

Pengaruh Pemberian Tablet Fe dan Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Primigravida Trimester II di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Rakut Besi Kecamatan Pamatang Silimahuta Tahun 2025

Rio Jenita Sipayung

STIKes Arta Kabanjahe
riojenita.sipayung@gmail.com

ABSTRAK

Hemoglobin merupakan senyawa penting dalam tubuh ibu hamil terutama trimester II. Jumlah kadar hemoglobin dalam tubuh ibu mempengaruhi tingkat kesehatan ibu. Kadar hemoglobin mempengaruhi terjadinya anemia pada ibu yang dapat mengacu pada pertumbuhan dan perkembangan janin. Namun untuk mencapai kadar hemoglobin normal sangat sulit diatasi dengan banyaknya keluhan dari dampak mengkonsumsi Tablet Fe pada ibu hamil. Salah satu keluhan tersebut adalah konstipasi. Dengan demikian dianjurkan untuk mengkonsumsi sumber zat besi dari makanan seperti *vigna radiata*. Eksperimen ini memiliki tujuan untuk dapat mengetahui seberapa tinggi kadar hemoglobin jika rutin mengkonsumsi Tablet Fe dan *vigna radiata* serta menganalisis pengaruh pemberian Tablet Fe dan *vigna radiata* terhadap kadar hemoglobin pada ibu primigravida di Wilayah unit Kerja Puskesmas Pembantu Rakut Besi. Langkah penelitian ini adalah menggunakan teknik *quasy experimental design* dengan jumlah sampel 15 orang. Dan proses pengambilan beberapa sampel dilakukan dengan menggunakan metode Federer, dan penelitian ini menggunakan desain One Group Pretest-Posttest. Temuan studi menunjukkan adanya pengaruh yang bermakna antara pemberian obat berbentuk tablet Fe dan *vigna radiata* kepada kenaikan kadar zat hemoglobin. Hasil dari uji signifikansi dapat menunjukkan nilai p sebesar 0,000 yang artinya lebih kecil dari pada 0,05, menandakan efek yang signifikan.

Kata Kunci: Pemberian Tablet Fe, Vigna Radiata dan Kadar Hemoglobin

ABSTRACT

Hemoglobin is an important compound in the body of pregnancy women, especially trimester II. The amount of hemoglobin level in the body affects of mother the health level of the mother. Hemoglobin class affect the occurrence of anemia in the mother which can affect fetal growth and development. However, to achieve normal hemoglobin levels it is very difficult to overcome with many complaints of side effects of consumption of Fe tablets in pregnant women. One such complaint is constipation. Thus it is recommended to consume iron sources from foods such *vigna radiata*. This study aims to determine the hemoglobin level if routine consumption of Fe Tablets and *vigna radiata* and analyze the effect of administration fe tablets and *vigna radiata* on hemoglobin levels in primigravidian women in the Pembantu Rakut Besi Health Center work area. The method of this study with *quasy experimental design* with sample such as of 15 people. The Federer technique sample and the type of research was A One Group Pretest-Posttest Design. The conclusion showed that there was a significant effect on fe tablets and *vigna radiata* on hemoglobin levels. The results of significance indicate that $p = 0,000 < 0,05$.

Keywords: Administration Of Fe Tablets, Vigna Radiata And Hemoglobin Levels

I. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Berdasarkan laporan dari World Health Organization (WHO), angka kematian pada perempuan masih tergolong tinggi, khususnya yang berkaitan dengan masa kehamilan, proses melahirkan, serta gangguan sistem reproduksi. Kematian ini bisa disebabkan oleh faktor langsung maupun tidak langsung. Di daerah berkembang, sekitar 90% kasus kematian ibu berasal dari komplikasi yang terjadi selama kehamilan, saat persalinan, masa nifas, hingga perawatan pascapersalinan (Satriyandari, 2017).

WHO juga menyebutkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan global, dengan prevalensi sebesar 42,6% pada anak-anak dan 29,0% pada perempuan yang tidak sedang hamil. Hasil Survei Kesehatan Nasional tahun 2013 di Indonesia menunjukkan angka kejadian anemia pada anak-anak usia 1–4 tahun sebesar 28,1%, usia 5–14 tahun sebesar 26,4%, dan usia 15–24 tahun sebesar 18,4%. Data ini mengindikasikan bahwa kasus anemia pada perempuan masih cukup tinggi, yang dipengaruhi oleh berbagai aspek, baik dari dalam tubuh (internal) maupun dari lingkungan (eksternal). Salah satu faktor utama adalah kecukupan asupan zat besi untuk menjaga kadar hemoglobin agar terhindar dari anemia

(Fitriasnani, 2019).

Pada tahun 2024, cakupan distribusi tablet Fe untuk ibu hamil di wilayah Sumatera Utara mencapai 73,31%. Namun demikian, tingginya prevalensi anemia tetap berdampak terhadap Angka Kematian Bayi (AKB), dengan catatan 4 kasus dari kematian(mortalitas)

per 1.000 kelahiran(vitalitas) hidup dalam daerah tersebut. Di Kabupaten Deli Serdang, tingkat ketersediaan dan penyerahan 90 tablet Fe kepada ibu hamil tercatat mencapai 98,6%. Penyebab utama tingginya prevalensi anemia di kalangan ibu hamil adalah kekurangan zat besi, yang berperan penting dalam peningkatan kadar hemoglobin di dalam tubuh. Pemeriksaan kadar hemoglobin dapat dilakukan pada kunjungan awal kehamilan atau pemeriksaan ANC (Antenatal Care), sebagaimana yang disarankan oleh Ikatan Bidan Indonesia (Kementerian Kesehatan, 2016).

Berbagai hal yang memicu tingginya angka anemia pada ibu hamil meliputi kurangnya pengetahuan ibu, rendahnya frekuensi kunjungan ANC, keterbatasan distribusi tablet Fe, efek samping konsumsi tablet, serta ketidakpatuhan ibu dalam mengonsumsi suplemen tersebut. Selain itu, minimnya pemahaman tentang sumber dari jenis makanan yang dapat membantu menaikkan zat hemoglobin juga menjadi penyebab utama. Salah satu cara untuk mencegah anemia adalah dengan memilih makanan yang mengandung zat besi tinggi, seperti kacang hijau (Nuraisyah Rudi dkk., 2022).

Kebiasaan makan ibu hamil juga turut memengaruhi status gizinya. Banyak ibu hanya mengonsumsi sayuran dan lauk yang telah dimasak tanpa memperhatikan kadar zat besi yang terdapat pada makanan tersebut. Padahal, zat besi juga bisa diperoleh dari makanan seperti bubur atau rebusan kacang hijau, yang diketahui efektif dalam meningkatkan kadar sel darah merah selama kehamilan (Retnorini, 2017).

2. Perumusan Masalah

Penelitian ini bertujuan guna untuk memahami apakah kombinasi tablet Fe dan sari ekstrak kacang hijau dapat meningkatkan jumlah sel darah merah pada ibu primigravida trimester kedua di Puskesmas Pembantu Rakut Besi.

3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini memiliki tujuan untuk dapat mengidentifikasi adanya korelasi antara pemberian Tablet Fe dan sari ekstrak kacang hijau dengan perubahan jumlah zat hemoglobin terhadap ibu primigravida trimester kedua yang berada di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Rakut Besi, Kecamatan Pamatang Silimahuta.

4. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini meliputi: menjadi bahan acuan mengenai efek pemberian tablet yang kaya akan zat besi dan sari ekstrak kacang hijau dengan kadar sel darah merah pada ibu primigravida trimester II di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Rakut Besi, Kecamatan Pamatang Silimahuta, serta memberikan nilai guna bagi masyarakat luas dan penelitian berikutnya.

II. METODE PENELITIAN

Studi ini menerapkan desain pretest-posttest satu kelompok. Sampel sebanyak 15 orang dipilih secara purposif dari ibu hamil trimester kedua yang memenuhi kriteria tertentu. Intervensi dilakukan dengan memberikan tablet Fe dan sari kacang hijau secara rutin. Analisis data dilakukan dengan uji t berpasangan menunjukkan adanya perbedaan signifikan setelah intervensi.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik pada Ibu Primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Rakut Besi

No	Identitas	Kelompok intervensi	
		N	%
1	Umur		
	< 20 tahun	3	20
	20-30 tahun	9	60
	>30 tahun	3	20
	Jumah	15	100
2	Pendidikan		
	SD	3	20
	SMP	3	20
	SMA	4	26.7
	PT	5	33,3
	Jumlah	15	100
3	Pekerjaan		
	PNS	3	20
	Wiraswasta	3	20
	IRT	9	60
	Jumlah	15	100

Berdasarkan data demografi, sebagian besar ibu primigravida trimester II dalam penelitian ini terdapat dan terdeteksi pada rentang usia 20 hingga 30 tahun, yaitu berjumlah 9 orang atau 60%. Sementara itu, kelompok usia yang paling sedikit, yaitu yang berusia di bawah 20 tahun dan sekitar di atas 30 tahun, masing-masing berjumlah 3 orang atau sekitar 20%. Dari segi tingkat pendidikan, responden terbanyak memiliki latar belakang pendidikan perguruan tinggi dengan jumlah 5 orang. Sedangkan responden yang hanya menyelesaikan pendidikan dasar dan menengah pertama masing-masing sebanyak 3 orang (20%). Ditinjau dari jenis pekerjaan, mayoritas responden merupakan ibu-ibu yang mengurus rumah tangga, yaitu sebanyak 9 orang (60%), sementara sisanya memiliki pekerjaan sebagai Pegawai Negeri Sipil atau wiraswasta, masing-masing sebanyak 3 orang (20%).

2. Distribusi Frekuensi Kadar Hemoglobin pada ibu primigravida trimester II di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Rakut Besi

Kadar HB	Pretest		Post- test	
	n	%	N	%
Anemia	12	80	1	6.7
Tidak Anemia	3	20	14	93.3
Jumlah	15	100	15	100

Berdasarkan data pada tabel, ditemukan bahwa dapat di lihat sebelum melakukan intervensi (pre-test), sebanyak 12 responden ibu primigravida (80%) mengalami anemia, sedangkan hanya 3 orang (20%) yang tidak anemia. Setelah dilakukan intervensi, yaitu pemberian tablet Fe dan sari kacang hijau, hasil pemeriksaan post-test menunjukkan bahwa mayoritas responden, yaitu 14 orang (93,3%), tidak lagi mengalami anemia, dan hanya 1 orang (6,7%) yang masih menunjukkan gejala anemia. Seluruh ibu hamil trimester II yang menjadi partisipan dalam studi ini secara konsisten mengonsumsi tablet Fe dan sari kacang

hijau. Oleh karena itu, hasil pre-test dan post-test memperlihatkan adanya perubahan signifikan pada kadar hemoglobin mereka.

3. Distribusi Pengaruh Pemberian Tablet Fe dan Sari Kacang Hijau terhadap Kadar Hemoglobin pada Ibu Primigravida Trimester II di Wilayah Kerja Puskesmas Pembantu Rakut Besi

Konsumsi	Hasil ukur kadar haemoglobin						R	P Value (sig. 2 Tailed)
	Tidak Anemia				Total			
	N	%	N	%	n	%		
Pre-	3	20	12	80	15	100	0.558	0,000
Post-	14	93.3	1	6.7	15	100		

Dalam penelitian ini ditemukan bahwa sebagian besar peserta dari kelompok yang menerima perlakuan berupa tablet Fe dan sari kacang hijau tidak mengalami anemia, yaitu sebanyak 14 orang (93,3%), sedangkan hanya satu responden (6,7%) yang masih menunjukkan gejala anemia. Analisis statistik menampilkan bahwa nilai koefisien korelasi (R) sebanyak $r = 0,558$, yang menandakan hubungan yang cukup kuat antara perlakuan yang diberikan dan peningkatan kadar hemoglobin. Nilai signifikansi yang diperoleh dari uji dua sisi adalah $P = 0,000$. Karena nilai ini terdeteksi lebih kecil dari pada batas signifikansi 0,05, maka dari itu hipotesis nol (H_0) menjadi tidak dapat di terima (ditolak). Ini berarti ada pengaruh yang bermakna antara konsumsi obat dalam tablet Fe dan sari ekstrak kacang hijau kepada tingkat hemoglobin.

Dan Hasil ini sejalan dengan teori Kamariyah (2021) yang menyatakan bahwa selama masa kehamilan, kebutuhan zat besi meningkat untuk pembentukan hemoglobin bagi ibu dan janin. Zat besi tersebut bisa diperoleh dari sumber makanan seperti daging, kuning telur, serta jenis kacang dan polong-polongan. Penemuan ini juga didukung dan di yakini oleh penelitian Retnorini (2017), yang memperlihatkan bahwa kacang hijau berperan dalam meningkatkan kadar hemoglobin. Selain itu, kebiasaan makan ibu juga memiliki pengaruh terhadap status gizinya. Penelitian tersebut mencatat terjadi nya akan peningkatan jumlah kadar hemoglobin sebesar 0,9063 mg/dl pada kelompok intervensi kemudian hanya 0,0187 mg/dl terhadap kelompok kontrol.

IV. KESIMPULAN DAN SARAN

KESIMPULAN

Kombinasi pemberian tablet Fe dengan ekstrak sari kacang hijau terbukti mampu menaikkan kadar hemoglobin secara efektif terhadap ibu hamil trimester II. Temuan penelitian ini menunjukkan adanya keterkaitan yang kuat antara perlakuan yang diberikan dan kenaikan kadar hemoglobin, serta mendorong pentingnya konsumsi rutin makanan yang mengandung zat besi tinggi guna mempertahankan kondisi gizi selama masa kehamilan.

SARAN

Diharapkan untuk lebih rutin mengkonsumsi makanan yang terdapat nutrisinya terutama pada zat besi yang tinggi untuk kadar hemoglobin. Dan untuk mengembangkan penelitian yang telah ada sebelumnya untuk bisa digunakan untuk eksperimen dan menambah wawasan.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisman, MB. 2010. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Edisi 2. Jakarta: EGC
- Astawan. 2009. *Sehat dengan Hidangan Kacang dan Biji-Bijian*. Jakarta: Penebar Swadaya
- Budiarni, Widya. 2012. *Jurnal Hubungan Pengetahuan Sikap dan Motivasi dengan Kepatuhan Konsumsi Tablet Asam Folat pada Ibu Hamil*.
- Ellya Sibagariang, Eva. 2010. *Gizi Dalam Kespro*. Jakarta: Trans Info Media

- Hacher dan Moore. 2001. *Obstetri dan Ginekologi*. Edisi 2. Jakarta: Hipokiates
- Helitty. 2018. *Jurnal Pengaruh Jus Kacang Hijau terhadap Kadar Hemoglobin dan Jumlah Sel Darah dalam Konteks Keperawatan Pasien Kanker dengan Kemoterapi di RSUP Fatmawati Jakarta*
- Kamariyah,dkk. 2014. *Buku Ajar Kehamilan*. Jakarta: Salemba
- Kurniasari, Dwi dan Ekarina, Ipik. (2018). *Jurnal Pengaruh Kacang Hijau terhadap Kadar Hemoglobin pada pendonor darah di UDD PMI Cabang Kabupaten Pekalongan*.16:18 wib
- Leveno, J Kenneth,dkk. 2009. *Obstetri Williams*. Edisi 21.Jakarta: EGC
- MANN, Jim dan Trusswell, A.Stewart. (2014).*Ilmu Gizi*. Edisi 4. Jakarta: EGC
- Purnomo dan Hartono,Rudi. 2005. *Kacang Hijau*. Bogor: EGC
- Retrorini, Dwi Luh. 2017. *Pengaruh Pemberian Tablet Fe dan Sari Kacang Hijau terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil*. Jurnal Kebidanan.Vol:1,No:12.
- Satriyandari, Yekti, 2017. *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Perdarahan Post Partum*. Journal of Health Studies.Vol: 1, No: 1, Hal: 50
- Susiloningtyas,Is. 2007. *Jurnal pemberian Zat Besi (Fe) dalam Kehamilan*
- Varney, Helen, 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. Edisi 4. Jakarta: EGC