

EFFECT OF MUNG BEAN EXTRACT ON HEMOGLOBIN LEVELS OF POSTPARTUM MOTHER AT BPM SITI ALIA AM.KEB IN DESA DOLOK SAGALA DOLOK MASIHUL DISTRICT

DESIDERIA YOSEPHA GINTING¹, LAYARI TARIGAN², DWI HANDAYANI³, SITI ALIA HARAHA⁴

1,2,3,4 INSTITUT KESEHATAN MEDISTRA LUBUK PAKAM
Jalan Sudirman No. 38 Lubuk Pakam
e-mail: Desideriayosepha.ginting@gmail.com

DOI : 10.35451/jkk.v3i1.526

Abstract

Postpartum anemia is a global nutritional problem, especially in poor and developing countries. However, the problem of postpartum anemia is not widely known and studied like anemia in adolescents and during pregnancy. Postpartum anemia is caused due to insufficient iron supplementation and excessive bleeding during or after delivery. This can also be exacerbated by the behavior of not consuming or not consuming iron tablets during pregnancy and even carrying out the tradition of abstinence from food (mutih) in postpartum mothers. The initial survey found that 5 mothers had anemia. This study aims to determine the effect of green bean juice on hemoglobin levels in postpartum mothers, using quantitative research. The population in this study were all 12 postpartum mothers in the first week. The technique sampling used was total sampling. Data collection was carried out by observation. The average Hb level before being given green bean juice was 12.74 gr / dL and after that 12.75 gr / dL. The difference in mean Hb levels before and after giving green bean juice was 0.008 gr / dL. The results of statistical tests using paired sample t-test (CI: 95%) obtained a value of p of 0.972, so it can be concluded that there is no effect of giving mung bean juice to hemoglobin levels of postpartum mothers. For postpartum mothers to be more proactive in seeking information about anemia, and to find out the benefits of green bean juice.

Keywords: Green Bean Extract, Hemoglobin

1. PENDAHULUAN

Postpartum merupakan masa penyembuhan yang dimulai dari 2jam setelah proses bersalin sampai dengan 6minggu. Pada masa ini akan terjadi pemulihan sistem tubuh wanita khususnya alat reproduksi wanita hingga kembali seperti keadaan semula seperti keadaan sebelum hamil atau

pada saat tidak hamil. Namun hal ini sering kali diabaikan oleh ibu dan keluarga, bila perasaan lelah pada proses persalinan sudah hilang. Perhatian kemudian beralih dengan hadirnya bayi di tengah keluarga, sehingga keluhan ibu tidak diperhatikan, pihak keluarga lebih fokus terhadap bayi yang

dilahirkannya. Ditambah lagi ibu yang harus sudah memulai aktifitasnya sebagai ibu rumah tangga padahal ibu masih belum benar-benar sembuh. Pada dasarnya penatalaksanaan pascapersalinan yang tidak maksimal akan menyebabkan ibu mengalami berbagai masalah yang berkelanjutan hingga komplikasi masa postpartum, seperti sepsis, anemi postpartum dan masih banyak lagi, terutama terjadinya perdarahan pada ibu hingga terjadinya depresi dan postpartum blues.

Anemia pada ibu postpartum merupakan masalah utama di negaramiskin dan Negara berkembang. Kita di Indonesia ini merupakan salah satu Negara berkembang, dimana angka kejadian anemia cukup tinggi, akan tetapi yang banyak didapati dari hasil penelitian adalah angka anemia pada ibu hamil, sebaliknya angka anemia pada ibu postpartum justru tidak banyak diketahui dan diteliti seperti anemia sebelum persalinan. Akibat adanya keterbatasan maka akses data terkait anemi postpartum masih sulit di akumulasi karena itu pun diperkirakan. Data anemia ibu postpartum hanya dapat diakses melalui hasil penelitian dan jurnal. Namun, dapat diperkirakan berdasarkan kasus anemia dalam kehamilan, dengan asumsi jika terjadi pengeluaran darah selama proses bersalin maka angka akan meningkat. Oleh karena itu, anemia sangat jarang terdeteksi dari awal (Sumarna, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Iyengar (2015) didapatkan hasil penelitian dari 58000 wanita postpartum, sebanyak 4975 (87,1%) mengalami anemia postpartum pada minggu pertama postpartum yang terdiri dari 7,4% wanita menderita anemia berat dan 46% anemia sedang.

Taylor (2014) menyebutkan dalam penelitiannya bahwa hasil penelitian pada 33 wanita sehat, satu minggu

sebelum persalinan, selama 6 hari pertama masa nifas, pada 6 minggu dan 6 bulan setelah melahirkan. Jumlah sel darah merah, konsentrasi hemoglobin dan hematokrit mengalami penurunan selama 4 hari pertama masa nifas; kadar konsentrasi hemoglobin hingga 3,5g/dl kurang dari nilai prapersalinan dicatat dengan tidak adanya perdarahan postpartum klinik.

Begitu juga penelitian yang dilakukan oleh Somdata (2015) menunjukkan bahwa sebanyak 211 wanita dijadikan sampel penelitian dan 168 wanita dilibatkan dalam analisis akhir. Ditemukan bahwa 70% dari peserta penelitian adalah anemia (Hb <11 g / dL). Hanya 37% dari populasi yang mengonsumsi > / = 90 tablet asamfolat besi (IFA).

Penelitian yang dilakukan oleh Bhagwan (2014) di Coastal Karnataka menunjukkan bahwa prevalensi anemia pascanatal adalah 26,5% (Anemia = Hb <12gm / dl). Tidak ada kasus anemia berat. Anemia postnatal sebagian besar terlihat pada ibu berusia <20 tahun dan setengah dari ibu dengan interval antar kehamilan kurang dari dua tahun ditemukan anemia.

Anemia postpartum disebabkan karena suplementasi zat besi yang kurang ataupun kekurangan sel darah merah dan perdarahan berlebihan selama atau setelah proses melahirkan. Hal tersebut dibuktikan oleh Scheutz (2015) dalam penelitiannya di Uganda menunjukkan bahwa kurangnya suplementasi zat besi adalah faktor anemia ringan (*rasio odds* (OR) 2,6; Interval kepercayaan 95% (CI) 1,5-4,2), tetapi tidak untuk anemia sedang hingga berat. Perdarahan berlebihan merupakan faktor risiko anemia sedang hingga berat, tetapi tidak untuk anemia ringan.

Program dari Kemenkes RI yang berhubungan dengan penanggulangan

dan pencegahan penyakit anemia adalah dengan memberikan tablet fe pada ibu hamil dan pada remaja putri. Apabila sudah didiagnosa anemia, maka dilakukan pemeriksaan darah untuk menentukan berapa kadar hb pasien, sehingga dapat diklasifikasikan apakah ibu mengalami anemia berat, sedang hingga ringan. Selanjutnya akan diberikan suplemen zat besi dan asamfolat sebanyak 3 kali sehari Pada ibu hamil dengan anemia (KemenkesRI, 2015) Sedangkan pada ibu postpartum tidak dilakukan pemeriksaan kadar hemoglobin dan pemberian tablet besi baik persalinan normal maupun dengan persalinan dengan sesar di Rumah sakit. Pemeriksaan kadar haemoglobin di RS hanya dilakukan pada ibu post seksio sesaria dengan kadar haemoglobin saat inpartu 10 gr/dL.

Keadaan ibu saat hamil sangat mempengaruhi kadar hemoglobin, ibu yang kurang gizi dan ibu yang kekecilan, ibu yang usia kehamilannya terlalu muda, ibu yang terlalu tua, ibu yang terlalu banyak anak, hal ini dapat memperparah keadaan, yaitu terjadinya anemia, resiko perdarahan, perdarahan pada kehamilan lanjut >28 minggu, plasenta previa, hipertensi), penambahan BB >20kg, persalinan pertama, kehamilan ganda, kelahiran pre term atau post term, berat badan bayi lahir >3500 gram, tindakan saat persalinan (vacuum, episiotomi, *elective cesarea*, *emergency cesarean*), derajat luka perineum, serta perdarahan lebih dari 250 mL. Kehilangan darah adalah Faktor yang paling sering menyebabkan terjadinya anemia postpartum, baik anemia ringan, sedang hingga berat. Banyak hal yang menyebabkan terjadinya kejadian ini yaitu kehilangan darah dalam jumlah sedang hingga besar yaitu tindakan intervensi selama persalinan seperti episiotomi,

persalinan dengan menggunakan vakum, laserasi perineum derajat tiga atau empat dan tindakan caesarea. Diantara tindakan selama persalinan, persalinan dengan seksio secara signifikan meningkatkan kejadian anemia postpartum (Garido, 2017), karena ibu mengalami banyak kehilangan darah pada saat proses operasi.

Pada tahun 2018 Jumlah kematian ibu yang dilaporkan di Provinsi Sumut adalah 185 org dengan jumlah kematian ibu hamil sebanyak 38 org, kematian ibu bersalin sebanyak 79 orang dan kematian ibu masa nifas sebanyak 55 orang. Jumlah kematian ibu di Kabupaten yaitu tertinggi ada di Kabupaten Deli Serdang (15 orang), Kabupaten Mandailing Natal (13 orang), dan Kabupaten Asahan (12 orang). Cakupan pemberian tablet tambah darah untuk ibu hamil di Provinsi Sumatera Utara tahun 2018 adalah sebesar 82,76%, sudah melampaui dari target di Renstra Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara sebesar 80%. Cakupan pelayanan kesehatan ibu nifas lengkap (KF3) di Provinsi Sumatera Utara tahun 2018 sebesar 82,23%. Bila dibandingkan dengan target yang ditetapkan dalam Renstra Dinkes Provinsi Sumut untuk tahun 2018 sebesar 83%, maka hal ini sudah mendekati target atau pun tujuan yang telah ditetapkan. Banyak kematian ibu tidak diketahui penyebabnya apa, ataupun disebabkan oleh akibat lain-lain yang tidak dapat dirinci secara jelas dan diketahui sebab pastinya (74 orang), diakibatkan perdarahan (60 orang), akibat tekanan darah tinggi (29 orang), infeksi (9 orang), akibat gangguan sistem peredaran darah (8 orang), serta akibat gangguan metabolik (5 orang). Penyebab kedua kematian tertinggi yaitu perdarahan, sebanyak 60 orang. Hal tersebut

sangat berkaitan dengan konsumsi tablet Fe selama masa kehamilan dan postpartum (Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Utara, 2018).

Perdarahan setelah bersalin bagi ibu yang sehat tidaklah membahayakan, akan tetapi perdarahan bagi ibu hamil dengan anemi akan menimbulkan terjadinya kematian. Pemberian tablet Fe hanya pada saat hamil yaitu sebanyak 90 tablet selama kehamilan. Pada masa postpartum tablet Fe tidak diberikan, sedangkan WHO menganjurkan bahwa suplementasi asam folat dapat diberikan kepada wanita postpartum selama 6-12 minggu setelah persalinan untuk mengurangi resiko anemia (Parker, 2016).

Penelitian yang telah dilakukan oleh Amirul (2016) dengan judul "Efektifitas Minuman Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hb" Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kadar hemoglobin (Hb) 9,6 gr/dl atau mengalami anemia ringan sebelum pemberian minuman kacang hijau, dan rata-rata kadar hemoglobin (Hb) 10,6 gr/dl atau tidak anemia setelah pemberian minuman kacang hijau. Ada pengaruh pemberian minuman kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin (Hb) dengan $p = 0,000$.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Helty (2015), membuktikan bahwa kacang hijau efektif dalam mengatasi anemia pada pasien kanker dengan kemoterapi, karena konsumsi 2 cangkir kacang hijau dapat memenuhi 50% kebutuhan besi harian dan 80% memenuhi kebutuhan harian vitamin C dan vitamin lain seperti tiamin, riboflavin, dan niacin, 1 cangkir kacang hijau diartikan setara dengan nilai sebesar 200 gr.

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Serdang Bedagai jumlah Angka

Kematian Ibu (AKI) tahun 2018 sebanyak 6 orang. Sedangkan cakupan ibu hamil yang mendapatkan tablet Fe sebesar 85,50% dan cakupan pelayanan ibu nifas lengkap sebesar 85,32%. Angka tersebut sudah melewati target pencapaian yang ditetapkan oleh Provinsi yaitu sebesar 83%. BPM Siti Alia Am.Keb adalah salah satu klinik yang ada di wilayah kerja Puskesmas Serdang Bedagai. Berdasarkan data dari Klinik bahwa jumlah kunjungan ibu nifas pada tahun 2019 sebanyak 119 orang dan terdapat 52 orang ibu yang mengalami anemia. Survei awal yang peneliti lakukan pada akhir April 2020 di BPM Siti Alia Am.Keb, dan dari hasil pemeriksaan bidan di Klinik tersebut bahwa ada 5 orang ibu yang mengalami anemia. Berdasarkan uraian di atas maka penulis ingin melakukan penelitian terkait judul Pengaruh Sari Kacang Hijau terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Nifas di BPM Siti Alia Am.Keb. Dolok Masihul Tahun 2020".

2. METODE

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah: mengetahui Pengaruh Sari Kacang Hijau terhadap Kadar Hb Ibu Nifas di BPM Siti Alia Am.Keb Desa Dolok Sagala Kecamatan Dolok Masihul Tahun 2020. Jenis penelitian yang dipergunakan adalah *quasi eksperimen* (quasi experiment) dengan model rancangan *pretest-posttest without control group*, karena penelitian ini mengarah kepada bagaimana pengaruh konsumsi sari kacang hijau terhadap kadar hemoglobin ibu nifas. Dalam penelitian ini, yang menjadi populasi adalah seluruh ibu nifas minggu pertama pada bulan Juli 2020 sebanyak 12 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *total sampling*.

3. HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian dari 12 orang responden berdasarkan rerata kadar hemoglobin ibu nifas sebelum dan sesudah mengkonsumsi minuman sari kacang hijau di BPM Siti Alia Am.Keb Desa Dolok Sagala Kecamatan Dolok Masihul Tahun 2020 dapat dilihat pada tabel 1 di bawah ini, yakni: Rerata Kadar Hemoglobin Ibu Nifas Sebelum Mengkonsumsi Sari Kacang Hijau.

Pada Tabel 1 menunjukkan bahwa jumlah responden yang diteliti sebanyak 12 orang dengan nilai rerata kadar hemoglobin responden sebelum mengkonsumsi sari kacang hijau yaitu 12,74 gr/dL.

Tabel 1 Distribusi Responden Berdasarkan Rerata Kadar Hemoglobin Ibu Nifas Sebelum Mengkonsumsi Sari Kacang Hijau di BPM Siti Alia Am.Keb Desa Dolok Sagala Kecamatan Dolok Masihul

Kadar Hb sebelum diberikan sari kacang hijau	Std.		Std. Error Mean
	Mean	N	
	12.74	12	.834

Gambar 1. Pemeriksaan kadar haemoglobin pada ibu postpartum



Rerata Kadar Hemoglobin Ibu Nifas Sesudah Mengkonsumsi Sari Kacang Hijau

Dari tabel 2 menunjukkan bahwa jumlah responden yang diteliti sebanyak 12 orang dengan nilai rerata kadar hemoglobin responden sesudah mengkonsumsi sari kacang hijau yaitu 12,75gr/dL.

Tabel 2 Distribusi Responden Berdasarkan Rerata Kadar Hemoglobin Ibu Nifas Sesudah Mengkonsumsi Sari Kacang Hijau

Kadar Hb sesudah diberikan sari kacang hijau	Std.		Std. Error Mean
	Mean	N	
	12.75	12	.717

Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui perbedaan rerata kadar hemoglobin ibu nifas sebelum dan sesudah mengkonsumsi sari kacang hijau, adalah dengan uji statistik *Paired Sample t-test* dengan derajat kepercayaan 95% ($\alpha = 5\%$).

Hasil analisis menunjukkan nilai perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan sari kacang hijau yaitu 0,008 gr/dL. Hasil uji statistik *paired sample t-test* diperoleh nilai $p=0,972$ maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada Pengaruh Sari Kacang Hijau terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Nifas di BPM Siti Alia Am.Keb Desa Dolok Sagala Kecamatan Dolok Masihul Tahun 2020.

4. PEMBAHASAN

Hemoglobin merupakan zat warna yang terdapat didalam darah yang fungsinya untuk mengangkut oksigen dan CO₂ dalam tubuh

(Champe, 2016). Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah responden yang diteliti sebanyak 12 orang dengan nilai rerata kadar hemoglobin responden sebelum mengkonsumsi sari kacang hijau yaitu 12,74 gr/dL.

Penelitian tentang penurunan kadar Hb telah banyak dilakukan, berikut ini beberapa penelitian lain tentang penurunan kadar Hb yang pernah dilakukan, antara lain: Mika pada tahun 2015, tentang hubungan antara anemia dengan ibubersalin di RB L tahun 2012. Sarbaini (2016), yang meneliti tentang faktor yang berhubungan dengan persalinan Sectiosesaria di RS IYG tahun 2016. Sri Wahyuni (2015), tentang hubungan anemia dengan kejadian persalinan prematur di RS P tahun 2010. Yanti (2014), tentang pengaruh IMT pada wanita saathamil terhadap pola makan di RSUP dr. K tahun 2014. Hal ini sesuai dengan teori Tarwoto (2016) bahwa setiap wanita melahirkan pasti mengeluarkan darah. Berapa banyak yang tergantung lama persalinan. Itulah sebabnya semua ibu setelah melahirkan pasti terlihat pucat dan kelelahan. Itu karena mereka kekurangan darah. Masalahnya apabila Hemoglobin (Hb) ibu menurun secara terus menerus, maka sebaiknya ibu juga harus berhati-hati saat akan menghadapi proses melahirkan, sebaiknya jika ibu mengalami anemia ataupun penurunan kadar hb segera mendapatkan penanganan untuk mencegah terjadinya anemia yg lebih buruk. Penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sarbaini (2016) bahwa persalinan mempunyai hubungan dengan penurunan kadar Hb, tetapi berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Wahyuni (2010) bahwa persalinan tidak ada hubungan yang signifikan dengan kadar Hb.

Kelancaran proses persalinan sangat ditentukan oleh cukup

atau tidaknya kadar hemoglobindalam darah, bila penurunan kadar Hb terus berlanjut dapat mempengaruhi dan mempersulit proses persalinan, dapat menghambat metabolisme tubuh dalam merespon hormon yang berperan dalam proses persalinan. Akibatnya, pembukaan berjalan menjadi sangat lambat atau terhambat menyebabkan partus lama, otot rahim lelah untuk berkontraksi, gangguan his, dan tidak adanya kontraksi rahim yang menjadikan proses persalinan berjalan lama. Jika persalinan berlangsung lama maka akan terjadi perdarahan, bila terus menerus terjadi dan tidak berhenti maka kadar Hb ibu dapat terus turun karena kadar Hemoglobin (Hb) yang rendah bisa membahayakan apabila terjadi perdarahan. Aktivitas yang berat yang terjadi selama persalinan menyebabkan mengeluarkan banyak tenaga, oksigen yang tersimpan akan digunakan dengan cepat dan sirkulasi darah normal tidak dapat menyuplai oksigen dengan baik sehingga kinerja otot akan kehabisan oksigen yang menyebabkan kelelahan otot untuk berkontraksi, maka terjadilah kelainan his pada ibu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah responden yang diteliti sebanyak 12 orang dengan nilai rerata kadar hemoglobin responden sesudah mengkonsumsi sari kacang hijau yaitu 12,75 gr/dL. Hal ini sesuai dengan teori bahwa, Zat besi adalah unsur yang sangat penting untuk membentuk sel darah merah atau hemoglobin (Amirul, 2016). Besi merupakan mineral mikro yang paling banyak terdapat di dalam tubuh manusia dan hewan, yaitu sebanyak 3-5 gram didalam tubuh manusia dewasa. Besi mempunyai beberapa fungsi esensial didalam tubuh sebagai alat angkut oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh, sebagai alat angkut

elektron didalam sel, dan sebagai bagian terpadu berbagai reaksi enzim didalam jaringan tubuh (Muwakhidah, 2015).

Zat besi dapat diperoleh dari makanan. Kekurangan zat besi dalam menu makanan sehari-hari dapat menimbulkan defisiensi zat besi (Amirul, 2016). Pemberian kalori 300 kal/hari dan suplemen besi sebanyak 60mg/hari kiranya cukup mencegah anemia. Dimana 60-65 mg Fe setara dengan 200 mg ferrosulfat (Helty, 2015). Sumber baik besi diantaranya makanan hewani, seperti daging, ayam, dan ikan. Sumber baik lainnya adalah telur, serial tumbuk, kacang-kacangan, sayuran hijau, dan beberapa jenis buah (Darlina dan Hardinsyah, 2015).

Salah satu jenis kacang-kacangan yang mengandung zat besi tinggi adalah kacang hijau (*vignaradiata*). Kacang hijau bermanfaat untuk kesehatan khususnya bagi ibu hamil dan menyusui, selain itu juga untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak. Kandungan besi dalam kacang hijau paling banyak terdapat pada embrio dan kulit bijinya. dengan jumlah kandungan zat besi pada kacang hijau sebanyak 6,7mg per 100gram kacang hijau dan salah satu bentuk penyajian kacang hijau yang paling efektif adalah dengan sari kacang hijau, yaitu air dan ampasnya disaring dan dipisahkan sehingga minuman tersebut padat gizi (Dewi, 2017). 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 cangkarnya.

Minuman kacang hijau dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah secara signifikan karena mengandung zat besi, vitamin c, dan

zat seng dan 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, untuk itu dianjurkan bagi para remaja atau mahasiswa untuk meminum kacang hijau pada saat menstruasi atau setelah menstruasi karena untuk mencegah terjadinya anemia defisiensi besi.

Hasil analisis penelitian menunjukkan nilai perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan sari kacang hijau yaitu 0,008 gr/dL. Hasil uji statistik *paired sample t-test* diperoleh nilai $p=0,972$ maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada pengaruh Sari Kacang Hijau terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Nifas di BPM Siti Alia Am. Keb. Desa Dolok Sagala Kecamatan Dolok Masihul Tahun 2020. Pada penelitian ini tidak terdapat pengaruh sari kacang hijau terhadap kadar hemoglobin Ibu nifas, hal tersebut mungkin dapat dikarenakan kondisi ibu nifas minggu pertama belum stabil, ibu nifas masih mengeluarkan *lochea* dan ibu masih harus terbangun malam untuk menyusui bayinya yang menyebabkan berkurangnya waktu istirahat dan tidur ibu postpartum. Tidak terjadi perubahan juga dapat disebabkan oleh singkatnya waktu penelitian.

Hasil penelitian Anastasia (2017) di Kedungmundu Semarang tentang *effect of consuming greenbean (Phaseolus Radiatus) juice on maternal blood profile during pregnancy* didapatkan rerata kadar Hb pada kelompok intervensi sebelum diberi minuman kacang hijau 8,2 gr/dl, setelah diberikan perlakuan menjadi 8,75 gr/dl, sedangkan pada kelompok kontrol rerata Hb ibu hamil sebelum diberi minuman kacang hijau 8,6 gr/dl, setelah diberi minuman kacang hijau

menjadi 8,15 gr/dl, sehingga dapat disimpulkan adanya perbedaan peningkatan rerata kadar Hb ibu hamil pada kelompok intervensi dan kontrol yaitu 0,55 gr/dl. Sama halnya dengan penelitian Amirul Amalia (2016) tentang efektifitas minuman kacang hijau terhadap peningkatan kadar Hb, didapatkan rerata kadar Hb sebelum diberi minuman kacang hijau 9,65 gr/dl dan setelah diberi minuman kacang hijau menjadi 9,94, sehingga dapat disimpulkan terjadi peningkatan kadar Hb sebesar 0,29 gr/dl. Peningkatan kadar Hb yang terjadi tidak menunjukkan peningkatan yang drastis.

Penelitian ini tidak sama dengan penelitian Retnorini (2017) di Puskesmas Pare Kabupaten Temanggung tentang pemberian tablet Fe dan sari kacanghijau terhadap ibu hamil, didapatkan rerata kadar Hb ibu hamil pada kelompok intervensi sebelum diberikan tablet Fe dan sari kacang hijau adalah 9,8906 gr/dl dan setelah diberi perlakuan menjadi 10,796 gr/dl dan pada kelompok kontrol sebelum mendapat tablet 10,1063 gr/dl dan setelah mendapat perlakuan menjadi 10,1250 gr/dl, sehingga dapat disimpulkan perbedaan peningkatan rerata kadar Hb ibu hamil pada kelompok intervensi dan kelompok control sebesar 0,8876 gr/dl.

Bubur kacanghijau mempengaruhi peningkatan kadar hb, karena kacang hijau merupakan salah satu jenis kacang-kacangan yang mengandung zat besi yang sangat tinggi (Astawan, 2015). Dalam 100gr kacang hijau mengandung 6,7mg zatbesi, sehingga dengan mengkonsumsi dua gelas bubur kacang hijau setiap harinya dapat memenuhi hampir 50% kebutuhan zat besi pada ibu hamil. Selain mengandung zatbesi kacanghijau juga mengandung Fitat yang fungsinya untuk menghambat penyerapan zatbesi, oleh

karena itu sebaiknya kacang hijau direndam terlebih dahulu sebelum dilakukan pengolahan. Pengolahan kacang hijau harus direndam dahulu adalah untuk memudahkan penyerapan zat besi didalam tubuh. Selain Fitat yang terkandung dalam kacang hijau, mengkonsumsi kopi dan teh tidak disarankan pada ibu hamil, karena mengkonsumsi minuman tersebut dapat menghambat penyerapan zatbesi, sehingga perlu dilakukan konseling yang tepat tentang hal tersebut (Andrianto, 2016).

DAFTAR PUSTAKA

- Amirul, A. 2016. Efektifitas MinumanKacang Hijau Terhadap PeningkatanKadar Hb.
- Astawan, M. 2015. Sehat DenganHidangan Kacang dan Biji - Bijian.Depok: Penebaran Swadaya.
- Baghwan, D. 2014. Prvalence of Anaemia among Post natal Mother in Coastal Karnataka. Journal of Clinical and Diagnostic Research: JCDR. [[PubMed](#)] [[Google Scholar](#)]
- Champe, CP. 2016. Hematologi Klinis Ringkas.Jakarta:EGC
- Cunningham. 2016. Obstetri Williams Edisi 21. Jakarta: EGC
- Darlina dan Hardinsyah, 2015. Faktor Resiko Anemi Pada Ibu Hamil di Kota Bogor. Media Gizi & Keluarga Dinkes Prov. Sumut. 2018. Profil Kesehatan Provsu Tahun 2018. Medan
- Garrido, C. M. et al. 2017. Maternal Anaemia After Delivery: Prevalence and Risk Factors Maternal Anaemia After Delivery: Prevalence and Risk Factors. J.Obstet. Gynaecol. (Lahore).0, 1-5.
- Guyton. 2014. Intrauterin Growth Restriasion Lippocont Willilam and Wilkins 258-257
- Hoffbrand, J.E.Petit & P.A.H.Moss 2015. Kapita Selektta Hematologi. Jakarta, Penerbit Buku Kedokteran Egc.

- Iyengar, K. 2015. Early Postpartum Maternal Morbidity Among Rural Women Of Rajasthan, India: A Community-Based Study. *J Health Popul Nutr.* 2012 Jun; 30(2): 213-225.
doi: [10.3329/jhpn.v30i2.11316](https://doi.org/10.3329/jhpn.v30i2.11316).
[PubMed] [Google Scholar]
- Kemenkes RI. 2015. Buku Saku Pelayanan Kesehatan Ibu di Fasilitas Kesehatan Dasar dan Rujukan. Jakarta
- Kraemer, K. 2017. The Guide Book Nutritional Anemia. SIGHT AND LIFE press. Switzerland: 102-105.
- Mika, 2015, Hubungan antara anemia dengan ibu bersalin di RB L, Yogyakarta
- Milman N. 2017. Anemia Still A Major Health Problem in Many Parts of the World. *Ann Hematol* 90:369-377
- Mustakim M. 2016. Budidaya Kacang Hijau Secara Intensif. Yogyakarta, Pustaka Baru Press.
- Muwakhidah. 2015. Efek Suplementasi Fe Asam Folat dan Vit B12 Terhadap Peningkatan Kadar (Hb) Pada Pekerja Wanita (DiKabupaten Sukoharjo). UNDIP diakses tanggal 09 Februari 2020.
- Parker JA, Barroso F, Standworth SJ, Spiby H, Hopewell S, Doree CJ, et al. 2016. Gap in the Evidencebased for Prevention and Treatment of Maternal Anemia: Review of Systematic Reviews. *BMC Pregnancy Childbirth* 12, 56
- Retnorini, 2017, Pemberian Tablet Fe dan Sari Kacang Hijau terhadap Ibu Hamil di Puskesmas Pare tahun 2017, Temanggung
- Sarbaini. 2016. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Persalinan Sectio Caesaria di RS IYG tahun 2016.
- Scheutz F, 2015, Postnatal Anaemia: Neglected Problems and Missed Opportunities in Uganda, Health Policy Plan, 2015 Jun; 18(2):225-31. [PubMed] [Google Scholar]
- Somdatta, P. 2015. Prevalence of Anaemia in the Postpartum Period: a Study of a North Indian village. PMID:19762572 DOI: [10.1258/td.2009.080347](https://doi.org/10.1258/td.2009.080347).
[PubMed] [Google Scholar]
- Sudoyo, A.W., Setiyohadi, B., Alwi, I., Simadibrata K, M., Setiati, S. 2016. Ilmu Penyakit Dalam Jilid II Edisi V . Interna Publishing. Jakarta.
- Suryani, dkk. 2015. Analisis Pola Makan dan Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri Kota Bengkulu. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas*, 10(1), 11-18.
- Sumarna, N. 2016. Gambaran Kejadian Anemia pada Ibu Postpartum di RSUD Panembahan Senopati Bantul.
- Taylor, 2014. Puerperal Haematological Indices. PMID:7248217 DOI: [10.1111/j.1471-0528.1981.tb01215.x](https://doi.org/10.1111/j.1471-0528.1981.tb01215.x)
- Varney, Helen. 2016. Buku Ajar Asuhan Kebidanan Ed.4. Jakarta: EGC
- World Health Organization. 2017. Iron deficiency Anaemia: Assessment, Prevalence and Control: a Guide for Programme Managers Geneva.
- Wiknjastro, Hanifa. 2014. Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal.