

PENGARUH REBUSAN KACANG PANJANG DAN WORTEL TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III

Nurul Amalina¹⁾ Ayu Jumai Sari²⁾

¹Fakultas Kesehatan, Universitas Fort De Kock, Bukittinggi, Sumatera Barat Indonesia
Email: nurulamalina05@gmail.com

²Fakultas Kesehatan, Universitas Fort De Kock, Bukittinggi, Sumatera Barat Indonesia
Email : ayu_j@gmail.com

ABSTRACT

Based on data Health Office Bukittinggi in 2019, the incidence of anemia in pregnant women in Bukittinggi in 2020 were 19.0%. Nilam Sari Community Health Center is the highest incidence of anemia in pregnant women (38.8%). The type of this study was quasy experiment with pretest-posttest with control group design. By purposive sampling technique, 20 pregnant women in trimester III with mild anemia and normal Hb were chosen as the samples. They were divided into 2 groups (control group and the intervention group) The data were analysis by T test (Dependent T-Test). Based on the results of this study showed that there was no influence in control group and there was an influence in the intervention group. Statistical test results obtained $p= 0.0001 < \alpha 0.05$. It means that there was a difference Hb levels between before after in intervention group. In short, there is no effect in the control group. It means that, there is no increase in hemoglobin levels. Mean while, in the intervention group, there was an effect after giving long beans and carrots in pregnant women in trimester III. It is expected to pregnant women in trimester I, II and III consume long bean and carrots regularly and also blood-added tablets or other foods containing iron, vitamin C, and folic acid

Keywords : Anemia, Pregnant Women, Hemoglobin, Long Beans, Carrots

References : 32 (2010-2019)

ABSTRAK

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi tahun 2019 menyatakan bahwa angka kejadian anemia pada ibu hamil di Kota Bukittinggi pada tahun 2020 adalah sebanyak 19,0%. Puskesmas dengan angka kejadian anemia pada ibu hamil tertinggi adalah Puskesmas Nilam Sari yaitu sebesar 38,8%. Jenis penelitian yang digunakan adalah Quasy experiment dengan rancangan Pretest-Posttest with Control Group. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling sebanyak 20 orang ibu hamil trimester III dengan anemia ringan dan Hb normal yang dibagi menjadi 2 kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan konsumsi rebusan kacang panjang dan wortel. Analisa data yang digunakan adalah uji T yaitu Dependent T- Test. Berdasarkan hasil penelitian uji-T Test dengan dependent-T menunjukkan bahwa tidak terdapat pengaruh pada kelompok kontrol dan terdapat pengaruh pada kelompok intervensi. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa p -value $0,0001 < \alpha 0,05$ artinya terdapat perbedaan antara kadar Hb sebelum dengan kadar Hb sesudah pada kelompok Intervensi. Dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat pengaruh pada kelompok kontrol sehingga tidak terjadi peningkatan kadar hemoglobin. Sedangkan pada kelompok intervensi terdapat pengaruh setelah diberikan rebusan kacang panjang dan wortel terhadap ibu hamil Trimester III. Diharapkan kepada ibu hamil Trimester I, II dan III untuk mengonsumsi rebusan kacang panjang dan wortel secara teratur diiringi dengan konsumsi tablet tambah darah ataupun mengonsumsi makanan lain yang mengandung zat besi, vitamin C, dan asam folat.

Kata kunci : Anemia, Ibu Hamil, Hemoglobin, Kacang Panjang, Wortel

Daftar Bacaan : 32 (2010-2019)

PENDAHULUAN

Angka Kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator yang dapat menggambarkan keberhasilan upaya kesehatan pada ibu. AKI adalah jumlah kematian ibu selama masa kehamilan, persalinan dan nifas yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan nifas atau pengelolaannya tetapi bukan karena sebab-sebab lain seperti kecelakaan atau terjatuh di setiap 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2020)

MMR dianggap rendah jika kurang dari 100, sedang jika 100-299, tinggi jika 300-499, sangat tinggi jika 500-999 dan sangat tinggi jika sama atau lebih tinggi dari 1.000 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup. Perkiraan rasio kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup di Asia Tenggara yaitu 110 dengan jumlah kematian ibu yaitu 13.000. Dimana terdiri dari negara-negara sebagai berikut diantaranya Brunei Darussalam, Kamboja, Indonesia, Republik Demokratik Rakyat Laos, Malaysia, Myanmar, Filipina, Singapura, Thailand, Timor-Leste, Vietnam (WHO, 2015).

Target SDGs pada tahun 2017 menargetkan angka kematian ibu dibawah 70 per 100 ribu kelahiran, dan angka kematian bayi 12 per 1000 kelahiran, dan angka kematian balita 25 per 1000 kelahiran hidup. (SDGs, 2017). Menurut laporan World Health Organization (WHO) angka kematian ibu di dunia 289.000 jiwa setiap harinya akibat komplikasi kehamilan dan proses kelahiran sekitar 90% dari seluruh kematian ibu terjadi di negara berkembang sekitar 80% kematian maternal merupakan akibat meningkatnya komplikasi dalam kehamilan dan setelah persalinan. Target penurunan angka kematian ibu sebesar 75% tahun 2015 (WHO, 2015)

Di Indonesia terjadi penurunan AKI dari 390 pada tahun 1991 menjadi 305 pada tahun 2015. Namun demikian, SDKI tahun 2012 menunjukkan peningkatan AKI yang signifikan yaitu menjadi 359

kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup. AKI kembali menunjukkan penurunan menjadi 305 kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup berdasarkan hasil Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) 2015 (Kemenkes RI, 2020).

Pada tahun 2016, kasus kematian Ibu berjumlah 107 orang, menurun jika dibanding tahun 2015 (111 orang). Terdiri dari kematian ibu hamil 30 orang, kematian ibu bersalin 25 orang dan kematian ibu nifas 52 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Sumbar, 2016). Pada tahun 2017, kasus kematian Ibu berjumlah 107 orang, menurun jika dibanding tahun 2015 (111 orang). Adapun rincian kematian ibu ini terdiri dari kematian ibu hamil 30 orang, kematian ibu bersalin 25 orang dan kematian ibu nifas 52 orang (Dinas Kesehatan Provinsi Sumbar, 2017)

Jumlah kematian ibu maternal di Kota Bukittinggi tahun 2014 adalah 1 jiwa. Angka ini mengalami peningkatan dibandingkan dengan tahun 2013 dari 0 jiwa (Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi, 2015). Pada tahun 2015 AKI di Kota Bukittinggi meningkat menjadi 7 jiwa, pada tahun 2016 AKI kembali turun menjadi 3 jiwa dan pada tahun 2017 ada sebanyak 1 jiwa (Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi 2020 (Profil Gender dan Anak Kota Bukittinggi,2020)).

Penyebab kematian ibu berdasarkan Laporan Rutin Kementerian Kesehatan tahun 2015 adalah perdarahan sebesar 30%, hipertensi dalam kehamilan sebesar 25%, infeksi 6% dan lainnya sebesar 39%. Berdasarkan Riskesdas tahun 2013 penyakit penyerta pada ibu hamil adalah ibu hamil hipertensi sebesar 6,3%, ibu hamil DM sebesar 1,2%, ibu hamil KEK 24,2%, ibu hamil anemia 37,1%, obesitas pada WUS umur 18-29 tahun sebesar 20,2%, dan obesitas pada WUS umur 30-39 tahun sebesar 39,3% (AIPI, 2017).

Berdasarkan data Riskesdas 2020 yang dirilis di Jakarta, Jumat, persentasi ibu hamil yang mengalami anemia meningkat dibandingkan hasil Riskesdas

tahun 2013 yaitu sebesar 37,1% (ANTARA,2020). Berdasarkan Riskesdas tahun 2020 bahwa proporsi anemia ibu hamil adalah 37,1% pada tahun 2013 dan meningkat menjadi 48,9% pada tahun 201 dengan anemia ibu hamil menurut umur yaitu umur 15-24 tahun sebesar 84,6%, umur 25-34 tahun sebesar 33,7%, umur 35-44 tahun sebesar 33,6%, dan umur 45-54 tahun sebesar 24% (KemenKes RI, 2020)

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi tahun 2019 menyatakan bahwa angka kejadian anemia pada ibu hamil di Kota Bukittinggi pada tahun 2020 adalah sebanyak 19,0%. Adapun puskesmas dengan angka kejadian anemia pada ibu hamil tertinggi tahun 2020 adalah Puskesmas Nilam Sari yaitu sebesar 38,8% dan puskesmas dengan angka kejadian anemia pada ibu hamil terendah adalah Puskesmas Gulai Bancah yaitu sebesar 8,5% (Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi, 2019)

Berdasarkan survey awal yang dilakukan penulis di Puskesmas Nilam Sari dilihat dari data kunjungan ibu hamil trimester III di KIA tercatat sejak bulan 01 Januari 2019 sampai dengan 27 Maret 2019 didapatkan hasil ibu hamil trimester III yang melakukan pemeriksaan ANC (Antenatal Care) pada bulan Januari sebanyak 22 orang, bulan Februari sebanyak 16 orang dan dibulan Maret hingga tanggal 27 Maret sebanyak 15 orang (Puskesmas Nilam Sari, 2019).

Zat besi merupakan zat yang sulit diserap oleh tubuh sehingga dibutuhkan vitamin C agar zat besi dapat diserap seraya maksimal. Salah satu buah yang mengandung Vitamin C adalah wortel. Wortel segar per 100 gram mengandung energi 36 kal, besi 1,0 mg, protein 1,0 gram, serat 1,0 gram, fosfor 74 mg, kalsium 45 mg, vitamin C 18 mg (DKPI KemenKes RI).

Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dalam bentuk eksperimen untuk

mengetahui tentang “Pengaruh Rebusan Kacang Panjang dan Wortel terhadap peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Nilam Sari Kota Bukittinggi Tahun 2019.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian menggunakan quasi eksperiment. Penelitian adalah suatu penelitian dimana variabel yang termasuk berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu di observasi secara bersamaan. Dimana variabel Independen (rebusan kacang panjang dan wortel) dan variabel Dependen (Kadar Hemoglobin) diukur secara bersamaan (Notoatmodjo, 2010)

Penelitian ini akan dilakukan pada bulan April tahun 2020 di wilayah kerja Puskesmas Nilam Sari Kota Bukittinggi. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Nilam Sari Kota Bukittinggi, Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling yaitu pengambilan sampel berdasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Notoatmodjo, 2010). Sampel pada penelitian ini adalah ibu hamil trimester III dengan anemia ringan dan Hb normal di wilayah kerja Puskesmas Nilam Sari Tahun 2019. Teknik pengumpulan data nya menggunakan data primer dan sekunder dengan analisa data univariat dan bivariante.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa univariat dilakukan untuk menggambarkan karakteristik masing-masing variabel penelitian. Pada penelitian ini analisis univariat dilakukan untuk menggambarkan kadar hemoglobin ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi penelitian.

1. Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Sebelum Intervensi

a. Kadar Hemoglobin Pre Kelompok Kontrol dengan Konsumsi

Tablet Fe

Tabel 5.1
Kadar Hemoglobin Pre Ibu Hamil Trimester III pada Kelompok Kontrol di Wilayah Kerja Puskesmas Nilam Sari Kota Bukittinggi Tahun 2019

Variabel	N	Rata-rata	Standar Deviasi (sd)	Min - Max
Kadar Hemoglobin Pre	10	12,6	1,87	10,7 – 16,0

Hasil penelitian pada tabel di atas menunjukkan bahwa rata-rata kadar hemoglobin pre pada ibu hamil trimester III pada Kelompok Kontrol adalah $12,6 \pm 1,87$ gr/dL dengan kadar hemoglobin terendah 10,7 gr/dL dan kadar hemoglobin tertinggi 16,0 gr/dL.

2. Kadar Hemoglobin Pre Kelompok Intervensi

Tabel 5.3
Kadar Hemoglobin Post Ibu Hamil Trimester III pada Kelompok Kontrol di Wilayah Kerja Puskesmas Nilam Sari Kota Bukittinggi Tahun 2019

Variabel	N	Rata-rata	Standar Deviasi (sd)	Min - Max
Kadar Hemoglobin Post	10	11,74	2,00	9,3 – 15,6

Hasil penelitian pada tabel di atas menunjukkan bahwa rata-rata kadar hemoglobin post pada ibu hamil trimester III pada Kelompok kontrol adalah $11,74 \pm 2,00$ gr/dL dengan kadar hemoglobin terendah 9,3 gr/dL dan kadar hemoglobin tertinggi 15,6 gr/dL.

3. Kadar Hemoglobin Post Kelompok Intervensi

Tabel 5.4
Kadar Hemoglobin Post Ibu Hamil Trimester III pada Kelompok Intervensi Pemberian Rebusan Kacang Panjang dan Wortel di Wilayah Kerja Puskesmas Nilam Sari Kota Bukittinggi Tahun 2019

Variabel	N	Rata-rata	Standar Deviasi (sd)	Min - Max
Kadar Hemoglobin Post	10	12,8	0,89	11,0 – 13,8

Hasil penelitian pada tabel di atas menunjukkan bahwa rata-rata kadar hemoglobin post pada ibu hamil trimester III pada Kelompok Intervensi adalah $12,8 \pm 0,89$ gr/dL dengan kadar hemoglobin terendah 11,00 gr/dL dan kadar hemoglobin tertinggi 13,8 gr/dL.

Analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui keterkaitan antara dua variabel atau lebih yang diduga saling mempengaruhi antara satu dengan lainnya. Pada penelitian ini analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh pemberian rebusan kacang panjang (*Vigna unguiculata sesquipedalis*) dan wortel (*Daucus carota*) terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Nilam Sari. Pengaruh Konsumsi Tablet Fe pada Kelompok Kontrol

Tabel 5.5
Pengaruh Konsumsi Tablet Fe pada Kelompok Kontrol di Wilayah Kerja Puskesmas Nilam Sari Kota Bukittinggi Tahun 2019

Variabel	N	Rata-rata	Standar Deviasi (sd)	Min - Max	p - value
Pre test	10	12,60	1,87	10,7 – 16	0,311
Post test		11,74	2,00	9,3 – 15,6	

Hasil penelitian berdasarkan uji statistik pada tabel 5.5 di atas menunjukkan bahwa $p - value 0,311 > \alpha 0,05$ (H_0 diterima, H_a ditolak), artinya tidak terdapat perbedaan antara kadar Hb Sebelum dengan kadar Hb Sesudah pada kelompok kontrol.

Pengaruh Rebusan Kacang Panjang (*Vigna unguiculata*)

sesquipedalis) dan Wortel (Daucus carota) pada Kelompok Intervensi

Tabel 5.6

Pengaruh Konsumsi Rebusan Kacang Panjang pada Kelompok Intervensi di Wilayah Kerja Puskesmas Nilam Sari Kota Bukittinggi Tahun 2019

Variabel	N	Rata-rata	Standar Deviasi (sd)	Min - Max	p - value
Pre test	10	11,9	0,88	10,9-13,4	0,0001
Post test		12,8	0,89	11,0-13,8	

Hasil penelitian berdasarkan uji statistik pada tabel di atas menunjukkan bahwa bahwa $p - value 0,0001 < \alpha 0,05$ (H_0 ditolak, H_a diterima), artinya terdapat perbedaan antara kadar Hb Sebelum dengan kadar Hb Sesudah pada kelompok Intervensi.

B. Pembahasan Hasil Temuan

Analisis Univariat

1. Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Sebelum Intervensi

Kadar Hemoglobin Pre Kelompok Kontrol dengan Konsumsi Tablet Fe Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kadar hemoglobin pre kontrol pada ibu hamil trimester III pada kelompok kontrol adalah $12,6 \pm 1,87$ gr/dL dengan kadar hemoglobin terendah 10,7 gr/dL dan kadar hemoglobin tertinggi 16,0 gr/dL. Anemia adalah kondisi dimana berkurangnya sel darah merah (eritrosit) dalam sirkulasi darah atau masa hemoglobin sehingga tidak mampu memenuhi fungsinya sebagai pembawa oksigen ke seluruh jaringan. Anemia pada kehamilan adalah kondisi ibu dengan jumlah hemoglobin di bawah 11 gr% pada trimester I dan III, dan kadar hemoglobin 10,5% pada trimester II (Maryunani, 2016).

Berdasarkan klasifikasinya anemia dapat dicegah seperti anemia defisiensi zat besi yang ditangani dengan cara pemberian asupan zat gizi yang adekuat. Kebutuhan zat besi pada ibu

hamil, ibu menyusui, atau wanita usia subur secara berurutan menurut Food and Nutrition Board (FNB) Amerika Serikat (1958) adalah 12 mg, 15 mg, 15 mg dan menurut Lembaga Ilmu Pengetahuan Indonesia (LIPI) adalah 12 mg, 17 mg, dan 17 mg (Pratami, Evi, 2020)

Anemia megaloblastik ditangani dengan pemberian asam folat 15-30 mg per hari, vitamin B12 3×1 tablet per hari, atau sulfas ferosus 3×1 tablet per hari (Pratami, Evi, 2020). Anemia hipoplastik dengan pemberian obat-obatan yang punya pengaruh hemotoksik, seperti streptomisin, oksitetrasiklin, klostetrasiklin, sulfonamide, klorpromazin, atebtrin, sebaiknya tidak diberikan kepada wanita hamil jika tidak terlalu diperlukan (Wagiyo dan Putrono, 2016). Anemia hemolitik yang disebabkan oleh infeksi, penanganannya dapat dilakukan dengan pemberian antibiotik dan obat-obatan penambah darah (Pratami, Evi, 2020).

Salah satu upaya yang dimiliki oleh Pemerintah Indonesia adalah program Suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) atau Tablet Besi. Pemberian suplementasi tablet besi ini, juga menjadi kegiatan yang disarankan dalam pelayanan antenatal care (ANC) (Dewantoro dan Muniroh, Amerta Nutr, 2017).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti berasumsi bahwa sebelum dilakukannya intervensi terhadap ibu hamil Trimester III secara keseluruhan ibu hamil Trimester III yang menjadi sampel pada penelitian ini mengalami anemia ringan dengan kadar Hemoglobin terendah adalah 10,7 gr/dL. Pada penelitian ini, peneliti melakukan pengecekan kadar Hemoglobin pada ibu hamil Trimester III kelompok kontrol sebelum dilakukannya pengontrolan konsumsi tablet tambah darah selama 7 hari ke depannya.

Kadar Hemoglobin Pre Kelompok Intervensi dengan Konsumsi Rebusan Kacang Panjang dan Wortel Hasil

penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kadar hemoglobin pre pada ibu hamil trimester III pada Kelompok Intervensi adalah $11,9 \pm 0,88$ gr/dL dengan kadar hemoglobin terendah $10,9$ gr/dL dan kadar hemoglobin tertinggi $13,4$ gr/Dl Anemia adalah kondisi dimana berkurangnya sel darah merah (eritrosit) dalam sirkulasi darah atau masa hemoglobin sehingga tidak mampu memenuhi fungsinya sebagai pembawa oksigen ke seluruh jaringan. Anemia pada kehamilan adalah kondisi ibu dengan jumlah hemoglobin di bawah 11 gr% pada trimester I dan III, dan kadar hemoglobin $10,5\%$ pada trimester II (Maryunani, 2016). Ibu hamil dianjurkan untuk mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi dan protein, juga sayuran berwarna hijau yang mengandung mineral dan vitamin (Eni Nur Rahmawati. 2010).

Menurut asumsi peneliti berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, kacang panjang merupakan salah satu jenis kacang- kacangan yang sangat mudah diperoleh oleh masyarakat pada umumnya. Kacang panjang mengandung zat besi sehingga dapat membantu dalam proses peningkatan kadar Hemoglobin pada ibu hamil Trimester III. Selain itu, wortel yang terkenal dengan kandungan antioksidannya ternyata memiliki kandungan zat besi dan juga vitamin C yang mampu membantu penyerapan zat besi. Selama ini ibu hamil hanya mengonsumsi tablet tambah darah saja, tanpa mengetahui pentingnya tambahan asupan nutrisi lainnya baik dari makanan, sayuran ataupun buah-buahan seperti kacang panjang dan wortel. Sebelum peneliti memberikan intervensi, peneliti melakukan pengecekan kadar Hemoglobin pada ibu hamil Trimester III yang menjadi sampel pada penelitian ini.

2. Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Sesudah Intervensi

Kadar Hemoglobin Post Kelompok Kontrol dengan Konsumsi Tablet Fe Hasil penelitian menunjukkan bahwa

rata-rata kadar hemoglobin post pada ibu hamil trimester III pada Kelompok kontrol adalah $11,74 \pm 2,00$ gr/dL dengan kadar hemoglobin terendah $9,3$ gr/dL dan kadar hemoglobin tertinggi $15,6$ gr/dL Anemia adalah kondisi dimana berkurangnya sel darah merah (eritrosit) dalam sirkulasi darah atau masa hemoglobin sehingga tidak mampu memenuhi fungsinya sebagai pembawa oksigen ke seluruh jaringan. Anemia pada kehamilan adalah kondisi ibu dengan jumlah hemoglobin di bawah 11 gr% pada trimester I dan III, dan kadar hemoglobin $10,5\%$ pada trimester II (Maryunani, 2016). Ibu hamil dianjurkan untuk mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi dan protein, juga sayuran berwarna hijau yang mengandung mineral dan vitamin (Eni Nur Rahmawati. 2010).

Berdasarkan intervensi yang telah dilakukan peneliti berasumsi bahwa pemberian tablet tambah darah saja tidak cukup untuk membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Tetapi juga harus diimbangi dengan konsumsi makanan, sayur- sayuran ataupun buah-buahan yang mengandung zat besi, asam folat, vitamin C dan vitamin B12.

Kadar Hemoglobin Post Kelompok Intervensi dengan Konsumsi Rebusan Kacang Panjang dan Wortel Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kadar hemoglobin post pada ibu hamil trimester III pada Kelompok Intervensi adalah $12,8 \pm 0,89$ gr/dL dengan kadar hemoglobin terendah $11,00$ gr/dL dan kadar hemoglobin tertinggi $13,8$ gr/dL. Anemia adalah kondisi dimana berkurangnya sel darah merah (eritrosit) dalam sirkulasi darah atau masa hemoglobin sehingga tidak mampu memenuhi fungsinya sebagai pembawa oksigen ke seluruh jaringan. Anemia pada kehamilan adalah kondisi ibu dengan jumlah hemoglobin di bawah 11 gr% pada trimester I dan III, dan kadar hemoglobin $10,5\%$ pada trimester II (Maryunani, 2016). Ibu hamil dianjurkan

untuk mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi dan protein, juga sayuran berwarna hijau yang mengandung mineral dan vitamin (Eni Nur Rahmawati. 2010)

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti berasumsi bahwa dengan adanya pemberian rebusan kacang panjang dan wortel pada ibu hamil trimester III pada setiap harinya selama 7 hari mampu membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil tersebut.

Analisis Bivariat

1. Pengaruh Konsumsi Tablet Fe pada Kelompok Kontrol

Hasil penelitian berdasarkan uji statistik menunjukkan bahwa $p - \text{value } 0,311 > \alpha 0,05$ (H_0 diterima, H_a ditolak), artinya tidak terdapat perbedaan antara kadar Hb Sebelum dengan kadar Hb Sesudah pada kelompok kontrol.

Tablet mineral yang diperlukan oleh tubuh untuk pembentukan sel darah merah atau hemoglobin. Iron deficiency anemia (IDA) merupakan tipe anemia mayoritas yang ditemui pada ibu hamil dan 50-60% disebabkan karena rendahnya asupan zat besi (Dewantoro dan Muniroh, Amerta Nutr, 2017).

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti berasumsi bahwa pemberian tablet tambahan darah saja tidak berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil tersebut dikarenakan kebutuhan zat besi yang meningkat pada trimester III sehingga dibutuhkan asupan lainnya.

2. Pengaruh Rebusan Kacang Panjang (*Vigna unguiculata sesquipedalis*) dan Wortel (*Daucus carota*) pada Kelompok Intervensi

Hasil penelitian berdasarkan uji statistik pada tabel 5.6 di atas menunjukkan bahwa $p - \text{value } 0,0001 < \alpha 0,05$ (H_0 ditolak, H_a diterima), artinya terdapat perbedaan antara kadar Hb Sebelum dengan kadar Hb Sesudah pada kelompok Intervensi. Kacang panjang merupakan salah satu tanaman

sebagai sumber vitamin dan mineral. Fungsinya adalah sebagai pengatur metabolisme tubuh, meningkatkan kecerdasan dan ketahanan tubuh serta memperlancar proses pencernaan karena kandungan serat yang tinggi (Zaevie et al., 2014). Wortel (*Daucus carota*) merupakan jenis tanaman umbi, mengandung 42 kal kalori, 9 gram karbohidrat, 02 gram lemak, 1 gram protein,, 33 miligram kalsium, 35 miligram fosfor, 0,66 miligram besi, 0,6 miligram vitamin B, 1,9 miligram vitamin C, 88,2 gram air dan 835 satuan internasional vitamin A dalam 100 gram.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti berasumsi bahwa konsumsi rebusan kacang panjang dan wortel dapat mempengaruhi peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III tersebut. Menurut asumsi peneliti pemberian rebusan kacang panjang dan wortel yang diiringi dengan konsumsi tablet tambah darah lebih efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh rebusan kacang panjang dan wortel terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Nilam Sari Kota Bukittinggi Tahun 2019 dapat disimpulkan bahwa Tidak terdapat perbedaan antara kadar Hb Sebelum dengan kadar Hb Sesudah pada kelompok control setelah dilakukan pengontrolan dengan uji statistik yang menunjukkan bahwa $p - \text{value } 0,311 > \alpha 0,05$ (H_0 diterima, H_a ditolak). Pemberian rebusan kacang panjang dan wortel kepada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Nilam Sari pada kelompok intervensi memiliki pengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin, dimana hasil uji statistik menunjukkan adanya perbedaan sebelum dengan sesudah pemberian intervensi pada

kelompok kontrol dengan p-value 0,0001 < α 0,05 (Ho ditolak, Ha diterima).

UCAPAN TERIMAKASIH

Saya ucapkan terimakasih kepada prodi Kebidanan dan LPPM Universitas Fort De Kock Bukittinggi yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan penelitian ini.

REFERENSI

- (AIPD), A. I. P. I. (2017). Evidence Summit on Reducing Maternal and Neonatal Mortality in Indonesia.
- Adriani, M., & Wijatmadi, B. (2014). Pengantar Gizi Masyarakat. Jakarta: Kencana Prenada Media Grup.
- Arisman. (2014). Buku Ajar Ilmu Gizi :Gizi dalam Daur Kehidupan. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Astari, P., Rinonce, H. T., Pudjohartono, M. F., Debora, J., Winata, M. G., & Kasim, F. (2020). Anemia pada Ibu Hamil Peserta 1000 Hari Pertama Kehidupan di Agats, Asmat, Papua: Prevalensi dan Analisis Faktor Risiko, 1.
- Astriana, W. (2017). Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Ditinjau dari Paritas dan Usia. Jurnal Ilmu Kesehatan. Retrieved from <http://ejournal.stikesaisyah.ac.id>
- Bukittinggi, D. K. K. (2017). Rencana Strategis 2016 – 2021 Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi. Bukittinggi: Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi.
- Destarina, R. (2020). Faktor Risiko Anemia Ibu Hamil Terhadap Panjang Badan Lahir Pendek Di Puskesmas Sentolo 1 Kulon Progo DI.Yogyakarta.
- Dinas Kesehatan Sumatera Barat. (2017). Profil Kesehatan Sumbar 2016. Sumatera Barat: DinKes Sumbar. Retrieved from www.dinkes.sumbarprov.go.id
- Grober, U. (2013). Mikro-Nutrien: Metabolic-Prevention-Therapy. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- HR, H., & Suprpto, S. I. (2014). Patologi & Patofisiologi Penyakit (1st ed.). Yogyakarta: Nuha Medika.
- Jannah, N. (2012). Buku Ajar Asuhan Kebidanan-Kehamilan. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Kandungan Gizi Wortel dan Manfaat Wortel bagi Kesehatan dickson Kesehatan / Tubuh Manusia. (2019). Retrieved from <https://ilmupengetahuanumum.com/kandungan-gizi-wortel-manfaat-wortel-bagi-kesehatan/>
- KemenKesRI. (2020a). Data Komposisi Pangan Indonesia. Retrieved from <http://www.panganku.org/id-ID/view>
- KemenKesRI. (2020b). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2017. Jakarta: Katalog Dalam Terbitan. Kementerian Kesehatan RI Indonesia.
- Kuswardhani, D. S. (2016). Raja Obat Alami: Manfaat & Kacang Panjang. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- Mardalena, I. (2016). Bahan Ajar Cetak Keperawatan : Ilmu Gizi (1st ed.). Jakarta Selatan: Pusdik SDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Nair, M., & Peate, I. (2015). Dasar-Dasar Patofisiologi Terapan: Panduan Penting untuk Mahasiswa Keperawatan dan Kesehatan. (Y. N. I. Sari & R. Damayanti, Eds.) (2nd ed.). Jakarta: Bumi Medika.
- Notoatmodjo, S. (2010). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: PT. Rineka Cipta. Penyusun, T. (n.d.). Buku Acuan Midwifery Update 2016. Jakarta Pusat: Pengurus Pusat Ikatan Bidan Indonesia.
- Pratami, E. (2020). Evidence-Based dalam Kebidanan: Kehamilan, Persalinan & Nifas. (P. E. K. i& S.

- Isneini, Ed.). Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Prawirohardjo, S. (2014). Ilmu Kebidanan. Jakarta: PT. Bina Pustaka
- Sarwono Prawirohardjo. Purwandari, A., Lumy, F., & Polak, F. (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia, 4. Rahmawati, E. N. (n.d.). Ilmu Praktis Kebidanan. Victory Inti Cipta.
- Ramadhan, T., & Syarifah Aminah. (2014). Pengaruh Pemasakan terhadap Kandungan Antioksidan Sayuran, 4. Retrieved from http://jakarta.litbang.pertanian.go.id/ind/artikel_bptp/buletin_antioksidan_sayuran_vol.4_no.2_2014.pdf
- Rukiyah, A. Y., & Yulianti, L. (2010). Asuhan Kebidanan 4 (Patologi). Jakarta: Perpustakaan Nasional:Katalog Dalam Terbitan(KDT).
- Setyaningsih, W. (2017). Pengaruh Jus Kacang Panjang Terhadap Kadar HB pada Ibu Hamil Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Mlati II Sleman. Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta 2017.
- Siregar, R., & Surata, I. G. (2017). Gizi Kulineri. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Tyastuti, S., & Wahyuningsih, H. P. (2016). Asuhan Kebidanan Kehamilan. Jakarta: KKementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Wagino, & Putrono. (2016). Asuhan Keperawatan Antenatal, Intranatal, dan Bayi Baru Lahir Fisiologis dan Patologis. Yogyakarta: CV. Andi Offset.
- Wardany, K. H. (2020). Raja Obat Alami Wortel Si Orange Kaya Nutrisi. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- WHO. (2015). Trends in Maternal Mortality: 1990 to 2015. Switzerland: WHO Library Cataloguing.
- Yohana, Yovita, & Yessica. (2011). Kehamilan & Persalinan. DKI: Garda Media.