.
- Tan ML, Foong SC, Foong WC, H.J. (2022) 'Use of Galactagogues in a Multi-Ethnic Community in Southeast Asia: A Descriptive Study', *Int J Womens Health*, 14, pp. 1395–1404. Available at: <https://doi.org/10.2147/IJWH.S366288>.
- Triandini, I.G.A.A.H., Gumangsari, N.M.G. and Wangiyana, I.G.A.S. (2022) 'Penggalian potensi Galaktagog Herbal Dalam Meningkatkan Capaian ASI Eksklusif Sebagai Indikator Prioritas SDGs Untuk Mewujudkan Generasi Emas di Kota Mataram', *Prosiding Semanar Nasional Unimus*, 5, pp. 873–881.
- Ulfa, Y. et al. (2023) 'Early initiation of breastfeeding up to six months among mothers after cesarean section or vaginal birth: A scoping review', *Heliyon*, 9(6), p. e16235. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2023.e16235>.
- Wangiyana, I. G. A. S. & Triandini, I.G.A.A.H. (2022) 'Uji hedonik teh herbal daun tanaman pohon menggunakan berbagai pendekatan statistik', *Journal of Agritechnology and Food Processing*, 2(2), pp. 43–53.
- Winata, G.M. et al. (2024) 'a Narrative Review of Known Plants Which Have Potential Benefits As Natural Galactagogues in Indonesia', *Media Gizi Indonesia*, 19(1), pp. 57–72. Available at: <https://doi.org/10.20473/mgi.v19i1.57-72>.
- Wood NK, Odom-Maryon T, S. DA (2021) 'Factors Associated with Perceived Insufficient Milk in the First Three Months of Breastfeeding', *MCN Am J Matern Child Nurs*, 46(4), pp. 223–229. Available at: <https://doi.org/10.1097/NMC.0000000000000723>.