

Pembuatan Produk Olahan Daun Kelor untuk Atasi Anemia

Dewi Yuliasari ¹, Ledy Octavia Iqmy ^{2*}, Lindawati ³
Program Studi D3 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas
Malahayati Bandar Lampung, Lampung, Indonesia

Email Korespondensi: ladyunimal@gmail.com

ABSTRAK

Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi pada ibu hamil, salah satunya di Desa Sidomulyo, Kecamatan Negeri Katon, Kabupaten Pesawaran. Oleh karena itu, dilakukan kegiatan inovasi "GIBA PULOR" Gerakan Ibu Hamil Bebas Anemia Dengan Puding Daun kelor untuk ibu hamil anemia yang bertujuan menurunkan prevalensi anemia pada ibu hamil melalui penyediaan pangan olahan daun kelor yang kaya zat besi dan asam folat dalam bentuk olahan yang disukai. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang pembuatan puding daun kelor sebagai upaya dalam meningkatkan kadar hemoglobin ibu. Metode kegiatan ini dilakukan dengan memberikan edukasi/penyuluhan dan demonstrasi cara pembuatan puding daun kelor yang ditujukan kepada semua peserta yang hadir. Kegiatan berjalan dengan baik dan telah dilaksanakan pada tanggal 20 Mei 2025 di Desa Sidomulyo Kecamatan Negeri Katon, Kabupaten Pesawaran. Jumlah peserta yang hadir sebanyak 24 orang yang terdiri dari ibu hamil, keluarga ibu hamil, kader posyandu, bidan desa, bidan puskesmas, aparat desa, kepala desa serta masyarakat. Terdapat peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah diberikan edukasi akan manfaat dari konsumsi olahan daun kelor. Diharapkan hasil inovasi ini dapat digunakan sebagai masukan bagi ibu hamil agar dapat mengetahui bagaimana cara membantu meningkatkan HB dalam darah dengan cara non farmakologi salah satunya dengan menggunakan puding daun kelor. Ibu hamil dianjurkan untuk mengonsumsi daun kelor minimal 25 mg perhari diharapkan dapat memenuhi 7,05 mg zat besi dalam tubuh ibu. Jika dikonsumsi selama 30 hari maka diharapkan dapat menyumbang 211,5 mg. Kesimpulan dari kegiatan Inovasi "GIBA PULOR" Gerakan Ibu Hamil Bebas Anemia Dengan Puding Daun Kelor untuk Ibu Hamil Anemia di Desa Sidomulyo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran adalah peserta mengerti tentang anemia pada ibu hamil dan dapat merefleksikan cara pembuatan pudding kelor, dan timbulnya minat ibu untuk mengonsumsi cemilan atau olahan lainnya yang berasal dari daun kelor. Diharapkan hasil inovasi ini dapat digunakan sebagai masukan bagi ibu hamil dan semua peserta agar dapat mengetahui bagaimana cara membantu meningkatkan HB dalam darah dengan cara non farmakologi salah satunya dengan menggunakan puding daun kelor.

Kata kunci : Anemia, Ibu hamil, daun kelor

ABSTRACT

Anemia in pregnant women is a health problem that often occurs in pregnant women, one of which is in Sidomulyo Village, Negeri Katon District, Pesawaran Regency. Therefore, an innovative activity "GIBA PULOR" Anemia-Free Pregnant Women Movement with Moringa Leaf Pudding for anemic pregnant women was carried out which aims to reduce the prevalence of anemia in pregnant women by providing processed moringa leaf foods that are rich in iron and folic acid in the form of processed foods that are preferred. This community service aims to increase the knowledge of pregnant women about making moringa leaf pudding as an effort to increase maternal hemoglobin levels. The method of this activity is carried out by providing education/counseling and demonstrations on how to make moringa leaf pudding aimed at all participants present. The activity went well and was carried out on May 20, 2025 in Sidomulyo Village, Negeri Katon District, Pesawaran Regency. The number of participants who attended was 24 people consisting of pregnant women, families of pregnant women, integrated health post cadres, village midwives, health center midwives, village officials, village heads and the community. There is an increase in knowledge of pregnant women after being given education on the benefits of consuming processed moringa leaves. It is hoped that the results of this innovation can be used as input for pregnant women so that they can find out how to help increase HB in the blood in a non-pharmacological way, one of which is by using moringa leaf pudding. Pregnant women are advised to consume at least 25 mg of moringa leaves per day, which is expected to meet 7.05 mg of iron in the mother's body. If consumed for 30 days, it is expected to contribute 211.5 mg. The conclusion of the "GIBA PULOR" Innovation activity, the Anemia-Free Pregnant Women Movement with Moringa Leaf Pudding for Anemic Pregnant Women in Sidomulyo Village, Negeri Katon District, Pesawaran Regency, is that participants understand anemia in pregnant women and can reflect on how to make moringa pudding, and the emergence of interest in mothers to consume snacks or other processed foods made from moringa leaves. It is hoped that the results of this innovation can be used as input for pregnant women and all participants so that they can find out how to help increase HB in the blood in a non-pharmacological way, one of which is by using moringa leaf pudding.

Keywords: Anemia, Pregnant women, Moringa leaves

PENDAHULUAN

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu hamil dengan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin dalam darah di bawah nilai normal 11,0 g/dL pada trimester I dan III atau kadar hemoglobin di bawah nilai normal pada trimester II sebesar 10,5 g/dL. Kejadian hemodilusi pada trimester II yang menyebabkan terjadi perbedaan nilai batas normal kadar hemoglobin di setiap trimester (Pratami, 2019). Sedangkan kondisi ibu

hamil yang tidak anemia yaitu dengan kadar hemoglobin sebesar ≥ 11 g/dl untuk trimester I dan III, $\geq 10,5$ g/dl untuk trimester II. Kejadian anemia pada wanita hamil di Indonesia berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia tahun 2023 sebanyak 27,7% (SKI, 2023)).

Kondisi ini mengatakan bahwa anemia cukup tinggi di Indonesia dan menunjukkan angka mendekati masalah kesehatan masyarakat berat (*severe public health problem*) dengan batas prevalensi anemia lebih dari 40%. (Kemenkes RI, 2013). Anemia bukan hanya berdampak pada ibu, melainkan juga pada bayi yang dilahirkan. Bayi yang dilahirkan kemungkinan besar mempunyai cadangan zat besi yang sedikit atau bahkan tidak mempunyai persediaan sama sekali, sehingga akan mengakibatkan anemia pada bayi yang dilahirkan. Dampak anemia pada ibu hamil dapat diamati dari besarnya angkat kesakitan dan kematian maternal, peningkatan angka kesakitan dan kematian janin, serta peningkatan resiko terjadinya berat badan lahir rendah.

Ibu dengan riwayat kehamilan dengan anemia memiliki risiko 4 kali terjadi anak mengalami stunting dibandingkan ibu yang tidak mengalami anemia. Anemia dapat ditanggulangi dengan terapi non farmakologi dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi. Makanan yang mengandung zat besi mudah didapat dan diolah seperti bayam, daun katuk, brokoli, hati ayam, dan kacang - kacangan. Selain itu olahan makanan yang banyak mengandung zat besi juga terdapat pada daun kelor.

Tanaman kelor (*Moringa oleifera*) merupakan salah satu jenis tanaman tropis yang sudah tumbuh dan berkembang di daerah tropis seperti Indonesia. Tanaman kelor merupakan tanaman perdu dengan ketinggian 7-11 meter dan tumbuh subur mulai dari dataran rendah sampai ketinggian 700 m di atas permukaan laut. Daun kelor memiliki beberapa kandungan senyawa aktif diantaranya zat besi, protein, vitamin A, vitamin C, kalium, kalsium, alkaloid, kuinin, saponin, flavonoid, tanin, steroid, glikosida, niazirin, niazirinin, alfa dan gama tokoferol. Dalam satu gram daun kelor kering mengandung vitamin A 10 kali lebih banyak dari wortel, kalsium 17 kali lebih banyak dari susu, zat besi 25 kali lebih banyak dari bayam, protein 9 kali lebih banyak dari yogurt, dan potassium 15 kali lebih banyak dari pisang. Daun kelor basah memiliki kandungan zat besi sebesar 27,40 mg/kg, sedangkan kandungan zat besi pada daun kelor kering sebesar 92,21 mg/kg

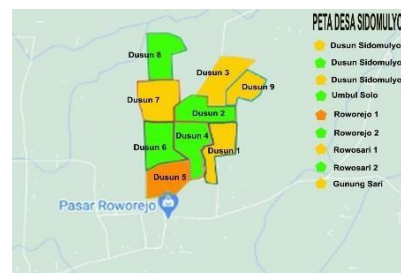
Pentingnya konsumsi makanan kaya zat besi dan folat pada ibu hamil semakin menguatkan urgensi pengembangan produk pangan berbasis daun kelor sebagai alternatif sumber zat besi. Pangan berbasis daun kelor, seperti puding daun kelor dan olahan daun kelor lainnya, tidak hanya memiliki profil nutrisi yang kaya tetapi juga mudah diterima oleh masyarakat

karena rasanya yang lezat dan variasi produk yang beragam. Strategi ini dapat menjadi solusi efektif untuk menurunkan prevalensi anemia pada ibu hamil, terutama di daerah dengan akses terbatas terhadap suplemen tablet zat besi.

Tujuan umum dari kegiatan inovasi "GIBA PULOR" Gerakan Ibu Hamil Bebas Anemia dengan Puding Daun Kelor adalah untuk Ibu Hamil Anemia adalah menurunkan prevalensi anemia pada ibu hamil di Desa Sidomulyo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran melalui penyediaan pangan olahan daun kelor yang kaya zat besi dan folat dalam bentuk cemilan yang disukai ibu hamil, serta memberdayakan masyarakat setempat dalam upaya pencegahan dan penanganan anemia pada kehamilan secara mandiri dan berkelanjutan.

MASALAH

Anemia pada kehamilan merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di Indonesia, termasuk di Desa Sidomulyo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran. Prevalensi anemia pada ibu hamil di daerah tersebut cukup tinggi, yang disebabkan oleh berbagai faktor, seperti asupan nutrisi yang tidak memadai, khususnya zat besi dan asam folat, serta kondisi sosial ekonomi yang rendah. Anemia selama kehamilan dapat meningkatkan risiko komplikasi bagi ibu dan janin, seperti berat badan lahir rendah, prematuritas, dan bahkan kematian ibu dan bayi. Oleh karena itu, diperlukan upaya inovatif untuk mengatasi masalah ini secara efektif dan terjangkau bagi masyarakat setempat.



Gambar 2.1 peta lokasi desa Sidomulyo

KAJIAN PUSTAKA

ANEMIA

Anemia adalah kekurangan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah yang disebabkan karena kekurangan zat gizi. Anemia gizi besi adalah anemia yang disebabkan karena kekurangan zat gizi besi (Fe) dalam darah. Anemia merupakan keadaan menurunnya kadar haemoglobin, hematokrit, dan jumlah sel darah merah dibawah 11 gr/dl (Manuaba, 2014). Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu hamil dengan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin dalam darah di bawah nilai normal 11,0 g/dL pada trimester I dan III atau kadar hemoglobin di bawah nilai normal pada trimester II sebesar 10,5 g/dL.

Untuk mencegah terjadinya anemia, ibu hamil disarankan untuk menambah jumlah darah melalui pasokan makanan yang mengandung zat besi, asam folat, dan vitamin B12. Oleh karena itu ibu hamil dianjurkan mengkonsumsi makanan yang dapat membentuk sel-sel darah merah seperti hati, ikan teri, daging merah, kacang-kacangan, sayuran berwarna hijau seperti bayam, daun kelor dan lain-lain, serta kuning telur (Manuaba, 2018)

MANFAAT DAUN KELOR UNTUK IBU HAMIL

Daun kelor mengandung zat besi (Fe) yang cukup tinggi. Zat besi dalam daun kelor dapat membantu proses pembentukan sel darah merah sehingga dapat meningkatkan kadar hemoglobin di dalam darah. Selain itu manfaat Kelor Sebagai Obat dapat Menurunkan kadar gula darah, Mengatasi peradangan, Mengontrol tekanan darah, Memelihara kesehatan dan fungsi otak, Menghambat pertumbuhan sel kanker, Meningkatkan daya tahan tubuh, Menunda penuaan, Mencegah kanker usus besar, Mengatasi edema.

Manfaat Kelor Sebagai Bahan Pangan Kelor termasuk salah satu pangan super yang memiliki fungsi sebagai pangan bergizi tinggi dan kaya fitokimia untuk kesehatan. Dalam 2 gram daun kelor, terkandung 14 kalori. Daun kelor juga mengandung vitamin B6 dan B2 (riboflavin). Dalam 100 gram daun kelor segar, kandungan vitamin C-nya mencukupi 157% dari kebutuhan gizi dalam sehari.

PENGARUH DAUN KELOR TERHADAP ANEMIA

Tanaman kelor memiliki nutrisi yang paling lengkap dibandingkan tanaman jenis apapun. Selain vitamin dan mineral, daun kelor juga mengandung asam amino esensial (asam amino yang tidak dapat diproduksi sendiri oleh tubuh), sehingga harus disuplai dari luar tubuh dalam bentuk jadi. Daun kelor basah memiliki kandungan zat besi sebesar 27,40 mg/kg, sedangkan kandungan zat besi pada daun kelor kering sebesar 92,21 mg/kg. Ekstrak air daun kelor sebagai tambahan terapi dapat meningkatkan rata-rata kadar hematokrit, MCH, MCHC, penurunan platelet (10) dan juga dapat meningkatkan kadar hemoglobin 58% pada ibu hamil serta mencegah penurunan serum ferritin sebesar 50% penyebab anemia.

Kandungan zat besi dalam 100 gram daun kelor sebanyak 28,2 gr. Ibu hamil dianjurkan untuk mengonsumsi daun kelor minimal 25 mg perhari diharapkan dapat memenuhi 7,05 mg zat besi dalam tubuh ibu. Jika dikonsumsi selama 30 hari maka diharapkan dapat menyumbang 211,5 mg. Selain itu Tanaman kelor memiliki nutrisi yang paling lengkap dibandingkan tanaman jenis apapun. Selain vitamin dan mineral, daun kelor juga mengandung asam amino

esensial (asam amino yang tidak dapat diproduksi sendiri oleh tubuh), sehingga harus disuplai dari luar tubuh dalam bentuk jadi. Asam amino sangat vital sebagai bahan pembentukan protein (Yuliasuti and Kurnia, 2021).

METODE

Subjek dalam kegiatan pengabdian ini adalah ibu hamil yang berada di Desa Sidomulyo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran. Persiapan dan Koordinasi Awal : Mengadakan rapat koordinasi dengan bidan desa, kader Posyandu, dan aparat desa, Menyusun jadwal kegiatan dan menetapkan ibu hamil sasaran program. Menyiapkan alat, bahan, serta media edukasi yang dibutuhkan. Pendataan dan Pemeriksaan Awal : Melakukan pendataan ibu hamil di wilayah kerja Posyandu, Mencatat ibu hamil yang berisiko anemia untuk diprioritaskan. Kegiatan dilakukan dengan Pemeriksaan kadar Hb pada ibu hamil dan pengukuran Lila pada ibu hamil, pembagian tablet fe sebanyak 30 tablet, penyuluhan tentang anemia pada ibu hamil dilakukan pada satu tempat dan kemudian dilakukan demonstrasi pembuatan puding daun kelor yang dibantu oleh bidan desa Sidomulyo

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini dilakukan pada tanggal 20 Mei 2025 pukul 10.00 WIB s/d selesai yang dilakukan di Desa Sidomulyo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran dengan jumlah peserta sebanyak 24 orang yang terdiri dari ibu hamil, keluarga ibu hamil, kader posyandu, bidan puskesmas, bidan desa, aparat desa beserta kepala desa dan Masyarakat desa Sidomulyo.

Gambar 5.1 Penyuluhan Tentang Anemia Dan Demonstrasi Pembuatan Puding Daun Kelor



Adapun bahan dan pembuatan inovasi dari daun kelor ini diuraikan sebagai berikut :

Prosedur :

1. Menyiapkan Alat: (Blender, gelas ukur, sendok, panci dan kompor, wadah)
2. Menyiapkan bahan: (daun kelor 100gram, kental manis 2 sacet, santan 200 cc gula 50 gram, air mineral 50 cc, agar-agar 1 bungkus)
3. Cara penyajian :
 1. Mencuci Tangan
 2. Menjelaskan cara melakukan intervensi puding daun kelor
 3. Blender daun kelor segar yang sudah di cuci campurkan dengan air mineral 50 cc.
4. Campur kental manis, agar-agar, gula, santan dalam panci, masak dengan api kecil. Jika sudah meletup-letup. Masukkan daun kelor yang sudah di blender. Masak kurang lebih 2 menit sambil diaduk.
5. Taruh di dalam wadah tahan panas
6. Dinginkan dan siap dinikmati ke dalam cetakan



Gambar 5.2 Puding Daun kelor

Program inovasi edukasi mengenai anemia pada ibu hamil melalui pengenalan produk olahan daun kelor telah berhasil meningkatkan pengetahuan dan kesadaran peserta tentang pentingnya menjaga kadar hemoglobin selama kehamilan. Hasil dari kegiatan tersebut menunjukkan bahwa peserta mampu memahami materi komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) terkait anemia pada ibu hamil, termasuk penyebab, dampak, dan strategi pencegahan anemia berbasis pangan lokal. Selain itu, terjadi peningkatan motivasi ibu hamil untuk membuat puding daun kelor atau olahan lainnya dari daun kelor secara mandiri sebagai sumber zat besi alternatif yang dapat diakses dengan biaya terjangkau karena di Desa Sidomulyo terdapat tanaman kelor di pekarangan rumah.

Peningkatan kesadaran ini juga meliputi pemahaman akan pentingnya konsumsi camilan berbahan dasar daun kelor yang kaya nutrisi sebagai upaya pencegahan anemia.

Program inovasi ini bertujuan untuk memperluas wawasan masyarakat, terutama ibu hamil, terkait risiko anemia yang dapat terjadi selama kehamilan akibat kekurangan zat besi. Anemia pada ibu hamil tidak hanya berdampak pada ibu, tetapi juga dapat berpengaruh signifikan terhadap perkembangan janin, termasuk risiko kelahiran prematur, berat badan lahir rendah (BBLR), dan gangguan perkembangan kognitif. Oleh karena itu, peningkatan kesadaran melalui edukasi pangan berbasis daun kelor menjadi langkah strategis untuk meminimalkan risiko tersebut.

Selain aspek edukasi, inovasi ini juga merupakan pengembangan dari program kelas ibu hamil yang telah rutin dilaksanakan di wilayah Desa Sidomulyo. Namun, dalam pelaksanaannya, inovasi ini tidak hanya berfokus pada ibu hamil sebagai sasaran utama, tetapi juga melibatkan suami dan anggota keluarga lainnya sebagai pendukung utama. Hal ini dilakukan untuk memastikan adanya dukungan sosial yang efektif dalam mendampingi ibu hamil untuk menerapkan pola makan bergizi serta mengonsumsi pangan kaya zat besi secara konsisten. Peran suami dan anggota keluarga menjadi sangat penting untuk mengingatkan ibu hamil tentang pentingnya asupan zat besi, serta mendukung pengadaan bahan pangan kaya zat besi, seperti daun kelor.

Dalam program pemerintah, ibu hamil disarankan untuk mengonsumsi tablet zat besi (Fe) secara teratur selama kehamilan untuk mencegah anemia. Namun, berdasarkan temuan di lapangan, tingkat kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet Fe masih rendah akibat efek samping seperti mual, muntah, dan gangguan pencernaan. Oleh karena itu, diperlukan sumber pangan alternatif yang kaya zat besi dan lebih dapat diterima oleh ibu hamil. Daun kelor menjadi pilihan ideal karena manfaat daun Kelor Sebagai salah satu bahan pangan super yang memiliki fungsi sebagai pangan bergizi tinggi dan kaya fitokimia untuk kesehatan.

Kandungan zat besi dalam 100 gram daun kelor sebanyak 28,2 gr. Ibu hamil dianjurkan untuk mengonsumsi daun kelor minimal 25 mg perhari diharapkan dapat memenuhi 7,05 mg zat besi dalam tubuh ibu. Jika dikonsumsi selama 30 hari maka diharapkan dapat menyumbang 211,5 mg. Selain itu Tanaman kelor memiliki nutrisi yang paling lengkap dibandingkan tanaman jenis apapun. Selain vitamin dan mineral, daun kelor juga mengandung asam amoni

esensial (asam amino yang tidak dapat diproduksi sendiri oleh tubuh), sehingga harus disuplai dari luar tubuh dalam bentuk jadi. Asam amino sangat vital sebagai bahan pembentukan protein (Yuliasuti and Kurnia, 2021).

Hasil evaluasi dari kegiatan menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta tentang manfaat daun kelor bagi kesehatan ibu hamil, khususnya dalam pencegahan anemia. Peserta juga menunjukkan minat yang lebih besar untuk mengonsumsi produk olahan daun kelor sebagai sumber zat besi yang lebih alami dan mudah diakses. Hal ini menandakan bahwa program inovasi berbasis daun kelor tidak hanya efektif dalam meningkatkan kesadaran ibu hamil akan pentingnya zat besi, tetapi juga berpotensi menjadi alternatif intervensi pangan lokal hasil bumi yang berkelanjutan untuk menurunkan prevalensi anemia di masyarakat.

SIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan Inovasi "GIBA PULOR" Gerakan Ibu Hamil Bebas Anemia dengan Puding Daun Kelor untuk Ibu Hamil Anemia di Desa Sidomulyo Kecamatan Negeri Katon Kabupaten Pesawaran adalah peserta dapat menyebutkan tentang Anemia Ibu Hamil, merefleksikan cara pembuatan pudding kelor, timbulnya kesadaran dan kemauan ibu membuat pudding daun kelor atau plahan lainnya, timbulnya pengetahuan dan kesadaran ibu akan dampak dari anemia pada ibu hamil, dan timbulnya minat ibu untuk mengonsumsi cemilan atau olahan lainnya yang berasal dari olahan daun kelor.

REFERENSI

- Astria, Nurliani, dan Emi Ratnasari. (2024) *Sosialisasi Inovasi Milenia Kendor (Bumil Anemia Konsumsi Puding Daun Kelor) Di Desa Sri Pendowo Kecamatan Bangun Rejo Kabupaten Lampung Tengah*. Jurnal Perak Malahayati : Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol 6, No. 1. Mei 2024, P:ISSN 2685-547X, E:ISSN 2684-8899, Hal 136-142
- Astari, Pritania dkk. (2018). *Anemia pada ibu hamil peserta Program 1000 Hari Pertama Kehidupan di Agats, Asmat, Papua: Prevalensi dan analisis faktor risiko*. Journal of Community Empowerment for Health, 36- 42.
- Astuti, Reni Yuli & Ertiana, Dwi. 2018. *Anemia dalam Kehamilan*. Penerbit: Pustaka Abadi. 118 halaman.
- Bakta, I. M. (2018). *Hematologi klinik ringkas* (EGC (ed.)). Jakarta.

Bustami, Lusiana El Sinta, dkk, 2017. *Buku Ajaran Kebidanan Komunitas*. Padang : Erka.

Fatimah dan Nuryaningsih. (2017). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhamadiyah Jakarta.

Haerani, dkk. 2020. Deskripsi pengetahuan ibu hamil tentang kekurangan energy kronis di puskesmas ponre, kec. Gantarang, kab. Bulukumba. *Journal of midwifery and nursing studies* : 1-2

Ike Ate Yusvika, Dewi Yuliasari, Nikmatul Fauziah. 2024. Sosialisasi Inovasi Gardu Bumita (Gerakan Daun Kelor Untuk Ibu Hamil Tanpa Anemia) Di Desa Srimulyo Kecamatan Bandar Negeri Suoh Kabupaten Lampung Barat. *Jurnal Perak Malahayati : Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol 6, No. 2. November 2024, P:ISSN 2685-547X, E:ISSN 2684-8899, Hal 402-409

Isnain, W., & Muin, N. (2017). Ragam manfaat tanaman kelor (*Moringa oleifera* Lamk.) bagi masyarakat. *Buletin Eboni*, 14(1), 63-75

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2018*. Jakarta: KEMENKES RI.

Manuaba, I., Manuaba, I. & Manuaba, I. F., (2014). *Ilmu Kebidanan, Penyakit. Kandungan, dan KB*. 2 ed. Jakarta: EGC

Priyanti, S., Irawati, D., & Syalfina, A. D. W. I. (2020). *Anemia Dalam Kehamilan*. Penerbit STIKes Majapahit Mojokerto.

Proverawati. (2018). *Anemia dan Anemia kehamilan*. (Nuha Medika (ed.)). Nuha Medika.

Rena, R.A. (2017). *Anemia Defisiensi Besi*. 1202005126

Sari, Septi Indah Permata, dkk. 2022. *Anemia Kehamilan*. Pekanbaru : Taman Karya.

Yuliasuti & kurnia. 2021. *Pengaruh Pemberian Serbuk Halus Daun Kelor (Moringa Oleifera) Terhadap Kadar Hb Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Mangunreja Kab. Tasikmalaya*. MEDIA INFORMASI POLITEKES KEMENKES TASIKMALAYA Volume 17 N

Astria, Nurliani, dan Emi Ratnasari. (2024) *Sosialisasi Inovasi Milenia Kendor (Bumil Anemia Konsumsi Puding Daun Kelor) Di Desa Sri Pendowo Kecamatan Bangun Rejo Kabupaten Lampung Tengah..Jurnal Perak Malahayati : Pengabdian Kepada Masyarakat*, Vol 6, No. 1. Mei 2024, P:ISSN 2685-547X, E:ISSN 2684-8899, Hal 136-142

Astari, Pritania dkk. (2018). *Anemia pada ibu hamil peserta Program 1000 Hari Pertama Kehidupan di Agats, Asmat, Papua: Prevalensi dan analisis faktor risiko*. Journal of Community Empowerment for Health, 36- 42.

Astuti, Reni Yuli & Ertiana, Dwi. 2018. *Anemia dalam Kehamilan*. Penerbit: Pustaka Abadi. 118 halaman.
Bakta, I. M. (2018). *Hematologi klinik ringkas* (EGC (ed.)). Jakarta.

Bustami, Lusiana El Sinta, dkk, 2017. *Buku Ajaran Kebidanan Komunitas*. Padang : Erka.

Fatimah dan Nuryaningsih. (2017). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhamadiyah Jakarta.

Haerani, dkk. 2020. Deskripsi pengetahuan ibu hamil tentang kekurangan energy kronis di puskesmas ponre, kec. Gantarang, kab. Bulukumba. Journal of midwifery and nursing studies : 1-2

Ike Ate Yusvika, Dewi Yuliasari, Nikmatul Fauziah. 2024. Sosialisasi Inovasi Gardu Bumita (Gerakan Daun Kelor Untuk Ibu Hamil Tanpa Anemia) Di Desa Srimulyo Kecamatan Bandar Negeri Suoh Kabupaten Lampung Barat. Jurnal Perak Malahayati : Pengabdian Kepada Masyarakat, Vol 6, No. 2. November 2024, P:ISSN 2685-547X, E:ISSN 2684-8899, Hal 402-409

Isnani, W., & Muin, N. (2017). Ragam manfaat tanaman kelor (*Moringa oleifera* Lamk.) bagi masyarakat. Buletin Eboni, 14(1), 63-75

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2018*. Jakarta: KEMENKES RI.

Manuaba, I., Manuaba, I. & Manuaba, I. F., (2014). *Ilmu Kebidanan, Penyakit. Kandungan, dan KB*. 2 ed. Jakarta: EGC

Priyanti, S., Irawati, D., & Syalfina, A. D. W. I. (2020). *Anemia Dalam*

Kehamilan. Penerbit STIKes Majapahit Mojokerto.

Proverawati. (2018). *Anemia dan Anemia kehamilan*. (Nuha Medika (ed.)). Nuha Medika.

Rena, R.A. (2017). *Anemia Defisiensi Besi*. 1202005126
Sari, Septi Indah Permata, dkk. 2022. *Anemia Kehamilan*. Pekanbaru : Taman Karya.

Yuliasuti & kurnia. 2021. *Pengaruh Pemberian Serbuk Halus Daun Kelor (Moringa Oleifera) Terhadap Kadar Hb Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Mangunreja Kab. Tasikmalaya*. MEDIA INFORMASI POLITEKKES KEMENKES TASIKMALAYA Volume 17 N