

Edukasi Pemanfaatan *Moringa Oleifera* sebagai Pangan Lokal dalam Pencegahan Anemia Gravidarum pada Ibu Hamil

¹Dhewi Nurahmawati*, ¹Mulazimah, ¹Eko Sri Wulangtyas, ¹Entin Srihadi Yanti,
¹Ardina Rezky Noeraini, ²Asasih villasari, ¹Aisyah Pradita

¹ Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

²Universitas Bhakti Hasta Mulia Madiun, Indonesia

Email Corresponding: dhenoura@gmail.com*

Received: 26 Maret 2026, Accepted: 29 Maret 2026, Published: 7 April 2026

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: <i>Anemia Gravidarum</i> <i>Moringa Oleifera</i> Edukasi Kesehatan Ibu Hamil Pengetahuan	Anemia gravidarum masih menjadi salah satu masalah kesehatan pada ibu hamil yang berkaitan dengan rendahnya pengetahuan mengenai pemenuhan kebutuhan nutrisi, khususnya zat besi, serta pemanfaatan sumber pangan lokal. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pemanfaatan <i>Moringa oleifera</i> (daun kelor) sebagai salah satu sumber nutrisi dalam upaya pencegahan anemia selama kehamilan. Kegiatan dilaksanakan di Desa Blabak, Kecamatan Pesantren, Kota Kediri, dengan melibatkan 38 ibu hamil. Metode kegiatan meliputi pengukuran pengetahuan sebelum edukasi (pre-test), pemberian edukasi mengenai anemia gravidarum, kebutuhan nutrisi selama kehamilan, kandungan dan manfaat daun kelor, serta pengukuran pengetahuan setelah edukasi (post-test). Hasil menunjukkan bahwa sebelum edukasi, responden dengan pengetahuan baik sebanyak 6 orang (16%), cukup 18 orang (47%), dan kurang 14 orang (37%). Setelah edukasi, pengetahuan baik meningkat menjadi 32 orang (84,2%), cukup 4 orang (10,5%), dan kurang 2 orang (5,3%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi pemanfaatan <i>Moringa oleifera</i> dapat meningkatkan pengetahuan ibu hamil dan berpotensi menjadi pendekatan promotif-preventif berbasis pangan lokal dalam mendukung pencegahan anemia gravidarum. Kegiatan edukasi secara berkelanjutan diperlukan untuk mendukung penerapan pengetahuan dalam perilaku pemenuhan nutrisi selama kehamilan.
Keywords: <i>anemia gravidarum</i> <i>Moringa oleifera</i> health education pregnant women knowledge	ABSTRACT <i>Anemia gravidarum</i> remains a significant health problem among pregnant women and is associated with inadequate knowledge regarding nutritional requirements, particularly iron intake and the utilization of local food sources. This community service activity aimed to improve pregnant women's knowledge about the utilization of <i>Moringa oleifera</i> (moringa leaves) as a nutritional source to support the prevention of anemia during pregnancy. The activity was conducted in Blabak Village, Pesantren District, Kediri City, involving 38 pregnant women. The method consisted of a pre-test to assess participants' knowledge, health education on <i>anemia gravidarum</i> , nutritional requirements during pregnancy, and the nutritional content and benefits of moringa leaves, followed by a post-test. Before the education session, 6 participants (16%) had good knowledge, 18 (47%) had moderate knowledge, and 14 (37%) had poor knowledge. After the education session, the number of participants with good knowledge increased to 32 (84.2%), while 4 participants (10.5%) had moderate knowledge and 2 (5.3%) had poor knowledge. These findings indicate that education on the utilization of <i>Moringa oleifera</i> can improve

pregnant women's knowledge and has potential as a promotive and preventive approach based on local food resources to support the prevention of *anemia gravidarum*. Continuous education is needed to encourage the application of knowledge in daily nutritional practices during pregnancy.

I. PENDAHULUAN

Anemia gravidarum masih menjadi salah satu permasalahan kesehatan yang penting secara global, terutama di negara berkembang. *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil secara global mencapai sekitar 35,5% (WHO, 2025). Di Indonesia, data Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa 27,7% ibu hamil mengalami anemia, yang berarti hampir tiga dari sepuluh ibu hamil berada dalam kondisi tersebut (Kemenkes RI, 2023). Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur tahun 2023, prevalensi anemia pada ibu hamil tercatat sebesar 10,6% dari total 588.048 ibu hamil (Erwin et al., 2025). Kejadian anemia selama kehamilan perlu mendapatkan perhatian karena dapat meningkatkan risiko berbagai komplikasi, seperti perdarahan, kelahiran prematur, serta kematian ibu dan bayi (Nurahmawati et al., 2021). Anemia pada kehamilan masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang membutuhkan upaya pencegahan dan penanganan secara efektif, komprehensif, dan berkelanjutan (Hasanah & Liayana, 2024).

Terjadinya anemia pada ibu hamil dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah rendahnya pengetahuan mengenai pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan, khususnya zat besi dan mikronutrien lainnya (Simarmata, 2023). Kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah yang masih rendah serta keterbatasan dalam memperoleh informasi kesehatan juga dapat memperbesar risiko terjadinya anemia (Yulisa, 2023). Kurangnya edukasi kesehatan yang optimal menyebabkan sebagian ibu hamil belum memahami pentingnya konsumsi makanan dengan gizi seimbang dan pemenuhan kebutuhan zat besi selama kehamilan. Kondisi tersebut dapat memengaruhi perilaku ibu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi sehingga berkontribusi terhadap kejadian anemia. Peningkatan pengetahuan ibu hamil menjadi salah satu aspek yang penting dalam mendukung upaya promotif dan preventif terhadap *anemia gravidarum*.

Salah satu alternatif yang dapat dimanfaatkan dalam mendukung pencegahan *anemia gravidarum* adalah *Moringa oleifera* atau daun kelor. Daun kelor memiliki kandungan nutrisi yang beragam, antara lain zat besi, vitamin A, vitamin C, dan protein yang berperan dalam mendukung pembentukan hemoglobin. Kandungan zat besi yang cukup tinggi pada daun kelor menjadikannya berpotensi sebagai sumber nutrisi alami dalam membantu mencegah anemia (Mariyana &

Immanura, 2023). Potensi *Moringa oleifera* dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil telah didukung oleh beberapa penelitian sebelumnya. Triani et al. menunjukkan bahwa pemberian ekstrak daun kelor melalui desain *quasi experiment* dapat meningkatkan kadar hemoglobin secara signifikan pada ibu hamil (Triani et al., 2024). Penelitian Mariyana dan Immanura menemukan bahwa pengolahan daun kelor dalam bentuk puding juga memberikan pengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil (Mariyana & Immanura, 2023). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa daun kelor memiliki potensi untuk dimanfaatkan sebagai salah satu sumber nutrisi dalam mendukung pencegahan anemia. Namun, penelitian yang telah dilakukan sebagian besar masih menitikberatkan pada efek biologis atau klinis dari konsumsi daun kelor

Peningkatan pengetahuan merupakan bagian penting dalam membentuk kesadaran dan perilaku kesehatan yang mendukung pencegahan anemia. Oleh sebab itu, diperlukan suatu pendekatan yang menggabungkan edukasi kesehatan dengan pemanfaatan pangan lokal sehingga ibu hamil tidak hanya memperoleh informasi mengenai anemia, tetapi juga memahami pemanfaatan sumber pangan yang tersedia di lingkungan sekitar sebagai bagian dari upaya pemenuhan kebutuhan nutrisi. Berdasarkan permasalahan dan kesenjangan tersebut, pengabdian masyarakat ini menawarkan optimalisasi edukasi kesehatan melalui pendekatan terstruktur mengenai pemanfaatan *Moringa oleifera* sebagai sumber nutrisi dalam pencegahan *anemia gravidarum*. Edukasi yang diberikan diharapkan dapat meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai kandungan dan manfaat daun kelor, pentingnya pemenuhan zat besi, serta penerapannya sebagai bagian dari pola konsumsi pangan yang bergizi. Hasil pengabdian Masyarakat ini diharapkan dapat berkontribusi dalam pengembangan intervensi kesehatan berbasis edukasi dan pemanfaatan sumber daya pangan lokal serta menjadi masukan bagi pelaksanaan program promotif pada pelayanan kesehatan ibu dan anak.

II. MASALAH

Masalah yang ditemukan pada lokasi pengabdian masyarakat adalah masih adanya ibu hamil yang berisiko mengalami anemia gravidarum akibat kurangnya pengetahuan mengenai pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan, khususnya zat besi dan mikronutrien lainnya. Kondisi tersebut juga berkaitan dengan belum optimalnya pemahaman ibu hamil mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi seimbang serta pemanfaatan sumber pangan lokal yang dapat mendukung pemenuhan kebutuhan nutrisi. Keterbatasan informasi dan edukasi kesehatan mengenai pencegahan anemia menyebabkan ibu hamil belum sepenuhnya memahami langkah-langkah yang dapat dilakukan untuk menurunkan risiko anemia selama kehamilan.

Tidak hanya permasalahan pengetahuan, pemanfaatan *Moringa oleifera* (daun kelor) sebagai salah satu sumber pangan lokal yang berpotensi mendukung pemenuhan zat besi dan nutrisi selama kehamilan juga belum optimal. Ibu hamil belum memperoleh edukasi yang memadai mengenai kandungan gizi, manfaat, serta cara pemanfaatan daun kelor sebagai bagian dari pola konsumsi pangan bergizi. Berdasarkan permasalahan tersebut diperlukan edukasi kesehatan yang terstruktur dan mudah dipahami mengenai pemanfaatan daun kelor sebagai salah satu upaya

promotif dan preventif untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil dalam mencegah anemia gravidarum.

III. METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah Teknik informasi komunikatif dengan menggunakan 3 pendekatan yaitu sebagai berikut :

1. **Ceramah atau penyampain materi** : yakni kegiatan yang dilakukan secara langsung atau tatap muka kepada Ibu hamil di kelurahan Blabak, Kecamatan Pesantren, Kota Kediri sebanyak 38 orang.
2. **Demonstrasi** : cara penyajian materi penyuluhan dengan meragakan atau mempertunjukan kepada peserta suatu proses, situasi atau benda tertentu yang sedang dipelajari, baik sebenarnya atau tiruan yang sering disertai dengan penjelasan lisan (Wahyu, 2016). Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini menjelaskan tentang manfaat moringa oliefera dan memberikfakn informasi terkait olahan dari moringa oliefera.
3. **Diskusi dan Tanya Jawab** : setelah memaparkan materi dan mendemontrasikan tentang perawatan payudara dilanjutkan dengan sesi Tanya jawab yang bertujuan untuk memecahkan suatu masalah guna mencapai tujuan tertentu

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 1 data menunjukkan mayoritas umur responden adalah 20-35 tahun sebanyak 23 orang (60,5%), mayoritas pendidikan responden adalah <SMA sebanyak 29 orang (76,3%) dan mayoritas responden adalah Ibu Rumah Tangga (tidak bekerja) yaitu sebanyak 22 orang (58%). Sementara penghasilan keluarga responden mayoritas dibawah UMK sebanyak 22 orang (58%). Paritas ibu pada responden penelitian yaitu multiparitas yaitu sebanyak 27 orang (73,7%).

Tabel 1. Karakteristik Umum Ibu Hamil

Variabel Penelitian	Kriteria	Frekuensi	Persentase (%)
Umur Ibu Hamil	<20 Tahun	7	18,4
	20 – 35 Tahun	23	60,5
	>35 Tahun	8	21,1
Pendidikan	<SMA	29	76,3
	≥SMA	9	23,7
Pekerjaan	Tidak Bekerja	22	58
	Bekerja	16	42
Penghasilan Keluarga	<UMK	22	58
	UMK	16	42
Paritas	Primigravida	11	26,3
	Multigravida	27	73,7

Tabel 2. Distribusi Pengetahuan Pre-Test

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	6	16
Cukup	18	47
Kurang	14	37
Total	38	100

Tabel 3. Distribusi Pengetahuan Post-Test

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	32	84,2
Cukup	4	10,5
Kurang	2	5,3
Total	38	100

Berdasarkan tabel 2 distribusi pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan edukasi (pre-test), menunjukkan bahwa dari total 38 responden, sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang sebanyak 14 responden (37%). Responden dengan kategori pengetahuan cukup sebanyak 18 responden (47%) sedangkan sebagian besar responden dengan kategori pengetahuan baik sebanyak 6 responden (16%).

Berdasarkan tabel 3 distribusi pengetahuan ibu hamil setelah diberikan edukasi (post-test), menunjukkan bahwa dari total 38 responden, Sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori baik sebanyak 32 responden (84,2%). Responden dengan kategori pengetahuan cukup sebanyak 4 responden (10,5%) sedangkan sebagian besar responden dengan kategori pengetahuan kurang sebanyak 2 responden (5,3%).

Karakteristik responden menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil berada pada rentang usia 20–35 tahun. Kelompok usia tersebut merupakan usia reproduktif yang secara umum menjadi periode yang banyak ditemukan pada kehamilan. Namun, usia bukan satu-satunya faktor yang menentukan tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai pencegahan anemia. Pengetahuan juga dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan, pengalaman, akses terhadap informasi, lingkungan, serta kemampuan dalam menerima dan memahami informasi kesehatan. Pada kegiatan ini, sebagian besar responden memiliki pendidikan <SMA, yaitu 76,3%. Kondisi tersebut dapat menjadi salah satu pertimbangan dalam penyampaian edukasi, sehingga materi perlu diberikan menggunakan bahasa yang sederhana, komunikatif, dan disertai contoh yang mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.

Tingkat pendidikan yang relatif rendah dapat memengaruhi kemampuan seseorang dalam menerima dan mengolah informasi kesehatan. Ibu hamil dengan tingkat pendidikan yang lebih

rendah mungkin membutuhkan metode edukasi yang lebih sederhana dan interaktif agar informasi mengenai kebutuhan zat besi, pencegahan anemia, serta pemanfaatan bahan pangan lokal dapat dipahami dengan baik. Selain itu, mayoritas responden merupakan ibu rumah tangga (58%) dan memiliki penghasilan keluarga di bawah UMK (58%). Kondisi tersebut menunjukkan bahwa pemanfaatan bahan pangan lokal seperti daun kelor dapat menjadi salah satu alternatif pendekatan edukasi yang relevan karena relatif mudah ditemukan dan dapat diolah menjadi bagian dari menu sehari-hari. Dengan demikian, edukasi tidak hanya memberikan informasi mengenai anemia, tetapi juga memperkenalkan alternatif pemenuhan nutrisi yang dapat disesuaikan dengan kondisi dan sumber daya keluarga.

Hasil *pre-test* menunjukkan bahwa pengetahuan ibu hamil sebelum diberikan edukasi masih belum optimal. Sebanyak 47% responden berada pada kategori cukup dan 37% berada pada kategori kurang, sedangkan hanya 16% yang memiliki pengetahuan baik. Kondisi ini menunjukkan adanya kebutuhan edukasi mengenai pencegahan *anemia gravidarum*, khususnya terkait pemenuhan nutrisi dan pemanfaatan *Moringa oleifera*. Kurangnya pengetahuan dapat menyebabkan ibu hamil belum memahami secara optimal pentingnya zat besi selama kehamilan, sumber pangan yang mengandung zat besi, serta upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah anemia. Oleh karena itu, pemberian edukasi menjadi salah satu strategi promotif dan preventif yang penting dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil.

Setelah diberikan edukasi, terjadi peningkatan pengetahuan yang cukup besar. Proporsi ibu hamil dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 6 orang (16%) pada *pre-test* menjadi 32 orang (84,2%) pada *post-test*. Sementara itu, kategori pengetahuan kurang menurun dari 14 orang (37%) menjadi 2 orang (5,3%). Perubahan tersebut menunjukkan bahwa edukasi mengenai pemanfaatan *Moringa oleifera* dapat meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai materi yang diberikan. Peningkatan pengetahuan ini dapat terjadi karena edukasi memberikan informasi secara langsung dan terstruktur mengenai anemia, kebutuhan nutrisi selama kehamilan, serta manfaat dan pemanfaatan daun kelor sebagai sumber pangan lokal.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan bahwa *Moringa oleifera* memiliki potensi sebagai sumber nutrisi dalam mendukung pencegahan anemia pada ibu hamil. Daun kelor mengandung berbagai zat gizi, termasuk zat besi, vitamin, dan protein yang dapat mendukung pemenuhan kebutuhan nutrisi selama kehamilan. Penelitian Triani et al. (2024) menunjukkan adanya peningkatan kadar hemoglobin setelah pemberian ekstrak daun kelor pada ibu hamil. Penelitian Rishel (2023) juga menunjukkan bahwa pemberian kapsul daun kelor dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. Selain itu, penelitian Mariyana dan Immanura (2023) menunjukkan bahwa olahan daun kelor dalam bentuk puding dapat meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil. Temuan tersebut memperkuat bahwa daun kelor memiliki potensi untuk dikembangkan sebagai bagian dari pendekatan berbasis pangan lokal dalam mendukung pencegahan anemia.

Peningkatan pengetahuan dalam kegiatan ini merupakan hasil yang penting karena pengetahuan menjadi salah satu dasar terbentuknya kesadaran dan perilaku kesehatan. Edukasi

yang diberikan tidak hanya memperkenalkan manfaat *Moringa oleifera*, tetapi juga mendorong ibu hamil untuk mengenali sumber pangan lokal yang dapat dimanfaatkan dalam memenuhi kebutuhan nutrisi selama kehamilan. Meskipun demikian, peningkatan pengetahuan belum dapat secara langsung diartikan sebagai perubahan perilaku konsumsi atau penurunan kejadian anemia. Perubahan perilaku memerlukan proses yang berkelanjutan serta dukungan dari keluarga dan tenaga kesehatan. Oleh karena itu, edukasi mengenai pemanfaatan daun kelor perlu dilakukan secara berkesinambungan dan dapat diintegrasikan dengan program pelayanan kesehatan ibu dan anak sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif dalam pencegahan *anemia gravidarum*.

V. KESIMPULAN

Edukasi pemanfaatan *Moringa oleifera* pada ibu hamil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan mengenai pencegahan *anemia gravidarum*. Sebelum diberikan edukasi, sebagian besar responden berada pada kategori pengetahuan cukup dan kurang, sedangkan setelah edukasi mayoritas responden berada pada kategori pengetahuan baik. Temuan ini menunjukkan bahwa edukasi kesehatan mengenai kandungan nutrisi, manfaat, dan pemanfaatan daun kelor sebagai sumber pangan lokal dapat menjadi pendekatan promotif dan preventif yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil terkait pencegahan anemia selama kehamilan.

Edukasi pemanfaatan *Moringa oleifera* dapat dikembangkan sebagai bagian dari intervensi kesehatan berbasis pangan lokal yang mudah diterapkan pada ibu hamil. Peningkatan pengetahuan diharapkan dapat menjadi dasar terbentuknya perilaku pemenuhan nutrisi yang lebih baik selama kehamilan. Untuk keberlanjutan program, edukasi mengenai pemanfaatan daun kelor perlu dilakukan secara berkala dan diintegrasikan dengan pelayanan kesehatan ibu dan anak, disertai pemantauan penerapan pengetahuan dalam perilaku konsumsi serta status kesehatan ibu hamil.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Dosen dan mahasiswa Program Studi Kebidanan Universitas Nusantara PGRI Kediri yang telah memberikan dukungan, kontribusi, dan pendampingan dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat mengenai edukasi pemanfaatan *Moringa oleifera* untuk pencegahan anemia gravidarum. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada seluruh ibu hamil di Desa Blabak, Kecamatan Pesantren, Kota Kediri yang telah berpartisipasi secara aktif dan kooperatif selama kegiatan berlangsung, sehingga kegiatan edukasi dapat terlaksana dengan baik.

Penghargaan dan terima kasih juga disampaikan kepada kader KIA, bidan wilayah, serta Kepala Desa Blabak, Kecamatan Pesantren, Kota Kediri yang telah memberikan dukungan, fasilitasi, dan kerja sama selama proses pelaksanaan kegiatan. Dukungan dari seluruh pihak tersebut sangat berperan dalam kelancaran kegiatan serta pencapaian tujuan edukasi, khususnya dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil mengenai pemanfaatan *Moringa oleifera* sebagai salah satu sumber pangan lokal dalam upaya pencegahan anemia gravidarum. Penulis berharap kerja sama dan dukungan yang telah terjalin dapat terus berlanjut dalam mendukung upaya promotif dan preventif bagi kesehatan ibu dan anak di wilayah Desa Blabak.

DAFTAR PUSTAKA

- Ambarwati, D. (2021). The Utilization Of Moringa Oleifera On Pregnant Women Related. *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia*, 7(2), 107–114.
- Erwin, P., Triyono, A., Pd-kpti, S., Yoto, M., Sekretaris, M. K., Kesehatan, D., Jawa, P., Pudjiati, L., Kes, S. T. M. M., Haripi, S., Km, S., & Kes, M. (2025). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2024*. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. <https://dinkes.jatimprov.go.id>
- Hasanah, S. H., & Liayana, A. (2024). Hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil: Studi literatur. *Berkala Ilmiah Mahasiswa Gizi Indonesia*, 11(1), 14–20. <https://bimgi.or.id/index.php/bimgi/article/view/168/93>
- Ibrahim, J. (2022). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Penerbit NEM.
- Kemenkes RI, R. (2023). *Survei Kesehatan Inodnesia (SKI) 2023 Dalam Angka*. Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan.
- Mariyana, A., & Immanura, P. S. U. (2023). Efektivitas puding daun kelor dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. *Jurnal Profesi Kesehatan Masyarakat*, 6(2), 121–128. <https://jurnal.stikes-bhm.ac.id/index.php/jpkm/article/view/795>
- Mukhyi. (2023). Quantitative Research with One Group Pretest-Posttest Design. *Journal of Research Methodology*.
- Notoatmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurahmawati, Dhewi Wulaningtyas, E. S., Noeraini, A. R., & Pradita, A. (2025). *Green Nutrition Untuk Kehamilan : Literature Review Manfaat Moringa Oleifera Terhadap Pencegahan Anemia Gravidarum "* *Pendahuluan Anemia pada ibu hamil atau anemia gravidarum adalah kondisi di mana kadar hemoglobin darah ibu hamil berada di bawah nilai nor.* 4(2), 444–456.
- Nurahmawati, D., Mulazimah, M., & Ikawati, Y. (2021). Analisis Faktor Anemia Gravidarum Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Balowerti Kota Kediri Jawa Timur. *Jurnal Nusantara Medika (Judika)*, 5(1), 63–71. <https://doi.org/10.21608/pshj.2022.250026>
- Puspitasari, W. (2024). The Influence of Health Education on Knowledge about Anemia. *Journal of Health Innovation*.
- Rishel, R. A. (2023). Pengaruh Pemberian Kapsul Daun Kelor (Moringa Oleifera) Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Dengan Anemia. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 14(1), 187–192. <https://doi.org/10.26751/jikk.v14i1.1592>
- Sadha, N. S. N., Gondo, H. K., & Wulandari, A. S. (2022). Moringa oleifera : Tambahan Suplementasi Zat Besi pada Ibu Hamil. *Majalah Kedokteran ...*, 45(2), 185–195. <http://jurnalnmka.fk.unand.ac.id>
- Sari, I. P., & Fina, D. H. (2025). Pemanfaatan Daun Kelor dalam Pangan Berkelanjutan untuk Meningkatkan Hemoglobin pada Penderita Anemia. *Jurnal Health Pelita Bangsa*, Vol. 2 No.
- Simarmata, M. (2023). Analisis kejadian anemia pada ibu hamil trimester III. *Excellent Midwifery Journal*, 6(1), 73–80. https://jurnal.mitrabusada.ac.id/emj/article/view/247?utm_source=chatgpt.com
- Triani, Y., Rasyida, Z. M., & Winarni, W. (2024). Pengaruh ekstrak daun kelor terhadap kenaikan kadar hemoglobin ibu hamil. *Aisyiyah Surakarta Journal of Nursing*, 4(2), 89–95. https://journal.aiska-university.ac.id/index.php/asjn/article/view/1401?utm_source=chatgpt.com
- WHO. (2025). *WHO Global Anaemia estimates, 2025 Edition*. World Health Organization. https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children?utm_source=chatgpt.com
- Widiastiti, N. L., Tirtawati, G. A., Marhaeni, Gusti Ayu , Gunapria, M. W., & Darmapatni, L. A. W. N. (2026). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pemanfaatan Daun Kelor (Moringa Oleifera) Dalam Mencegah. *Jurnal Kesehatan Husada Gemilang*, 9(1).

https://ojs.husadagemilang.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/157?utm_source=chatgpt.com

Yulisa, R. (2023). Faktor-faktor yang berhubungan dengan pencegahan anemia pada ibu hamil. *Majalah Kesehatan Masyarakat Aceh*, 6(3), 88-95.
<https://jurnal.serambimekkah.ac.id/index.php/makma/article/view/3795/3043>