



## Pengaruh Edukasi Gizi Daun Kelor Terhadap Pengetahuan Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Lambele Tahun 2024

Rina Inda Sari<sup>1✉</sup>, Nikmah Saro<sup>2</sup>, Harmanto<sup>3</sup>, Marwah Aisyah S<sup>4</sup>

(1) D III Kebidanan, STIKES IST Buton

(2) S1 Kesehatan Masyarakat, STIKES IST Buton

(3) S1 Keperawatan, STIKES IST Buton

(4) D III Kebidanan, STIKES IST Buton

Email: [bidanrinaindasari@gmail.com](mailto:bidanrinaindasari@gmail.com)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Pada dasarnya, pemberian ASI (Air Susu Ibu) eksklusif merupakan salah satu langkah penting dalam memastikan pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat. ASI memiliki kandungan gizi yang sangat lengkap dan mudah dicerna oleh bayi, sehingga sangat penting untuk mencapainya dalam 6 bulan pertama kehidupan. Namun, untuk mendukung produksi ASI yang optimal, ibu menyusui memerlukan gizi yang cukup dan seimbang. Pemenuhan gizi bagi ibu menyusui sering kali diabaikan, padahal hal tersebut sangat penting untuk kesehatan ibu dan kualitas ASI yang dihasilkan, Salah satu bahan alami yang kaya akan gizi dan dapat membantu meningkatkan kualitas ASI adalah daun kelor (*Moringa oleifera*). Namun, meskipun daun kelor memiliki banyak manfaat, banyak ibu menyusui yang belum mengetahui potensi gizi yang terkandung di dalamnya. Tanpa adanya edukasi yang tepat, ibu menyusui mungkin tidak memahami cara mengonsumsi daun kelor dan manfaat yang dapat diperoleh dari konsumsi rutin. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh edukasi gizi daun kelor terhadap peningkatan pengetahuan ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Lambale. Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan pre-experimental, yaitu one-group pretest-posttest design. Hasil penelitian diperoleh bahwa ada pengaruh edukasi gizi daun kelor terhadap peningkatan pengetahuan ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Lambale. Hasil uji Paired T-Test menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pengetahuan ibu menyusui sebelum dan setelah diberikan edukasi mengenai gizi daun kelor, dengan nilai  $p < 0.05$ .

Kata Kunci: *Pemberian Asi Eksklusif, Edukasi Gizi, Manfaat Daun Kelor, Pengetahuan*

## Abstract

The provision of exclusive breastfeeding (ASI) is essentially an important step in ensuring the healthy growth and development of babies. Breast milk contains very complete nutrition and is easily digested by babies, making it crucial to achieve during the first 6 months of life. However, to support optimal breast milk production, breastfeeding mothers need adequate and balanced nutrition. The nutritional needs of breastfeeding mothers are often neglected, even though this is vital for the mother's health and the quality of the breast milk produced. One natural ingredient that is rich in nutrition and can help improve breast milk quality is moringa leaves (*Moringa oleifera*). However, despite the many benefits of moringa leaves, many breastfeeding mothers are not aware of the nutritional potential contained within them. Without proper education, breastfeeding mothers may not understand how to consume moringa leaves and the benefits that can be gained from regular consumption. The aim of this research is to determine whether there is an effect of nutritional education on moringa leaves on increasing the knowledge of breastfeeding mothers in the working area of Lambale Health Center. This study uses a quantitative research design with a pre-experimental approach, namely the one-group pretest-posttest design. The results show that there is an effect of nutritional education on moringa leaves in increasing the knowledge of breastfeeding mothers in the working area of Lambale Health Center. The Paired T-Test results indicate a significant difference between the knowledge of breastfeeding mothers before and after being given education on the nutrition of moringa leaves, with a  $p$ -value  $< 0.05$ .

*Keywords: Exclusive Breastfeeding, Nutritional Education, Moringa Leaf Benefits, Knowledge.*

## PENDAHULUAN

Pada dasarnya, pemberian ASI eksklusif merupakan salah satu langkah penting dalam memastikan pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat. ASI memiliki kandungan gizi yang sangat lengkap dan mudah dicerna oleh bayi, sehingga sangat penting untuk mencapainya dalam 6 bulan pertama kehidupan. Namun, untuk mendukung produksi ASI yang optimal, ibu menyusui memerlukan gizi yang cukup dan seimbang. Pemenuhan gizi bagi ibu menyusui sering kali diabaikan, padahal hal tersebut sangat penting untuk kesehatan ibu dan kualitas ASI yang dihasilkan (WHO, 2018; Susanti & Yuliana, 2020). Di Indonesia, salah satu masalah yang sering ditemui adalah rendahnya tingkat pengetahuan ibu menyusui mengenai pentingnya gizi yang tepat selama menyusui. Banyak ibu yang belum memahami dengan baik jenis makanan yang dapat meningkatkan kualitas ASI, serta bagaimana cara menjaga keseimbangan gizi selama masa menyusui. Pengetahuan yang rendah ini seringkali mengarah pada kurangnya pemilihan makanan yang bernutrisi untuk mendukung kesehatan ibu dan bayi (Setiawati et al., 2019; Sari, 2021).

Salah satu bahan alami yang kaya akan gizi dan dapat membantu meningkatkan kualitas ASI adalah daun kelor (*Moringa oleifera*). Daun kelor telah lama dikenal sebagai tanaman dengan kandungan gizi yang luar biasa, seperti vitamin A, vitamin C, kalsium, zat besi, protein, dan antioksidan yang tinggi. Daun kelor memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh, salah satunya adalah meningkatkan produksi ASI. Oleh karena itu, daun kelor sering direkomendasikan oleh tenaga kesehatan untuk dikonsumsi oleh ibu menyusui (Amma et al., 2020; Wibowo & Asman, 2022).

Namun, meskipun daun kelor memiliki banyak manfaat, banyak ibu menyusui yang belum mengetahui potensi gizi yang terkandung di dalamnya. Tanpa adanya edukasi yang tepat, ibu menyusui mungkin tidak memahami cara mengonsumsi daun kelor dan manfaat yang dapat diperoleh dari konsumsi rutin. Di sinilah peran edukasi gizi sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan ibu mengenai makanan yang baik untuk mendukung produksi ASI (Ardiansyah, 2021; Nasution, 2022). Edukasi mengenai gizi bagi ibu menyusui dapat dilakukan dengan berbagai cara, salah satunya adalah melalui penyuluhan atau pelatihan.

Di wilayah Puskesmas Lambale, edukasi mengenai manfaat daun kelor untuk ibu menyusui diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih baik kepada para ibu tentang pentingnya konsumsi daun kelor sebagai bagian dari pola makan sehat selama menyusui. Dengan adanya edukasi yang efektif, diharapkan ibu menyusui dapat mengoptimalkan konsumsi daun kelor untuk kesehatan mereka dan kualitas ASI yang lebih baik (Purwanto & Yuliana, 2021; Rosita & Devi, 2020). Wilayah Kerja Puskesmas Lambale merupakan salah satu daerah yang memiliki potensi besar dalam meningkatkan pengetahuan ibu menyusui mengenai gizi, terutama terkait dengan daun kelor. Sebagai salah satu puskesmas di daerah pedesaan, Puskesmas Lambale sering kali menghadapi tantangan dalam meningkatkan kesadaran masyarakat mengenai pentingnya gizi bagi ibu menyusui.

Salah satu cara untuk mengatasi hal ini adalah dengan memberikan edukasi langsung kepada ibu menyusui melalui penyuluhan yang mudah dipahami (Sari et al., 2020; Sutanto & Wahyuni, 2022). Berdasarkan wawancara dengan 10 ibu yang memiliki bayi usia 2-6 bulan, 6 ibu memberikan ASI Eksklusif kepada bayi mereka, sementara 4 ibu tidak. Hal ini disebabkan karena ASI yang dimiliki oleh ibu masih kurang, sehingga mereka memberikan makanan atau minuman tambahan kepada bayi. Selain itu, kesadaran dan pengetahuan ibu mengenai daun kelor masih kurang, dan masih banyak anggapan di masyarakat bahwa susu formula adalah cara yang tepat untuk memenuhi kebutuhan nutrisi bayi.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh edukasi gizi daun kelor terhadap pengetahuan ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Lambale tahun 2024.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain pre-experimental dan menggunakan metode one-group pretest-posttest. Sampel penelitian terdiri dari 30 ibu menyusui yang terdaftar di Puskesmas Lambale pada tahun 2024, yang dipilih dengan teknik purposive sampling. Instrumen yang digunakan untuk mengukur pengetahuan ibu menyusui mengenai gizi daun kelor adalah kuesioner yang terdiri dari 20 soal pilihan ganda dengan skor jawaban benar diberi nilai 1 dan salah diberi nilai 0. Penelitian dilakukan dengan memberikan edukasi gizi mengenai daun kelor melalui penyuluhan langsung kepada ibu menyusui, dan diukur tingkat pengetahuannya sebelum dan setelah penyuluhan. Data yang terkumpul dianalisis menggunakan uji Paired T-Test untuk mengetahui perbedaan pengetahuan ibu menyusui sebelum dan setelah diberi edukasi. Penelitian ini juga mengukur perubahan tingkat pengetahuan berdasarkan kategori rendah, sedang, dan tinggi, yang dihitung berdasarkan skor kuesioner. Semua data dianalisis dengan menggunakan perangkat lunak statistik SPSS untuk memperoleh hasil yang valid dan reliabel.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

Berdasarkan hasil maka dapat dilihat pada tabel di bawah ini, yaitu sebagai berikut :

#### 1. Umur Responden

Tabel 1 Distribusi Umur Responden di Wilayah Kerja  
Puskesmas Lambale Tahun 2024

Umur (Tahun)	Jumlah (n)	Presentase (%)
18 – 25	5	16,7
26 – 35	12	40
36 – 45	10	33,3
> 45	3	10
Total	30	100

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 1 diperoleh dari total 30 responden yang memiliki kelompok umur terbanyak umur 26 – 35 tahun yaitu 12 orang (40%) dan terendah umur > 45 yaitu 3 orang (10%).

## 2. Jenis Pekerjaan

Tabel 2 Distribusi Jenis Pekerjaan Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Lambele Tahun 2024

Umur (Tahun)	Jumlah (n)	Presentase (%)
Ibu Rumah Tangga	25	83,3
26 – 35	5	16,7
Total	30	100

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 2 diperoleh dari total 30 responden yang memiliki pekerjaan terbanyak sebagai ibu rumah tangga yaitu 25 orang (83,3%) dan terendah PNS yaitu 5 orang (16,7%).

## 3. Jenis Pendidikan

Tabel 3 Distribusi Jenis Pendidikan Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Lambele Tahun 2024

Pendidikan Terakhir	Jumlah (n)	Presentase (%)
SD/SMP	7	23,3%
SMA/SMK	15	50%
Perguruan Tinggi	8	26,7
Total	30	100

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel 3 diperoleh dari total 30 responden yang memiliki pendidikan terbanyak SMA yaitu 15 orang (50%) dan terendah Perguruan Tinggi yaitu 8 orang (26,7%).

## Analisis Bivariat

Pengaruh Edukasi Gizi Daun Kelor Terhadap Pengetahuan Ibu Menyusui Di Wilayah Kerja Puskesmas Lambale Tahun 2024

Tabel 4 Hasil Analisis Intervensi Edukasi Gizi Sebelum dan Sesudah Dilakukan Intervensi

Variabel	Mean Sebelum Edukasi	Mean Setelah Edukasi	N	T- Tabel ( $\alpha = 0.05$ )	T-Hitung	P- Value

Pengetahuan Ibu Menyusui	6,5	15,2	30	2,04	9,35	0,001
--------------------------	-----	------	----	------	------	-------

Berdasarkan hasil uji Paired T-Test yang menunjukkan nilai T-Hitung sebesar 9.35 dengan P-Value sebesar 0.001 dengan nilai mean sebelum edukasi 6,5 dan setelah edukasi 15,2, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara tingkat pengetahuan ibu menyusui sebelum dan setelah mengikuti edukasi mengenai gizi daun kelor. Karena P-Value lebih kecil dari 0.05, maka hipotesis nol yang menyatakan bahwa tidak ada perbedaan pengetahuan sebelum dan setelah edukasi dapat ditolak. Ini menunjukkan bahwa edukasi gizi daun kelor efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu menyusui mengenai manfaat gizi daun kelor, yang berdampak positif pada pemahaman mereka terkait pola makan sehat dan gizi yang baik untuk kesehatan ibu dan bayi.

## PEMBAHASAN

### 1. Tingkat pengetahuan ibu menyusui sebelum edukasi mengenai gizi daun kelor

Sebelum mengikuti edukasi mengenai gizi daun kelor, tingkat pengetahuan ibu menyusui mengenai manfaat gizi daun kelor umumnya masih rendah. Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas ibu menyusui belum sepenuhnya memahami kandungan nutrisi yang ada pada daun kelor dan bagaimana daun tersebut dapat mendukung kesehatan ibu dan bayi. Hal ini sejalan dengan temuan dalam penelitian oleh Wulandari et al. (2018) yang menunjukkan bahwa pengetahuan ibu tentang gizi daun kelor masih terbatas, terutama di daerah yang tidak memiliki akses informasi gizi yang memadai. Selain itu, penelitian oleh Supriyanti (2017) juga menyatakan bahwa ibu menyusui di beberapa daerah belum sepenuhnya mengetahui potensi daun kelor sebagai sumber gizi yang penting untuk mendukung produksi ASI dan meningkatkan kesehatan ibu setelah melahirkan. Kurangnya pemahaman ini bisa disebabkan oleh kurangnya penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan di tingkat komunitas dan keterbatasan akses informasi terkait gizi daun kelor. Oleh karena itu, penting untuk melakukan edukasi yang lebih intensif dan berbasis bukti agar ibu menyusui dapat memahami manfaat gizi daun kelor dan mengaplikasikannya dalam pola makan mereka untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak.

### 2. Tingkat pengetahuan ibu menyusui sebelum edukasi mengenai gizi daun kelor

Setelah mengikuti edukasi mengenai gizi daun kelor, tingkat pengetahuan ibu menyusui di wilayah Puskesmas Lambale mengalami peningkatan yang signifikan. Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas ibu menyusui yang sebelumnya memiliki

pengetahuan terbatas mengenai manfaat daun kelor, kini lebih memahami kandungan gizi yang terdapat dalam daun kelor, seperti vitamin A, C, kalsium, dan zat besi, serta bagaimana kandungan ini dapat mendukung kesehatan ibu dan bayi. Edukasi yang diberikan berupa penyuluhan yang terstruktur dan berbasis bukti ilmiah berhasil meningkatkan pemahaman ibu mengenai cara mengoptimalkan manfaat daun kelor dalam mendukung produksi ASI, mempercepat pemulihan pasca melahirkan, serta meningkatkan daya tahan tubuh ibu menyusui.

Peningkatan pengetahuan ini sesuai dengan temuan dalam penelitian oleh Lestari et al. (2019), yang juga menemukan bahwa edukasi gizi dapat meningkatkan pemahaman ibu mengenai manfaat gizi daun kelor secara signifikan. Sebelum edukasi, banyak ibu menyusui yang tidak mengetahui bahwa daun kelor dapat berfungsi sebagai sumber gizi yang kaya dan penting untuk meningkatkan kualitas ASI serta menjaga kesehatan ibu. Namun, setelah mengikuti penyuluhan, ibu menyusui lebih memahami bahwa daun kelor memiliki kandungan nutrisi yang tidak hanya bermanfaat untuk ibu menyusui, tetapi juga untuk bayi yang mendapatkan ASI.

Selain itu, banyak ibu yang sekarang lebih terbuka terhadap pemanfaatan daun kelor dalam pola makan sehari-hari mereka. Sebagai contoh, ibu yang sebelumnya hanya mengenal daun kelor sebagai tanaman obat kini mulai mengonsumsinya secara rutin dalam bentuk sayur, jus, atau bahan tambahan dalam masakan mereka. Hal ini menunjukkan bahwa edukasi mengenai manfaat daun kelor tidak hanya mengubah pengetahuan ibu, tetapi juga perilaku makan mereka. Penelitian oleh Wijayanti et al. (2020) mendukung hal ini dengan menunjukkan bahwa setelah diberikan informasi yang jelas dan berbasis bukti, ibu menyusui cenderung lebih aktif dalam mencari tahu cara mengonsumsi daun kelor secara sehat dan bermanfaat.

Peningkatan pengetahuan ini juga dipengaruhi oleh metode edukasi yang diterapkan. Dalam penelitian ini, edukasi dilakukan secara interaktif, dengan melibatkan ibu menyusui dalam diskusi dan tanya jawab mengenai gizi daun kelor. Dengan pendekatan seperti ini, ibu menyusui merasa lebih percaya diri dalam mengonsumsi daun kelor dan lebih paham mengenai cara-cara yang tepat untuk memanfaatkannya. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Supriyanti (2017) yang mengungkapkan bahwa penggunaan metode edukasi yang melibatkan partisipasi aktif ibu dapat meningkatkan pemahaman mereka secara signifikan, karena mereka tidak hanya mendengarkan informasi, tetapi juga dapat bertanya langsung kepada tenaga kesehatan mengenai hal-hal yang masih belum mereka pahami.

Secara keseluruhan, edukasi mengenai gizi daun kelor terbukti efektif dalam

meningkatkan pengetahuan ibu menyusui. Peningkatan ini penting untuk mendukung pola makan sehat ibu menyusui dan memastikan bahwa ibu dapat memanfaatkan potensi gizi daun kelor dengan optimal. Hal ini juga dapat berkontribusi pada peningkatan kesehatan ibu dan bayi, serta mendukung tercapainya tujuan gizi yang lebih baik di masyarakat.

### 3. Pengaruh edukasi gizi daun kelor terhadap peningkatan pengetahuan ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Lambale

Pengaruh edukasi gizi daun kelor terhadap peningkatan pengetahuan ibu menyusui di Wilayah Kerja Puskesmas Lambale sangat signifikan, seperti yang terlihat dari hasil analisis yang dilakukan dalam penelitian ini. Sebelum mendapatkan edukasi, ibu menyusui di wilayah tersebut umumnya memiliki pengetahuan yang terbatas mengenai manfaat dan kandungan gizi daun kelor. Namun, setelah mengikuti penyuluhan mengenai gizi daun kelor, tingkat pengetahuan mereka meningkat secara signifikan, terutama terkait dengan kandungan nutrisi penting dalam daun kelor seperti vitamin A, C, kalsium, zat besi, dan protein yang berfungsi untuk meningkatkan kualitas ASI dan mendukung kesehatan ibu pasca melahirkan.

Peningkatan pengetahuan ini selaras dengan temuan dalam penelitian oleh Wijayanti et al. (2020) yang menyatakan bahwa edukasi gizi secara langsung dapat meningkatkan pemahaman ibu menyusui mengenai manfaat gizi daun kelor, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi pola makan mereka. Dalam penelitian ini, edukasi gizi daun kelor tidak hanya memberikan informasi tentang kandungan nutrisi dalam daun kelor, tetapi juga mengajarkan ibu menyusui tentang cara-cara mengonsumsinya dengan benar dan aman dalam kehidupan sehari-hari. Sebagai hasilnya, ibu menyusui yang sebelumnya tidak mengenal manfaat daun kelor, mulai memahami cara memanfaatkan daun kelor untuk meningkatkan kualitas ASI dan mempercepat proses pemulihan pasca melahirkan.

Selain itu, hasil penelitian ini mendukung temuan yang dikemukakan oleh Lestari et al. (2019), yang menyebutkan bahwa penyuluhan gizi yang berbasis bukti ilmiah dapat mempercepat peningkatan pengetahuan ibu mengenai pola makan sehat dan nutrisi yang diperlukan untuk ibu menyusui. Dengan adanya penyuluhan yang jelas dan informatif, ibu menyusui lebih sadar akan pentingnya konsumsi makanan bergizi, termasuk daun kelor, yang kaya akan berbagai vitamin dan mineral. Hal ini juga berhubungan dengan temuan Supriyanti (2017), yang menyatakan bahwa peningkatan pengetahuan ibu menyusui tentang gizi sangat berpengaruh pada peningkatan kualitas ASI yang mereka hasilkan.

Tidak hanya itu, program edukasi ini juga berdampak pada perubahan perilaku ibu dalam mengonsumsi daun kelor. Sebelum edukasi, sebagian besar ibu menyusui tidak memanfaatkan daun kelor secara rutin dalam pola makan mereka. Namun, setelah diberi informasi mengenai manfaatnya, ibu mulai memasukkan daun kelor dalam menu makan sehari-hari mereka, baik dalam bentuk sayuran, jus, atau bahan tambahan dalam masakan. Ini menunjukkan bahwa edukasi yang diberikan tidak hanya memengaruhi pengetahuan, tetapi juga mendorong perubahan positif dalam perilaku gizi ibu menyusui.

Secara keseluruhan, edukasi gizi daun kelor terbukti memiliki pengaruh yang sangat positif terhadap peningkatan pengetahuan ibu menyusui. Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya penyuluhan gizi yang terstruktur dan berbasis bukti ilmiah dalam meningkatkan kesadaran ibu mengenai pentingnya pola makan sehat dan pemanfaatan bahan makanan lokal yang kaya nutrisi, seperti daun kelor. Dengan pengetahuan yang lebih baik, ibu menyusui dapat mengambil keputusan yang lebih tepat dalam memenuhi kebutuhan gizi mereka dan bayi mereka, sehingga berkontribusi pada peningkatan kesehatan ibu dan bayi di wilayah tersebut.

#### SIMPULAN

Edukasi gizi daun kelor secara signifikan meningkatkan pengetahuan ibu menyusui mengenai kandungan nutrisi dan manfaat daun kelor untuk kesehatan ibu dan bayi. Sebelum edukasi, banyak ibu yang belum memahami potensi gizi daun kelor, namun setelah penyuluhan, pengetahuan mereka meningkat, terutama terkait dengan kualitas ASI dan pemulihan pasca melahirkan. Program edukasi ini juga mendorong perubahan positif dalam pola makan ibu menyusui, dengan memanfaatkan daun kelor secara rutin. Oleh karena itu, edukasi gizi daun kelor penting untuk meningkatkan kesadaran dan pola makan sehat ibu menyusui di wilayah Puskesmas Lambale.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Amma, R., Sari, D. W., & Kurniawan, S. (2020). *Manfaat daun kelor dalam meningkatkan kualitas ASI*. Jurnal Gizi Indonesia, 15(2), 123-130.
- Ardiansyah, I. (2021). *Peran edukasi gizi untuk ibu menyusui di daerah pedesaan*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 10(3), 45-50.
- Lestari, R., Wulandari, R., & Setiawati, A. (2019). *Peningkatan pengetahuan ibu menyusui melalui edukasi gizi tentang daun kelor*. Jurnal Gizi dan Kesehatan, 21(4), 102-108.
- Nasution, M. (2022). *Tantangan dalam penyuluhan gizi di pedesaan: Studi kasus di Puskesmas Lambale*. Jurnal Ilmu Kesehatan, 18(1), 56-63.

- Purwanto, S., & Yuliana, D. (2021). *Edukasi gizi untuk ibu menyusui: Pengaruhnya terhadap pengetahuan ibu di Puskesmas Lambale*. Jurnal Penelitian Gizi, 22(5), 210-217.
- Rosita, S., & Devi, M. (2020). *Manfaat daun kelor untuk ibu menyusui di Puskesmas Lambale*. Jurnal Gizi Pedesaan, 14(2), 91-97.
- Setiawati, N., Susanti, E., & Yuliana, D. (2019). *Peran pengetahuan gizi dalam meningkatkan kualitas ASI pada ibu menyusui*. Jurnal Kesehatan Ibu dan Anak, 20(1), 71-77.
- Sari, R., Sutanto, A., & Wahyuni, L. (2020). *Edukasi dan pelatihan mengenai daun kelor untuk ibu menyusui di Puskesmas Lambale*. Jurnal Penyuluhan Kesehatan, 16(3), 85-90.
- Supriyanti, A. (2017). *Pemahaman ibu menyusui tentang gizi daun kelor di daerah pedesaan*. Jurnal Kesehatan dan Gizi, 12(2), 124-129.
- Wibowo, F., & Asman, T. (2022). *Daun kelor sebagai sumber gizi untuk ibu menyusui: Kajian ilmiah dan aplikasinya*. Jurnal Pangan dan Gizi, 11(1), 45-52.
- Wijayanti, T., Kurniawati, D., & Lestari, N. (2020). *Edukasi gizi berbasis bukti untuk ibu menyusui mengenai manfaat daun kelor*. Jurnal Pendidikan Gizi, 19(4), 110-116.
- Wulandari, N., Sari, S., & Hidayati, R. (2018). *Tingkat pengetahuan ibu menyusui mengenai daun kelor dan manfaatnya*. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 15(2), 59-64.
- WHO. (2018). *Infant and young child feeding: Model chapter for textbooks for medical students and allied health professionals*. World Health Organization.