

Pengaruh Pemberian Daun Kelor Terhadap Peningkatan Hemoglobin Pada Ibu Nifas di RSIA Sitti Khadijah 1 Makassar

The Effect of Moringa Leaf Administration on Hemoglobin Increase in Postpartum Women at Sitti Khadijah 1 Maternity Hospital in Makassar

Hasriantirisna¹, Kiki Riskianti Nanda², Ikrawanty Ayu Wulandari³, Sri Wahyuni⁴

¹²³⁴Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Kesdam XIV Hasanuddin

¹hasrianti77pelamonia@gmail.com

Article Info

Article History

Received: 14-06-2024

Revised : 30-07-2024

Accepted : 13-08-2024

Published : 30-08-2024

ABSTRACT / ABSTRAK

The Effect of Giving Moringa Leaves on Increasing Hemoglobin in Postpartum Women at RSIA Sitti Khadijah 1 Makassar in 2024 Anemia during the postpartum period can occur in mothers, where after giving birth the hemoglobin level is less than normal, and this condition can cause iron loss and can affect the lactation process and can result in the uterus not contracting because the blood does not provide enough oxygen to the uterus. . Post partum anemia is defined as if the Hb level is <11 g/dL at 8 weeks postpartum. The most common causes of postpartum anemia are inadequate Fe requirements during pregnancy and complications during childbirth. Moringa leaves (*Moringa oleifera*) have been proven to have a higher Fe content compared to other green vegetables at 28.29 mg, so they can be used as an alternative for treating anemia. Research objective: To determine the effect of giving Moringa leaves on increasing hemoglobin in postpartum women at RSIA Sitti Khadijah 1 Makassar in 2024. The method used in this research is a type of experimental research with a quasi-experimental design. The sampling technique used was purposive sampling technique, with a population of all postpartum mothers, and a sample of 30, selected using certain criteria which included an intervention group and a control group. Research results: Shows the influence of Moringa leaves on increasing hemoglobin in postpartum women with a p value (0.000). Conclusion: There is an effect of giving Moringa leaves on increasing hemoglobin in postpartum women

Keywords *Moringa leaves, postpartum mothers, hemoglobin*

Anemia pada masa nifas yaitu dapat terjadi pada ibu, dimana setelah melahirkan kadar hemoglobin kurang dari normal, dan kondisi ini dapat menyebabkan kehilangan zat besi dan dapat berpengaruh dalam proses laktasi dan dapat mengakibatkan rahim tidak berkontraksi karena darah tidak cukup memberikan oksigen ke Rahim. Anemia *post partum* diartikan apabila kadar Hb <11 g/dL pada minggu ke 8 minggu pascapartum. Penyebab paling umum dari anemia masa nifas adalah kebutuhan Fe yang tidak tercukupi saat hamil dan komplikasi saat persalinan. Daun kelor (*Moringa oleifera*) terbukti memiliki kandungan Fe yang lebih tinggi dibandingkan dengan sayuran hijau lainnya sebesar 28,29 mg sehingga dapat dijadikan alternatif untuk penanganan anemia. Tujuan penelitian : Untuk mengetahui Pengaruh pemberian daun kelor terhadap peningkatan Hemoglobin pada Ibu Nifas Di RSIA Sitti Khadijah 1 Makassar tahun 2024. Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah jenis penelitian eksperimen dengan desain quasi-eksperimental. Teknik sampling yang digunakan yaitu Teknik purposive sampling, dengan populasi seluruh ibu nifas, dan sampel sebanyak 30, dipilih menggunakan kriteria tertentu yang Dimana mencakup kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hasil penelitian : Menunjukkan adanya pengaruh daun kelor terhadap peningkatan hemoglobin pada ibu nifas

dengan nilai p (0,000). Kesimpulan : Terdapat Pengaruh Pemberian Daun Kelor Terhadap Peningkatan Hemoglobin Pada Ibu Nifas.

Kata kunci : Daun Kelor, Ibu Nifas, Hemoglobin

Corresponding Author:

Name : Hasriantirisna
Afiliate : Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Kesdam XIV/Hsn
Address : Jl. Garuda No 3 Kecamatan Mariso, Kota Makassar, Prov. Sulawesi Selatan 90121
Email : hasrianti77pelamonia@gmail.com

PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan periode penting yang dialami seorang perempuan setelah melahirkan hingga enam minggu pascapersalinan. Pada periode ini, ibu mengalami perubahan fisiologis yang dapat menimbulkan berbagai komplikasi, salah satunya anemia postpartum. Anemia pasca persalinan diartikan apabila kadar hemoglobin <11 g/dL dalam delapan minggu setelah persalinan. Kondisi ini berisiko mengganggu proses involusi uterus, menurunkan produksi ASI, bahkan meningkatkan risiko morbiditas ibu (Farlikhatun & Romadiana, 2024).

Anemia merupakan masalah kesehatan global yang dialami hampir di seluruh siklus kehidupan, terutama pada anak-anak, remaja, ibu hamil, dan ibu nifas. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa anemia defisiensi besi masih menjadi masalah gizi mikro terbesar yang sulit diatasi di dunia (Zalsa et al., 2024). Kondisi ini juga berdampak besar pada kualitas hidup ibu dan bayi.

Di Indonesia, angka kejadian anemia pada ibu nifas masih cukup tinggi. Data Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan menunjukkan bahwa pada tahun 2016 terdapat 14.503 ibu nifas dengan 2.241 di antaranya mengalami anemia, tahun 2017 meningkat menjadi 2.821 kasus dari 14.401 ibu nifas, dan tahun 2018 terdapat 2.659 kasus dari 14.321 ibu nifas (Zalsa et al., 2024). Data ini memperlihatkan bahwa anemia pada ibu nifas masih menjadi tantangan besar dalam kesehatan ibu di Indonesia.

Secara lokal, data rekam medik RSIA Sitti Khadijah 1 Makassar juga menunjukkan tren peningkatan kasus anemia ibu nifas. Pada tahun 2016 tercatat 13 kasus, meningkat menjadi 16 kasus pada tahun 2021. Jumlah ini menunjukkan perlunya perhatian lebih pada upaya pencegahan anemia postpartum di wilayah tersebut. Salah satu intervensi yang potensial adalah pemanfaatan daun kelor (*Moringa oleifera*), yang diketahui mengandung zat besi, kalsium, dan vitamin C dengan kadar yang lebih tinggi dibandingkan sayuran hijau lainnya (Island et al., 2021).

Berdasarkan fenomena tersebut, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh pemberian daun kelor terhadap peningkatan hemoglobin pada ibu nifas di RSIA Sitti Khadijah 1 Makassar.

BAHAN DAN METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah eksperimen dengan desain quasi-experimental. Desain ini digunakan untuk mengetahui pengaruh pemberian rebusan daun kelor terhadap peningkatan hemoglobin pada ibu nifas dengan membandingkan kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi diberikan rebusan daun kelor, sedangkan kelompok kontrol tidak menerima perlakuan.

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di RSIA Sitti Khadijah 1 Makassar, Sulawesi Selatan, pada tanggal 25 September hingga 30 Oktober 2024. Lokasi penelitian dipilih karena memiliki populasi ibu nifas yang sesuai dengan kriteria penelitian serta dukungan fasilitas rumah sakit yang memadai.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu nifas yang dirawat di RSIA Sitti Khadijah 1 Makassar dari bulan Agustus hingga September, dengan jumlah 30 orang.

Sampel penelitian diambil berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi berikut:

- Kriteria inklusi:
 1. Ibu nifas yang bersedia berpartisipasi.
 2. Sehat secara fisik dan mental.
 3. Tidak memiliki kondisi medis yang dapat memengaruhi kadar hemoglobin.
 4. Bersedia mengonsumsi daun kelor selama periode penelitian (untuk kelompok intervensi).
 5. Bersedia tidak mengonsumsi daun kelor atau suplemen zat besi selama penelitian (untuk kelompok kontrol).
- Kriteria eksklusi:
 1. Ibu nifas yang tidak bersedia menjadi responden.
 2. Ibu nifas yang memiliki kondisi medis atau sedang menjalani pengobatan yang dapat memengaruhi kadar hemoglobin.
 3. Ibu nifas yang tidak mematuhi protokol penelitian atau menolak mengikuti pemeriksaan hemoglobin berkala.

Teknik Sampling

Penelitian ini menggunakan purposive sampling, yaitu teknik pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang ditetapkan peneliti, sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang relevan dengan tujuan penelitian.

Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan melalui beberapa tahapan berikut:

1. Informed consent: Responden yang bersedia berpartisipasi diminta menandatangani persetujuan.
2. Pembagian kelompok: Responden dibagi menjadi kelompok intervensi (15 orang) dan kelompok kontrol (15 orang) secara randomisasi sederhana.
3. Intervensi: Kelompok intervensi diberikan rebusan daun kelor setiap hari selama 7 hari, sedangkan kelompok kontrol tidak diberikan intervensi.

4. Pengukuran: Kadar hemoglobin diukur sebelum dan sesudah perlakuan menggunakan alat Easy Touch, sedangkan daun kelor ditimbang dengan timbangan kue.

Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Untuk menggambarkan karakteristik sosiodemografis responden dan distribusi data peningkatan hemoglobin.

2. Uji Normalitas

Untuk mengetahui distribusi data dan menentukan uji statistik yang tepat.

3. Uji t-independen

Untuk membandingkan rata-rata peningkatan hemoglobin antara kelompok intervensi dan kontrol.

4. Interpretasi Hasil

Disajikan dalam bentuk tabel dan narasi agar mudah dipahami serta menjadi dasar penarikan kesimpulan.

HASIL

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
< 20 tahun	0	0%
21–35 tahun	21	70%
> 35 tahun	9	30%
Jumlah	30	100%

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan Tabel 5.1 di atas dapat dijelaskan bahwa Sebagian besar responden berusia 21-35 tahun sebanyak 21 responden (70%) dan selebihnya responden berusia >35 tahun responden (30%).

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD	0	0%
SMP	11	37%
SMA	17	57%
Perguruan Tinggi	2	7%
Jumlah	30	100%

Sumber: Data Primer, 2024

Tabel 5.2 di atas dapat dijelaskan bahwa hamper setengahnya Pendidikan responden SMP yaitu 11 responden (37%), Sebagian besar responden berpendidikan SMA yaitu 17 responden (57%), dan Sebagian kecil berpendidikan Perguruan Tinggi yaitu 2 responden (7%).

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan

Jenis Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
IRT	16	53%
Swasta	2	7%
Wiraswasta	12	40%
Jumlah	30	100%

Sumber: Data Primer, 2024

Hasil pada Tabel 5.3 di atas dapat dijelaskan bahwa Sebagian besar pekerjaan responden yaitu IRT sebanyak 16 responden (53%), Sebagian kecil bekerja Swasta yaitu sebanyak 2 responden (7%), dan hampir setengahnya pekerjaan responden Wiraswasta yaitu sebanyak 12 responden (40%).

Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan

Variabel	Mean	SD	Minimal–Maksimal	CI 95%
Pengukuran Hb 1	11,033	0,608	9,3 – 13,8	10,335 – 11,732
Pengukuran Hb 2	12,080	0,590	10,1 – 14,8	11,351 – 12,809

Sumber: Data Primer, 2024

Hasil pada Tabel 5.4 diatas terlihat bahwa pengukuran hemoglobin intervensi terdapat peningkatan dari pengukuran hemoglobin pertama dengan kedua sebesar 1,04 g/dl%. Dari hasil estimasi internal dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata kadar hemoglobin pada pengukuran pertama 10,335 – 11,732 g/dl% dan pada pengukuran kedua dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata kadar hemoglobin 11,351 – 12, 809 g/dl%.

Tabel 5.5 Distribusi kadar hemoglobin ibu nifas pada kelompok control

Variabel	Mean	SD	Minimal–Maksimal	CI 95%
Pengukuran Hb 1	11,653	0,789	9,8 – 13,3	11,056 – 12,251
Pengukuran Hb 2	11,827	1,094	10,0 – 13,7	11,212 – 12,441

Sumber: Data Primer, 2024

Hasil pada Tabel 5.5 diatas dapat dilihat bahwa terdapat perbedaan pengukuran hemoglobin pertama dengan kedua yaitu sebesar 0,17 g/dl%. Dari hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata kadar hemoglobin pada pengukuran pertama 11,056 - 12,251 g/dl% dan pada pengukuran kedua dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata kadar hemoglobin 11,212 – 12,441 g/dl%.

Tabel 5.6 Distribusi rata-rata kadar hemoglobin responden menurut pengukuran pertama dan kedua pada kelompok intervensi ibu nifas

Variabel	Mean	Perbedaan Mean	SD	Perbedaan SD	SE	p-value	n
Pengukuran Hb 1	11,033		1,0470				
Pengukuran Hb 2	12,080	1,0470	1,3170	0,0562	0,3255	0,000	15

Sumber: Data Primer, 2024

Hasil pada Tabel 5.6 diatas terlihat nilai mean terdapat perbedaan antara pengukuran pertama dan kedua adalah 1,0470g/dl% dengan perbedaan standar deviasi 0,0562 g/dl%. Hasil uji statistic didapatkan nilai P 0,000 maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara kadar hemoglobin pada pengukuran pertama dan kadar hemoglobin pada pengukuran kedua.

Tabel 5.7 Distribusi Rata-rata Kadar Hemoglobin responden menurut pengukuran pertama dan kedua pada kelompok control ibu nifas.

Variabel	Mean	Perbedaan Mean	SD	Perbedaan SD	SE	p-value	n
Pengukuran Hb 1	11,653		0,789				
Pengukuran Hb 2	11,827	0,1740	1,094	0,0305	0,2785	0,000	15

Sumber: Data Primer, 2024

Hasil pada Tabel 5.7 diatas terlihat nilai mean perbedaan antara pengukuran pertama dan kedua adalah 0,1740 g/dl% dengan perbedaan standar deviasi 0,0305 g/dl%. Hasil uji statistic didapatkan nilai P 0,000 maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan antara kadar hemoglobin pada pengukuran pertama dan kadar hemoglobin pada pengukuran kedua.

Tabel 5.8 Normality Data

Shapiro-Wilk	Kelompok	Statistic	df	Sig
Hemoglobin	Intervensi Sebelum	0,950	15	0,522
	Intervensi Sesudah	0,971	15	0,879
	Kontrol Sebelum	0,959	15	0,682
	Kontrol Sesudah	0,969	15	0,839

Sumber: Data Primer, 2024

Hasil pada Tabel 5.8 menunjukkan nilai sig. untuk setiap kelompok : Intervensi sebelum: sig. = 0.522, intervensi sesudah: sig. = 0.879, control sebelum: sig. = 0.682, kontrol sesudah: sig. = 0.839 semua nilai signifikan lebih besar dari 0.05 sehingga nilai-nilai tersebut 42 menunjukkan tidak ada bukti bahwa data menyimpang dari distribusi normal.

Tabel 5.9 Uji Statistik Paired T test

Mean	SD	Sig
------	----	-----

Intervensi	10,467	1,846	0,000
Kontrol	1,733	1,200	0,000

Sumber: Data Primer, 2024

Hasil pada Tabel 5.9 didapatkan nilai p-value sebesar (0,000), karena nilai $p = 0,000 < 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara pemberian daun kelor sebelum dan sesudah diberikan. Sehingga daun kelor dapat meningkatkan Kadar Hemoglobin pada ibu Nifas .

PEMBAHASAN

Penelitian ini memperlihatkan bahwa mayoritas responden berada pada usia 21–35 tahun, yaitu usia reproduktif yang dianggap paling aman untuk kehamilan dan persalinan. Pada usia ini ibu secara fisiologis lebih siap menghadapi masa nifas, namun anemia tetap dapat muncul akibat faktor lain seperti perdarahan pasca persalinan dan rendahnya asupan zat besi. Hasil ini sejalan dengan temuan Anik (2020) yang menyatakan bahwa sebagian besar ibu nifas dengan anemia berada pada kelompok usia reproduktif, sehingga usia bukan satu-satunya faktor dominan penyebab penurunan hemoglobin.

Jika ditinjau dari tingkat pendidikan, mayoritas responden berpendidikan SMA. Pendidikan yang lebih tinggi berperan penting dalam pemahaman informasi kesehatan dan gizi. Ibu dengan pendidikan menengah hingga tinggi lebih mampu memahami pentingnya pencegahan anemia, meskipun kepatuhan dalam praktik masih dipengaruhi oleh faktor lain. Hal ini mendukung penelitian Anik (2020) yang menemukan bahwa pendidikan yang lebih baik akan meningkatkan kesadaran gizi dan perilaku kesehatan.

Dari segi pekerjaan, sebagian besar responden merupakan ibu rumah tangga. Kondisi ini memungkinkan mereka memiliki lebih banyak waktu untuk memperhatikan kebutuhan nutrisi selama masa nifas dibandingkan ibu yang bekerja. Penelitian Anik (2020) menyebutkan bahwa ibu rumah tangga cenderung lebih fokus terhadap pemenuhan kebutuhan kesehatan dirinya, meskipun faktor lingkungan dan dukungan keluarga juga memengaruhi.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan signifikan kadar hemoglobin pada kelompok intervensi yang diberi rebusan daun kelor. Daun kelor diketahui kaya akan zat besi, vitamin A, vitamin C, vitamin B kompleks, vitamin E, serta mineral seperti kalsium, magnesium, dan seng. Zat-zat tersebut berperan dalam pembentukan eritrosit, sehingga mampu meningkatkan kadar hemoglobin. Lucie (2020) menegaskan bahwa konsumsi daun kelor efektif membantu pemulihan hematologi pada individu dengan anemia.

Temuan ini juga berkaitan dengan rendahnya kepatuhan konsumsi tablet Fe pada ibu nifas. Efek samping yang sering dirasakan seperti mual, nyeri lambung, atau rasa amis dapat membuat ibu

enggan mengonsumsinya (Meliza, 2018). Dengan demikian, daun kelor dapat dijadikan alternatif alami yang lebih mudah diterima karena dapat dikonsumsi sebagai sayuran tanpa menimbulkan keluhan yang berarti.

Meskipun kelompok kontrol mengalami sedikit peningkatan hemoglobin, kenaikan tersebut lebih rendah dibandingkan kelompok intervensi. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh konsumsi sayuran lain yang juga mengandung zat besi, meskipun kadarnya tidak sebanding dengan daun kelor. Hasil ini konsisten dengan Rotella et al. (2023) yang menemukan bahwa konsumsi daun kelor berhubungan dengan peningkatan signifikan hemoglobin pada ibu nifas. Penelitian Sinaga et al. (2022) juga menunjukkan adanya perbedaan bermakna kadar hemoglobin, hematokrit, dan eritrosit pada ibu nifas yang diberi daun kelor dibandingkan yang tidak.

Selain itu, penelitian Marhaeni (2021) menguatkan bahwa daun kelor merupakan bagian tanaman dengan kandungan zat gizi paling tinggi, khususnya zat besi. Sementara Odura et al. (2020) menemukan bahwa 100 gram daun kelor kering mengandung sekitar 28,29 mg zat besi, menjadikannya salah satu sumber nabati terbaik untuk mencegah anemia. Dengan demikian, hasil penelitian ini sejalan dengan bukti ilmiah bahwa daun kelor efektif sebagai intervensi tambahan untuk meningkatkan kadar hemoglobin ibu nifas.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pemberian daun kelor terhadap peningkatan hemoglobin pada ibu nifas di RSIA Sitti Khadijah 1 Makassar tahun 2024 dapat disimpulkan bahwa mayoritas responden berada pada kelompok usia produktif, berpendidikan menengah, dan sebagian besar berprofesi sebagai ibu rumah tangga. Pemberian daun kelor terbukti mampu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu nifas secara signifikan, dengan hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan yang bermakna antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Hal ini menegaskan bahwa daun kelor dapat dijadikan salah satu alternatif alami dalam upaya pencegahan dan penanggulangan anemia postpartum. Berdasarkan temuan tersebut, disarankan agar institusi pendidikan memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai referensi dalam pengembangan ilmu kesehatan maternal, tenaga kesehatan di unit pelayanan seperti RSIA Sitti Khadijah 1 Makassar meningkatkan edukasi dan penyuluhan kepada ibu nifas terkait manfaat konsumsi daun kelor, masyarakat lebih memperhatikan pemenuhan gizi seimbang untuk mencegah penurunan kadar hemoglobin, serta peneliti selanjutnya dapat memperluas kajian dengan jumlah sampel yang lebih besar atau metode penelitian berbeda guna memperkaya teori dan praktik dalam bidang kesehatan ibu.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis menyampaikan terima kasih kepada Kolonel Ckm Dr. Masri Sihombing, Sp. OT (K) selaku Kepala Kesehatan Daerah Militer XIV/Hasanuddin dan Ketua Pengawas Yayasan Kesehatan Wahana Bhakti Karya Husada yang telah memberikan dukungan penuh terhadap program pendidikan. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada Mayor Ckm (K) Dr. Ruqaiyah, S.ST., M.Kes., M.Keb. selaku Rektor Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar, Ibu Asyima, S.ST., M.Kes., M.Keb. selaku Wakil Rektor I, serta Mayor Ckm (K) Ns. Fauziah Botutihe, SKM., S.Kep., M.Kes. selaku Wakil Rektor II Institut Ilmu Kesehatan Pelamonia Makassar yang telah memberikan dukungan dan fasilitas dalam proses penyelesaian penelitian ini. Segala bantuan, dorongan, serta doa dari semua pihak menjadi motivasi besar bagi penulis dalam menyelesaikan penelitian ini dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Alegantina, S., Ani, S. & Lucie, W. (2020) 'Kualitas Ekstrak Etanol 70% Daun Kelor (*Moringa Oleifera*) Dalam Ramuan Penambah AS', *Jurnal Kefarmasian Indonesia*, 1(3), pp. 1–8.
- Amelia, R., Putri, D., Julianingsih, I., Adila, W.P. & Oktavani, R. (2024) 'Kebutuhan Nutrisi Ibu Pada Masa Nifas', *Empowering Society*, 5(1), pp. 10–20. Available at: <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/ESJ/article/view/2988>
- Anggraini, L.S., Setyowati, H., Saepudin, A.E. & Novita, J. (2023) 'Penyuluhan dan Demonstrasi Senam Nifas pada Ibu Nifas', *Prosiding Seminar Nasional dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo*, 2(2), pp. 497–506. Available at: <https://callforpaper.unw.ac.id/index.php/semnasdancfpbidanunw/article/view/479>
- Bintari, D.R., Sutisna, M., Raksanagara, A.S. & Garna, H. (2023) 'Jurnal Kesehatan Indonesia (The Indonesia Journal of Health)', *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 14(2), pp. 43–46.
- Farlikhatun, L. & Romadiana, V.A. (2024) 'Pengaruh Pengalaman Masa Nifas Terhadap Budaya Dalam Perawatan Masa Nifas di PMB Valen Aprilia R Tahun 2023', *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 9(2), pp. 139–145.
- Hariati, M.C., Nurianti, I. & Amanda, P. (2023) 'The Effect of Moringa Leaf Decoction on Breast Milk Production and Hemoglobin Levels in Postpartum Mothers at Juliana Clinic Tanjung Morawa in 2023', *Jurnal Kebidanan Kestra (JKK)*, 6(1), pp. 93–99. <https://doi.org/10.35451/jkk.v6i1.1903>
- Ibok, O., Ellis, W.O. & Owusu, D. (2020) 'Nutritional Potential of Two Leafy Vegetables: *Moringa oleifera* and *Ipomoea batatas* Leaves', *Scientific Research and Essays*, 3(2), pp. 57–60.
- Island, F., Islands, G., Fuke, Y., Iwasaki, T., Sasazuka, M. & Yamamoto, Y. (2021) [Article in Japanese], 71(1), pp. 63–71.

- Jailani, M.S. & Jeka, F. (2023) 'Populasi dan Sampling (Kuantitatif), Serta Pemilihan Informan Kunci (Kualitatif) dalam Pendekatan Praktis', *Jurnal Ilmiah*, 7, pp. 26320–26332.
- Marhaeni, L.S. (2021) 'Daun Kelor (*Moringa oleifera*) Sebagai Sumber Pangan Fungsional dan Antioksidan', *Jurnal Agrisia*, 13(2), pp. 40–53.
- Ningsih, E.W., Fajrin, H.R. & Fitriyah, A. (2019) 'Pendeteksi Hemoglobin Non Invasive', *Medika Teknika: Jurnal Teknik Elektromedik Indonesia*, 1(1). <https://doi.org/10.18196/mt.010102>
- Pasaribu, I.H., Anwar, K.K., Luthfa, A., Rahman, F.I., Yanti, I., Dewi, Y.V.A. dkk. (2023) *Asuhan Kebidanan Masa Nifas & Menyusui*. Vol. 4(3).
- Ratna, D.F., Muharramah, A., Nurhayati, A. & Amirudin, I. (2023) 'Hubungan Asupan Zat Besi dan Zink dengan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Bumiratu Tahun 2022', *Jurnal Gizi Aisyah*, 6(1), pp. 51–60.
- Reinissa, A. & Indrawati, F. (2017) 'Persepsi Ibu Nifas Tentang Pelayanan Postnatal Care Dengan Kunjungan Ulang', *Higeia Journal of Public Health*, 1(3), pp. 33–42. Available at: <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/higeia>
- Rika, A. (2023) 'Pemberian Konseling Pada Ibu Nifas Hari Ke 29-42 Menggunakan Abpk di PMB Ernita Kota Pekanbaru Tahun 2022', *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 2, pp. 1–6.
- Rotella, R., Soriano, J.M., Llopis-González, A. & Morales-Suarez-Varela, M. (2023) 'The Impact of *Moringa oleifera* Supplementation on Anemia and other Variables during Pregnancy and Breastfeeding: A Narrative Review', *Nutrients*, 15(12), 2674. doi: 10.3390/nu15122674
- Rupiasa, W.J.P., Fatimah-Muis, S., Syauqy, A., Tjahjono, K. & Anjani, G. (2021) 'Manfaat Pemberian Tepung Daun Kelor (*Moringa oleifera*) Terhadap Kadar IL-6 dan Kolesterol LDL Tikus Sprague Dawley Dislipidemia', *Action: Aceh Nutrition Journal*, 6(2), pp. 173. <https://doi.org/10.30867/action.v6i2.596>
- Sinaga, K., Sinaga, A., Surbakti, I.S., Putri, N.M. & Rumondang (2022) 'Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Kelor Terhadap Kelancaran Produksi ASI Pada Ibu Nifas', *Indonesian Health Issue*, 1(1), pp. 146–157.
- Sulastri, M., Nurakilah, H., Marlina, L. & Ramadhan, D.C. (2023) 'Penatalaksanaan Anemia Pada Ibu Nifas Melalui Terapi Pemberian Buah Naga di Wilayah Kerja Puskesmas Karanganyar', *Media Informasi*, 19(1), pp. 75–79. <https://doi.org/10.37160/bmi.v19i1.173>
- Suriani, N., Risnita & Jailani, M.S. (2023) 'Konsep Populasi dan Sampling serta Pemilihan Partisipan Ditinjau dari Penelitian Ilmiah Pendidikan', *Jurnal IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), pp. 24–36. <https://doi.org/10.61104/ihsan.v1i2.55>

- Trisnawati, I., Antini, A., Marisa, S. & Inayah, R. (2023) ‘Pelatihan Kader Mengenai Tatalaksana Anemia pada Ibu Menyusui’, *Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 7(4), pp. 2425–2430.
- Zalsa, A.Z., Firdayanti & Andryan, Z.Y. (2024) ‘Manajemen Asuhan Kebidanan Post Partum pada Ny “N” dengan Anemia Sedang di RSIA Siti Khadijah I Makassar Tanggal 08 Januari s/d Maret Tahun 2023’, *Jurnal Midwifery*, 6(1), pp. 54–65.
<https://doi.org/10.24252/jmw.v6i1.42519>