

Efektifitas Pemberian Jus Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Bekasi Tahun 2023

Pipih Harpiyah¹⁾ Tetty Rina Aritonang^{2)*} Wiwit Desi Intarti³⁾

^{1), 2), 3)} Program Studi Kebidanan dan Profesi Bidan STIKes Medistra Indonesia

Correspondence Author: Tetty Rina Aritonang, tetty.rina.2109@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.37012/jik.v15i2.1908>

ABSTRAK

Anemia dalam kehamilan dapat diartikan ibu hamil yang mengalami defisiensi zat besi dalam darah. Selain itu anemia dalam kehamilan dapat dikatakan jugasebagai suatu kondisi ibu dengan kadar hemoglobin (Hb) <11gr% pada trimester I dan III sedangkan pada trimester II kadar hemoglobin <10,5gr%. Tujuan penelitian ini adalah: Efektifitas Pemberian Jus Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Bekasi Tahun 2023. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *kuantitatif*. menggunakan *Pra Experimental Design* atau eksperimen semu pada rancangan pendekatan *one group pretest-posttest design*, populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III yang ada di Puskesmas Setu 1 Bekasi pada bulan Januari sampai dengan Februari 2023 yang berjumlah berjumlah 120 orang. Sampel dalam penelitian ini 35 ibu hamil anemia denganteknik sampel *puposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner dan lembar observasi dianalisis menggunakan uji *Paired T Test*. Berdasarkan hasil penelitian distribusi frekuensi usia responden sebagian besar dalam rentang 17-30 tahun sebesar 62,9% (22 responden), paritas sebagian besar multigravida sebesar 54,3% (19 responden), nilai kadar hemoglobin sebelum sebagian besar anemia ringan sebesar 100 (35 responden), nilai kadar hemoglobin sesudah sebagian besartidak anemia sebesar 85,7% (35 responden). Dari hasil uji statistik *Paired T Test* hasil dari perhitungan ρ value adalah $0,000 < \alpha (0,05)$, hal ini menunjukkan hipotesis (H_a) diterima. Sebagian besar usia responden 17-30 tahun, paritas sebagian besar multigravida, nilai kadar hemoglobin sebelum sebagian besar anemia ringan, nilai kadar hemoglobin sesudah sebagian besar tidak anemia. Ada efektifitas pemberian jus kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil Trimester III. Saran bagi ibu hamil pada ibu hamil trimester III khususnya ibu hamil dengan anemia konsumsi Fe sebaiknya menggunakan tambahan pengobatan dengan bahan herbal salah satunya dengan mengkonsumsi jus kacang hijau secara rutin.

Kata Kunci: Jus Kacang Hijau, Anemia, Ibu Hamil

ABSTRACT

Anemia in pregnancy can be interpreted as a pregnant woman who has iron deficiency in the blood. In addition, anemia in pregnancy can also be said to be a condition of the mother with a hemoglobin (Hb) level of <11gr% in the first and third trimesters, while in thesecond trimester, the hemoglobin level is <10.5gr%. The purpose of this study was: The Effectiveness of Giving Mung Bean Juice to Increasing Hemoglobin Levels in Third Trimester Pregnant Women at Setu 1 Health Center Bekasi in 2023. The type of research used in this research is quantitative. using the Pre- Experimental Design or quasi-experiments in the one group pretest-posttest design approach, the population of this study were all third trimester pregnant women at the Setu 1 Bekasi HealthCenter from January to February 2023, totaling 120 people. The sample in this study were 35 anemic pregnant women with purposive sampling technique. Data collection using questionnaires and observation sheets were analyzed using the Paired T Test. Based on the results of the research on the frequency distribution of the ages of the respondents, most of them were in the range of 17-30 years, 62.9% (22 respondents), the parity of most were multigravidas, 54.3% (19 respondents), the value of hemoglobin levelbefore most of the anemia was mild of 100 (35 respondents), the hemoglobin level value after most of them were not anemic was 85.7% (35 respondents). From the results of the Paired T Test statistical test the result of calculating the ρ value is $0.000 < \alpha (0.05)$, this shows the hypothesis (H_a) is accepted. of the respondents were 17-30 years old, the parity of most were multigravida, the value of hemoglobin level before most of the anemia was mild, the value ofthe hemoglobin level after was mostly not anemia. There is effectiveness of giving green bean juice to increase hemoglobin levels in third trimester pregnant women. Suggestions for pregnantwomen in the third trimester, especially pregnant women with anemia who consume Fe, should use additional treatment with herbal ingredients, one of which is by consuming green bean juice regularly.

Keywords: Mung Bean Juice, Anemia, Pregnant Women

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah fertilisasi atau penyatuandari spermatozoa dan ovum dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender internasional. Kehamilan terbagi dalam 3 trimester, dimana trimester kesatu berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke-13 hingga ke-27), trimester ketiga 13 minggu (minggu ke-28 hingga ke-40). Adapun masalah yang sering muncul dalam kehamilan adalah anemia. Anemia pada masa kehamilan dapat menyebabkan komplikasi padapersalinan seperti salah satunya perdarahan (Prawirohardjo, 2016). Anemia dalam kehamilan dapat diartikan ibu hamil yang mengalami defisiensi zat besi dalam darah. Selain itu anemia dalam kehamilan dapat dikatakan juga sebagai suatu kondisi ibu dengan kadar hemoglobin (Hb) <11gr% pada trimester I dan III sedangkan pada trimester II kadar hemoglobin <10,5gr%. Anemia kehamilan disebut "*potential denger to mother and child*" (potensi membahayakan ibu dan anak), karena itulah anemia memerlukan perhatian serius dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan (Astuti & Ertiana, 2018).

Data *World Health Organization* (WHO), diperkirakan sekitar 33% orang di dunia menderita anemia, dengan kekurangan zat besi dianggap sebagai penyebab utama, dan anemia menyumbang hampir 9% dari tahun ke tahun dengan masalah kecacatan. Diperkirakan juga bahwa di seluruh dunia 32 juta wanita hamil mengalami anemia dan 496 juta wanita tidak hamil mengalami anemia (WHO, 2020).

Data Survey Demografi Kesehatan Indonesia SDKI tahun 2017 didapatkan Angka Kematian Ibu (AKI) adalah 228 per 100.000 kelahiran hidup. Penyebab tingginya AKI di Indonesia, yaitu kematian ibu dengan perdarahan (25%), anemia (15%), hipertensi dalam kehamilan (12%), partus macet (8%), dan komplikasi aborsi tidak aman (13%), serta sebab-sebab lainnya (8%). Dampak kemungkinan terbesar anemia banyak terjadi pada ibu hamil. Anemia juga merupakan salah satu faktor penyebab tidak langsung kematian ibu hamil (Kemenkes RI, 2019). Prevalensi anemia di Indonesia pada ibu hamil menurut SKRT masih cukup tinggi yaitu 40,1%. Hasil Riset Kesehatan Dasar menunjukkan 73,2% perempuan usia 15-49 tahun telah mendapatkan tablet tambah darah yang mengandung besi-asam folat. Meskipun demikian angka kejadian anemia pada ibu hamil masih mencapai 40 - 50%, artinya 5 dari 10 ibu hamil di Indonesia mengalami anemia (Riskesdas, 2018).

Menurut Data Dinas Kesehatan Provinsi yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat pada tahun 2020 prevalensi ibu hamil anemia ibu hamil masih cukup tinggi yaitu pada

Kabupaten Bekasi berjumlah 835 ibu hamil. Pada Kota Bekasi 1614 ibu hamil dengan anemia. Sedangkan target capaian anemia pada kehamilan di Indonesia adalah 28%. Salah satu factor penentu dalam angka prevalensi anemia adalah kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang asupan makan yang bergizi. Jika perempuan mengalami anemia akan sangat berbahaya pada waktu hamil dan melahirkan. Perdarahan merupakan salah satu faktor penyebab terbesar angka kematian ibu (Dinkes Provinsi Jawa Barat, 2020).

Cakupan ibu hamil di Puskesmas Setu 1 pada tahun 2019 yaitu sebanyak 186 ibu hamil sebanyak (19,82%) yang mengalami anemia, pada tahun 2020 sebanyak 198 ibu hamil atau sekitar (21,12%) yang mengalami anemia, pada bulan Januari hingga Desember 2021, sebanyak 183 ibu hamil yang mengalami anemia (47,3%), dari hasil pemeriksaan laboratorium Puskesmas Setu 1 Bekasi tahun 2021. Ibu hamil yang mengalami anemia, tahun ini mengalami kenaikan dari tahun sebelumnya. Maka dari data diatas peneliti akan mengambil sampel penelitian ibu hamil usia kehamilan trimester ketiga > 28 minggu (Puskesmas Setu 1 Bekasi, 2022).

Tindakan untuk mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil bisa melalui konsumsi mengandung zat besi dari bahan hewani, dan bahan nabati seperti kacang-kacangan, tempe, tablet tambah darah, konseling dan skrining anemia. Salah satu jenis kacang kacang adalah kacang hijau. Kacang hijau selain memiliki kandungan zat besi, vitamin c, dan zat seng yang berperan dalam penanganan anemia defisiensi besi. Kacang hijau juga mengandung vitamin A sebesar 7 mcg dalam setengah cangkirnya. Kekurangan vitamin A dapat memperburuk anemia defisiensi besi. Pemberian suplementasi vitamin A memiliki efek menguntungkan pada anemia defisiensi besi. Vitamin A memiliki banyak peran di dalam tubuh, antara lain untuk pertumbuhan dan diferensiasi sel progenitor eritrosit, imunitas tubuh terhadap infeksi dan mobilisasi cadangan zat besi seluruh jaringan. Interaksi vitamin A dengan zat besi bersifat sinergis (Amirul, 2016).

Menurut penelitian Stefani et al (2018) berdasarkan hasil uji t test independent diperoleh nilai signifikansi sebelum intervensi (H-1) pada kelompok kontrol dan kelompok perlakuan lebih besar dari nilai alpha (0,134 > 0,05) maka H_0 diterima, artinya tidak ada perbedaan kadar hemoglobin antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi. Sementara nilai signifikansi setelah intervensi (H-15) pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi lebih kecil dari nilai alpha (0,037). Penelitian lain dilakukan oleh Yuhendri & Fitriani (2018) setiap responden diberikan perlakuan dengan pemberian jus kacang hijau sebanyak 250 cc, 2 kali sehari selama 7 hari. Pengukuran kadar hemoglobin dilakukan 2 kali yaitu 1 hari sebelum dan pada hari ke 9 sesudah konsumsi jus kacang hijau. terdapat pengaruh kacang hijau terhadap peningkatan

kadar hemoglobin ibu hamil tetapi tidakterlalu signifikan, sebaiknya jus kacang hijau ini dijadikan sebagai usaha preventif dalam pencegahan anemia. Penelitian yang sama dilakukan oleh Mas'amah & Iis (2021) hasil penelitian pemberian sari kacang hijau pada kelompok intervensi sebelum adalah 10,3 dan sesudah 10,7. Pada kelompok kontrol sebelum adalah 10,07 dan sesudah adalah 10,14 dan rata-rata menunjukkan adanya pengaruh sari kacang hijau terhadappeningkatan kadar HB pada ibu hamil dengan hasil p value 0,001.

Berdasarkan hasil prasurey yang di dapatkanpeneliti dari profil di Puskesmas Setu 1 Bekasi dengan cara wawancara kepada 10 ibu hamil trimester III, kondisi ibu hamil yaitu 5 orang ibu hamil mengalami anemia ringan, 2 orang normal dan 3 orang mengalami anemia sedang. Hasil wawancara mengatakan selama kehamilan jarang mengkonsumsi buah dan sayur, sering mengkonsumsi makanan instan (*junk food*) dan ibu jarang mengonsumsi tablet Fe dikarenakan kurang suka dengan baunya yang tidak enak dan mual setelah meminumnya, kebudayaan dilokasi penelitianibu hamil dilarang untuk mengkonsumsi terlalu banyak protein seperti telur dan ikan, khawatir ibu hamil tersebut akan mengalami gatal-gatal karena mengkonsumsi ikan dan telur dan setelah melahirkan darah yangkeluar berbau amis, serta kepala bayi akan tumbuh kotoran seperti gaji, sehingga berdasarkan saran dari sesepuh kampongtersebut ibu hamil enggan memakan telur dan ikan. Setelah dilakukan wawancara peneliti juga bertanya kepada ibu hamil mengenai pengetahuan mereka tentang jus kacang hijau yang dapat meningkatkan kadar Hb dan dapat mencegah terjadinya anemia, jawaban ibu hamil tersebut tidak mengetahui (Puskesmas Setu 1 Bekasi, 2022).

Alasan tersebut diatas yang membuat peneliti berminat untuk membuat minuman pendamping tablet Fe dengan cara minum jus kacang hijau untuk mengatasi anemia. Karenakacang hijau memiliki banyak kandungan vitamin dan mineral seperti kalsium, besi, fosfor, dan natrium. Kandungan protein, karbohidrat, dan lemak pada kacang hijau mendukung proses sintesis hemoglobin selain kaya akan manfaat kacang hijau juga mudah didapat dan ekonomis sehingga ibu hamil darisemua kalangan dapat mengkonsumsinya. Berdasarkan latar belakang diatas kacanghijau mempunyai peranan yang penting untukmeningkatkan kadar hemoglobin, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitiandengan judul "Pengaruh Pemberian Jus Kacang Hijau Terhadap Peningkatan KadarHemoglobin Pada Ibu Hamil di PuskesmasSetu 1 Bekasi Tahun 2022".

RUMUSAN MASALAH

Data *World Health Organization* (WHO), diperkirakan sekitar 33% orang di dunia menderita anemia, dengan kekurangan zat besi dianggap sebagai penyebab utama, dan anemia menyumbang hampir 9% dari tahun ke tahun dengan masalah kecacatan. Diperkirakan juga bahwa di seluruh dunia 32 juta wanita hamil mengalami anemia dan 496 juta wanita tidak hamil mengalami anemia (WHO, 2020). Berdasarkan data masalah tersebut, peneliti merumuskan permasalahan penelitian sebagai berikut, “Apakah Ada Efektifitas Pemberian Jus Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2022?”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *kuantitatif* yaitu penelitian ilmiah yang berdasarkan fakta, bebas prasangka, menggunakan prinsip analisa, menggunakan hipotesa, menggunakan ukuran obyektif dan menggunakan data yang kuantitatif atau yang dikuantitatifkan (Notoatmodjo, 2014). Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pra experiment* dengan pendekatan *one group pretest-posttest design* dimana pada penelitian eksperimen yang dilaksanakan pada satu kelompok saja yang dipilih secara random dan tidak dilakukan tes kestabilan dan kejelasan keadaan kelompok sebelum diberi perlakuan. Desain penelitian *one group pretest and posttest* yang dilakukan setelah diberi perlakuan untuk setiap seri pembelajaran (Notoatmodjo, 2018). Penelitian ini diberikan *pre-test* terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III (T_1) sebelum dilakukan perlakuan selama 7 hari, kelompok diberikan perlakuan (*treatment*) selama 7 hari (X), kemudian diberikan *post-test* terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III pada kelompok pada hari ke delapan setelah perlakuan (T_2). Terapi jus kacang hijau diberikan sebanyak 500ml, jus kacang hijau dikonsumsi dua kali setiap hari pada pagi dan sore hari. Bentuk rancangan penelitian ini. Populasi adalah keseluruhan objek peneliti atau keseluruhan dari unit unsur individu atau obyek yang menjadi sumber sampel untuk diteliti keadaan dan sebabnya (Notoatmodjo, 2018). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III yang ada di Puskesmas Setu 1 Bekasi pada bulan Januari sampai dengan Februari 2023 yang berjumlah berjumlah 120 orang. Sampel penelitian adalah sebagian dari obyek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2018). Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III. Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini berjumlah 92 responden. Setelah dilakukan pemeriksaan HB pada 92 orang ibu hamil Trimester III yang mengalami

anemia sebanyak 50 orang. Yang bersedia mengikuti penelitian sebanyak 35 orang ibu hamil. Teknik Sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel yang di dasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang di buat oleh peneliti sendiri berdasarkan ciri atau sifat- sifat yang sudah di ketahui sebelumnya, dengan tujuan terpilihnya responden yang sesuai dengan kriteria yang diinginkan oleh peneliti (Notoatmodjo, 2018).

I. Hasil Penelitian

Tabel 5.1
Distribusi Frekuensi Karakteristik Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Umur (tahun)		
17-30	22	62,9
≥30	13	37,1
Jumlah	35	100
Paritas		
Primigravida	16	45,7
Multigravida	19	54,3
Jumlah	35	100

Berdasarkan Tabel 5.1 dapat diketahui bahwa karakteristik sebagian besar usia responden terbanyak berada dalam rentang 17-30 tahun yaitu sebesar 62,9% (22 responden) dan paling sedikit yaitu sebesar 37,1% (13 responden). Pada karakteristik paritas sebagian besar paritas terbanyak multigravida yaitu sebesar 54,3% (19 responden) dan paling sedikit paritas responden yaitu sebesar 45,7% (16 responden).

Tabel 5.2
Kadar Hemoglobin Sebelum Diberikan Jus Kacang Hijau Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023

Kadar Hemoglobin Sebelum	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Anemia Ringan	35	100

Berdasarkan Tabel 5.2 dapat diketahui bahwa kadar hemoglobin sebelum diberikan jus kacang hijau pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023 sebagian besar kadar hemoglobin anemia ringan sebesar 100% (35 responden).

Tabel 5.3
Kadar Hemoglobin Sesudah Diberikan Jus Kacang Hijau Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023

<u>Kadar Hemoglobin Sebelum</u>	<u>Frekuensi (n)</u>	<u>Persentase (%)</u>
Tidak Anemia	30	85,7
Anemia Ringan	5	14,3

Berdasarkan Tabel 5.3 dapat diketahui bahwa kadar hemoglobin sesudah diberikan jus kacang hijau pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023 sebagian besar kadar hemoglobin tidak anemia sebesar 85,7% (30 responden) dan sebagian kecil anemia ringan sebesar 14,3% (5 responden).

Tabel 5.4
Efektifitas Pemberian Jus Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023

Test Statistik	N	Mean	Min	Max	Std Deviasi	Peningkatan Hb	t	A.Sig. (2-t)
Kadar Hemoglobin Sebelum	35	10,27	9,3	10,9	3,626			
Kadar Hemoglobin Sesudah	35	11,12	11,0	11,9	2,661	0,85	18,303	0.000

Hasil analisis efektifitas pemberian jus kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023. Hasil uji statistic tabel di atas uji statistik *Paired T Test* dengan bantuan program SPSS 26 pada taraf kesalahan 5% dilakukan perhitungan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Hasil dari perhitungan p value adalah $0,000 < \alpha (0,05)$ dengan peningkatan Hemoglobin sebesar 0,85 gr/dL. Hal ini menunjukkan hipotesis (H_a) diterima bahwa ada efektifitas pemberian jus kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa karakteristik sebagian besar usia responden terbanyak berada dalam rentang 17-30 tahun yaitu sebesar 62,9% (22 responden) dan paling sedikit yaitu sebesar 37,1% (13 responden). Pada karakteristik paritas sebagian besar paritas terbanyak multigravida yaitu sebesar 54,3% (19 responden) dan paling sedikit paritas primigravida responden yaitu sebesar 45,7% (16 responden). Kehamilan adalah fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender internasional. Kehamilan terbagi dalam 3 trimester, dimana trimester kesatu berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke-13 hingga ke-27), trimester ketiga 13 minggu (minggu ke-28 hingga ke-40). Adapun masalah yang sering muncul dalam kehamilan adalah anemia. Anemia pada masa kehamilan dapat menyebabkan komplikasi pada persalinan seperti salah satunya perdarahan (Prawirohardjo, 2016).

Anemia adalah suatu konsentrasi apalahemoglobin <10,5 gr/L atau penurunan kapasitas darah dalam membawa oksigen, hal tersebut terjadi akibat penurunan produksi sel darah merah, dan atau penurunan Hb dalam darah. Anemia sering didefinisikan sebagai penurunan kadar Hb darah sampai dibawah rentang normal 13,5gr/dL (pria); 11,5gr/dL (wanita); 11,0 gr/dL (anak-anak). Semakin muda dan semakin tua umur seorang ibu yang sedang hamil, akan berpengaruh terhadap pemenuhan gizi yang diperlukan (Astuti & Ertiana, 2018). Resiko ibu mengalami anemia dalam kehamilan salah satu penyebabnya adalah ibu yang sering melahirkan. Hal ini sebabkan kerana dalam masa kehamilan zat gizi akan terbagi untuk ibu dan untuk janin yang dikandung (Astuti & Ertiana, 2018).

Dari pengambilan data penelitian, didapatkan data karakteristik responden yang terdiri dari umur ibu hamil dan paritas. Umur ibu hamil pada penelitian ini yang banyak mengalami anemia yaitu pada usia 17-20 tahun. Penelitian ini sejalan dengan penjelasan oleh (Yunita et al., 2022) bahwa anemia banyak dialami pada wanita subur usia yaitu pada usia 15-49 tahun. Hal ini diperkuat dengan penjelasan dari (Sari et al., 2020), bahwa anemia banyak terjadi pada ibu hamil pada kelompok umur 15-24 tahun dan terjadi pada ibu hamil multigravida.

Menurut asumsi peneliti anemia banyak dialami oleh ibu hamil dengan umur yang terlalu muda atau terlalu tua, selain karena usia yang muda, biasanya umur terlalu tua juga lebih sering mengabaikan makanan, kurangnya pengetahuan dan makan makanan yang tidak bergizi (sesuai keinginan). Anemia juga banyak dialami oleh ibu hamil yang multigravida

karena, ibu hamil terlalu sering melahirkan dan biasanya lebih abai terhadap kesehatannya, karena kurangnya pengetahuan.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa kadar hemoglobin sebelum diberikan jus kacang hijau pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023 sebagian besar kadar hemoglobin anemia ringan sebesar 100% (35 responden).

Anemia pada ibu hamil akan memiliki pengaruh yang sangat besar jika tidak ditangani akan membahayakan ibu dan bayi. Dalam penanganan anemia pada kehamilan diperlukan pengetahuan tentang faktor penyebab anemia sehingga masalah anemia dapat ditangani secara tepat sesuai dengan faktor penyebabnya (Astuti & Ertiana, 2018). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Neneng Siti Lathifah (2018), menunjukkan rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan sari kacang hijau dan tablet Fe sebesar 9,33 gr/dL, rata-rata kadar hemoglobin setelah diberikan kacang hijau dan tablet Fe sebesar 10,80 gr/dL

Menurut asumsi peneliti kadar hemoglobin tanpa intervensi atau tanpa tindakan maka tidak akan berangsur naik, oleh karena itu ibu hamil diwajibkan untuk melakukan penanganan terhadap anemia yang dialaminya. Karena resiko anemia yang dapat menyebabkan perdarahan salah satunya pada saat persalinan hingga kematian.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa kadar hemoglobin sesudah diberikan jus kacang hijau pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023 sebagian besar kadar hemoglobin tidak anemia sebesar 85,7% (30 responden) dan sebagian kecil anemia ringan sebesar 14,3% (5 responden). Kacang hijau memiliki nama latin *Phaseolus Aureus* sering disajikan dalam bentuk bubur yang biasanya banyak dijual pada pagi hari untuk sarapan pagi. Kandungan dalam kacang hijau terdapat 22,2 g protein, 1,2 g lemak, 62,9 g karbohidrat, 125 mg kalsium, 320 mg fosfor, 6,7 mg besi, 157 SI Vitamin A, 0,64 mg Vitamin B, 6 mg Vitamin C dalam 100 gram jus kacang hijau (Yuhendri & Fitriani, 2018). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Neneng Siti Lathifah (2018), menunjukkan rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan sari kacang hijau dan tablet Fe sebesar 9,33 gr/dL, rata-rata kadar hemoglobin setelah diberikan kacang hijau dan tablet Fe sebesar 10,80 gr/dL.

Menurut Yuhendri & Fitriani (2021) Kandungan dalam kacang hijau terdapat 22,2 g protein, 1,2 g lemak, 62,9 g karbohidrat, 125 mg kalsium, 320 mg fosfor, 6,7 mg besi, 157 SI Vitamin A, 0,64 mg Vitamin B, 6 mg Vitamin C dalam 100 gram jus kacang hijau. Pemberian kacang hijau selama 7 hari dapat meningkatkan kadar hemoglobin karena dalam hasil penelitiannya bahwa pemberian kacang hijau dosis 18 gr/kg BB/hari dan 36 gr/kg BB/hari efektif terhadap peningkatan kadar Hb pada tikus putih penelitian (Maulina, 2010) dalam (Yuhendri & Fitriani,

2021).

Menurut asumsi peneliti dengan kandungan zat besi yang terdapat pada sari kacang hijau dapat meningkatkan produksi hemoglobin. Peningkatan kadar hemoglobin terjadi secara signifikan setelah diberikan sari kacang hijau secara bertahap. Dengan demikian sari kacang hijau dapat dijadikan rujukan untuk meningkatkan derajat kesehatan ibu dan janin.

Hasil analisis efektifitas pemberian jus kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023. Hasil uji statistik tabel di atas uji statistik *Paired TTest* dengan bantuan program SPSS 26 pada taraf kesalahan 5% dilakukan perhitungan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara variabel yaitu variabel bebas dan variabel terikat. Hasil dari perhitungan p value adalah $0,000 < \alpha (0,05)$ dengan peningkatan Hemoglobin sebesar 0,85 gr/dL. Hal ini menunjukkan hipotesis (H_a) diterima bahwa ada efektifitas pemberian jus kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023.

Kacang hijau (*Vigna Radiata*) adalah salah satu jenis kacang-kacangan yang mengandung zat besi tinggi. Kacang hijau sangat bermanfaat bagi kesehatan ibu hamil dan menyusui, juga untuk menunjang masa pertumbuhan anak. Kandungan zat besi dalam kacang hijau paling banyak terdapat pada embrio dan kulit bijinya. dengan jumlah kandungan zat besi pada kacang hijau sebanyak 6,7 mg per 100 gram kacang hijau dan salah satu bentuk penyajian kacang hijau yang paling efektif untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah yaitu dalam bentuk sari kacang hijau, yaitu air dan ampasnya disaring dan dipisahkan sehingga minuman tersebut padat gizi (Lathifah, 2018).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Meilve Nora Syawal (2021), menunjukkan bahwa penelitian yang dilakukan terhadap 15 responden dengan pemberian sari kacang hijau rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum intervensi $10,5 \pm 0,35$ gr/dL, setelah diberikan intervensi pada masing-masing responden terjadi peningkatan rata-rata kadar hemoglobin sebesar $11,4 \pm 0,27$ gr/dL. Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh hasil p value = 0,000 dan nilai signifikan lebih besar dari 5% ($p < 0,05$ untuk variabel kadar Hb (0,000)). Artinya pemberian sari kacang hijau dapat menaikkan kadar Hb seseorang terutama ibu hamil anemia.

Pada penelitian ini, sebelum diberikan intervensi sari kacang hijau dilakukan pemeriksaan kadar hemoglobin terlebih dahulu dengan menggunakan alat pemeriksaan Hb digital pada ibu hamil yang mengalami anemia. Setelah mengetahui hasil pemeriksaan terdapat 10 responden yang mengalami anemia dengan kadar hemoglobin rendah yaitu < 11 gr/dL. Hal ini sejalan dengan penjelasan dari Elvina Arba Yunita (2022), bahwa ibu hamil dikatakan anemia jika

kadar Hb <11 g% pada trimester I dan III atau <10,5 pada trimester II (Yunita et al., 2022). Sebelum diberikan perlakuan sari kacang hijau responden mengalami keluhan lemas, kulit pucat, sesak napas dan pusing. Setelah diberikan sari kacang hijau selama 7 hari dengan dosis 500 ml diberikan 2x sehari keadaan responden mulai membaik terlihat lebih segar, rasa pusing dan sesak nafas mulai berkurang. Kacang hijau selain memiliki kandungan kaya akan zat besi juga mengandung vitamin c, dan zat seng yang berperan dalam penanganan anemia defisiensi besi (Lathifah, 2018).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari (2020), menunjukkan bahwa responden yang diberikan sari kacang hijau sebanyak 500 cc yang diminum 2 kali (pagi dan sore) selama 7 hari dengan rata-rata terjadi peningkatan kadar Hb sebesar 1,55 gr/dL. Peningkatan rata-rata kadar Hb ini lebih tinggi dibandingkan hanya mengonsumsi tablet Fe yaitu hanya terjadi peningkatan sebesar 0,58 gr/dL.

Menurut asumsi peneliti masalah kadar hemoglobin sangat berpengaruh terhadap ibu dan janin, hal ini dikarenakan ibu yang memiliki kadar hemoglobin rendah akan berdampak pada kehamilannya. Sehingga untuk menghindari masalah tersebut diperlukan langkah pencegahan untuk mengatasi masalah kadar hemoglobin. Salah satunya adalah dengan pemanfaatan kacang hijau terhadap peningkatan kadar Hb. Pada penelitian ini kacang hijau telah diolah menjadi sari kacang hijau dengan hasil penelitian yaitu terdapat perbedaan peningkatan kadar hemoglobin.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai efektifitas pemberian jus kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023, maka penulis membuat kesimpulan sebagai berikut:

1. Distribusi frekuensi karakteristik sebagian besar usia responden terbanyak berada dalam rentang 17-30 tahun yaitu sebesar 62,9% (22 responden). Pada karakteristik paritas sebagian besar paritas terbanyak multigravida yaitu sebesar 54,3% (19 responden).
2. Nilai kadar hemoglobin sebelum diberikan jus kacang hijau pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023 sebagian besar kadar hemoglobin anemia ringan sebesar 100% (35 responden).
3. Nilai kadar hemoglobin sesudah diberikan jus kacang hijau pada ibu hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023 sebagian besar kadar hemoglobin tidak anemia sebesar 85,7% (30 responden).
4. Pemberian jus kacang hijau efektif terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu

hamil Trimester III di Puskesmas Setu 1 Tahun 2023 dengan nilai signifikansi 0,000 p value < 0,05 menggunakan uji *Paired T Test*.

REFERENSI

- Astuti, et al. 2017. *Asuhan Ibu dalam Masa Kehamilan*. Jakarta: Erlangga.
- Astuti Y.R & Ertiana D. 2018. *Anemia Dalam Kehamilan*. Jawa Timur: Pustaka Abadi.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi. 2020. *Profil Kesehatan Kabupaten Bekasi 2020*. Jawa Barat: Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat. 2019. *Profil Kesehatan Jawa Barat: Bekasi*.
- Kemenkes RI. 2019. *Profil Kesehatan Indonesia 2019*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Lathifah, N. 2018. Pengaruh Pemberian Kacang Hijau Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester II Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018. *Jurnal Kebidanan*, 4(3), 139–144.
<http://ejournal.malahayati.ac.id/index.php/Kebidanan/Article/Viewfile/666/608>
- Mochtar, Rustam. 2015. *Sinopsis Obstetri*. Jakarta: EGC
- Notoatmodjo, S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Penerbit PT. Rineka Cipta.
- Nursalam. 2016. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis*. Jakarta : Salemba Medika.
- Profil Kesehatan Puskesmas SETU I. (2022). *Profil Kesehatan Puskesmas SETU I*. Bekasi. Pribadi, Adi. 2015. *Kehamilan Risiko Tinggi*. Bandung: CV. Sagung Seto.
- Prawirohardjo, S. 2016. *Ilmu Kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Riskesdas, K. 2018. Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). *Journal of Physics A: Mathematical and Theoretical*, Vol 44, No 8, 1–200. (<https://doi.org/10.1088/1751-8113/44/8/085201>/diakses 13 Mei 2022).
- Sari, W. I. P. E., Almaini, A., & Dahlia, D. 2020. Pengaruh Pemberian Tablet Fe Dengan Penambahan Sari Kacang Hijau Dalam Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 7(2), 347–356
<https://doi.org/10.36743/medikes.v7i2.239>
- Saifuddin, A. 2014. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono
- Santoso, Singgih. 2015. *Menguasai Statistik Nonparametrik*. Jakarta : PT Elex Media Komputindo.

- Syawal, M. N. 2021. Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Jambi Kabupaten Kuantan Singingi. Skripsi.
- Windari, L. et al. 2018. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Kecamatan Jatiluhur Kabupaten Purwakarta. *J Holist Heal Sci*. Vol2, No 1, 44–8. (<http://jhhs.stikesholistic.ac.id/index.php/jhhs/article/view/24/24/> diakses 13 Juni 2022).
- World Health Organization. 2020. Who Guideline On Use Of Ferritin Concentrations To Assess Iron Status In Individuals And Populations.
- Yunita, E. A., Destri, Y., Rinjani, M., & Muri, P. H. 2022. Penatalaksanaan Anemia Ringan Berfokus Pada Pemberian Sari Kacang Hijau Pada Ny .H Di Pmb Atik Kota Agung Tahun 2021 Oleh : Management Of Middle Anemia Performance On Green Bean Extraction To Ny . H In Pmb Atik Kota Agung In 2021. XII(1), 454–460