

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Air Susu Ibu (ASI)

Air susu ibu (ASI) adalah makanan paling baik untuk bayi. Komponen zat makanan tersedia dalam bentuk yang ideal dan seimbang untuk dicerna dan diserap secara optimal oleh bayi. ASI saja sudah cukup untuk menjaga pertumbuhan bayi sampai usia 6 bulan, tidak ada makanan lain (Asokawati, Kristiari, Sari, 2021).

Air susu ibu (ASI) merupakan makanan alamiah yang ideal untuk bayi, terutama pada bulan-bulan pertama. Sebab, ASI mengandung semua gizi (nutrien) yang dibutuhkan untuk membangun dan penyediaan energi bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal. Selain itu, ASI juga mengandung beberapa zat anti terhadap penyakit-penyakit yang keberadaannya tidak dapat diberikan melalui jalan lain (Riadi dan Tjokronegoro, 1992)

Proses laktasi ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin dan oksitosin. Pada masa menyusui (laktasi), hormon prolaktin meningkat berfungsi memproduksi ASI sehingga mengisi alveoli payudara sedangkan hormon oksitosin bekerja memeras ASI dari alveoli payudara sehingga ASI disekresi (Sambas, Amelia, Hersoni, 2022).

1. Jenis ASI Berdasarkan Stadium Laktasi ; Waktu

Menurut Tiangsa Sembiring, (2022) ASI dibedakan menjadi tiga stadium laktasi, yaitu:

a. Kolostrum (ASI hari 1-7)

Kolostrum merupakan susu pertama keluar, berbentuk cairan kekuningan yang diproduksi beberapa hari setelah kelahiran dan berbeda dengan ASI transisi dan ASI matur. Kolostrum mengandung protein tinggi 8,5%, sedikit karbohidrat 3,5%, lemak 2,5%, garam dan mineral 0,4%, air 85,1%, dan vitamin larut lemak. Kandungan protein kolostrum lebih tinggi, sedangkan kandungan laktosanya lebih rendah dibandingkan ASI matang. Selain itu,

kolostrum juga tinggi imunoglobulin A (IgA) sekretorik, laktoferin, leukosit, serta faktor perkembangan seper faktor pertumbuhan epidermal. Kolostrum juga dapat berfungsi sebagai pencakar yang dapat membersihkan saluran pencernaan bayi baru lahir. Jumlah kolostrum yang diproduksi ibu hanya sekitar 7,4 sendok teh atau 36,23 mL per hari. Pada hari pertama bayi, kapasitas perut bayi 5-7 mL (atau sebesar kelereng kecil), pada hari kedua 12-13 mL, dan pada hari ketiga 22- 27 mL (atau sebesar kelereng besar/gundu). Meskipun jumlah kolostrum sedikit tetapi cukup untuk memenuhi kebutuhan bayi baru lahir.

b. ASI masa transisi (ASI hari 7-14)

ASI ini merupakan transisi dari kolostrum ke ASI matur. Kandungan protein makin menurun, namun kandungan lemak, laktosa, vitamin larut air, dan volume ASI akan makin meningkat. Peningkatan volume ASI dipengaruhi oleh lamanya menyusui yang kemudian akan digantikan oleh ASI matur.

c. ASI Matur

ASI matur merupakan ASI yang disekresi dari hari ke-14 seterusnya dan komposisinya relatif konstan. ASI matur, dibedakan menjadi dua, yaitu susu awal atau susu primer, dan susu akhir atau susu sekunder. Susu awal adalah ASI yang keluar pada setiap awal menyusui, sedangkan susu akhir adalah ASI yang keluar pada setiap akhir menyusui. Susu awal, menyediakan pemenuhan kebutuhan bayi akan air. Jika bayi memperoleh susu awal dalam jumlah banyak, semua kebutuhan air akan terpenuhi. Susu akhir memiliki lebih banyak lemak daripada susu awal, menyebabkan susu akhir kelihatan lebih putih dibandingkan dengan susu awal. Lemak memberikan banyak energi; oleh karena itu bayi harus diberi kesempatan menyusui lebih lama agar bisa memperoleh susu akhir yang kaya lemak dengan maksimal. Komponen nutrisi ASI berasal dari 3 sumber, beberapa nutrisi berasal dari sintesis di laktosit, beberapa berasal dari makanan, dan beberapa dari bawaan ibu.

2. Manfaat ASI

a. Bagi Bayi

Bayi yang diberi ASI lebih terlindungi dari penyakit atau infeksi dalam darah yang menyebabkan kegagalan fungsi organ tubuh hingga kematian.

ASI dapat mengurangi resiko infeksi lambung, usus, sembelit, dan alergi. ASI yang didapat bayi selama proses menyusui akan memenuhi kebutuhan nutrisi bayi sehingga dapat menunjang perkembangan otak bayi. Mengisap ASI membuat bayi mudah mengkoordinasi saraf menelan, mengisap dan bernafas menjadi lebih sempurna dan bayi menjadi lebih aktif dan ceria. ASI pada masa bayi mempunyai IQ yang lebih tinggi dibandingkan anak yang tidak mendapatkan ASI (Khatimah, Akhfar, Khaera, 2021).

b. Bagi Ibu Menyusui

Menyusui dapat mencegah pendarahan setelah persalinan dan dapat mencegah anemia. Saat menyusui ibu melakukan banyak aktivitas yang dapat membakar kalori sehingga membantu penurunan berat badan lebih cepat. Selain itu, dapat mempercepat involusi uterus dan mengurangi resiko kanker ovarium dan kanker payudara. Adapun manfaat ekonomis ASI karena ibu tidak perlu mengeluarkan biaya untuk membeli susu dan menyiapkan peralatan untuk memberikan susu kepada bayi (Reishvega, 2022).

3. Faktor yang menghambat pengeluaran ASI

Produksi ASI berkurang biasanya disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain :

- a. Faktor kejiwaan (gangguan emosi ibu). Hal ini berkenaan jika ibu mengalami keresahan, ketegangan, dan kesulitan lain yang mengganggu ketenangan jiwanya.
- b. Faktor gizi ibu yang kurang baik, karena makanan tambahan yang tidak memadai.
- c. Faktor terputusnya kesinambungan menyusui dalam jangka waktu yang lama, misalnya karena ibu sakit atau ibu bekerja (Riadi dan Tjokronegoro, 1992)

Ibu yang selalu dalam keadaan tertekan, sedih, cemas, dan mengalami berbagai bentuk ketegangan akan mengakibatkan kerja sistem hormone prolaktin dan oksitosin terhambat, yang mana kedua hormone tersebut sangat berpengaruh dan berperan penting terhadap proses sekresi ASI. Saat ibu cemas maka perintah dari kedua hormone tersebut tidak akan diteruskan pada sel alveoli dan sel mioepitelium sehingga duktulus atau sel-sel yang

menghasilkan air susu dan yang berfungsi memeras susu keluar kerjanya akan terhambat. Oleh karena itu perasaan cemas, tertekan, kurang percaya diri, sedih dan segala bentuk ketegangan emosional akan menurunkan volume ASI bahkan tidak akan terjadi produksi ASI (Yunita, Salat, Suprayitno, 2019).

4. Penyebab Kegagalan Pemberian ASI

Kegagalan menyusui dapat disebabkan oleh berbagai keadaan. faktor demografi, sosial ekonomi, dan klinis sangat menentukan kontinuitas pemberian ASI. Beberapa penelitian yang didapatkan mengenai pemberian ASI memiliki dampak jangka panjang terhadap ISPA, sembelit, diare, dan masalah lainnya. Proses persalinan seksio sesaria (SC) telah terbukti dua kali lebih mungkin mengakibatkan kegagalan menyusui. Promosi dan kepercayaan terhadap susu formula merupakan dua faktor eksternal yang sering menjadi penyebab kegagalan pemberian ASI eksklusif. Kegagalan untuk memberikan ASI dapat menyebabkan tingginya angka kejadian penyakit (Idawati; dkk, 2021).

Kegagalan pemberian ASI salah satunya disebabkan kurangnya produksi ASI, dimana bisa disebabkan faktor fisiologis dan psikologis. Produksi ASI yang kurang disebabkan oleh faktor nutrisi dan hormon. Di Indonesia terdapat banyak tanaman yang dipercaya dapat meningkatkan produksi ASI. Hasil review kualitatif yang dilakukan oleh Monika (2020) menunjukkan beberapa tanaman yang terbukti secara ilmiah dapat digunakan sebagai pelancar ASI adalah daun katuk, daun kelor, dan daun papaya (Handayani, Pratiwi, Fatmawati, 2021).

5. Upaya untuk meningkatkan ASI

Upaya untuk meningkatkan produksi ASI dapat dilakukan dengan beberapa cara yaitu cara farmakologi dan non farmakologi. Cara farmakologi dikenal lebih mahal biayanya dan berpotensi mempunyai efek kurang baik karena pada terapi farmakologi yang digunakan adalah obat-obatan dan suplemen untuk ibu menyusui yang mengandung efek samping. Adapun cara

lain yang dapat dilakukan dalam cara farmakologi dengan mengonsumsi tanaman obat tradisional. Tanaman obat tradisional dapat berasal dari sesuatu yang dijumpai di lingkungan sekitar kita dan biaya yang lebih terjangkau serta memiliki efek samping yang cukup kecil. Sedangkan metode non farmakologi yang bisa dilakukan seperti metode akupresur, akupunktur, massage atau pijatan (Yuliani; dkk, 2021).

B. Tanaman Obat Tradisional

Tanaman merupakan tumbuhan yang hidup dimana saja baik itu di lingkungan rumah, kebun, maupun hutan. Dalam kehidupan masyarakat tanaman dimanfaatkan sebagai obat untuk pengobatan segala jenis penyakit (Harefa, 2020). Tumbuhan obat adalah segala jenis tumbuhan yang diketahui mempunyai khasiat baik dalam membantu memelihara kesehatan maupun pengobatan suatu penyakit. Tumbuhan obat sangat erat kaitannya dengan pengobatan tradisional, karena sebagian besar tumbuhan obat belum didasarkan pada pengujian klinis laboratorium, melainkan lebih berdasarkan pada pengalaman penggunaan (Harmida, Sarno, dan Yuni, 2011). Tumbuhan berkhasiat obat dikelompokkan menjadi 3, yaitu tumbuhan obat tradisional, tumbuhan obat modern dan tumbuhan obat potensial (Lestari, 2016).

Tanaman obat tradisional pada umumnya juga disebut apotek hidup, yaitu memanfaatkan sebagian tanah untuk ditanami tanaman obat-obatan untuk keperluan sehari-hari. Umum diketahui, bahwa banyak tanaman obat-obatan tradisional yang dapat digunakan untuk mengobati berbagai penyakit. Tanaman obat tradisional umumnya lebih aman karena bersifat alami dan memiliki efek samping yang lebih sedikit dibandingkan obat-obatan buatan pabrik. Pengobatan dengan tanaman tradisional merupakan bagian dari sistem budaya masyarakat yang potensi manfaatnya sangat besar dalam pembangunan kesehatan masyarakat. Penggunaan tanaman obat tradisional sudah membudaya di masyarakat. Sebagian besar masyarakat cukup menguasai cara meraciknya. Manfaat penggunaan obat tersebut sangat besar, dengan keadaan ekonomi masyarakat, adanya penggunaan obat tradisional ini

akan menghemat biaya kehidupan (Lestari, 2016). Berikut beberapa bahan tanaman yang digunakan untuk meningkatkan produksi ASI :

a. Tanaman Katuk



Sumber : Dokumentasi asli

Gambar 2.1 Tanaman Katuk.

Kingdom : Plantae

Divisi : Magnoliophyta

Kelas : Magnoliopsida

Ordo : Malpighiales

Famili : Euphorbiaceae

Genus : *Sauropus*

Spesies : *Sauropus androgynus*

Tanaman katuk adalah sejenis sayuran daun yang memiliki nama latin (*Sauropus androgynus*) dan termasuk famili Euphorbiaceae. Salah satu manfaat tanaman katuk yang cukup populer adalah kemampuannya untuk memperlancar dan memproduksi ASI. Untuk meningkatkan kecukupan ASI dapat dilakukan dengan mengkonsumsi daun katuk berupa rebusan atau sayur bening maupun ekstrak daun katuk karena mengandung alkaloid dan sterol yang dapat meningkatkan kelancaran ASI (Suyanti dan Anggraeni, 2020).

Penelitian tentang khasiat daun katuk sebagai pelancar air susu juga sudah banyak dilakukan di Indonesia. Produksi ASI yang meningkat pada pemanfaatan daun katuk disebabkan daun katuk mengandung senyawa aktif,

yaitu sterol (fitosterol) dan alkaloid (papaverin), yang dapat meningkatkan kadar prolaktin yang berperan dalam pembentukan ASI dan oksitosin yang berperan dalam pengeluaran ASI, serta mengandung zat gizi yang dapat digunakan sebagai bahan baku pembuatan ASI. Hasil penelitian menunjukkan ibu menyusui (100%) mengonsumsi tanaman daun katuk dengan cara disayur bening (Handayani, Pratiwi, Fatmawati, 2021).

b. Tanaman Kelor



Sumber : Dokumentasi asli

Gambar 2. 2 Tanaman Kelor.

Kingdom : Plantae
 Divisio : Magnoliophyta
 Class : Magnoliopsida
 Ordo : Brassicales
 Famili : Moringaceae
 Genus : *Moringa*
 Spesies : *Moringa oleifera* L.

Tanaman kelor (*Moringa oleifera* Lam) merupakan tanaman sejenis perdu dengan tinggi 7-11 meter dan juga dapat berupa pohon atau semak yang memiliki umur tumbuh yang lama. Tanaman ini dapat tumbuh dalam berbagai kondisi lingkungan dan juga dapat tumbuh baik di dataran tinggi maupun

rendah. Semua bagian dari tanaman kelor dapat dimanfaatkan terutama untuk masalah kesehatan, namun bagian lebih sering dimanfaatkan yaitu daunnya karena mengandung fitosterol yang lebih tinggi berfungsi meningkatkan dan melancarkan produksi ASI (Reishvega, 2022). Kandungan yang terdapat pada daun kelor dapat meningkatkan produksi ASI (Air Susu Ibu) karena mengandung unsur zat gizi mikro seperti betakaroten, thiamin (B1), riboflavin (B2), niasin (B3), zat besi, fosfor, kalsium, vitamin C, seng, dan magnesium (Nutrima, 2021).

c. Tanaman Pepaya



Sumber : Dokumentasi asli

Gambar 2. 3 Tanaman Pepaya

Kingdom : Plantae
 Divisi : Spermatophyta
 Class : Dicotyledoneae
 Ordo : Cistales
 Famili : Caricaceae
 Genus : *Carica*
 Spesies : *Carica pepaya* L.

Daun Pepaya yang merupakan tanaman yang mengandung vitamin yang dibutuhkan untuk pertumbuhan bayi dan kesehatan ibu, sehingga dapat menjadi sumber gizi yang sangat potensial. Kandungan protein tinggi, lemak tinggi, vitamin, kalsium (Ca), dan zat besi (Fe) dalam daun pepaya berfungsi

untuk pembentukan hemoglobin dalam darah meningkat, diharapkan oksigen dalam darah meningkat, metabolisme juga meningkat sehingga sel otak berfungsi dengan baik. Selain itu, daun pepaya juga mengandung enzim papain dan kalium, fungsi enzim berguna untuk memecah protein yang dimakan sedangkan kalium berguna untuk memenuhi kebutuhan kalium dimasa menyusui (Aprilia, Rilyani, Arianti, 2020).

C. Cara pengolahan tanaman obat tradisional

Menurut Nelci Loinenak (2018), dalam pengolahan tumbuhan obat, umumnya dilakukan dengan cara yang cukup sederhana yang dapat dilakukan oleh setiap pasien yang menggunakannya. Beberapa cara pengolahan obat antara lain :

1. Direbus

Tumbuhan yang diambil terlebih dahulu dibersihkan kemudian direbus dengan air hingga mendidih lalu didinginkan dan siap diminumkan, misalnya samparei (*Glochidion sp*) daunnya dipetik, direbus dan diminum airnya yang bermanfaat untuk menyembuhkan sakit dada.

2. Ditumbuk

Perlakuan dengan cara tumbuk dilakukan dengan menyiapkan penumbuk dan dimasukan kemudian ditumbuk hingga hancur, misalnya daun swamberbim (*Erytrina lithosperma*) ditumbuk halus kemudian dicampur dengan air sedikit lalu digosokkan pada perut untuk mengobati sakit perut.

3. Dipanaskan atau dibakar

Cara ini dilakukan dengan membungkus daun-daun tersebut kemudian dibakar lalu diramas dan diambil airnya untuk diminum, misalnya daun ingoyari (*Physalis angulata*) bermanfaat untuk perempuan yang baru melahirkan.

4. Diseduh atau direndam

Perlakuan dengan cara ini dilakukan dengan tanaman diseduh/direndam dengan air panas kemudian airnya diminum misalnya daun kandarek (*Morinda citrifolia*) diseduh/direndam dengan air panas lalu airnya diminum untuk mengobati luka dalam.

5. Diparut

Umumnya cara parut dilakukan pada bahan baku obat yang strukturnya keras misalnya kunyit (*Curcuma domestica*) diparut, diperas dan diambil airnya untuk diminum yang bermanfaat untuk mengobati maag.

6. Diperas

Cara perasan dilakukan dengan mempersiapkan terlebih dahulu air yang telah direbus pada wadah, selanjutnya diperas dan airnya diminum, misalnya daun nasnasem (*Widelia biflora*) dibakar lalu diperas airnya untuk diminum.

7. Langsung digunakan

Cara ini tanaman tidak diberi perlakuan tetapi langsung digunakan, misalnya daun berosfor (*Euphorbia hirta*) dikunyah daunnya dan airnya ditelan untuk mengobati muntaber.

D. Bagian tanaman yang digunakan sebagai obat

Bagian-bagian tanaman yang digunakan sebagai obat tradisional sebagai berikut :

1. Kulit (*Cortex*)

Kulit adalah bagian terluar dari tumbuhan tingkat tinggi yang berkayu. Dibatasi di bagian luar oleh epidermis dan di bagian dalam oleh Korteks tersusun dari jaringan penyokong yang tidak endodermis terdiferensiasi dan menyusun jaringan dasar

2. Daun (*Folium*)

Daun merupakan salah satu organ tumbuhan yang tumbuh dari ranting, biasanya berwarna hijau (mengandung klorofil) dan terutama berfungsi sebagai penangkap energi dari cahaya matahari untuk fotosintesis. Daun merupakan bagian tumbuhan yang paling banyak digunakan sebagai bahan baku ramuan obat tradisional maupun minyak atsiri.

3. Bunga (*Flos*)

Bunga merupakan modifikasi suatu tunas (batang dan daun) yang bentuk, warna, dan susunannya disesuaikan dengan kepentingan tumbuhan. Bunga adalah alat perkembangbiakan secara generatif pada tumbuhan. Bunga yang

dimanfaatkan sebagai obat dapat berupa bunga tunggal atau majemuk, bagian bunga majemuk serta komponen penyusun bunga.

4. Akar (*Radix*)

Akar adalah bagian pangkal tumbuhan pada batang yang berada dalam tanah dan tumbuh menuju pusat bumi. Akar yang dimanfaatkan sebagai obat dapat berupa akar yang berasal dari jenis tumbuhan yang umumnya berbatang lunak dan memiliki kandungan air yang tinggi.

5. Umbi (*Bulbus*)

Umbi adalah akar yang membesar dan memiliki fungsi untuk menyimpan suatu zat tertentu dari tanaman. Bentuk ukuran umbi bermacam-macam tergantung dari jenis tumbuhannya. Umbi yang dimanfaatkan sebagai obat dapat berupa potongan atau rajangan umbi lapis, umbi akar, atau umbi batang.

6. Rimpang (*Rhizoma*)

Rhizome adalah batang yang tumbuh di dalam tanah yang kemudian menumbuhkan tunas-tunas yang menjadi anakan dan kemudian tumbuh bersama-sama dalam rumpun yang besar untuk menumbuhkan umbi. Rhizome yang dimanfaatkan sebagai obat dapat berupa potongan atau irisan rhizome.

7. Buah (*Fructus*)

Buah adalah organ pada tumbuhan berbunga yang merupakan perkembangan lanjutan dari bakal buah. Buah biasanya membungkus dan melindungi biji. Buah yang dimanfaatkan sebagai obat dapat berupa buah lunak dan ada pula buah yang keras. Buah yang lunak akan menghasilkan simplisia dengan bentuk dan warna yang sangat berbeda, khususnya bila buah masih dalam keadaan segar.

8. Kulit buah (*Perikarpium*)

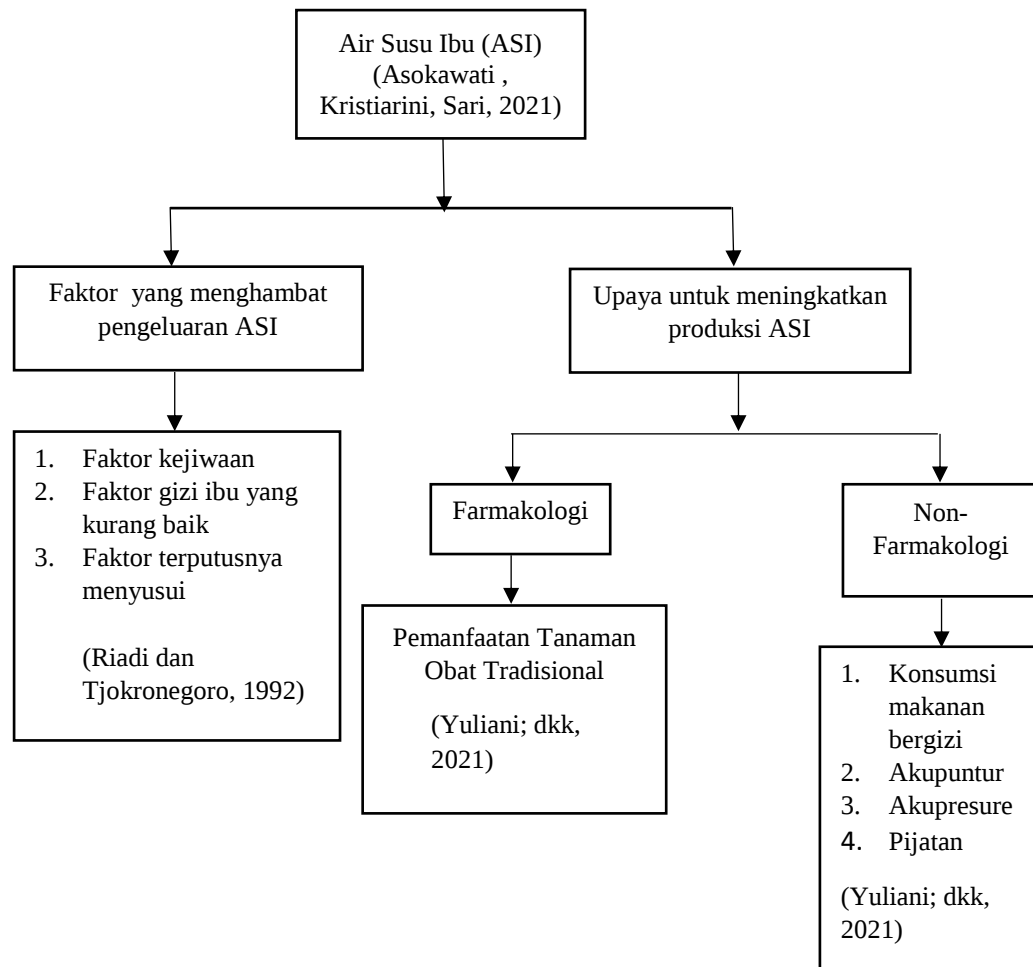
Kulit buah merupakan lapisan terluar dari buah yang dapat dikupas, sama halnya dengan simplisia buah, simplisia kulit buah pun ada yang lunak, keras bahkan adapula yang ulet dengan bentuk bervariasi.

9. Biji (*Semen*)

Bakal biji (ovulum) dihasilkan dari tumbuhan berbunga yang telah masak. Biji dapat terlindung oleh organ lain (buah pada *Angiospermae* atau *Magnoliophyta*) atau tidak terlindungi (pada *Gymnospermae*). Biji yang

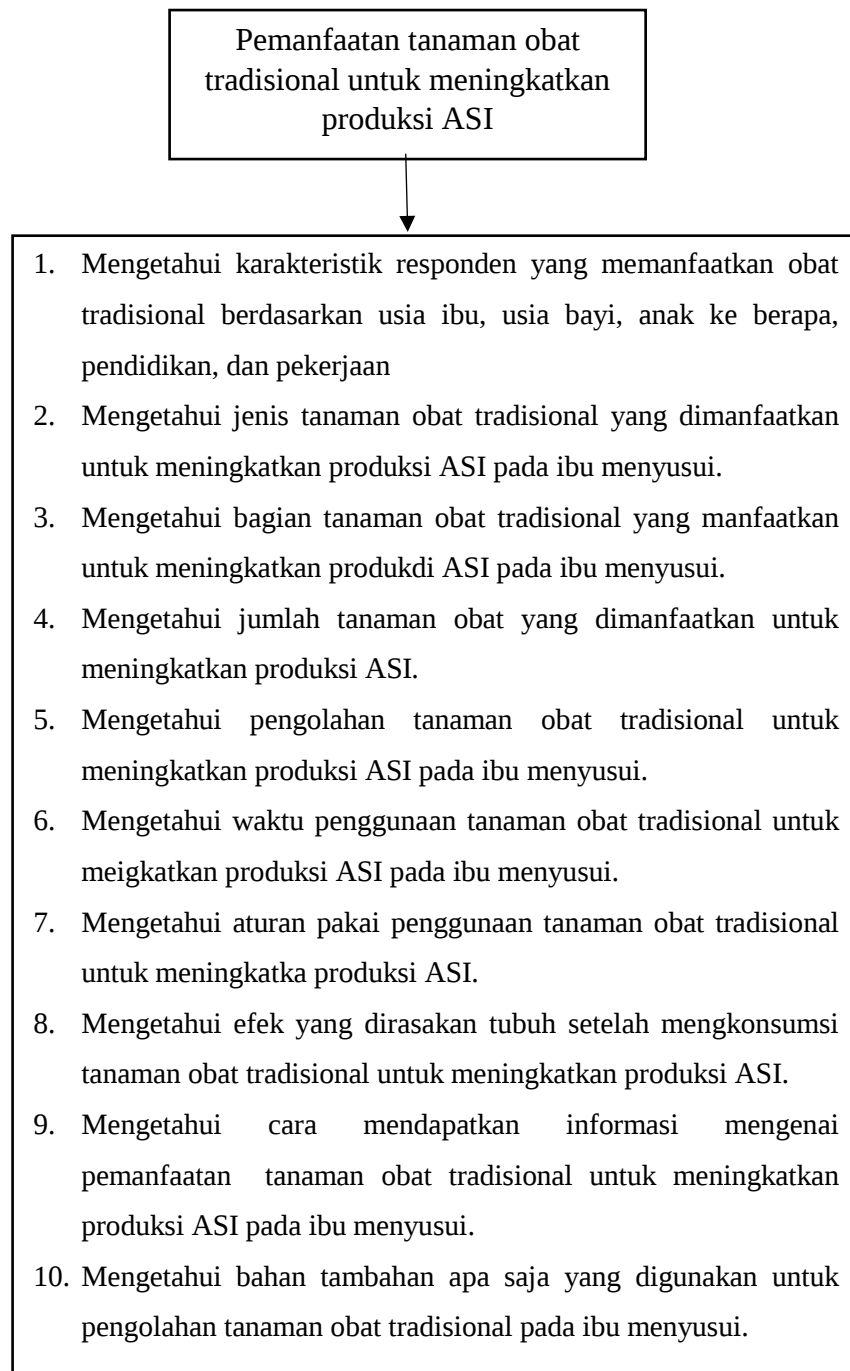
dimanfaatkan sebagai obat dapat berupa biji yang telah masak sehingga umumnya sangat keras. Bentuk dan ukuran biji bermacam-macam tergantung dari jenis tumbuhan (Nelci Loinenak, 2018).

E. Kerangka teori



Gambar 2. 4 Kerangka teori.

F. Kerangka konsep



Gambar 2. 5 Kerangka konsep.

G. Definisi operasional

Tabel 2.1 Definisi operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara ukur	Alat ukur	Hasil ukur	Skala
1	Karakteristik responden	Lama hidup responden dari lahir sampai sekarang 2023	Wawancara	Kuesioner	1 = 17-27 tahun 2 = 28-35 tahun 3 = >35 tahun	Nominal
	a) Usia responden					
	b) Usia bayi	Lama hidup bayi responden dari lahir sampai sekarang	Kuesioner	Kuesioner	1 = 0-6 bulan 2 = >6 bulan	Nominal
	c) Anak ke	Anak beberapa dari responden	Kuesioner	Kuesioner	1 = 1 2 = 2 3 = 3 4 = 4 5 = >5	Nominal
2	d) Pendidikan terakhir responden	Pendidikan terakhir responden	Kuesioner	Kuesioner	1 = Tidak sekolah 2 = Tidak tamat SD 3 = Tamat SD 4 = Tamat SMP 5 = Tamat SMA 6 = Tamat perguruan tinggi	Ordinal
	Jenis tanaman obat	Jenis tanaman obat tradisional yang digunakan responden	Kuesioner	Kuesioner	1 = Daun katuk 2 = Daun kelor 3 = Daun pepaya 4 = Tanaman jenis lainnya	Nominal
	3	Bagian tanaman	Kuesioner	Kuesioner	1 = Kulit 2 = Daun 3 = Bunga 4 = Akar 5 = Umbi 6 = Rimpang 7 = Buah 8 = Kulit buah 9 = Biji 10 = Batang	Nominal
	4	Jumlah tanaman obat	Kuesioner	Kuesioner	1 = 1 2 = 2 3 = 3 4 = 4 5 = >5	Nominal
5	Pengolahan obat tradisional	Pengelolaan yang dilakukan responden terkait obat tradisional	Kuesioner	Kuesioner	1 = Direbus 2 = Ditumbuk 3 = Dibakar/ dipanaskan 4 = Direndam/ diseduh 5 = Diparut	Nominal

					6 = Diperas 7 = Langsung digunakan	
6	Waktu penggunaan	Waktu responden menggunakan tanaman obat tradisional	Kuesioner	Wawancara	1 = Sebelum melahirkan 2 = Setelah melahirkan	Nominal
7	Aturan pakai	Aturan pakai responden mengkonsumsi tanaman obat tradisional	Kuesioner	Wawancara	1 = 1x sehari 2 = 2x sehari 3 = 3x sehari 4 = Tidak menentu	Nominal
8	Efek yang dirasakan	Efek yang dirasakan responden setelah mengkonsumsi tanaman obat tradisional	Kuesioner	Wawancara	1 = Tidak ada 2 = Ada	Nominal
9	Cara mendapatkan informasi	Cara responden mendapatkan informasi mengenai pemanfaatan tanaman obat tradisional	Kuesioner	Kuesioner	1 = Turun-temurun 2 = Pelayanan Kesehatan 3 = Internet 4 = Televisi 5 = Radio 6 = Pamflet 7 = Lainnya	Nominal
10	Bahan tambahan yang digunakan	Bahan tambahan yang digunakan responden	Kuesioner	Kuesioner	1 = Bawang putih 2 = Bawang merah 3 = Garam 4 = Gula 5 = Bahan tambahan lainnya	Nominal