

Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di TPMB Eva Novianti Kecamatan Kalideres Kota Jakarta Barat Tahun 2024

Poimase Sangadji*¹

Progam Profesi Bidan, Fakultas Vokasi Kebidanan, Universitas Indonesia Maju¹

*e-mail: imasangdjiprofesi@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk Mengetahui Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di TPMB Eva Novianti Kecamatan Kalideres Kota Jakarta Barat Tahun 2024. Kacang hijau memiliki kandungan vitamin A, B1, B2 dan C yang berguna untuk mencukupi kebutuhan vitamin saat masa kehamilan dan menyusui. Vitamin A berguna untuk ibu hamil agar terhindar dari bayi lahir premature dan bagus untuk kesehatan mata bayi yang didapat dari ASI. Peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian case study research (studi kasus) dan bersifat deskriptif. Sampel dalam penelitian ini adalah Kriteria inklusi yaitu semua ibu hamil yang mempunyai Hb kurang dari dalam batas normal (< 11 g/dl) atau mengalami anemia ringan dan kriteria eksklusi yang kriterianya sampel tidak diteliti yaitu ibu hamil yang mempunyai Hb kurang dari dalam batas normal (< 11 g/dl). Berdasarkan penelitian tersebut diperoleh hasil bahwa responden 1 yang hanya mengkonsumsi tablet Fe dapat menaikkan Hb pada ibu hamil dengan anemia ringan. responden 2 yang diberikan intervensi sari kacang hijau 250 ml dan mengkonsumsi tablet Fe 1x1 juga dapat menaikkan Hb pada ibu hamil dengan anemia ringan. Selisih peningkatan kadar Hb pada ibu hamil trimester II dengan anemia ringan setelah diberikan sari kacang hijau mengalami peningkatan sebanyak 2,3 gr/dl dengan presentase 24 %. Dibandingkan dengan hanya mengkonsumsi tablet Fe yaitu 2 gr/dl dengan presentase 22 %.

Kata kunci : Sari Kacang Hijau; Kadar Hemoglobin; Ibu Hamil

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of giving mung bean juice to increase hemoglobin levels in pregnant women at Eva Novianti TPMB, Kalideres District, West Jakarta City in 2024. Mung beans contain vitamins A, B1, B2 and C which are useful for fulfilling vitamin needs during pregnancy and breastfeeding. Vitamin A is useful for pregnant women to avoid premature births and is good for the health of the baby's eyes obtained from breast milk. Researchers used a qualitative approach with a type of case study research (case study) and descriptive in nature. The sample in this study were inclusion criteria, namely all pregnant women who had Hb less than within normal limits (< 11 g/dl) or experienced mild anemia and exclusion criteria whose criteria were samples not studied, namely pregnant women who had Hb less than within normal limits (< 11 g/dl). Based on this research, it was found that respondent 1 who only consumed Fe tablets could increase Hb in pregnant women with mild anemia. respondent 2 who was given 250 ml mung bean juice intervention and consumed 1x1 Fe tablets could also increase Hb in pregnant women with mild anemia. The difference in the increase in Hb levels in second trimester pregnant women with mild anemia after being given mung bean juice increased by 2.3 gr/dl with a percentage of 24%. Compared to only consuming Fe tablets which is 2 gr / dl with a percentage of 22%.

Keywords : Mung Bean Juice; Hemoglobin Level; Pregnant Women

PENDAHULUAN

Masa kehamilan adalah masa pertumbuhan dan perkembangan janin sehingga gangguan yang sering terjadi adalah gangguan gizi yang dapat menyebabkan gangguan kesehatan ibu maupun janin. Masalah gizi pada ibu hamil salah satunya adalah anemia, yang merupakan masalah pada gizi mikro terbesar dan penanganannya berkala di seluruh dunia. Perdarahan memiliki tempat presentase tertinggi penyebab kematian ibu (28%). Anemia dan Kekurangan Energi Kronik (KEK) pada ibu hamil menjadi penyebab utama pada kasus perdarahan (Fitriani.A, et.al. 2022).

Hemoglobin merupakan suatu protein tetramerik eritrosit yang mengikat molekul bukan protein yaitu senyawa porfirin besi yang disebut heme. Hemoglobin mempunyai dua fungsi pengangkutan penting dalam tubuh manusia, yakni pengangkutan oksigen ke jaringan dan pengangkutan karbondioksida dan proton dari jaringan primer ke organ respirasi. Jumlah hemoglobin dalam eritrosit rendah, maka kemampuan eritrosit membawa oksigen keseluruh jaringan tubuh juga akan menurun dan tubuh menjadi kekurangan O₂ hal ini akan menyebabkan terjadinya anemia. (Gunadi 2020)

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2019) Angka Kematian Ibu (AKI) di dunia yaitu sebanyak 303.000 jiwa. Angka Kematian Ibu (AKI) di ASEAN yaitu sebesar 235 per 100.000 kelahiran hidup (ASEAN Secretariat, 2020). Menurut Data Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia meningkat dari 228 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2002-2007 menjadi 359 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2007-2012. Angka Kematian Ibu (AKI) mengalami penurunan pada tahun 2012-2015 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup dan jumlah kematian ibu di Indonesia pada tahun 2019 yaitu sebanyak 4.221 kasus (Kemenkes RI, 2019). Sedangkan penyebab terbanyak kematian ibu di Indonesia pada tahun 2019 adalah perdarahan, hipertensi dalam kehamilan, infeksi, gangguan metabolik, dan lain lain (Kemenkes RI, 2019).

Secara global prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 41,8%. Sekitar setengah dari kejadian tersebut disebabkan karena defisiensi zat besi. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Afrika sebesar 57,1%, Asia 48,2%, Eropa 25,1% dan Amerika 24,1%. Seseorang disebut menderita anemia bila rendahnya kadar hemoglobin (Hb) dibawah 11% pada trimester pertama dan ketiga, atau kurang dari 10,5 g% pada trimester kedua. Pada negara-negara berkembang ada sekitar 40% kematian ibu berkaitan dengan anemia dalam kehamilan. (Respati, et.al, 2019).

Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1% jumlah tertinggi di wilayah pedesaan yaitu 37,8% dan terendah di wilayah perkotaan sebesar 36,4%. Sementara ditahun 2019 meningkat menjadi 48,9%. Jumlah tertinggi kasus anemia pada ibu hamil masih didominasi di wilayah pedesaan yaitu 49,5% dan diperkotaan sebesar 48,3%. Jumlah ibu hamil yang mengalami anemia paling banyak pada usia 15-24 tahun sebesar 84,6%, usia 25-34 tahun sebesar 33,7%, usia 35-44 tahun sebesar 33,6%, dan usia 45-54 tahun sebesar 24%. Hasil ini tentunya masih sangat jauh dari target nasional yaitu 28% (Kamariyah, N, et.al. 2022)

Data pada tahun 2019 Persentase anemia di Provinsi DKI Jakarta sebesar 43,5% menunjukkan Proporsi ibu hamil yang menderita anemia terutama jatuh pada kelompok usia produktif (15-24 tahun) sebesar 86,4%. Sedangkan dari Profil Kesehatan Kota Jakarta Barat, kematian ibu pada tahun 2021 sebanyak 47 per 100.000 kelahiran hidup. Penyebab utama kematian ibu adalah perdarahan, hipertensi, gangguan peredaran darah, gangguan metabolik dan komplikasi lain. Pada angka kematian bayi (AKB) di Jakarta Barat sebanyak 82 per 1000 kelahiran hidup, jumlah kasus tertinggi dilaporkan di Jakarta Utara dan Jakarta Barat, serupa dengan angka kematian neonatus. Dibandingkan tahun 2020, angka ini mengalami penurunan (sebelumnya 424 kematian bayi). Dari total 326 laporan kematian sepanjang tahun ini, penyebab kematian bayi tertinggi adalah pneumonia dan diare dengan total 36 kasus. Sementara itu, terdapat 306 kasus dengan beragam sebab kematian pada populasi bayi. Tidak ada kematian bayi yang disebabkan oleh malaria dan tetanus. Penurunan angka kematian akibat diare dan pneumonia masih merupakan tantangan untuk DKI Jakarta karena besarnya kontribusi kedua penyakit tersebut terhadap AKB. (Dinas Kesehatan DKI Jakarta Tahun 2021).

Penyebab terbanyak kematian ibu di Indonesia pada tahun 2019 adalah perdarahan, hipertensi dalam kehamilan, infeksi, gangguan metabolik, dan lain lain (Kemenkes RI, 2019). Sekitar 25-50% kematian ibu disebabkan masalah yang berkaitan dengan kehamilan, persalinan, dan nifas (WHO, 2019).

Angka ini akan terus mengalami perubahan dan peningkatannya jika Kondisi ini masih diperberat oleh adanya factor-faktor yang berhubungan dengan kadar hemoglobin yaitu faktor dasar meliputi pengetahuan, pendidikan dan pantangan makan, faktor langsung meliputi konsumsi tablet Fe, infeksi dan perdarahan, dan faktor tidak langsung meliputi Frekuensi ANC, usia, paritas, jarak kehamilan dan perlu diikuti dengan mengkonsumsi makanan yang kaya akan zat besi seperti kacang hijau (Gunadi. 2020).

Penyebab penurunan kadar hemoglobin ini yaitu karena kurangnya asupan zat besi yang dikonsumsi ibu hamil. Kondisi ini juga disebut sebagai anemia defisiensi besi. Saat memasuki masa kehamilan, volume darah dalam tubuh meningkat, begitu juga jumlah zat besi yang dibutuhkan. Tubuh akan menggunakan zat besi untuk membuat lebih banyak hemoglobin untuk memasok oksigen ke janin dalam kandungan. Jika ibu hamil tidak memiliki simpanan zat besi yang cukup atau mendapatkan cukup zat besi selama kehamilan, dapat mengalami anemia defisiensi besi. Selain itu, Hb rendah saat hamil juga disebabkan oleh beberapa hal, yaitu Kekurangan asupan zat besi atau vitamin B12, Mengandung anak kembar, Memiliki riwayat anemia sebelum hamil, Jarak kehamilannya terlalu dekat, Sering muntah karena morning sickness, serta Mengalami perdarahan dalam jumlah banyak (Ningsih & Lestari, 2020).

Kekurangan kadar hemoglobin (Hb) ibu hamil merupakan salah satu permasalahan kesehatan yang rentan terjadi selama kehamilan. Kadar Hb yang kurang dari 11 g/dl mengindikasikan ibu hamil menderita anemia. Anemia pada ibu hamil meningkatkan resiko mendapatkan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR), risiko perdarahan sebelum dan saat persalinan, bahkan dapat menyebabkan kematian ibu dan bayinya jika ibu hamil tersebut menderita anemia berat. Anemia adalah suatu kondisi dimana konsentrasi hemoglobin lebih rendah dari biasanya kondisi ini mengakibatkan kurangnya jumlah normal eritrosit dalam sirkulasi akibatnya, jumlah oksigen yang dikirim ke jaringan tubuh juga berkurang (Jitowiyono, 2018). Anemia disebabkan oleh banyak faktor diantaranya perdarahan, nutrisi rendah, kadar zat besi, asam folat, dan vitamin B12 yang rendah. Kadar normal hemoglobin pada wanita hamil adalah 12-15 mg/dL menurut Nugraha (2022). Pemeriksaan hemoglobin penting dilakukan untuk membantu ibu hamil mengetahui kadar hemoglobinnya. Berdasarkan hasil Pengabdian Kesehatan Masyarakat (PKM) banyak ibu hamil yang belum mengetahui kadar hemoglobinnya. (Himatul, K, et.al. 2022).

Sedangkan Jika jumlah sel darah merah dalam tubuh terlalu sedikit, akan meningkatkan risiko pada ibu dan janin mengalami kekurangan gizi dan oksigen. Tentunya, hal ini dapat membahayakan janin dalam kandungan seperti Pertumbuhan bayi dalam rahim terhambat, Ketuban pecah dini, Bayi lahir dengan berat badan rendah, Bayi lahir dengan anemia. Serta ibu mengalami depresi pasca melahirkan (Ningsih & Lestari, 2020)

Untuk meningkatkan kadar Hb ibu hamil yang mengalami anemia, dapat melalui pengobatan farmakologi yaitu dengan mengkonsumsi tablet penambah darah (Fe) 60-120 mg/hari dan pengobatan non-farmakologi dengan meningkatkan asupan Fe dari sumber makanan (Fatmah, 2019). Menurut Almatzier Sunita (2018), cara meningkatkan kadar Hb dalam tubuh adalah dengan memperbanyak konsumsi makanan bergizi yaitu makanan kaya zat besi dari makanan hewani seperti daging, ikan, ayam, hati, telur dan makanan yang berasal dari tanaman (Nabati) seperti sayuran berwarna hijau, kacang-kacangan, serta tempe (Ningsih & Lestari, 2020).

Salah satu kacang-kacangan yang kaya akan zat besi yaitu kacang hijau. Kacang hijau (*vigna radiata*) dapat meningkatkan kadar Hb dan dapat mencegah defisiensi Fe. Didalam kacang hijau terdapat kandungan zat besi sebesar 6,7 mg/100 gr kacang hijau, selain itu ada kandungan besi 5,9-7,8%, protein 19,724,2%, fosfor 0,326 mg, kalsium 0,124 gr yang berguna untuk memperkuat kerangka tulang. Zat besi dalam kacang hijau ditemukan pada kulit biji dan embrionya (Himatul, K, et.al. 2022).

Protein kacang hijau kaya asam amino leusin, arginin, isoleusin, valin, dan lisin, meskipun proteinnya dibatasi oleh asam amino bersulfur seperti metionin dan sistein. Namun, dibandingkan jenis kacang lainnya, Pemberian sari kacang hijau memiliki jumlah kandungan zat besi pada kacang hijau sebanyak 6,7 mg per 100 gram kacang hijau dan salah satu bentuk penyajian kacang hijau dengan sari kacang hijau, yaitu air dan ampasnya disaring dan dipisahkan sehingga minuman tersebut padat gizi (Faridah & Indraswari, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan Di TPMB Eva Novianti Kecamatan Kalideres Kota Jakarta Barat Tahun 2024 didapatkan bahwa dari total 22 orang keseluruhan ibu hamil terdapat 7 orang yang melakukan pemeriksaan Hb yaitu ada 4 orang yang mempunyai Hb < 12 g/dl dan 3 orang lainnya Mempunyai Hb dalam batas normal. Ini menandakan bahwa jumlah Presentasi ibu hamil yang mengalami Hb kurang lebih dominan (73%) dibandingkan dengan Hb dalam batas normal (27%) pada kunjungan yang dilakukan berdasarkan pengambilan data 2 bulan terakhir dari total jumlah seluruh ibu hamil yang ada Di TPMB Eva Novianti Kecamatan Kalideres Kota Jakarta Barat tahun 2024.

Dengan banyaknya faktor yang memungkinkan terjadinya anemia pada ibu hamil, maka peneliti merasa penting untuk melakukan penelitian Literatur review mengenai Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di TPMB Eva Novianti Kecamatan Kalideres Kota Jakarta Barat Tahun 2024”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian case study research (studi kasus) dan bersifat deskriptif. Studi kasus ini dilakukan secara langsung kepada Ibu Hamil yang mempunyai Hb < 11 g/dl. Ibu Hamil tersebut dibagi menjadi 2 yaitu: pertama : Apabila Ibu hamil A dengan Hb kurang dari batas normal (<11,0 g/dL) atau mengalami anemia ringan dengan kadar Hb 9 - 10 g/dL yang hanya mengkonsumsi tablet Fe dan tidak diberikan sari kacang hijau. kedua : Apabila Ibu hamil B dengan Hb kurang dari batas normal (<11,0g/dl) atau mengalami anemia ringan pada kadar Hb 9 - 10 g/dL yang diberikan sari kacang hijau dan mengkonsumsi tablet Fe. Populasi target dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil yang mempunyai Hb kurang dari dalam batas normal (<11,0 g/dL) atau yang mengalami anemia ringan Di TPMB Eva Novianti kalideres kota jakarta barat tahun 2024.

Sampel yang diambil pada penelitian ini adalah 2 ibu hamil dengan Hb kurang dari dalam batas normal ($<11,0$ g/dL) atau yang mengalami anemia ringan yaitu pertama : Apabila Ibu hamil A dengan Hb kurang dari batas normal ($<11,0$ g/dL) atau mengalami anemia ringan dengan kadar Hb 9 - 10 g/dL yang hanya mengkonsumsi tablet Fe dan tidak diberikan sari kacang hijau. kedua : Apabila Ibu hamil B dengan Hb kurang dari batas normal ($<11,0$ g/dL) atau mengalami anemia ringan pada kadar Hb 9 - 10 g/dL yang diberikan sari kacang hijau dan mengkonsumsi tablet Fe. Pelaksanaan pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data sekunder dengan menggunakan menggunakan Alat Cek Hb Easy Touch. Penelitian Ini Dilaksanakan Di TPMB Eva Novianti Kalideres Kota Jakarta Barat Tahun 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Perbandingan Hasil Hemoglobin Antara Tablet Fe Dan Pemberian Sari Kacang Hijau Dengan Tablet Fe

Ibu Hamil Anemia Ringan	Hanya Tablet Fe			Intervensi Sari Kacang Hijau dan Tablet Fe			Peningkatan kadar Hb			
							Selisih		Presentase	
Tgl/Kunjungan	30/08/24 Hari ke-1	01/09/24 Hari ke-2	05/09/24 Hari ke-3	30/08/24 Hari ke-1	01/09/24 Hari ke-2	05/09/24 Hari ke-3	Res-I	Res-II	Res-I	Res-II
Kadar HB	9,2 gr/dl	9,8 gr/dl	11,2 gr/dl	9,6gr/dl	10,8gr/dl	11,9gr/dl	2 gr/dl	2,3 gr/dl	22%	24%

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa hasil ntervensi pemberian Sari Kacang Hijau dan Tablet Fe, didapatkan kenaikan HB sebanyak 2,3 gr/dl dengan presntase 24 % sedangkan pada Tablet Fe didapatkan kenaikan HB sebanyak 2 gr/dl dengan presntase 22 %. Sehingga penulis berasumsi bahwa ibu hamil dengan anemia yang diberikan ntervensi pemberian Sari Kacang Hijau sebanyak 250 ml selama 7 hari dapat menaikkan HB lebih cepat daripada ibu hamil dengan anemia yang hanya mengkonsumsi tablet Fe.

A. Kadar Hb pada ibu hamil anema ringan yang hanya Mengkonsumsi tablet Fe

Jumlah kunjungan pada responden 1 yang hanya mengkonsumsi tablet Fe 1x1 dilakukan sebanyak 3 kali kunjungan. Dari hasil kunjungan tersebut didapatkan bahwa responden 1 pada kunjungan pertama mempunyai kadar HB 9,2 gr/dl (anemia ringan) kemudian pada kunjungan ke 2 hari ke-3 dengan hasil kadar HB 9,8 gr/dl dan pada kunjungan ke 3 hari ke-7 pemeriksaan kadar HB meningkat menjadi 11,2 gr/dl (tidak anemia).

Dari hal tersebut sehingga didapatkan bahwa Responden 1 yang hanya mengkonsumsi tablat Fe mempunyai Hb meningkat yaitu dari 9,2 g/dl menjadi 11,2 gr/dl. Berdasarkan analisis data yang dilakukan setelah di observasi 7 hari didapatkan kenaikan HB pada respnden 1 sebanyak 2 gr/dl dengan presntase 22 %. Dari hasil tersebut, penulis menyimpulkan bahwa responden 1 yang hanya mengkonsumsi tablet Fe dapat menaikkan Hb pada ibu hamil dengan anemia ringan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Desri N, dan Mirza I, tentang “Hubungan Konsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil Dengan Kejadian Anemia” meenggunakan metode analitik (cross sectional). Dari penelitiannya didapatkan mayoritas mengkonsumsi tablet FE dan tidak anemia ada sebanyak 25 responden (61%), sedangkan responden yang mengkonsumsi tablet FE dan mengalami anemia ada sebanyak 14 responden (34%) dan tidak mengkonsumsi dan mengalami anemia ada sebanyak 2 responden (5%) jadi nilai $p < 0,05$ Kesimpulan bahwa hasil penelitian ini memiliki hubungan konsumsi tablet FE pada ibu hamil dengan kejadian anemia.

Dari penelitian terdahulu dan penelitian yang dilakukan saat ini penulis menyimpulkan bahwa ibu hamil dengan anemia dapat diatasi dengan mengkonsumsi tablet Fe. Karena dapat memenuhi asupan zat besi, guna mempersiapkan proses kehamilan dan persalinan yang sehat.

B. Intervensi Responden 2 Dengan Pemberian Sari Kacang Hijau Dan Mengkonsumsi Fe

Jumlah kunjungan pada responden 2 yang diberikan intervensi pemberian sari kacang hijaaau 250 ml dan mengkonsumsi tablet Fe 1x1 dilakukan sebanyak 3 kali kunjungan. Dari hasil kunjungan tersebut didapatkan bahwa responden 2 pada kunjungan pertama mempunyai kadar HB 9,6 gr/dl (anemia ringan) kemudian pada kunjungan ke 2 hari ke-3 dengan hasil kadar HB 10,8 gr/dl dan pada kunjungan ke 3 hari ke-7 pemeriksaan kadar HB meningkat menjadi 11,9 gr/dl (tidak anemia).

Dari hal tersebut sehingga didapatkan bahwa Responden 2 yang diberikan intervensi pemberian sari kacang hijau 250 ml dan mengkonsumsi tablet Fe 1x1 mempunyai Hb meningkat yaitu dari 9,6 g/dl menjadi 11,9 gr/dl. Berdasarkan analisis data yang dilakukan setelah di observasi 7 hari didapatkan kenaikan HB pada responden 2 sebanyak 2,3 gr/dl dengan persentase 24 %. Dari hasil tersebut, penulis menyimpulkan bahwa responden 2 yang diberikan intervensi pemberian sari kacang hijau 250 ml dan mengkonsumsi tablet Fe 1x1 dapat menambah menaikkan Hb pada ibu hamil dengan anemia ringan. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Epi S dan Afrah D.F, tentang “Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia menggunakan metode quasi eksperimen pada pretest-posttest. Dari penelitiannya didapatkan Hasil penelitian Rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan sari kacang hijau pada kelompok perlakuan adalah 10,5 gr/dL dan 11,4 gr/dl. Pada hasil tersebut terdapat kenaikan kadar hemoglobin. Ada pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia hasil p value = 0.000 dan nilai signifikansi lebih besar dari 5% ($p=0.000 < 0,05$ untuk variable kadar Hb (0,000). Artinya pemberian sari kacang hijau dapat menaikkan kadar Hb ibu hamil.

Penelitian ini menyimpulkan Ada pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap peningkatan nilai kadar hemoglobin pada ibu hamil. Dari penelitian terdahulu dan penelitian yang dilakukan saat ini penulis menyimpulkan bahwa ibu hamil dengan anemia dapat diatasi dengan mengkonsumsi tablet Fe dan juga pemberian minuman sari kacang hijau karena selain vitaminnya yang tinggi juga kaya zat besi yang berperan dalam pembentukan sel darah merah untuk memenuhi asupan zat besi pada ibu hamil dalam mempersiapkan proses kehamilan dan persalinan yang matang dan sehat.

C. Pengaruh Pemberian Intervensi Pada Ibu Hamil Anemia Ringan Dalam Meningkatkan Kadar Hb

Berdasarkan hasil observasi setelah 7 hari pada pemberian sari kacang hijau disertai dengan mengkonsumsi tablet Fe didapatkan HB meningkat 2,3 g/dl dengan persentase 24%. Hal ini menandakan bahwa pemberian sari kacang hijau yang disertai dengan mengkonsumsi tablet Fe juga mempengaruhi dalam meningkatkan kadar HB pada ibu hamil. Ini dibuktikan dengan Penelitian studi kasus yang dilakukan dengan asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester II dengan anemia ringan yaitu didapatkan adanya perbedaan lamanya kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester II dengan anemia ringan sebelum dan sesudah diberikan intervensi sari kacang hijau disertai dengan mengkonsumsi tablet Fe dan yang hanya mengkonsumsi tablet Fe yang dilakukan sebanyak 3 kali kunjungan.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Atika Zahria Arisanti, dkk Tentang Efektivitas Kacang Hijau (*Vigna Radiata*) Dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil di Semarang tahun 2023 dengan menggunakan metode literatur review pada database Jurnal Kesehatan yang telah dianalisis berdasarkan Full text, open acces, berbahasa Inggris dan Indonesia yang terbit tahun 2018-2022. Didapatkan hasil literatur review melalui database jurnal Kesehatan menemukan 16 artikel di Google Scholar, 11 artikel di Pubmed, 3 artikel di Cochrane Library, dan 2 artikel di Springer. Menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kadar Hb sebelum dan setelah diberikan kacang hijau pada ibu hamil yang anemia. Kesimpulan : kacang hijau memberikan pengaruh positif untuk ibu hamil yang anemia, dimana kadar Hb ibu hamil yang anemia mengalami peningkatan setelah diberikan kacang hijau.

Penelitian ini juga sejalan yang dilakukan oleh Risza Choirunissa & Desima Resnawati Manurung tentang Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Sirnajaya Kecamatan Serang Baru Bekasi Tahun 2019. Dengan metode quasi-experiment pada pendekatan pre-test and post-test with control design menggunakan Uji normalitas pada Shapiro-Wilk atau analisa yang menggunakan paired samples test dan uji pengaruh independent t-test. Pada penelitiannya didapatkan hasil bahwa rata rata kadar Hb pada kelompok intervensi sebelum diberikan sari kacang hijau 9,993 g/dl dan sesudah diberikan sari kacang hijau 11,287 g/dl, rata kadar Hb pada kelompok kontrol sebelum 9,780 g/dl dan sesudah 9,967g/dl. Ada perbedaan terhadap kelompok intervensi uji paired sampel test yaitu sig P value Sebesar $0,000 < \alpha 0,05$. Sedangkan kelompok kontrol yang tidak diberikan sari kacang hijau Sebesar $0,036 < \alpha 0,05$. Uji pengaruh kadar hemoglobin pada pemberian sari kacang hijau secara uji statistik independent T Test didapatkan Pvalue sebesar $0,000 < 0,05$. kesimpulannya yaitu Sari kacang hijau berpengaruh terhadap kenaikan kadar Hb.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu dan penelitian yang dilakukan saat ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kenaikan HB pada ibu hamil dengan anemia sebelum dan sesudah diberikan intervensi sari kacang hijau disertai dengan mengkonsumsi tablet Fe dan yang hanya mengkonsumsi tablet Fe. Dimana pada responden I yang hanya mengkonsumsi tablet Fe mempunyai Hb meningkat yaitu dari 9,2 g/dl menjadi

11,2 gr/dl. Sedangkan pada responden II yang diberikan intervensi pemberian sari kacang hijau disertai dengan mengkonsumsi tablet Fe mempunyai Hb meningkat yaitu dari 9,6 g/dl menjadi 11,9 gr/dl setelah 7 hari observasi. Dari hasil tersebut, penulis menyimpulkan bahwa pemberian sari kacang hijau dan disertai dengan mengkonsumsi tablet Fe lebih cepat menaikkan kadar Hemoglobin dibandingkan dengan hanya mengkonsumsi tablet Fe.

Dari hal tersebut diatas sehingga kacang hijau sangat bermanfaat bagi kesehatan ibu hamil. Dikarenakan kandungan zat besi dalam kacang hijau paling banyak terdapat pada embrio dan kulit bijinya dengan jumlah yang banyak kandungannya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di TPMB Eva Novianti Kecamatan Kalideres Kota Jakarta Barat Tahun 2024, maka penulis dapat menarik kesimpulan sebagai berikut :

Responden 1 yang hanya mengkonsumsi tablet Fe mempunyai kadar hemoglobin meningkat sebanyak 2 gr/dl dengan persentase 22 % dari kadar hemoglobin 9,2 g/dl menjadi 11,2 gr/dl. Hal ini menandakan bahwa responden 1 yang hanya mengkonsumsi tablet Fe dapat menaikkan Hb pada ibu hamil dengan anemia ringan.

Responden 2 yang diberikan intervensi sari kacang hijau 250 ml dan mengkonsumsi tablet Fe 1x1 mempunyai kadar hemoglobin meningkat sebanyak 2,3 gr/dl dengan persentase 24 % dari kadar hemoglobin 9,6 g/dl menjadi 11,9 gr/dl. Hal ini menandakan bahwa responden 2 yang diberikan intervensi sari kacang hijau 250 ml dan mengkonsumsi tablet Fe 1x1 juga dapat menaikkan Hb pada ibu hamil dengan anemia ringan.

Sedangkan pemberian intervensi pada responden 1 dan responden 2 terapat peningkatan kadar hemoglobin dengan lebih cepat pada responden 2 yaitu pada ibu hamil dengan anemia ringan yang diberikan intervensi pemberian sari kacang hijau serta tablet Fe. Dengan selisih peningkatan kadar Hemoglobin pada ibu hamil trimester II dengan anemia ringan setelah diberikan sari kacang hijau mengalami peningkatan sebanyak 2,3 gr/dl dengan persentase 24 %. Dibandingkan dengan hanya mengkonsumsi tablet Fe yaitu 2 gr/dl dengan persentase 22 %.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisanti, Z, A, dkk. 2023. Efektivitas Kacang Hijau (*Vigna Radiata*) Dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Bidan*. Vol. 7 No 3.
- Fahad, A, 2022. (08 Agustus 2022). Patut Diwaspadai! Hb Rendah: Penyebab, Dampak & Cara Mengobati. 15 juni 2024. <https://kehamilansehat.com/id/patut-diwaspadai-hb-rendah-penyebab-dampak-cara-mengobati>
- Handayani, S, W, dkk. 2023. Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau dan Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil di Puskesmas Jagakarsa Jakarta Selatan Tahun 2023. *Journal Of Social Science Research*. Vol 4. No 3.
- Jubaedah, A & Halimatusadiah. 2023. Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Pemeriksaan Kehamilan Di Wilayah Kerja TpmB Bidan E Kecamatan Tanah Sereal Kota Bogor Periode Februari-Maret Tahun 2023. *Jurnal Ilmiah Bidan*. Vol 7. No 1.
- Khoirunnisa, S, & Futriani, E, S. 2022. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Masa Nifas Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Kemampuan Perawatan Mandiri Ibu Nifas. *Jurnal Pendidikan Dan Konseling*. Vol 4. No 3.
- Koesnoe, S, dkk. 2021. Buku Saku Merencanakan Kehamilan Sehat. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI Kemenkes (05 Agustus 2022). Anemia Dalam Kehamilan https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/1132/anemia-dalam-kehamilan
- Liziawati, M, dkk. 2022. Buku Profil Kesehatan Kota Depok Tahun 2022. Depok: Dinas Kesehatan Kota Depok.
- Nafisah, H. 2022. Gambaran Kadar Hemoglobin Pasca Pemberian Minuman Sari Kacang Hijau Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Harsallakum Kota Bengkulu Tahun 2022. *Jurnal kesehatan*. Vol. 3.
- Rohmawati, N, dkk. 2020. Buku pedoman pelayanan antenatal terpadu edisi ketiga. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI

- Revi, L. (2023, 01 February). 50 Tahun Terakhir Angka Kematian Bayi Turun Signifikan di Jabar. 15 juni 2023. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat (jabarprov.go.id)
- Yanti J, S, dkk. 2021. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan (Teori) Untuk Mahasiswa S1 Kebidanan. Pekanbaru: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (Stikes) Hang Tuah Pekanbaru.