

Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau (*Phaseolus Radiates*) Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Nifas Dengan Anemia Di Klinik Pratama Cahaya Lubuk Pakam

*The Effect of Administration of Green Bean Juice (*Phaseolus Radiates*) on Hemoglobin Levels of Public Women with Anemia at The Pratama Cahaya Clinic Lubuk Pakam*

Ika Nur Saputri*

Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam
Jln. Sudirman No.38 Lubuk Pakam, Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara – Indonesia
ikanursaputri@medistra.ac.id

Abstrak

Masa nifas merupakan suatu tahap dimana keselamatan ibu dan bayi yang baru lahir sangat perlu untuk diperhatikan. Karena pada fase ini, sering sekali terjadi kematian ibu dan bayi baru lahir sehingga perlu perawatan yang intensif. Anemia merupakan jumlah sel darah merah yang kurang. Konsumsi tablet besi dan sari kacang hijau menjadi solusi untuk menghindari anemia. Tujuan riset ini adalah untuk memastikan kadar hemoglobin ibu nifas dengan anemia sebelum dan sesudah diberikan sari kacang hijau. Dalam melakukan riset ini, peneliti menerapkan desain penelitian kuantitatif desain grup pretest-posttest, dimana ditentukan kadar hemoglobin ibu nifas anemia sebelum dan sesudah pemberian sari kacang hijau. Hasil riset berdasarkan probabilitas hasil pengujian yang tertera pada tabel dapat diketahui bahwa nilai signifikansi yang diperoleh sebesar 0,000 yang berarti bahwa ada pengaruh kadar Hb sebelum dan sesudah diberikan sari kacang hijau. Kesimpulan yang dapat ditarik adalah bahwa Pemberian Sari Kacang Hijau berpengaruh Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Nifas dengan Anemia Di Klinik Pratama Cahaya Lubuk Pakam Tahun 2024.

Kata kunci: Anemia; Kadar Hemoglobin; Ibu Nifas; Sari Kacang Hijau

Abstract

*The postpartum period is a stage where the safety of the mother and newborn baby is very important to pay attention to. Because in this phase, maternal and newborn deaths often occur so that intensive care is needed. Anemia is a condition where the number of red blood cells decreases. Consumption of iron tablets and green bean juice is a solution to avoid anemia. The purpose of this research is to determine the hemoglobin levels of anemia postpartum mothers before and after being given green bean juice. In conducting this research, the researcher applied a quantitative research design of a pretest-posttest group design, where the hemoglobin levels of anemia postpartum mothers were determined before and after being given green bean juice. The results of the research based on the probability of the test results listed in the table can be seen that the significance value obtained is 0.000, which means that there is a significant difference between hemoglobin levels before and after being given green bean juice. The conclusion that can be drawn is that the Administration of Green Bean Juice (*Phaseolus Radiates*) has an effect on the Hemoglobin Levels of Postpartum Mothers with Anemia at the Cahaya Lubuk Pakam Pratama Clinic in 2024.*

Keywords: Anemia; Hemoglobin Level; Postpartum Mother; Green Bean Juice

*Corresponding Author: Ika Nur Saputri, Institut Kesehatan Medistra Lubuk Pakam, Deli Serdang, Indonesia

E-mail : ikanursaputri@medistra.ac.id

Doi : [10.35451/jkf.v7i1.2307](https://doi.org/10.35451/jkf.v7i1.2307)

Received : June 06, 2024. Accepted: October 10, 2024. Published: October 31, 2024

Copyright (c) 2024 Ika Nur Saputri. Creative Commons License This work is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

1. PENDAHULUAN

Masa nifas merupakan masa paling kritis terhadap kehidupan ibu dan bayi yang baru lahir. Kebanyakan, kematian ibu dan bayi baru lahir sering terjadi pada bulan pertama setelah melahirkan. Maka, diperlukan perawatan kesehatan yang intensif pada masa nifas untuk menghindari risiko penyakit dan kematian. Masa nifas diawali dengan plasenta keluar dan organ-organ reproduksi akan kembali seperti semula, berkisar 6 minggu [1]. Apabila tidak dikelola dengan tepat akan menyebabkan perdarahan, preeklamsia/eklamsia, dan infeksi.

World Health Organization (WHO) merekomendasikan untuk menerapkan layanan kesehatan ibu pasca persalinan dalam 24 jam pertama dengan memberikan tenaga kesehatan seperti dokter, bidan, dan perawat. Hampir 50% dari seluruh kematian pasca melahirkan terjadi dalam kurun waktu 1 hari pasca melahirkan [2]. Perdarahan pasca melahirkan atau postpartum terjadi karena involusi uterus yang tidak normal sehingga terjadi infeksi pada masa nifas dan produksi ASI menurun [3]. Terakhir, Profil Kesehatan Indonesia menyatakan bahwa jumlah ibu nifas di Sumatra utara pada tahun 2021 berjumlah 292.005 jiwa. Kebanyakan kematian ibu pada tahun 2021 diakibatkan oleh perdarahan (1.330 kasus), hipertensi kehamilan (1.077 kasus) [4].

Anemia saat hamil merupakan keadaan saat kadar hemoglobin ibu berada dibawah 11 gr/dl pada trimester pertama dan ketiga. Agar terhindar dari anemia, maka ibu hamil disarankan untuk mengonsumsi minimal 90 tablet zat besi dalam masa kehamilan [5]. Kebanyakan anemia dikarenakan kurangnya asupan nutrisi seperti zat besi, folat, dan B12 yang mana berperan dalam menghasilkan sel darah merah [6]. Faktor lain munculnya anemia pada masa nifas adalah akibat kekurangan gizi. Berdasarkan praktik budaya, ibu nifas sering hanya diberikan makanan berupa nasi dan sedikit lauk seperti tempe, tahu, dan sayuran yang hanya direbus saja tanpa tambahan bumbu yang mana dapat menjadi faktor munculnya anemia [7].

Melalui pemberian suplemen tablet besi maka akan menambah zat besi (Fe) ke dalam tubuh. Sebaiknya ibu nifas mengonsumsi tablet Fe selama 40 hari setelah melahirkan agar terhindar dari anemia [8]. Alternatif selain mengonsumsi tablet Fe adalah dengan mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi. Kacang hijau dengan nama latin *Vigna Radiata* termasuk ke dalam suku polong-polongan yang punya banyak manfaat bagi manusia. Kandungan zat besinya sebesar 6,7 mg dalam 100 gr kacang hijau. Konsumsi 2 cangkir kacang hijau/hari berkisar 18 mg yang dapat menaikkan kadar hemoglobin [9].

Berdasarkan riset Fingki Andriani (2022) menyatakan bahwa pengaruh pemberian sari kacang hijau mampu menaikkan Hb ibu hamil [10]. Meilve Nora Syawal (2021) membuktikan ada peningkatan yang signifikan kadar Hb pada ibu hamil sebelum dan sesudah konsumsi sari kacang hijau. Hasil survey pendahuluan di Klinik Cahaya Lubuk Pakam pada November 2023 - Januari 2024 menunjukkan bahwa dari 65 jiwa ibu nifas ditemukan 22 ibu nifas yang anemia [11]. Ini menjadi dasar peneliti untuk melakukan riset tentang pengaruh pemberian sari kacang hijau dalam meningkatkan kadar hemoglobin dengan anemia ibu nifas.

2. METODE

2.1 Desain Penelitian

Desain dan metode yang digunakan adalah *quasi experiment* yang bertujuan untuk mengkaji pengaruh konsumsi sari kacang hijau dalam meningkatkan kadar Hb ibu nifas. Pendekatan yang digunakan adalah desain satu grup pre-posttest dengan mengamati single pretest pada responden, dan dilakukan perlakuan, selanjutnya melakukan pengamatan lagi pada responden dengan single posttest dengan ukuran yang sama dengan sebelumnya.

2.2 Populasi dan Sampel

Populasi merupakan 20 orang ibu nifas yang memiliki karakteristik sesuai peneliti. Sampel penelitian ditentukan dengan metode *Purposive Sampling* menggunakan teknik *Non-Random Sampling*, sehingga sampel berjumlah yang sama yaitu 20 orang ibu nifas. Variabel bebas dalam penelitian merupakan pengaruh pemberian sari kacang hijau. Sementara variabel terikat adalah Peningkatan Hemoglobin Ibu Nifas Anemia.

2.3 Instrumen dan Pengumpulan Data

Instrumen penelitian berupa alat cek Hb dan lembar observasi. Lembar observasi berisi pernyataan tentang pelaksanaan sebelum dan sesudah pemberian jus kacang hijau. Data primer didapat dari pemeriksaan Hb ibu hamil yang anemia menggunakan alat cek Hb. Data sekunder melalui rekam medis ibu hamil anemia di Klinik Pratama Cahaya Kabupaten Deli Serdang.

2.4 Analisis Data

Analisa univariat dilakukan terhadap karakteristik responden dan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah. Analisis Bivariat dilakukan untuk melihat pengaruh variabel pemberian jus kacang hijau terhadap kadar hemoglobin ibu nifas dengan anemia. Data yang diperoleh diuji normalitasnya menggunakan uji *shapiro-wilk*, Jika data tidak normal maka menggunakan uji wilcoxon.

3. HASIL

3.1 Distribusi Responden

Responden yang berjumlah 20 orang ditentukan karakteristiknya berdasarkan usia ibu, pendidikan, dan pekerjaan responden. Distribusi karakteristik responden ditentukan berdasarkan frekuensi dan persentase yang disajikan pada tabel 1.

Tabel 1. Distribusi frekuensi dan persentase

Karakteristik	Frekuensi	Persentase
Usia Ibu (Tahun)		
20-25	5	25.0
26-30	6	30.0
31-35	4	20.0
36-45	5	25.0
Total	20	100.0
Pendidikan		
SD	4	20.0
SMP	8	40.0
SMA	4	20.0
S1	4	20.0
Total	20	100.0
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga	16	80.0
PNS	2	10.0
Pegawai Bank	1	5.0
Pegawai Swasta	1	5.0
Total	20	100.0

Tabel 1 menjelaskan bahwa responden terbanyak berusia 26-30 Tahun sebanyak 6 responden (30,0%), responden berusia 20-25 dan 36-45 tahun berjumlah masing-masing 5 responden (25,0%), dan yang terkecil berusia 31-35 Tahun sebanyak 4 orang (20,0%). Responden dengan pendidikan SMP sebanyak 8 responden (40,0%), yang berpendidikan SD, SMP, dan S1 masing-masing sebanyak 4 responden (20,0%). Berdasarkan pekerjaan, responden terbanyak adalah sebagai IRT sebanyak 16 responden (80,0%), responden sebagai PNS sebanyak 2 responden (10,0%), dan responden yang bekerja sebagai Pegawai Bank dan Pegawai Swasta yaitu masing-masing sebanyak 1 responden (5,0%).

3.2 Analisis Univariat

Jumlah dan persentase hemoglobin ibu nifas sebelum diberikan jus sari kacang hijau menunjukkan kategori kadar Hb berada pada Anemia Ringan, sedang, dan berat seperti pada tabel 2.

Tabel 2. Kadar Hemoglobin Ibu Nifas Sebelum

Kadar Hemoglobin	Frekuensi	Persentase
Kadar Hb 11 g/dL	0	0.0
Kadar Hb 10.9 - 10 g/dL	4	20.0
Kadar Hb 9.9 – 7.0 g/dL	5	25.0
Kadar Hb < 7.0 g/dL	11	55.0

Total	20	100.0
--------------	-----------	--------------

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa kebanyakan responden mengalami anemia berat (Hb < 7.0 g/dL) sebanyak 11 responden (55.0%), anemia sedang (Hb 9.9-7.0 g/dL) sebanyak 5 responden (25.0%), dan anemia ringan (Hb. 10.9-10 g/dL) sebanyak 4 responden (20.0%). Sementara sesudah diberikan jus sari kacang hijau terjadi perubahan kadar Hb responden menjadi lebih baik seperti yang ditampilkan pada tabel 3.

Tabel 3. Kadar Hemoglobin Ibu Nifas Sesudah

Kadar Hemoglobin	Frekuensi	Persentase
Kadar Hb 11 g/dL	6	30
Kadar Hb 10.9 - 10 g/dL	5	25.0
Kadar Hb 9.9 – 7.0 g/dL	7	35.0
Kadar Hb < 7.0 g/dL	2	1,0
Total	20	100.0

Tabel 3 menjelaskan bahwa sesudah diberikan sari kacang hijau menunjukkan bahwa kebanyakan kadar Hb responden terkategori anemia sedang (Hb 9,9 – 7,0 g/dL) sebanyak 7 responden (35.0%), diikuti kadar Hb Normal (Hb 11 g/dL) sebanyak 6 responden (30%), Kadar Hb Anemia Ringan (Hb 10.9 – 10 g/dL) sebanyak 5 responden (25.0%), dan Kadar Hb Anemia Berat (Hb < 7.0 g/dL) sebanyak 2 responden (1.0%).

3.3 Analisis Bivariat

Hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa probabilitas yang dihasilkan sebesar 0,000 dan nilai uji Wilcoxon sebesar -3.947. Hal ini berarti probabilitas < level of significance ($\alpha = 0.05$) sehingga H_0 diterima, yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara kadar hemoglobin pada ibu nifas dengan anemia sebelum dan sesudah pemberian sari kacang hijau.

4. PEMBAHASAN

Penurunan kadar hemoglobin pada ibu nifas diakibatkan kurangnya zat besi dan pendarahan berlebihan saat dan sesudah proses melahirkan [12]. Proses melahirkan yang lancar ditentukan kadar hemoglobin dalam darah, apabila kadar Hb menurun maka akan mengganggu jalannya persalinan dan mengganggu metabolisme tubuh. Akibatnya, proses pembukaan jalan lahir menjadi lambat. Apabila persalinan berjalan panjang maka berpotensi terjadi pendarahan sehingga Hb menjadi berkurang. Rutinitas yang banyak saat persalinan akan menghabiskan tenaga dan oksigen dengan cepat sehingga sirkulasi darah tidak mampu menyediakan oksigen yang berakibat kelelahan otot [13].

Naiknya kadar Hb ibu nifas setelah diberikan sari kacang hijau dikarenakan adanya zat besi dari kacang hijau [14]. Minuman kacang hijau mampu menaikkan kadar Hb dalam membantu pertumbuhan, imunitas, dan menyalurkan zat besi ke seluruh tubuh [15]. Penelitian membuktikan bahwa kacang hijau mampu mengatasi anemia pada pasien kanker melalui kemoterapi, setelah minum 2 cangkir kacang hijau dalam memenuhi kebutuhan harian vitamin C dan B. Amirul (2016) juga membuktikan bahwa minuman kacang hijau berpengaruh terhadap peningkatan kadar Hb dengan nilai signifikansi sebesar 0.000 [16].

5. KESIMPULAN

1. Sebelum dilakukan intervensi terdapat 11 ibu nifas yang memiliki kadar hemoglobin < 7,0 g/dL yang terjadi karena suplementasi zat besi yang kurang. Setelah diberikan sari kacang hijau terjadi peningkatan kadar hemoglobin karena adanya zat besi.
2. Sari kacang hijau terbukti mampu menaikkan kadar Hb ibu nifas dengan anemia dengan nilai signifikansi sebesar 0,000.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Saputri, Eka Maya. 2020. "Asuhan Kebidanan Ibu Nifas Pada 6 Jam s/d 6 Hari." *Jurnal Komunikasi Kesehatan* 10(1):29–37.
- [2] Daniati Laia, Priska, Ermawaty Arisandi, Desri Sinaga, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Santa Elisabeth, Jl Bunga Terompet No, and Medan Selayang. 2021. "Gambaran Pengetahuan Ibu Nifas Tentang Perdarahan Post Partum Di Klinik Heny Kasih Medan Tahun 2021 Description of Knowledge of Public Mothers About Post Partum Bleeding at The Heny Kasih Clinic, Medan In 2021." *Journal of Healthcare Technology and Medicine* 7(2):2615–109.
- [3] Yuliawati, Eni, and Frens tika Veriyani. 2022. "Penyuluhan Bahaya Anemia Pada Ibu Hamil." *Jurnal Altifani Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat* 2(4):387–93. doi: 10.25008/altifani.v2i4.234.
- [4] (Kemenkes RI, 2021). 2021. Kemenkes RI, 2021.
- [5] Bakhtiar, Rahmat, Yusuf Muladi, Annisa Tamaya, Aisyah Utari, Rita Yuliana, and Wina Ariyanti. 2021. "Hubungan Pengetahuan Dan Kepatuhan Ibu Hamil Anemia Dalam Mengkonsumsi Tablet Tambah Darah Di Wilayah Kerja Puskesmas Lempake Kota Samarinda." *Jurnal Kedokteran Mulawarman* 8(3):78. doi: 10.30872/j.ked.mulawarman.v8i3.6514.
- [6] Widoyoko, Abiyyi Pratama Husada, and Rendy Septianto. 2020. "Pengaruh Anemia Terhadap Kematian Maternal." *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* 2(1):1–6. doi: 10.37287/jppp.v2i1.36.
- [7] Sholichah, Farohatus. 2021. "Tingkat Kecukupan Gizi, Status Gizi, Dan Status Anemia Mahasiswa Penghafal Al Quran Di Uin Walisongo Semarang." *Journal of Nutrition College* 10(1):62–71. doi: 10.14710/jnc.v10i1.28985.
- [8] Mulyani, Sindi Sri. 2023. "Hubungan Pengetahuan, Sikap Dan Dukungan Keluarga Terhadap Perilaku Kepatuhan Tablet Zat Besi (Fe) Pada Ibu Nifas." *Indonesian Scholar Journal of Nursing and Midwifery Science (ISJNMS)* 2(9):838–46.
- [9] Nisa, Juhrotun, Adevia Maulidya Chikmah, Kharisma Anggra Lorenza, Kiki Rizki Amalia, and Tri Agustin. 2020. "Pemanfaatan Kacang Hijau Sebagai Sumber Zat Besi Dalam Upaya Pencegahan Anemia Prakonsepsi." *Jurnal Surya Masyarakat* 3(1):42. doi: 10.26714/jsm.3.1.2020.42-47.
- [10] Fingki Andriani. 2022. 1 Mega Buana *Journal of Midwifery Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia.*
- [11] 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.
- [12] Novita Sari, Eka. 2020. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri." *Jurnal Bagus* 02(01):402– 6.
- [13] Intantri kurniati. 2020. "Exercise-Induced Anaemia: A Forgotten Cause of Iron Deficiency Anaemia in Young Adults." *British Journal of General Practice* 65(634):268–69. doi: 10.3399/bjgp15X685069.
- [14] Safitri, Mey Elisa, and Hafsa Us. 2023. "Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Nifas Di Wilayah Kerja PMB Salabiah, S.SiT Kecamatan Banda Sakti Lhokseumawe." *Journal of Healthcare Technology and Medicine* 9(1):464. doi: 10.33143/jhtm.v9i1.2838.
- [15] Husuni, Wa Ode Sitti Fidia. 2023. "Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Puteri." (*Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*) 8(3):56–62. doi: 10.37887/jimkesmas.v8i3.43227.
- [16] Amirul Amalia. 2016. Efektifitas Minuman Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hb. RAKERNAS AIPKEMA 2016. "Temu Ilmiah Hasil Penelitian dan Pengabdian Masyarakat"