

Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro	Vol. 3 No. 2	Edition: November 2020 – April 2021
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPK2R	
Received: 26 April 2021	Revised: 27 April 2021	Accepted: 28 April 2021

PENGARUH KONSUMSI JUS KACANG HIJAU (*PHASEOLUS RADIATUS*) TERHADAP HEMOGLOBIN IBU HAMIL ANEMIA DI PUSKESMAS TJ. PASIR KEC.KUALUH SELATAN KAB. LABUHAN BATU UTARA TAHUN 2020

Septa Dwi Insani, Dewi Wahyuni, Eka Sriwahyuni
 Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua
 e-mail : septadwiin@gmail.com

Abstract

Anemia is the biggest public health problem in the world, especially for women of childbearing age and is a major nutritional problem in Indonesia. One of the risks of iron deficiency anemia can lead to increased body weight of low pregnant women and premature birth of babies. This study aims to determine the effect of giving mung beans to hemoglobin levels in pregnant women with mild anemia in trimester III at May Resti, Amd. Keb Maternity Clinic Dangung-Dangung. This type of research is a Quasi Experiment with a one-group pre-test post-test design. The analysis used was univariate and bivariate analysis. The sample selection used a purposive sampling technique as many as 16 pregnant women with mild anemia. Each respondent was given treatment by giving green bean juice as much as 250 cc, 2 times a day for 7 days. Measurement of hemoglobin levels was carried out 2 times, namely 1 day before and on the 9th day after consumption of green bean juice. There is an effect of green beans on the increase in hemoglobin levels of pregnant women but it is not too significant. For preventive efforts in preventing anemia, pregnant women should consume this green bean juice. In this study, we obtained suggestions to promote green bean juice in an effort to prevent anemia in pregnant women.

Keywords: *Anemia, Pregnant Women, Green Beans*

1. PENDAHULUAN

Anemia adalah kurangnya fungsi sel darah merah yang menyebabkan kurangnya kemampuan membawa oksigen yang menyebabkan komplikasi yang tidak biasa selama kehidupan (Chowdhury S, 2014). Ini merupakan masalah yang sudah mengglobal dan anemia merupakan penyebab kedua terkemuka didunia dari kecacatan dengan melihat dari besaran masalahnya. Di Indonesia, prevalensi anemia berdasarkan

survei tersebar antara 50-70% (Dibley MJ, 2011).

Setiap pasien dengan HB kurang dari 11 gm/dl hingga 11,5 gm/dl pada awal kehamilan akan dirawat sebagai anemia. Alasannya adalah seiring dengan perkembangan kehamilan, darah diencerkan dan ibu hamil akan mengalami anemia. Pengenceran darah pada kehamilan adalah hal yang wajar dan prosesnya dimulai kira-kira pada minggu ke delapan kehamilan dan berlanjut sampai

minggu ke-32 hingga ke-34 kehamilan (Breyman C, dkk, 2010).

Anemia, dimana sel darah merah yang tidak normal, menimbulkan masalah khusus dalam kehamilan. Dibeberapa populasi pada penelitian Simpson JL, dkk, 2010, sebanyak 80% wanita hamil mengalami anemia. Mereka umumnya adalah wanita dari kelompok sosial ekonomi menengah kebawah di negara berkembang termasuk remaja yang sedang hamil. Wanita yang mengalami menstruasi yang berat dan sedang hamil akan berisiko mengalami anemia segera setelah melahirkan. Gejala yang akan timbul pada wanita yang mengalami anemia yaitu kelelahan dan dalam kasus yang parah terjadi sesak napas meskipun sedang istirahat. Diagnosis anemia defisiensi besi dapat dipastikan dengan mengukur jumlah penyimpanan zat besi serta kadar protein pengikat zat besi dalam darah.

Anemia pada ibu hamil dianggap sebagai faktor risiko kehamilan dan dapat menjadi penyebab anemia pada bayi baru lahir. Selain terkait dengan tingginya angka keguguran, berat badan lahir rendah, prematuritas, kematian janin dan anemia pada satu tahun pertama kehidupan dapat terjadi karena simpanan zat besi yang rendah (Wojtyla C, dkk, 2011). Asalnya mungkin karena beberapa faktor termasuk infeksi akut, peradangan kronis, hemoglobinopati dan kekurangan nutrisi tunggal atau gabungan seperti asam folat, vitamin B12 dan

penyebab paling umum dari anemia nutrisi yaitu defisiensi zat besi (Scholl TO, 2011).

Dengan meningkatkan asupan zat besi melalui makanan, pencegahan dan pengobatan anemia dapat dilakukan (Utama, dkk, 2013). Salah satu sumber tambahan makanan yang mengandung zat besi adalah kacang hijau. Kacang hijau atau bahasa latinnya *Phaseolus Radiatus* memiliki kandungan zat besi sebesar 6,7 mg per 100 mg (USDA Food Composition Database, 2017).

Yang berperan dalam penanganan anemia defisiensi besi, kacang hijau memiliki kandungan zat besi, vitamin C dan zat seng serta vitamin A sebesar 7mcg dalam setengah cangkirnya. Kekurangan vitamin A dapat memperburuk anemia defisiensi besi. Pemberian suplemen vitamin A memiliki efek menguntungkan pada anemia defisiensi besi. Vitamin A memiliki banyak peran di dalam tubuh, antara lain untuk imunitas tubuh terhadap infeksi dan mobilisasi cadangan zat besi seluruh jaringan serta pertumbuhan dan diferensiasi sel progenitoreritrosit. Interaksi vitamin A dengan zat besi juga bersifat sinergis (Amirul, A, 2016).

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *Pre-Eksperimen* dengan desain *One Grup Pre-Post*. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Tj. Pasir Kabupaten Labuhanbatu Utara Kecamatan Kualuh Selatan. Adapun alasan pengambilan lokasi penelitian ini adalah karena terdapat 245 KK dan

terdiri dari 30 ibu hamil dan seluruhnya mengalami anemia. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang melakukan kunjungan ANC di Puskesmas Tj. Pasir Kabupaten Labuhanbatu Utara Kecamatan Kualuh Selatan sebanyak 30 orang. Jumlah sampel sebanyak 30 ibu hamil dengan menggunakan tehnik *Total Sampling*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Karakteristik Responden berdasarkan Usia

Hasil penelitian dari Pengaruh Konsumsi Jus Kacang Hijau terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Di Puskesmas TJ. Pasir Kec. Kualuh Selatan Kab. Labuhanbatu Utara dapat dilihat pada tabel

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Puskesmas Tj. Pasir

KARAKTERI STIK	FREKUE NSI	PERSENT ASI %
Usia Ibu		
16-20 Tahun	7	23,31%
21-25 Tahun	13	43,39%
26-30 Tahun	10	33,3%
Total	30	100%
Usia Kehamilan	FREKUE NSI	PERSENT ASI%
10-15 Minggu	8	26.7%
16-20 Minggu	5	16.7%
21-25 Minggu	7	23.3%
26-30 Minggu	10	33.3%
Total	30	100%

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa usia kehamilan responden adalah usia kehamilan 16-20 minggu yaitu sebanyak 5 orang (16.7%) usia

kehamilan 26-30 sebanyak 10 (33,3%).

Berdasarkan penelitian mayoritas responden usia kehamilan 10-15 minggu yaitu sebanyak 8 orang (26,7%) usia kehamilan 16-20 minggu yaitu sebanyak 5 orang (16.7%) usia kehamilan 21-25 minggu yaitu sebanyak 7 orang (23,3%) dan usia kehamilan 26-30 sebanyak 10 (33,3%)

Sesuai dengan pendapat Sarwono Prawirohardjo (2010) menyatakan masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya kehamilan normal dihitung dari hari pertama haid terakhir adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari). Kehamilan dibagi menjadi tiga Trimester yaitu trimester pertama dimulai dari konsepsi sampai bulan ke-tiga, trimester kedua dari bulan ke-empat sampai bulan ke-enam, trimester ketiga dari bulan ke-tujuh sampai bulan ke-sembilan.

2. Distribusi Frekuensi Sebelum Perlakuan dan Sesudah Perlakuan Jus Kacang Hijau terhadap Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Sebelum Perlakuan dan Sesudah Perlakuan Jus Kacang Hijau terhadap Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil di Puskesmas TJ. Pasir Kec. Kualuh Selatan Kab. Labuhanbatu Utara Tahun 2020

Sebelum perlakuan	Frekuensi	Persentase (%)
9-10 gr	16	53.3
7-8 gr	14	46.7
Total	30	100.0
Sesudah perlakuan	Frekuensi	Persentase (%)
>10 gr	26	86.7
9-10 gr	4	13.3
Total	30	100.0

Berdasarkan Tabel diatas menunjukkan bahwa sebelum dilakukan responden cek Hb adalah 9-10 gr yaitu sebanyak 16 orang (53,3) Hb 7-8 gr yaitu sebanyak 14 orang (46,7) dan sesudah dilakukan responden Hb pada ibu hamil adalah >10 gr yaitu sebanyak 26 orang (86,7%) dan Hb 9-10 gr adalah 4 orang (13.3%).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Di Puskesmas Tj. Pasir Kec. Kualuh Selatan Kab. Labuhanbatu Utara bahwa 30 responden dan terdapat Pengaruh Konsumsi Jus Kacang Hijau Di Puskesmas Tj. Pasir Kec. Kualuh Selatan Kab. Labuhanbatu Utara.

Dari hasil uji statistik yang dilakukan dengan menggunakan uji wilcoxon diperoleh nilai $p = 0,000$ yang artinya $< 0,05$ yang artinya ada pengaruh konsumsi jus Pengaruh Konsumsi Jus Kacang Hijau Di Puskesmas Tj. Pasir Kec. Kualuh Selatan Kab. Labuhanbatu Utara Tahun 2020.

Menurut Saparinto dan Maya (2014) Kacang Hijau merupakan tanaman yang berasal dari kacang-kacangan yang baik untuk dikonsumsi sehari-hari maupun diolah untuk makanan ataupun minuman untuk kesehatan karena mengandung banyak sekali manfaat dalam kehidupan manusia, apalagi jika dipergunakan untuk penderita anemia. Selain penderita anemia Kacang Hijau dapat menurunkan risiko terserang kanker.

4. KESIMPULAN

- Ada pengaruh pemberian Jus Kacang Hijau terhadap peningkatan kadar hb pada ibu hamil di Puskesmas Tj. Pasir.

- Diketahuinya konsumsi Jus Kacang hijau di Puskesmas Tj. Pasir.
- Diketahuinya jumlah ibu hamil yang anemia di Puskesmas Tj. Pasir.
- Diketahuinya jumlah ibu hamil anemia yang mengkonsumsi Jus Kacang Hijau di Puskesmas Tj. Pasir

DAFTAR PUSTAKA

- Amirul A. 2016. Efektifitas Minuman Kacang Hijau terhadap Peningkatan Kadar Hb
- Breymann, C., Bian, X., Blanco-Capito, LR., et al. 2010. Expert Recommendations for The Diagnosis and Treatment of Iron-Deficiency Anemia During Pregnancy and The Postpartum Period in The Asia-Pasific Region. *Journal of Perinatal Medicine*, 38: 1-8
- Chowdhury, S., Rahman, M., dan Moniruddin, ABM. 2014. Anemia in Pregnancy, *Medicine Today*, Volume 26 Number 01, Page No 49-52
- Dibley, MJ., Titaley, CR d'Esther C. 2011. Iron and Folic Acid Supplements in Pregnancy Improve Child Survival in Indonesia
- Riskesmas. (2013). *Riset Kesehatan Dasar*. Jakarta : Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI
- Scholl, TO., 2011. Maternal iron Status: Relation to Fetal Growth, Length of Gestational and The Neonate's Iron Endowment. *Rev Nutr*; 69 Suppl: S23-9

- Simpson, J.L., Bailey, L.B., Pietrzik, K., dkk. 2010. Micronutrients and Women of Reproductive Potential: Required Dietary Intake and Consequences of Dietary Deficiency or Excess/ Part 1-Folate, Vitamin B12, Vitamin B6. *J Matern Fetal Neonatal Med*; 23: 1323-43
- Utama, T.A., Nora, L., dan Desi, S. 2013. Perbandingan zat Besi dengan dan Tanpa Vitamin C terhadap Kadar Anemia Wanita Usia Subur. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*, Vol. 7 No. 8
- USDA Food Composition Database. 2017. *Nationa Nutrient Database for Standard*
- WHO. (2014). *Penyebab Terjadinya Anemia Bagi Ibu Hamil*. WHO
- WHO. (2015). *Guideline: Daily Iron and Folic Acid Supplementation in Pregnant Women*. Geneva, World Health Organization
- Wojtyla, C., dkk. 2011. Haematological Parameters in Postpartum Women and Their Babies in Proland: Comparison of Urban and Rural Areas. *Ann Agr Env Med*: 18(2); 380-5