



PENGARUH JUS KACANG PANJANG PADA IBU HAMIL ANEMIA TRIMESTER 1 TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN

Tuti Meihartati¹, Sri Indah Maulida²

Program Studi D-III Kebidanan STIKES Wiyata Husada Samarinda

Email : tuti@stikeswhs.ac.id, sriindahmaulida@gmail.com

ABSTRAK

Anemia disebabkan oleh kekurangan zat besi dalam tubuh, tubuh yang kekurangan zat besi menjadi pusing, tubuh terasa lemas. Dari wawancara 10 wanita hamil trimester pertama, 7 wanita hamil mengatakan pusing, kelemahan, konjungtiva anemis. Jus kacang panjang adalah terapi untuk meningkatkan kadar hemoglobin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh jus kacang panjang pada peningkatan kadar hemoglobin pada wanita hamil pada trimester pertama. Desain penelitian adalah Quasi Eksperimental dengan Pre and Post Test Tanpa Kontrol. Sampel penelitian adalah 16 wanita hamil trimester pertama dengan teknik Purposive Sampling. Hasil penelitian dengan menggunakan uji Wilcoxon diperoleh nilai $p < 0,005$ (0,001) artinya ada pengaruh jus kacang panjang pada ibu hamil anemia trimester pertama dengan peningkatan kadar hemoglobin.

Kesimpulan dari penelitian ini, ada pengaruh jus kacang panjang pada ibu hamil anemia trimester pertama dengan peningkatan kadar hemoglobin. Direkomendasikan bahwa jus kacang panjang digunakan sebagai SOP dalam perawatan kebidanan bagi wanita hamil untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

Kata kunci: Anemia, Ibu Hamil, Kacang Panjang

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah kondisi dimana seorang wanita memiliki janin yang sedang tumbuh di dalam tubuhnya. Kehamilan biasanya berkisar 40 minggu atau 9 bulan, dihitung dari awal periode menstruasi sampai melahirkan. Kehamilan merupakan suatu proses reproduksi yang perlu perawatan khusus, agar dapat berlangsung dengan baik kehamilan mengandung kehidupan ibu maupun janin. Masa kehamilan dimulai dari awal bertemunya sperma dan ovum hingga lahirnya janin (Prawirohardjo, 2012).

Anemia adalah suatu keadaan dimana tubuh memiliki jumlah sel darah merah (eritrosit) yang terlalu sedikit, yang mana sel darah merah itu mengandung

hemoglobin yang berfungsi untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh (Proverawati, 2013).

Penyebab dari anemia pada kehamilan yaitu : karena kekurangan asupan zat besi, (Manuaba, 2010). Anemia pada ibu hamil sangat berbahaya karena dapat menyebabkan : *abortus*, kehamilan *premature*, *molahidatidosa*, *hiperemesis gravidarum*, perdarahan *antepartum*, dan KPD (Ketuban Pecah Dini). Untuk mengatasi hal ini sangat penting bagi ibu hamil untuk memperhatikan makanan yang dikonsumsinya, terutama yang mengandung zat besi.

Anemia pada kehamilan masih merupakan masalah utama di dunia hingga saat ini. Menurut *World Health*

*Corresponding Author :

Tuti Meihartati

Program Studi D-III Kebidanan

STIKES Wiyata Husada Samarinda, Indonesia

Email : tuti@stikeswhs.ac.id

Organization (WHO) (2011) anemia pada kehamilan didefinisikan sebagai suatu kondisi ketika kadar hemoglobin di dalam darah kurang dari 11 g/dl. Angka kejadian anemia di seluruh dunia cukup tinggi dan terjadi hampir di seluruh negara. Secara global prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah sebesar 41,8%. Prevalensi anemia pada ibu hamil diperkirakan di Asia sebesar 48,2%, Afrika 57,1%, Amerika 24,1%, dan Eropa 25,1% (WHO, 2011). Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menyebutkan prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1% (Kementerian Kesehatan RI, 2013). Hal ini menunjukkan bahwa anemia merupakan masalah kesehatan serius yang memerlukan perhatian khusus karena dapat meningkatkan angka kesakitan dan kematian ibu serta dapat memengaruhi *pregnancy outcome*.

Anemia merupakan salah satu faktor penyebab tidak langsung kematian ibu hamil. Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia adalah tertinggi bila dibandingkan dengan Negara ASEAN lainnya. Perempuan yang meninggal karena komplikasi selama kehamilan dan persalinan mengalami penurunan pada tahun 2013 sebesar 289.000 orang. Target penurunan angka kematian ibu sebesar 75% antara tahun 1990 dan 2015 (WHO, 2015).

Dari studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 1 Maret 2018 di Puskesmas Perawatan Simpang Empat pada tahun 2017 di dapatkan data ibu hamil sejumlah 776 orang (67,6%) Ibu hamil dengan anemia (8-11 gr/dl) sebanyak 246 orang (21,4%) dan anemia (<8 gr/dl) sebanyak 18 orang (7,8%). Pada Periode 1 Januari sampai 1 Mei Tahun 2018 ada sejumlah ibu hamil sebanyak 163 orang (100 %), ibu hamil trimester 1 sebanyak 58 orang, ibu hamil trimester 2 sebanyak 45 orang, ibu hamil trimester 3 sebanyak 60, anemia (9-10 gr/dl) sebanyak 14 orang, anemia (7-8 gr/dl) sebanyak 32 orang, dan anemia (<7 gr/dl) sebanyak 2 orang. Jadi ibu hamil anemia trimester I sebanyak 48 orang di

Puskesmas Perawatan Simpang Empat (Puskesmas Perawatan Simpang Empat, 2018).

METODE PENELITIAN

Tempat penelitian dilakukan di puskesmas perawatan simpang empat Kabupaten Tanah Bumbu Proses penelitian dilakukan pada bulan Maret 2019.

Desain penelitian dalam penelitian ini adalah *Pre Eksperimental* dengan rancangan yang digunakan adalah rancangan *Pre And Post Test Without Control*.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil anemia trimester I di puskesmas perawatan simpang empat Adapun pengambilan sampel pada penelitian ini berjumlah 16 sampel dilakukan secara *purposive sampling* dengan menentukan sampel sesuai dengan *kriteria inklusi dan kriteria eksklusi*.

Adapun *instrumen* untuk pemberian jus kacang panjang yang digunakan pada penelitian ini adalah lembar observasi dan gelas ukur, dan untuk peningkatan kadar hemoglobin menggunakan berupa alat Hb digital dan lembar observasi.

Analisis penelitian terdiri dari analisis univariat dan bivariat, untuk menguji hipotesis menggunakan *uji statistic nonparametrik* yaitu uji *Wilcoxon test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester I sebelum diberikan jus kacang panjang di Puskesmas Perawatan simpang Empat.

No	Pre Test	Frekuensi (Orang)	Presentase (%)
1	Anemia Ringan	5	31
2	Anemia Sedang	11	69
Total		16	100

*Corresponding Author :

Tuti Meihartati

Program Studi D-III Kebidanan

STIKES Wiyata Husada Samarinda, Indonesia

Email : tuti@stikeswhs.ac.id

Berdasarkan tabel 5.1 diatas diketahui bahwa sebelum diberikan jus kacang panjang sebagian besar ibu hamil mengalami anemia sedang.

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester I sesudah diberikan jus kacang panjang di Puskesmas Perawatan simpang Empat.

No	Post test	Frekuensi (Orang)	Presentase (%)
1	Anemia Ringan	14	87
2	Anemia Sedang	2	13
Total		16	100

Berdasarkan tabel 5.2 sesudah diberikan jus kacang panjang hampir seluruhnya ibu hamil mengalami anemia ringan.

Tabel 5.3 Analisis Hasil Penelitian pengaruh jus kacang panjang pada ibu hamil anemia trimester I terhadap peningkatan kadar hemoglobin di Puskesmas Perawatan Simpang Empat Kabupaten Tanah Bumbu.

Berdasarkan tabel 5.3 diatas diketahui bahwa sebelum diberikan jus kacang panjang responden seluruhnya (100%) mengalami anemia ringan. Setelah diberikan jus kacang panjang diketahui bahwa responden sebagian besar (69%) mengalami anemia ringan dan sebagian kecil(25%) mengalami anemia sedang. Uji yang digunakan adalah uji alternatif *Wilcoxon* didapatkan nilai *P value(Exact. Sig/2 tailed)* 0,001 (<0,05) artinya terdapat perbedaan peningkatan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan jus kacang panjang. Oleh karena itu, H0 ditolak dan H1 diterima yang berarti Ada pengaruh jus kacang panjang pada ibu hamil anemia trimester I terhadap peningkatan kadar hemoglobin. Uji alternatif *Wilcoxon* digunakan untuk menguji beda mean peringkat (data ordinal) dari 2 hasil pengukuran pada kelompok yang sama (misalnya beda *meanperingkat pre test*

***Corresponding Author :**

Tuti Meihartati
 Program Studi D-III Kebidanan
 STIKES Wiyata Husada Samarinda, Indonesia
 Email : tuti@stikeswhs.ac.id

dan *post test*) sehingga harus dilakukan uji alternatif menggunakan Uji *Wilcoxon*

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.1 di Puskesmas Perawatan Simpang Empat Kecamatan Simpang Empat Kabupaten Tanah Bumbu Pada awal sebelum diberikan jus kacang panjang diketahui bahwa 31% responden mengalami anemia ringan dan 69% mengalami anemia sedang.

Anemia didefinisikan sebagai rendahnya kadar hemoglobin (Hb) dalam darah sesuai batas yang direkomendasikan (WHO, 2007). Anemia gizi merupakan kekurangan zat besi dalam tubuh, merupakan masalah gizi yang paling tinggi di Indonesia, selain itu mempengaruhi pembentukan hemoglobin yaitu besi, protein, vitamin C, Piridoksin, vitamin E (Almatsier, 2009). Anemia Gizi Besiadalah anemia yang terjadi akibat kekurangan zat besi dalam darah, artinya konsentrasi hemoglobin dalam darah berkurang karena terganggunya pembentukan sel-sel darah merah akibat kurangnya kadar besi dalam darah. Semakin berat kekurangan zat besi yang terjadi akan semakin berat pula anemia yang diderita (Gibney,2008).

N	Tingkat Anemia	Jus kacang panjang			
		Sebelum		Sesudah	
o		Frekuensi (orang)	Presentase (%)	Frekuensi (orang)	Presentase (%)
1	Anemia Ringan	5	31	14	87
2	Anemia Sedang	11	69	2	13
3	Anemia Berat	-	-	-	-
4	Tidak Anemia	-	-	-	-
Total		16	100	16	100

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.2 di puskesmas perawatan simpang empat kabupaten tanah bumbu diketahui bahwa hampir seluruhnya responden mengalami peningkatan sesudah diberikan jus kacang panjang yaitu 87% mengalami anemia ringan dan 13% mengalami anemia sedang.

Anemia dalam kehamilan yang disebabkan karena kekurangan zat besi, dapat dilakukan pengobatan relatif secara mudah dan murah. Salah satu alternatifnya adalah mengonsumsi jus kacang panjang untuk memenuhi asupan zat besi bagi pasien anemia. Ditinjau dari kandungan gizinya, kacang panjang sangat penting sebagai sumber vitamin dan mineral. Kacang panjang banyak mengandung vitamin A, vitamin B, dan vitamin C. Selain itu, bijinya banyak mengandung protein, lemak, dan karbohidrat. Setiap 100 g berat kacang panjang mengandung protein 2,7g; 2,6 mg zat besi, 98 mg magnesium, 0,5 mg mangan, 181 mg fosfor, 42 mg kalsium (Haryanto, 2007).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Setyaningsih, wiwik (2017) yang menyatakan bahwa pemberian jus kacang panjang dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Berdasarkan hasil uji *Mann Whitney* didapatkan *p-value* sebesar 0,000 ($\alpha < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara pemberian tablet Fe dan pemberian jus kacang panjang terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil, dimana nilai mean rank pada kelompok eksperimen 15,00 lebih besar daripada kelompok kontrol 6,00.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Ratih, Rini Hariani (2017) didapatkan hasil ada pengaruh peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang anemia sebelum dan sesudah pemberian tablet zat besi (Fe) dengan nilai *p-value* $< 0,05$ yaitu *p-value* 0,001.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh KH Widhi Astuti (2015) "Pengaruh Konsumsi Jus Bayam Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin

Pada ibu Hamil di Kecamatan Tawangmangu". Observasi peningkatan kadar HB yang dilakukan terhadap ibu hamil yang diberi jus bayam merah mendapatkan hasil bahwa dalam 2 minggu penelitian kadar HB ibu Hamil tersebut meningkat.

Pemberian jus kacang panjang banyak memberikan pengaruh peningkatan kadar hemoglobin setelah diberi perlakuan selama 1 minggu. Hal ini dapat dikatakan bahwa pemberian jus kacang panjang berpengaruh untuk peningkatan kadar hemoglobin. Setelah diberikan jus kacang panjang selama 1 minggu diperoleh rata-rata peningkatan kadar hemoglobin yaitu dari anemia sedang menjadi anemia ringan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebelum diberikan intervensi jus kacang panjang pada saat *pre test* sebagian kecil responden mengalami anemia ringan (31%), dan hampir seluruhnya mengalami anemia sedang (69%).
2. Sesudah diberikan intervensi jus kacang panjang pada saat *post test* hampir seluruhnya responden mengalami anemia ringan (87%), dan sebagian kecil yang tidak mengalami anemia (13%).
3. Adanya pengaruh jus kacang panjang pada ibu hamil anemia trimester I terhadap peningkatan kadar hemoglobin di Puskesmas Perawatan Simpang Empat.

SARAN

1. Bagi Responden
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai manfaat jus kacang panjang terhadap peningkatan kadar hemoglobin dan dapat dilakukan pada saat kehamilan selanjutnya.
2. Bagi Pelayanan Kesehatan

*Corresponding Author :

Tuti Meihartati
Program Studi D-III Kebidanan
STIKES Wiyata Husada Samarinda, Indonesia
Email : tuti@stikeswhs.ac.id

- Penelitian ini diharapkan memberi masukan pada pelayanan kesehatan seperti di Puskesmas dapat dijadikan prosedur dalam asuhan kebidanan pada ibu hamil khususnya untuk meningkatkan kadar hemoglobin.
3. Bagi Institusi Pendidikan
Sebagai salah satu media pembelajaran, sumber informasi, wacana kepustakaan terkait terapi non farmakologis terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan menggunakan jus kacang panjang.
 4. Bagi Peneliti Selanjutnya
Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat digunakan sebagai referensi serta dapat mengembangkan apa yang telah dilakukan dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatseir S. (2009). *Prinsip Dasar Ilmu gizi*. Jakarta : Penerbit PT Gramedia Pustaka Utama.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Ariani, A. P. (2014). *Aplikasi metodologi penelitian kualitatif dan kuantitatif dalam bidang kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Tanah Bumbu. (2017). Data jumlah Ibu Hamil dengan Anemia 2017. Dinkes Tanbu.
- Dinas Provinsi Kalimantan Selatan. (2016). *Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan Tahun 2016*. Dinkes Provinsi Kalimantan Kalsel : Banjarmasin
- Gibney, Michael J. (2008). *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : EGC.
- Kementrian, Kesehatan Indonesia. (2013). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskedes)*. Jakarta : Kementrian Kesehatan Indonesia.
- Manuaba Ida Bagus. (2010). *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta EGC.
- Notoatmodjo, S. (2012a). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta : Jakarta.
- Proverawati, Atikah. (2013). *Anemia dan Kehamilan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Prawirohardjo S. (2012). *Ilmu kebidanan*. Jakarta : Bina pustaka Prawirohardjo Sarwono.
- Puskesmas Perawatan Simpang Empat. (2018). *Data Ibu Hamil dengan anemia*. puskesmas Perawatan Simpang Empat.
- Ratih, R. H. (2017). *Pengaruh Pemberian Zat Besi (Fe) terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia*. Jurnal. Pekanbaru : Universitas Abdurrah.
- Setyaningsih, W. (2017). *Pengaruh Jus Kacang Panjang terhadap Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Anemia*. Jurnal. Yogyakarta : Universitas 'Aisyiyah.
- World Health Organization. (2011). Diakses pada tanggal 28 Februari 2018, dari <http://www.who.int/mediacenter/factsheets/fs310/en>.

*Corresponding Author :

Tuti Meihartati
Program Studi D-III Kebidanan
STIKES Wiyata Husada Samarinda, Indonesia
Email : tuti@stikeswhs.ac.id

***Corresponding Author :**

Tuti Meihartati

Program Studi D-III Kebidanan

STIKES Wiyata Husada Samarinda, Indonesia

Email : tuti@stikeswhs.ac.id

