

MANFAAT KAPSUL DAUN KELOR DALAM MENINGKATKAN KADAR HEMOGLOBIN IBU HAMIL

Rismawati¹, Vilma Ajijul Jana², Neneng Siti Lathifah^{3*}, Sunarsih⁴

^{1,3,4}Prodi DIV Kebidanan Universitas Malahayati

²Picoms International University

*Korespondensi email nenengmalahayati@gmail.com

ABSTRACT: ADVANTAGE OF MORINGA LEAF CAPSULES IN INCREASING HEMOGLOBIN LEVEL TOWARD PREGNANT WOMAN

Introduction: One of the government policies to increase the nutritional needs of pregnant women is iron supplements. Supplements that contain iron are derived from Fe. The national target is 85% and the achievement is for those who consume Fe ≥ 90 tablets of 30.6% and <90 of 64.5%. This indicates that we have not reached the target.

Purpose: to determine the effect of Moringa leaf capsules on increasing hemoglobin levels in pregnant women at Sumanda Public Health Center.

Methods: This type of quantitative research, the research design used is a quasi-experimental with a two group pretest posttest approach. The population in this study were 33 pregnant women who experienced anemia. A sample of 30 people, 15 people as the intervention group were given treatment by consuming Moringa leaf capsules + Fe and 15 people as the control group who were only given Fe. Sampling of this study was conducted using purposive sampling technique, data analysis using the Independent T-test.

Result: The results of univariate analysis showed that the average hemoglobin level in the intervention group before being given Moringa leaf capsules + Fe was 9.907 gr / dl, while in the control group it was 9,800 gr / dl. The average hemoglobin level after being given Moringa + Fe leaf capsules in the intervention group was 11.327 while in the control group was 10.700 gr / dl. 0.90. Bivariate analysis obtained p value 0.000 <0.075, which means p value <a.

Conclusion: there is the effect of giving Moringa leaf capsules to pregnant women on hemoglobin levels at Sumanda Public Health Center, Tanggamus Regency in 2019

Suggestion It is hoped that for the community and the Puskesmas the results of this research can be used as evaluation material and a basis for making policies and formulating program plans. For future researchers as a basic source for other researchers to continue research on the comparison of the increase in hemoglobin levels in pregnant women who are given Moringa leaf capsules.

Key words: Moringa leaf capsules, hemoglobin, pregnant women

ABSTRAK

Latar Belakang: Salah satu kebijakan pemerintah untuk meningkatkan kebutuhan gizi ibu hamil adalah suplemen zat besi. Suplemen yang mengandung zat besi tersebut berasal dari Fe. Adapun target nasional yaitu 85% dan pencapaiannya yaitu untuk yang mengkonsumsi tablet Fe ≥ 90 sebesar 30,6% dan <90 sebesar 64,5%. Hal ini menunjukkan bahwa belum mencapai target.

Tujuan: mengetahui ada pengaruh pemberian kapsul daun kelor terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di Puskesmas Sumanda.

Metode:Jenis penelitian kuantitatif, desain penelitian yang di gunakan adalah *quasi eksperimen* dengan pendekatan *two group pretest posttest*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 33 ibu hamil dimana yang mengalami anemia. Sampel sebanyak 30 orang, 15 orang sebagai kelompok intervensi diberikan perlakuan dengan mengkonsumsi kapsul daun kelor + Fe dan 15 orang sebagai kelompok control yang hanya diberikan Fe. Pengambilan sample penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, analisa data menggunakan uji *T-test Independent*.

Hasil : Hasil analisa univariat didapatkan rata - rata kadar hemoglobin pada kelompok intervensi sebelum diberikan kapsul daun kelor + Fe adalah 9,907 gr/dl sedangkan pada kelompok kontrol 9.800 gr/dl. Rata – rata kadar hemoglobin setelah diberikan kapsul daun kelor + Fe pada kelompok intervensi sebesar 11,327

sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 10,700 gr/dl. 0,90. Analisa bivariat didapatkan nilai p value 0,000<0,075 yang berarti p value <a.

Simpulan: ada pengaruh pemberian kapsul daun kelor Pada Ibu Hamil Terhadap Kadar Hemoglobin di Puskesmas Sumanda Kabupaten Tanggamus Tahun 2019

Saran Bagi masyarakat dna pihak puskesmas hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan evaluasi dan dasar dalam pengambilan kebijakan serta penyusunan rencana program. Bagi peneliti selanjutnya sebagai sumber dasar bagi peneliti lain untuk melanjutkan penelitian tentang perbandingan kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang diberi kapsul daun kelor.

Kata kunci : Kapsul daun kelor, hemoglobin, ibu hamil.

PENDAHULUAN

Anemia pada kehamilan merupakan masalah nasional karena mencerminkan nilai kesejahteraan soial ekonomi masyarakat, dan pengaruhnya sangat besar terhadap kualitas sumber daya manusia. Anemia dalam kehamilan disebut "potential danger to mother an child" (potensial membahayakan ibu dan anak), karena itulah anemia memerlukan perhatian serius dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan pada lini terdepan (Manuaba,2012)

Prevalensi anemia pada kehamilan di Provinsi Lampung adalah tertinggi dipulau sumatera. Tingginya jumlah anemia di Provinsi Lampung adalah sebesar 69,7% angka tersebut lebih tinggi dari angka anemia gizi nasional yaitu sebesar 63%. Sedangkan angka kejadian anemia pada ibu hamil di kabupaten Tanggamus pada tahun 2018 sebanyak 48%. (Dinas Kesehatan Kabupaten Tanggamus, 2018)

Dua kausa tersering anemia selama kehamilan adan nifas adalah defisiensi zat besi dan kehilangan darah akut. Tidak jarang keduanya berkaitan erat larena kehilangan darah dalam jumlah besar disertai hilangnya zat besi hemoglobin serta habisnya simpanan zat besi pada satu kehamilan dapat menjadi kausa penting anemia defisiensi zat besi pada kehamilan selanjutnya. (Leveno,Cunningham , Gant, Alexander, Bloom & Casey 2009)

Kekurangan zat besi dapat terjadi akibat asupan zat besi tidak memadai dan penyerapan, peningkatan kebutuhan besi selama pertumbuhan, serta kehilangan besi secara berlebih. Anemia dalam kehamilan akan memberikan pengaruh yang kurang baik bagi ibu, baik dalam kehamilan, persalinan, maupun nifas dan masa selanjutnya. Secara umum penyulit yang dapat timbul akibat anemia adalah abortus, kelahiran prematur, persalinan lama akibat inersia uteri, perdarahan pasca melahirkan karena atonia uteri, syok, infeksi saat bersalin maupun pasca melahirkan, dan anemia berat (<4gr%) dapat menyebabkan

dekompensasi kordis. Hipoksia akibat anemia dapat menyebabkan syok dan kematian pada persalinan. (Winkjosastro, 2005; Saifudin, 2006; Astuti & Ertiana, 2018)

Terapi utama pada anemia adalah pemberian suplemen Fe setiap hari 200 mg, jika Hb < 5 -6 gr% maka diperlukan transfuse darah (Manuaba, 2006; Tri Hartati & Sunarsih, 2021). Ibu hamil yang mengalami anemia defisiensi besi sangat disarankan untuk melakukan diet makanan yang mengandung besi dan pemenuhan nutrisi adekuat (Astuti & Ertiana;2008; Hartati & Sunarsih;2021). Makanan yang baik dikonsumsi sehari – hari diantaranya yaitu bayam, daun katuk, brokoli, hati ayam, dan kacang – kacangan. Selain itu olahan makanan yang banyak mengandung zat besi juga terdapat pada daun kelor (Handayani, 2003: Hartati & Sunarsih; 2021).

Daun kelor memiliki kandungan gizi yang sangat penting untuk mencegah berbagai macam penyakit. Disamping itu, juha mengandung semua unsur asam amino (essensial) yang sangat penting, yaitu unsur argine, histidine, isoleucine, leusine, lysine, methionine, phenylalinine, threonine, tryptophan dan valine. Selain itu dain kelor mengandung protein, lemak, beta carotene (Vit.A) thiamin (B1), riboflavin (B2), niacin (B3), vitamin C, kalsium, kalori, karbohidrat, tembaga, serat, zat besi, magnesium, dan fosfor, ini merupakan suatu sumber yang luar biasa dari tumbuhan daun kelor (Peter, 2008; Aini Q,2019)

Pada tahun 1999, Fuglie LJ pertama kali mempublikasikan hasil penelitian tentang kandungan nutrisi kelor yang tertuang dalam buku "The Miracle Tree Natural Nutrition for the Tropics". Menurut hasil penelitiannya, daun kelor serbuk mengandung 10 kali vitamin A yang ada pada wortel, 25 kali zat besi pada bayam, 17 kali kalsium pada susu, 9 kali protein pada yogurt dan 15 kali potassium pada pisang (Krisnadi, 2015; Maryani & Suryadarma, 2019)

Berdasarkan hasil prasurvei yang telah peneliti lakukan pada bulan Februari Tahun 2019 di

Puskesmas Sumanda Kabupaten Tanggamus berdasarkan data rekam medik terdapat 69 ibu hamil trimester I-III yang melakukan pemeriksaan kehamilan dimana 33 ibu hamil mengalami anemia, dibandingkan dengan puskesmas Talang Padang dimana dari 43 ibu hamil yang mengalami anemia hanya sebanyak 26 dari jumlah ibu hamil. Upaya preventif dan terapi yang sudah diberikan selama ini adalah dengan pemberian dan sosialisasi konsumsi tablet Fe serta konsumsi makanan yang mengandung vitamin terutama Fe pada ibu hamil. Saat ini terapi komplementer menjadi alternatif pengobatan dan pencegahan penyakit, terapi tradisional dengan memanfaatkan bahan hebral berupa tanaman yang ada disekitar kita dapat menjadi pilihan yang baik. Oleh sebab itu peneliti mencoba melakukan penelitian dengan memberikan intervensi berupa kapsul daun kelor kepada ibu hamil yang mengalami anemia, karena kelor terbukti memiliki kandungan vitamin yang baik bagi ibu hamil.

METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini penulis membatasi ruang lingkup penelitian sebagai berikut, jenis penelitian ini adalah kuantitatif, dengan rancangan penelitian *quasy eksperimen* dengan pendekatan *Two Group Pretest-Posttest Design*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang mengalami anemia yaitu sebanyak 33 orang, sampel yang di dapatkan yaitu 30 orang yang memenuhi kriteria sampel. Teknik sampling menggunakan purposive sampling.

Pada penelitian ini peneliti membagi responden menjadi 2 kelompok masing-masing 15 orang yang akan diberikan kapsul daun kelor, dan 15 orang tidak diberikan, namun kedua kelompok tetap mengkonsumsi tablet Fe yang sudah diberikan dari puskesmas. Pengambilan data dilakukan dengan pengukuran kadar Hb baik pada kelompok intervensi maupun pada kelompok kontrol, pengukuran pertama dilakukan sebelum treatmen dimulai (*pretest*) dan pengukuran kedua dilakukan setelah treatmen selesai (*post test*). Lalu kedua data HB ibu hamil tersebut di analisa dengan menggunakan analisa univariat dan bivariat. Analisa bivariat menggunakan uji T – independent.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan perlakuan sebesar 9,90, dengan nilai median 9,800, standar deviasi sebesar 0,278, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 9,5 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maximal sebesar 10,3. Nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan perlakuan sebesar 11.327, dengan nilai median 11.400, standar deviasi sebesar 0,263, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 10,8 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maximal sebesar 11,7.

**Tabel 1.
Kadar Hemoglobin Sebelum Dan Sesudah Konsumsi Kapsul Daun Kelor Dan Tablet Fe**

Kadar Hemoglobin	N	Mean	Median	SD	Min	Max
sebelum konsumsi kapsul daun kelor + tablet FE	15	9,90	9,800	0,278	9,5	10,3
setelah konsumsi kapsul daun kelor dan tablet FE	15	11.327	11.400	0,263	10,8	11,7

**Tabel 2.
Kadar Hemoglobin Sebelum Dan Sesudah Konsumsi Tablet Fe**

Kadar Hemoglobin	N	Mean	Median	SD	Min	Max
Sebelum konsumsi FE	15	9,800	9,700	0,2699	9,5	10,3
Sesudah konsumsi Fe	15	10.700	10.500	0.2507	10,5	11,1

Berdasarkan table 2 diatas dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan perlakuan pada sebesar 9,800, dengan nilai median 9,700, standar deviasi sebesar 0,2699, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 9,5 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi

atau maximal sebesar 10,3. Rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan perlakuan sebesar 10.700, dengan nilai median 10.500, standar deviasi sebesar 0.2507, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 10,5 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maximal sebesar 11,1.

Analisis Bivariat

Tabel 3.
Kapsul Daun Kelor dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil

Kadar Hemoglobin	N	SD	SE	P value
Kelompok Intervensi	15	0.1373	0.0355	
Kelompok Kontrol	15	0.0756	0.0195	0.000

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat diketahui hasil uji t didapat p value $0,000 < \alpha (0,05)$ artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada Pengaruh Pemberian kapsul daun kelor pada ibu hamil terhadap kadar hemoglobin di puskesmas sumanda tahun 2019.

PEMBAHASAN

Berdasarkan analisa bivariat dapat diketahui bahwa nilai p value $0,000 < \alpha (0,05)$ artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada Pengaruh Pemberian Kapsul daun kelor Pada Ibu Hamil Terhadap Kadar Hemoglobin di Puskesmas Sumanda Tahun 2019

Kebutuhan Fe untuk ibu hamil meningkat untuk pertumbuhan janin. Kebutuhan zat besi trimester 1 kurang lebih 1 mg/hari (kehilangan basal 0,8 mg/hari) ditambah 30 -40 mg untuk kebutuhan janin dan sel darah merah. Kebutuhan zat besi pada ibu trimester II kurang lebih 5 mg/ hari, (kehilangan basal 0,8 mg/hari ditambah kebutuhan sel darah merah 300 mg dan conceptus 115 mg. Pada trimester 3 kebutuhan zat besi 5 mg/hari (kehilangan basal 0,8mg/hari) ditambahkan kebutuhan sel darah merah 150 mg, conceptus 223 mg. (Merryana Adriani, 2016)

Daun kelor kering mengandung beragam zat/unsur yakni protein 27,1 g, lemak 2,3 g, betakaroten (vitamin A) sebanyak 18,9 mg, Thiamin (vitamin B1) sebanyak 2,64 mg, riboflavin (vitamin B2) sebanyak 20,05 mg, vitamin C sebanyak 17,83 mg, kalsium sebanyak 2,003 mg, kalori sebanyak 205 kal, karbohidrat sebanyak 38,2 g, serat 19, 2 g dan zat besi sebanyak 28,2 mg (Hendarto, 2019). Menurut Sisanhisari dkk; Secangkir daun kelor cincang mengandung 0,84 mg zat besi, 8 mcg folat dan 1588 IU vitamin A. Studi pada tikut menunjukkan daun kelor menunjukkan efek positif pada paramenter darah seperti jumlah trombosit, kadar hemoglobin, volume sel darah merah dan lain-lain (Sisanhirasi, dkk, 2020)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang sudah dilakukan salah satu peneliti sebelumnya tentang konsumsi ekstrak daun kelor dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil pada tahun 2018. Dimana berdasarkan hasil analisa univariat dan bivariat diketahui adanya kenaikan

rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil, dan hasil uji stastistic didapatkan nilai p value $0,000 < 0,005$ yang artinya ada pengaruh ekstrak daun kelor terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil (Hartati, T., & Sunarsih, S. (2021)

Anemia kekurangan zat besi pada kehamilan disebabkan kurangnya masukan unsur besi dalam makanan, ganggu reabsorbsi dan lainnya. Kebutuhan zat besi dan vitamin pada ibu hamil jauh lebih tinggi dibandingkan wanita yang tidak hamil. Mengingat dampak dari kekurangan zat besi cukup serius baik bagi ibu dan janin, maka setiap ibu hamil diharuskan mengkonsumsi tablet Fe, terutama ibu hamil dengan anemia. Tablet Fe yang dikonsumsi tidak semuanya dapat diabsorbsi oleh tubuh, oleh sebab itu daun kelor dengan komposisi zat besi dan vitamin yang cukup tinggi mampu membantu penyerapan Fe secara maksimal. Kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil tentunya berbeda-beda hal tersebut dikarenakan oleh nutrisi ibu hamil yang didapatkan dari makanan yang mereka makan setiap harinya yang dapat membantu pembentukan hemoglobin dan penyerapan konsumsi zat besi seperti protein dan vitamin C.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan ada Pengaruh Pemberian kapsul daun kelor Pada Ibu Hamil Terhadap Kadar Hemoglobin di Puskesmas Sumanda dengan p -value $0,000 < 0,05$.

SARAN

Bagi masyarakat dna pihak puskesmas hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan evaluasi dan dasar dalam pengambilan kebijakan serta penyusunan rencana program. Bagi peneliti selanjutnya sebagai sumber dasar bagi peneliti lain untuk melanjutkan penelitian tentang perbandingan kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang diberi kapsul daun kelor.

DAFTAR PUSTAKA

- Aini, Q. (2019). *Analisis Ekstrak Daun Kelor (Moringa Oleifera) pada Pengobatan Diabetes Mellitus*. Syiah Kuala University Press.

- Astuti, R. Y., & Ertiana, D. (2018). *Anemia dalam Kehamilan*. Pustaka Abadi.
- Adriani dan Wirjatmadi. 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta : Kencana Prenada Media.
- Alamaitser, S. 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Arisman. 2010. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Jakarta : EGC.
- Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. 2016.
- Diyah Ayu Susilowati, dkk. 2017. *Pengaruh Pemberian Buah Kurma Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Terhadap Kadar Hemoglobin Di BPM Tri Rahayu Setyaningsih Cangkringan Sleman Yogyakarta*
- Fadlun & Achmad Feryanto. 2011. *ASuhan Kebidanan Patologi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hendarto, D. *Khasiat Jitu Daun Kelor dan Sirih Merah Tumpas Penyakit*. LAKSANA.
- Hartati, T., & Sunarsih, S. (2021). Konsumsi Ekstrak Daun Kelor Dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil. *Malahayati Nursing Journal*, 3(1), 101-107.
- Hastono. 2007. *Analisa Data Kesehatan*. Jakarta : FKM. UI.
- Hidayat, Z. Z., Ajiz, E. A., & Krisnadi, S. R. (2016). Risk factors associated with preterm birth at Hasan Sadikin General Hospital in 2015. *Open Journal of Obstetrics and Gynecology*, 6(13), 798.
- Hidayat. Alimul. 2010. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Tehnik Analisis Data*. Surabaya: Salemba.
- Kebidanan, I. (2012). *Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta: EGC.
- Lestari Handayani, M. *Tanaman Obat untuk Masa Kehamilan & Pasca Melahirkan*. AgroMedia.
- Leveno, K. J., Cunningham, F. G., Gant, N. F., Alexander, J. M., Bloom, S. L., & Casey, B. M. (2009). *Obstetri Williams: Panduan ringkas*. Jakarta: EGC.
- Manuaba, I. B. G. (2006). IBG Fajar manuaba. *Pengantar Kuliah Bedah*. Buku Kedokteran EGC: Jakarta.
- Manuaba, IBG. 2012. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta : EGC.
- Merryana Adriani, S. K. M. (2016). *Peranan gizi dalam siklus kehidupan*. Prenada Media.
- Notoatmodjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Prawirohardjo, S. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.
- Saifuddin. 2009. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.
- Sisanhirasi,dkk. 2020. Pengabdian Masyarakat: Membangun Gerakan Literasi di tengah Pandemi Covid-19. Sulawesi Selatan: IAIN Parepare Nusantara Press
- Sugiyono. 2013. *Statistik untuk Kesehatan*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono.2014. *Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R & D*. Bandung : ALFABETA.
- Sulistyawati, Ari. 2009. *Asuhan Kebidanan Pada Masa Kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Supariasa et al. 2012. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : EGC.
- Tarwoto dan Wasnidar. 2013. *Buku Saku Anemia pada Ibu Hamil Konsep dan Penatalaksanaan*. Jakarta : Trans Info Media 2007.
- Winkjosastro, H. (2005). *Ilmu Kebidanan*, Edisi 2. Jakarta: yayasan bina pustaka sarwono prawirohardjo.