



LITERATURE REVIEW: PEMANFAATAN EDAMAME SEBAGAI BAHAN DASAR KUE LUMPUR TINGGI PROTEIN UNTUK MENINGKATKAN PRODUKSI ASI

Ariqah Hidayatun Nisa^{1*}, & Arya Ulilalbab²

^{*1&2} Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan,
Institut Ilmu Kesehatan Bhakti Wiyata Kediri

*e-Mail: ariqahidayatunnisa14@gmail.com

Submit Tgl: 19-Januari-2026

Diterima Tgl: 01-Februari-2026

Diterbitkan Tgl: 05-Februari-2026

Abstrak: Masalah gizi di Indonesia masih menjadi tantangan besar, khususnya terkait rendahnya angka pemberian ASI eksklusif pada bayi. Salah satu faktor yang memengaruhi produksi ASI adalah kurangnya asupan protein pada ibu menyusui. Edamame (*Glycine max L.*) dikenal sebagai sumber protein nabati tinggi yang kaya akan asam amino esensial, serat, serta vitamin dan mineral penting yang berperan dalam pembentukan hormon prolaktin untuk merangsang produksi ASI. Kajian literatur ini bertujuan untuk menganalisis potensi kue lumpur *edamame* sebagai alternatif cemilan tinggi protein yang dapat mendukung peningkatan produksi ASI. Metode yang digunakan adalah tinjauan pustaka dari berbagai penelitian nasional dan internasional yang relevan dalam sepuluh tahun terakhir. Hasil kajian menunjukkan bahwa pengolahan *edamame* menjadi kue lumpur tidak hanya meningkatkan nilai gizi, tetapi juga mempertahankan cita rasa dan tekstur yang disukai konsumen berdasarkan uji organoleptik dan daya terima. Dengan demikian, kue lumpur *edamame* berpotensi menjadi inovasi pangan lokal bergizi tinggi yang praktis dan disukai, serta dapat membantu memenuhi kebutuhan protein ibu menyusui untuk mendukung kelancaran produksi ASI.

Kata Kunci: *Edamame*; Kue Lumpur; Protein; ASI; Uji Organoleptik.

Abstract: Nutritional issues in Indonesia remain a major challenge, particularly related to the low rate of exclusive breastfeeding. One factor affecting breast milk production is insufficient protein intake among breastfeeding mothers. Edamame (*Glycine max L.*) is known as a high-value vegetable protein source rich in essential amino acids, fiber, and important vitamins and minerals that play a role in the formation of the hormone prolactin to stimulate breast milk production. This literature review aims to analyze the potential of edamame mud cake as an alternative high-protein snack that can support increased breast milk production. The method used is a literature review of various relevant national and international studies in the last ten years. The results of the study indicate that processing edamame into mud cake not only increases nutritional value but also maintains the taste and texture preferred by consumers based on organoleptic and acceptability tests. Thus, edamame mud cake has the potential to become a practical and popular local food innovation with high nutrition and can help meet the protein needs of breastfeeding mothers to support smooth breast milk production.

Keywords: *Edamame*; Mud Cake; Protein; Breast Milk; Organoleptic Test

Cara mengutip Nisa', A. H., & Ulilalbab, A. (2026). Literature Review: Pemanfaatan Edamame sebagai Bahan Dasar Kue Lumpur Tinggi Protein untuk Meningkatkan Produksi ASI. *JIKES: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(2), 288–296. <https://doi.org/10.71456/jik.v4i2.1507>

PENDAHULUAN

Permasalahan gizi di Indonesia masih menjadi tantangan besar dalam upaya peningkatan kualitas sumber daya manusia. Salah satu isu penting adalah rendahnya angka pemberian Air Susu Ibu (ASI) eksklusif, yang berimplikasi pada pertumbuhan dan perkembangan bayi. ASI merupakan sumber gizi alami terbaik untuk bayi selama enam bulan pertama kehidupan karena mengandung zat gizi lengkap yang mendukung imunitas dan perkembangan optimal (Samosir et al., 2025)(Sri Juliani, 2021). Menurut data *World Health Organization* (WHO), target global pemberian ASI eksklusif hingga tahun 2025 adalah minimal 50%. Namun, capaian global pada periode 2014–2019 baru mencapai sekitar 39%, sedangkan di Indonesia, cakupan ASI eksklusif pada tahun 2022 hanya sebesar 61,5%, belum memenuhi target nasional 65% (Tsani et al., 2025). Salah satu penyebab rendahnya produksi ASI adalah kurangnya asupan gizi, terutama protein, pada ibu menyusui (Rauda & Harahap, 2023)(Yulita Siregar & Noya, 2023).

Asupan protein yang cukup berperan penting dalam pembentukan komponen utama ASI. Protein yang dikonsumsi ibu akan diuraikan menjadi asam amino yang berperan dalam pembentukan hormon prolaktin—hormon yang berfungsi merangsang produksi ASI (Hapsari et al., 2021). Oleh karena itu, peningkatan konsumsi makanan tinggi protein dapat membantu memperlancar produksi ASI dan menjaga kualitasnya. *Edamame* (*Glycine max L.*) merupakan salah satu sumber protein nabati yang memiliki nilai gizi tinggi dan mudah dicerna oleh tubuh. Setiap 100 gram *edamame* mengandung 11,4 gram protein, 7,4 gram karbohidrat, dan berbagai vitamin serta mineral penting seperti kalsium, zat besi, dan kalium (Kardina Hayati et al., 2021). Selain itu, *edamame* juga mengandung sembilan asam amino esensial dan serat pangan yang berfungsi menjaga kesehatan pencernaan dan metabolisme tubuh (Rauda & Harahap, 2023).

Sebagai upaya meningkatkan asupan protein ibu menyusui, *edamame* dapat diolah menjadi produk pangan inovatif seperti kue lumpur *edamame*. Kue lumpur merupakan makanan tradisional Indonesia yang digemari karena teksturnya lembut dan rasanya manis legit (Silvani & Syarif, 2022). Pengembangan kue lumpur *edamame* sebagai camilan tinggi protein dan serat merupakan alternatif praktis dan bergizi untuk mendukung peningkatan produksi ASI pada ibu menyusui. Selain menilai kandungan gizinya, kualitas sensori dan penerimaan konsumen terhadap produk juga menjadi faktor penting dalam pengembangan pangan. Oleh karena itu, uji organoleptik dan daya terima perlu dilakukan untuk mengetahui tingkat kesukaan konsumen terhadap warna, aroma, rasa, dan tekstur produk (Khalisa et al., 2021)(Dendi Gusnadi et al., 2020).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *literature review* dengan pendekatan deskriptif-analitis, yang bertujuan untuk mengkaji dan menganalisis berbagai hasil penelitian terdahulu. Pengumpulan data dilakukan melalui penelusuran artikel ilmiah, jurnal nasional maupun internasional, serta laporan penelitian yang relevan dan terbit dalam sepuluh tahun terakhir menggunakan database seperti Google Scholar. Tahapan analisis meliputi seleksi literatur berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi, identifikasi variabel penelitian, ekstraksi data, dan sintesis hasil temuan untuk mengkaji pengaruh penambahan *edamame* sebagai bahan pangan lokal tinggi protein dalam pembuatan kue lumpur yang dapat meningkatkan produksi ASI pada ibu menyusui.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Permasalahan gizi yang masih memiliki tingkat kejadian tinggi adalah rendahnya pemberian ASI pada bayi. ASI merupakan sumber makanan alami pertama bagi bayi, yang memiliki kandungan gizi yang diperlukan terutama dalam enam bulan pertama. Menyusui menjadi metode terbaik untuk memberikan asupan ideal guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi secara sehat. Namun, banyak ibu menyusui menghadapi tantangan berupa kekurangan produksi ASI (Samosir et al., 2025)(Sri Juliani, 2021). Rendahnya pemberian ASI eksklusif dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya adalah pola makan ibu pada masa nifas atau setelah melahirkan, serta kekhawatiran ibu bahwa ASI yang dihasilkan tidak akan cukup untuk memenuhi kebutuhan bayinya. Penanganan rendahnya pemberian ASI dapat dilakukan dengan pemberian cemilan tinggi protein. Protein sebagai makronutrien penting, memiliki berbagai manfaat bagi kesehatan tubuh (Indrawati et al., 2022). Makanan yang mengandung protein dikonsumsi oleh ibu akan diolah dalam tubuh, kemudian hasilnya diedarkan melalui aliran darah ke seluruh bagian tubuh, termasuk ke kelenjar payudara sebagai tempat pembentukan ASI. (Hapsari et al., 2021).

Kue lumpur *edamame* adalah salah satu alternatif camilan yang dapat membantu memenuhi kebutuhan gizi ibu menyusui. Kue lumpur merupakan salah satu kue tradisional Indonesia yang digemari banyak orang karena memiliki rasa manis yang khas, lezat yang legit, serta tekstur yang lembut. Pengolahan *edamame* menjadi kue lumpur menjadikannya camilan yang praktis, lezat, dan kaya nutrisi untuk ibu menyusui. Kue ini dibuat dengan bahan utama seperti kentang, *edamame*, sari kedelai, tepung terigu, gula pasir, telur, margarin, dan santan (Silvani & Syarif, 2022).

Dalam 100gr *edamame* memiliki kandungan gizi yang cukup tinggi, dengan energi sebesar 582 kkal per 100 gram, 11,4 g protein, 7,4 g karbohidrat, dan 6,6 g lemak. Dari segi vitamin, *edamame* menyediakan 100 mg vitamin A, 0,27 mg vitamin B1, 0,14 mg vitamin B2, 1 mg, vitamin B3, serta 27% vitamin C. Mineral yang terkandung di dalamnya meliputi 140 mg fosfor, 70 mg kalsium, 1,7 mg zat besi, dan 140 mg kalium. *Edamame* juga kaya akan serat, mengandung sembilan asam amino esensial yang dibutuhkan tubuh, serta bebas kolesterol dengan kadar lemak jenuh yang rendah(Sri Juliani, 2021)(Kardina Hayati et al., 2021). Ditinjau dari penelitian (Yulita Siregar & Noya, 2023)konsumsi *edamame* terbukti berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan produksi ASI, yang berperan penting dalam upaya pencegahan stunting. Maka dari itu Produk pangan inovatif seperti kue lumpur

edamame ini memiliki peluang untuk diterima oleh masyarakat dan menjadi bagian dari solusi gizi yang berkelanjutan untuk ibu menyusui yang mengalami penurunan produksi ASI.

Berikut ringkasan hasil telaah literatur yang mencakup penulis, metode penelitian, sampel dan lokasi penelitian, serta temuan utama disajikan dalam bentuk tabel berikut. Penyajian ini bertujuan untuk memberikan gambaran ringkas mengenai bukti ilmiah yang mendukung pemanfaatan *edamame* dan produk olahannya sebagai alternatif pangan tinggi protein bagi ibu menyusui.

Tabel 1. Ringkasan Hasil Telaah Literatur

Penulis	Metode	Sampel Dan Tempat	Hasil Penelitian
(Dendi Gusnadi, Riza Taufiq, 2020)	Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan melibatkan dua jenis panelis, yaitu panelis umum yang tidak terlatih untuk menilai tingkat penerimaan konsumen, serta panelis terlatih untuk melakukan penilaian organoleptik.	Sampel: Sebanyak 80 orang panelis dari kalangan umum yang belum mendapatkan pelatihan khusus dilibatkan sebagai penilai untuk menguji tingkat penerimaan konsumen. Sebanyak 20 panelis terlatih sebagai penguji organoleptik. Tempat: Kabupaten Bandung, wilayah yang dikenal sebagai penghasil singkong yang cukup besar	<i>Mousse</i> tapai singkong memiliki potensi sebagai produk makanan yang enak, menarik secara visual, dan bisa menjadi produk yang sehat serta dapat diterima oleh konsumen luas, dengan formulasi resep spesifik yang sudah ditentukan. Aroma tapai yang kurang terasa kuat menjadi catatan untuk pengembangan selanjutnya agar lebih optimal diterima oleh konsumen.
(Hapsari et al., 2021)	Metode penelitian ini dilakukan melalui studi literatur dengan memanfaatkan berbagai sumber data yang diperoleh dari hasil pencarian di basis data daring, seperti <i>Science Direct</i> dan <i>Google Scholar</i> , yang berisi jurnal nasional maupun internasional terakreditasi.	Sampel: ibu menyusui yang memiliki bayi berusia 0- 24 bulan Tempat: -	Hasil telaah dari berbagai literatur menunjukkan bahwa asupan makanan ibu menyusui tidak memiliki hubungan langsung dengan kadar protein dalam ASI. Namun, status gizi ibu menyusui terbukti memiliki keterkaitan langsung dengan kandungan protein tersebut pada ASI. Perbedaan hasil penelitian dapat terjadi karena berbagai faktor, seperti perbedaan rancangan studi, jumlah sampel yang digunakan, waktu pelaksanaan analisis,

			serta alat yang dipakai dalam proses analisis sampel. Selain itu, cara pengumpulan ASI yang belum memiliki standar baku dan perbedaan dalam tindak lanjut penelitian juga turut memengaruhi hasil yang diperoleh.
(Indrawati et al., 2022)	Metode eksperimen dengan pengujian organoleptik dan daya terima	Sampel: penelitian berupa 20–30 panelis tidak terlatih. Tempat: Laboratorium Pengolahan Makanan I, Unesa Ketintang, Surabaya.	Snack Bar Strawberry bisa menjadi pilihan camilan sehat karena mengandung berbagai zat gizi penting, seperti protein, vitamin C, dan vitamin E, yang membantu membentuk jaringan tubuh serta melindungi sel dari kerusakan akibat radikal bebas.
(Kardina Hayati et al., 2021)	Metode kuasi eksperimen (<i>Quasy Experiment Design</i>) dengan rancangan <i>One Group Pretest–Posttest Design</i> .	Sampel: Sebanyak 18 ibu yang baru melahirkan dipilih sebagai peserta penelitian melalui teknik <i>non-probability sampling</i> dengan pendekatan purposive sampling, yaitu pemilihan berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan sesuai dengan tujuan penelitian. Tempat: Klinik Bidan Putri Tanjung, yang berlokasi di Kecamatan Kota Kisaran Timur, Kabupaten Asahan, Provinsi Sumatera Utara.	Berdasarkan hasil uji statistik <i>Wilcoxon</i> dengan tingkat signifikansi 0,05, diperoleh nilai p-value sebesar 0,008 (<0,05) dan nilai Z -2,646. Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah mengonsumsi kacang <i>edamame</i> terhadap peningkatan produksi ASI pada ibu postpartum.
(Khalisa et al., 2021)	Metode eksperimen laboratorium dengan uji organoleptik (uji sensori/hedonik)	Sampel: Panelis tidak terlatih Tempat: Universitas Syiah Kuala di Laboratorium Pasca Panen & Laboratorium Analisis Pangan dan Hasil Pertanian Program Studi Teknik Pertanian, Fakultas Pertanian.	bahasa kewanusiaan: Secara keseluruhan, para panelis lebih menyukai perlakuan dengan fraksi ekstrak buah belimbing wuluh sebanyak 100 ml. Untuk warna dan aroma, mereka lebih

			memilih fraksi ekstrak 150 ml karena warnanya yang lebih kuning kehijauan serta aromanya yang tidak terlalu tajam. Namun, dari segi rasa, panelis cenderung menyukai fraksi ekstrak 100 ml karena minumannya tidak terlalu asam.
(Rauda & Harahap, 2023)	Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan model satu kelompok, di mana pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. Data yang diperoleh kemudian dianalisis menggunakan uji <i>Wilcoxon</i> untuk mengetahui perbedaan efek intervensi.	Sampel: Penelitian ini melibatkan 15 ibu nifas yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi menggunakan metode <i>purposive sampling</i> . Tempat: Wilayah kerja PMB Diana Tamdem Hilir Pasar 1, Medan, Indonesia	Setelah mengonsumsi susu sari kacang kedelai selama tujuh hari, sebanyak 93% ibu nifas mengalami peningkatan produksi ASI. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,001$, yang menandakan adanya perbedaan signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah pemberian perlakuan tersebut.
(Samosir et al., 2025)	Dengan pendekatan <i>scoping review</i> , studi ini menelaah literatur yang diambil dari <i>Google Scholar</i> , <i>PubMed</i> , <i>SAGE</i> , <i>Semantic Scholar</i> , dan <i>Elsevier</i> . Kriteria inklusi adalah publikasi tahun 2018–2024, berbahasa Inggris atau Indonesia, serta desain penelitian berupa <i>cross-sectional</i> , studi kasus, kohort, atau korelasional.	Sampel: 12 jurnal yang memenuhi kriteria inklusi dari total 339 artikel yang diseleksi. Tempat: Universitas Prima Indonesia bekerja sama dengan Universitas Wirahusada Medan.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa kondisi kesehatan mental ibu — seperti stres, kecemasan, <i>postpartum blues</i> , depresi pascapersalinan, dan gangguan mental umum — memiliki pengaruh terhadap keberhasilan pemberian ASI eksklusif. Beberapa faktor yang paling berkaitan dengan hal ini antara lain dukungan sosial, tingkat motivasi, kondisi ekonomi, riwayat gangguan mental, dampak pandemi COVID-19, serta status ibu yang bekerja.

(Silvani & Syarif, 2022)	Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode Rancangan Acak Lengkap (RAL) yang terdiri atas empat perlakuan dan masing-masing diulang sebanyak tiga kali, yaitu X0 (0%), X1 (25%), X2 (50%), dan X3 (75%).	Sampel: 3 panelis ahli sebagai penilai organoleptik (bentuk, warna, aroma, tekstur, dan rasa). Tempat: Universitas Negeri Padang pada Agustus 2021.	Penambahan susu kedelai memberikan pengaruh terhadap tekstur dan rasa kue lumpur, namun tidak menimbulkan perubahan pada bentuk, warna, maupun aromanya. Hasil terbaik diperoleh pada perlakuan dengan substitusi susu kedelai sebesar 75% (X3).
(Sri Juliani, 2021)	Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen atau rancangan eksperimen semu dengan model One Group <i>Pretest-Posttest Design</i> , di mana pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan pada satu kelompok yang sama.	Sampel: Terdapat enam ibu pada masa nifas hari ke-2 hingga ke-7 yang mengalami produksi ASI rendah. Tempat: Wilayah kerja Klinik Pratama Suci Yuliana yang dilakukand ari mulai bulan April s/d November tahun 2020.	Terdapat perbedaan yang signifikan pada produksi ASI ibu postpartum di wilayah kerja Klinik Pratama Suci Yuliana, Kecamatan Simeulue Timur, Provinsi Aceh, sebelum dan setelah mengonsumsi kacang edamame.
(Yulita Siregar & Noya, 2023)	Menggunakan metode studi <i>Quasi Ekperimental</i> , dengan rancangan <i>Pretest-Post test control group design</i> .	Sampel: 40 orang ibu menyusui Tempat: Wilayah Kerja Puskesmas Mapane	Konsumsi <i>Edamame (Glycine max L)</i> dan Kurma (<i>Phoenix dactylifera L</i>) terbukti berpengaruh secara signifikan dalam meningkatkan produksi ASI, yang berperan penting dalam upaya pencegahan stunting ($p = 0,000$).

KESIMPULAN

Rendahnya pemberian ASI eksklusif masih menjadi permasalahan gizi yang perlu mendapat perhatian karena berpengaruh langsung terhadap pertumbuhan dan kesehatan bayi. Salah satu penyebab utama adalah kurangnya asupan zat gizi, terutama protein, pada ibu menyusui. Upaya untuk meningkatkan produksi ASI dapat dilakukan melalui konsumsi makanan bergizi tinggi seperti kue lumpur *edamame*. *Edamame* memiliki kandungan protein, vitamin, mineral, serta serat yang tinggi, yang berperan penting dalam pembentukan hormon prolaktin guna merangsang produksi ASI

Dengan kandungan gizi yang lengkap dan rendah lemak jenuh, kue lumpur *edamame* menjadi inovasi pangan lokal yang potensial sebagai camilan sehat bagi ibu menyusui. Produk ini tidak hanya membantu memenuhi kebutuhan gizi, tetapi juga mudah diterima

masyarakat karena rasanya yang lezat dan bentuknya yang praktis. Oleh karena itu, pengembangan kue lumpur *edamame* dapat menjadi solusi berkelanjutan dalam mendukung peningkatan produksi ASI serta pemenuhan gizi ibu dan bayi di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Dendi Gusnadi, Riza Taufiq, E. B. (2020). Uji Organoleptik dan Daya Terima pada Produk Mousse Berbasis Tapai Singkong Sebagai Komoditi UMKM di Kabupaten Bandung. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 1(3), 1–4.
- Hapsari, Q. C., Rahfiludin, M. Z., & Pangestuti, D. R. (2021). Hubungan Asupan Protein, Status Gizi Ibu Menyusui, dan Kandungan Protein pada Air Susu Ibu (ASI): Telaah Sistematis. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 20(5), 372–378. <https://doi.org/10.14710/mkmi.20.5.372-378>
- Indrawati, V., Sulandjari, S., Dewi, R., Ismawati, R., & Ruhana, A. (2022). Uji Penerimaan *Snack Bar* Strawberry sebagai Camilan Sehat Tinggi Protein dan Antioksidan. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 5(1), 165. <https://doi.org/10.30602/pnj.v5i1.953>
- Kardina Hayati, Tati Murni Karo Karo, Rahmad Gurusinga, Widya, L. R. (2021). Pengaruh Pemberian Kacang Edamame terhadap Produksi ASI pada Ibu Post Partum di Klinik Bidan Putri Tanjung Kecamatan Kota Kisaran Timur. *Kebidanan Kestra (JKK)*, 4(1), 15–20.
- Khalisa, K., Lubis, Y. M., & Agustina, R. (2021). Uji Organoleptik Minuman Sari Buah Belimbing Wuluh (*Averrhoa bilimbi*L). *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pertanian*, 6(4), 594–601. <https://doi.org/10.17969/jimfp.v6i4.18689>
- Rauda, R., & Harahap, L. D. S. (2023). Pemberian Susu Sari Kacang Kedelai Kepada Ibu Nifas Terhadap Peningkatan Produksi ASI. *Jurnal Keperawatan Priority*, 6(1), 12–18. <https://doi.org/10.34012/jukep.v6i1.3190>
- Samosir, F. J., Pane, P. Y., Zebua, J. V. C., Manalu, P., & Dalimunte, S. Y. (2025). Kesehatan Mental Ibu Memengaruhi Pemberian Asi Eksklusif Pada Bayi : *Scoping Review Maternal Mental Health Affects Exclusive Breastfeeding For Infants : A Pendahuluan*. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan-Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sumatera Utara*, 24(1), 111–124.
- Silvani, R., & Syarif, W. (2022). Pengaruh Substitusi Susu Kedelai Terhadap Kualitas Kue Lumpur. *Jurnal Pendidikan Tata Boga Dan Teknologi*, 3(3), 278–283. <https://doi.org/10.24036/jptbt.v3i1.316>
- Sri Juliani, N. (2021). Kacang Kedelai Muda Untuk Kelancaran ASI. *Pharmacognosy Magazine*, 75(17), 399–405.
- Tsani, N. N., Rohmah, H. N. F., Handayani, T., Widianingsih, E., Lestari, R., Sahati, & Fauziah, S. (2025). Edukasi ASI Eksklusif Pada Ibu Menyusui di TPMB Tri Handayani Desa Sukamakmur Tahun 2025. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara*,

6(3), 3262–3270.

Yulita Siregar, N., & Noya, F. (2023). Pengaruh Konsumsi Edamame (*Glycine Max L*) Dan Kurma (*Phoenix Dactylifera L*) Terhadap Peningkatan Produksi Asi Dalam Pencegahan Stunting. *Jurnal Bidan Mandiri*, 1(2), 1–10. <http://jurnal.poltekkespadang.ac.id/ojs/index.php/jbm>