

**PENGARUH PEMBERIAN KACANG HIJAU TERHADAP KENAIKAN KADAR  
HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER II DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS RAWAT INAP WAY KANDIS BANDAR LAMPUNG  
TAHUN 2018**

Neneng Siti Lathifah<sup>1)</sup>

**ABSTRAK**

Anemia pada kehamilan merupakan masalah nasional karena mencerminkan keadaan sosial ekonomi masyarakat dan pengaruhnya sangat besar terhadap kualitas sumber daya manusia. Berdasarkan hasil prasurvei yang telah peneliti lakukan pada bulan Januari 2017 di Puskesmas Way Kandis berdasarkan data rekam medik terdapat 58 ibu hamil trimester II yang melakukan pemeriksaan kehamilan dimana 33 ibu hamil mengalami anemia. Tujuan dari penelitian ini adalah diketahui Pengaruh Pemberian Kacang hijau Terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil Trimester II di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018.

Jenis Penelitian Kuantitatif, rancangan penelitian *metode quasi eksperimen* dengan pendekatan *pretest-posttest with control group*. Populasi seluruh ibu hamil TM II yang melakukan *Antenatal Care* (ANC) di Puskesmas Rawat Inap Way Kandis adalah sebanyak 58 ibu hamil. Sampel sebanyak 30 orang 15 orang sebagai kelompok intervensi dan 15 orang sebagai kelompok kontrol, dengan kriteria inklusi Responden yang sedang hamil TM II, Responden dengan kesadaran penuh dan bersedia menjadi subjek penelitian. Dengan teknik *sampling purposive sampling*. Analisa data dengan uji *T-test*.

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan kacang hijau dan Tablet FE sebesar 9,33 gr/dl, rata-rata kadar hemoglobin setelah diberikan kacang hijau dan Tablet FE sebesar 10,80 gr/dl, rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan tablet FE sebesar 9,27 gr/dl, rata-rata kadar hemoglobin setelah diberikan Tablet FE sebesar 10,33 gr/dl sesudah dilakukan intervensi sebesar 10,73. Diketahui Ada Pengaruh Pemberian Kacang hijau Terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil Trimester II di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018. Hasil uji *t* didapat *p value*  $0,000 < \alpha$  (0,05). Disarankan bagi tenaga kesehatan khususnya bidan agar menganjurkan kepada ibu hamil untuk mengkonsumsi kacang hijau sebagai pendamping Fe karena dapat menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Kata Kunci : Kacang hijau, Tablet FE, Kadar hemoglobin

**PENDAHULUAN**

Program *Sustainable Development Goals (SDGs)* merupakan program yang disusun oleh Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB) menggantikan program sebelumnya, yaitu *Millennium Development Goals (MDGs)*. Tujuan dari SDGs adalah mengakhiri kemiskinan, menjamin kehidupan sehat, mempromosikan pendidikan dan memerangi perubahan iklim. Sasaran yang termuat dalam tujuan dan sasaran SDGs adalah penurunan angka kematian ibu, penurunan angka kematian balita, penurunan angka AIDS/HIV dan cakupan air minum. Sasaran SDGs pada 2030 adalah mengurangi Angka Kematian Ibu (AKI) menjadi 70 per 100.000 kelahiran hidup dan menurunkan Angka Kematian Bayi (AKB) sebanyak 12 per 1.000 KH dan Angka

Kematian Balita (AKABA) 25 per 1.000 KH (Hoelman, 2015).

Prevalensi anemia pada kehamilan di Provinsi Lampung adalah tertinggi di pulau Sumatera. Tingginya jumlah anemia di Provinsi Lampung adalah sebesar 69,7% angka tersebut lebih tinggi dari angka anemia gizi nasional yaitu sebesar 63% (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2015).

Berdasarkan data dinas kesehatan kota Bandar Lampung prevalensi angka kejadian anemia dalam kehamilan tahun 2013 sebesar 5.655 kasus (24,7%) dan kejadian anemia dalam kehamilan meningkat pada tahun 2014 menjadi sebesar 6.428 kasus (26,8%), sedangkan pada tahun 2015 angka kejadian anemia sebesar 6.856 kasus (27,6%) (Dinas Kesehatan kota Bandar Lampung, 2015).

1) Dosen Program Studi Kebidanan Universitas Malahayati

*Anemia* merupakan salah satu penyebab tidak langsung terjadinya perdarahan terbanyak pada ibu bersalin (Prawirahardjo, 2009). Pengaruh *anemia* pada saat persalinan yaitu gangguan his, kekuatan mengejan, kala pertama dapat berlangsung lama, kala uri dapat diikuti retensio plasenta dan perdarahan post partum karena atonia uteri, kala empat dapat terjadi perdarahan post partum sekunder dan atonia uteri (Manuaba, 2009).

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. Kekurangan vitamin A dapat memperburuk anemia defisiensi besi. Pemberian suplementasi vitamin A memiliki efek menguntungkan pada anemia defisiensi besi. Vitamin A memiliki banyak peran di dalam tubuh, antara lain untuk pertumbuhan dan diferensiasi sel progenitoreritrosit, imunitas tubuh terhadap infeksi dan mobilisasi cadangan zat besi seluruh jaringan. Interaksi vitamin A dengan zat besibersifat sinergis (Amirul, 2016).

#### RUMUSAN MASALAH

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada Pengaruh Pemberian Kacang hijau Terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil Trimester II di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018?”.

#### TUJUAN

Diketahui Pengaruh Pemberian Kacang hijau Terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil Trimester II di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018.

#### MANFAAT PENELITIAN

Memberikan informasi tentang pentingnya mengkonsumsi kacang hijau dalam peningkatan hemoglobin ibu agar tidak terjadi anemia khususnya pada ibu hamil, dan pada

akhirnya masyarakat terutama ibu hamil mau mengikuti dan berpartisipasi dalam penurunan kejadian anemia pada ibu hamil dan dapat mencapai hasil cakupan program sesuai harapan.

#### METODE

Penelitian kuantitatif dengan rancangan menggunakan pendekatan *quasi eksperimen* yaitu metode *pretest-posttest with control group*, dimana dalam rancangan ini seperti rancangan *pretest posttest*, dan memiliki group control (Notoatmodjo, 2012). Penelitian ini telah dilakukan di Puskesmas Rawat Inap Way Kandis. Pada Februari sampai juli Tahun 2018.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil TM II yang melakukan *Antenatal Care* (ANC) di Puskesmas Rawat Inap Way Kandis adalah sebanyak 58 ibu hamil. Pada saat dilakukan penelitian yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi itu sebanyak 30 orang 15 orang sebagai kelompok intervensi dan 15 orang sebagai kelompok kontrol.

Kriteria inklusi dalam penelitian ini:

- 1) Responden yang sedang hamil TM II
- 2) Responden dengan kesadaran penuh
- 3) Bersedia menjadi subjek penelitian dalam penelitian ini adalah :

Ibu hamil yang mengalami anemia berat (HB < 8)

Pengambilan sample penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*, pengambilans ampel secara *purposive* didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan cirri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya (Notoatmodjo, 2012). Variabel dalam penelitian ini yaitu Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu konsumsi kacang hijaudan tablet FE. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kadar Hb.

#### HASIL PENELITIAN

Tabel 2

Rata-Rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Sebelum Diberikan Kacang Hijau Dan Tablet FE Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018

Variabel	N	Mean	Median	SD	Min	Max
Hasil Pengukuran kadar hemoglobin sebelum konsumsi kacang hijau dan tablet FE	15	9,33	9,00	0,488	9	10

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan perlakuan pada ibu hamil sebesar 9,33, dengan nilai median

9,00, standar deviasi sebesar 0,488, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 9 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maximal sebesar 10.

Tabel 2  
Rata-Rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Setelah Diberikan Kacang Hijau Dan Tablet FE Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018

Variabel	N	Mean	Median	SD	Min	Max
Hasil Pengukuran kadar hemoglobin sebelum konsumsi tablet FE	15	9.27	9.00	0.458	9	10

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan perlakuan sebesar 10.80, dengan nilai median 11.00,

standar deviasi sebesar 0.414, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 10 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maximal sebesar 11.

Tabel 3  
Rata-Rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Sebelum Diberikan Tablet FE Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018

Variabel	N	Mean	Median	SD	Min	Max
Hasil Pengukuran kadar hemoglobin sesudah diberikan kacang hijau dan tablet FE	15	10.80	11.00	0.414	10	11

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan perlakuan pada kelompok kontrol pada ibu hamil sebesar 9.27,

dengan nilai median 9.00, standar deviasi sebesar 0.458, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 9 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maximal sebesar 10.

Tabel 4  
Rata-Rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Setelah Diberikan Tablet FE Di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018

Variabel	N	Mean	Median	SD	Min	Max
Hasil Pengukuran kadar hemoglobin sesudah konsumsi tablet FE	15	10.33	10.00	0.488	10	11

Berdasarkan tabel 4 diatas dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan perlakuan pada kelompok kontrol sebesar 10.33, dengan nilai median 10.00, standar deviasi sebesar 0.488, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 10 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maximal sebesar 11.

Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018				
Hasil Pengukuran Hemoglobin	N	SD	SE	P value
Kelompok Intervensi	15	0.516	0.133	0.000
Kelompok Kontrol	15	0.258	0.067	

Tabel 5  
Pengaruh Pemberian Kacang hijau Terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil Trimester II di Wilayah Kerja Puskesmas

Berdasarkan tabel 4.9 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 Kacang hijau Terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu

hamil Trimester II di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian analisa bivariat menggunakan uji hasil uji t didapat  $p$  value  $0,000 < \alpha$  (0,05) artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang berarti ada Pengaruh Pemberian Kacang hijau Terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil Trimester II di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018.

Hal ini sesuai dengan teori bahwa, Zat besi adalah unsur yang sangat penting untuk membentuk sel darah merah atau hemoglobin (Andriani dan widjatmadi, 2012). 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 (Almatzier,2010).

Zat besi adalah mineral yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah.Selain itu mineral ini juga berfungsi sebagai komponen untuk membentuk mioglobin (protein yang membawa oksigen ke otot). Salah satu unsur penting dalam proses pembentukan sel darah merah adalah zat besi. Zat besi dapat diperoleh dari makanan.Kekurangan zat besi dalam menu makanan sehari-hari dapat menimbulkan defisiensi zat besi (Almatsier, 2009).Pemberian tablet zat besi selama kehamilan merupakan salah satu cara yang paling cocok bagi ibu hamil untuk meningkatkan kadar Hb sampai tahap yang di inginkan, Pemberian tablet zat besi selama kehamilan merupakan salah satu cara yang paling cocok bagi ibu hamil untuk meningkat kadar Hb yang diinginkan. Pemberian kalori 300kalori/hari dan supleme besi sebanyak 60 mg/hari kiranya cukup mencegah anemia. Dimana 60-65 mg Fe setara dengan 200 mg ferro sulfat ( Saifuddin, 2009).

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 (Almatsier,2010).

Salah satu jenis kacang-kacangan yang mengandung zatbesi tinggi adalah kacang hijau(*vignaradiata*). Kacang hijau sangat bermanfaat bagi kesehatan ibu hamil dan menyusui,juga untuk menunjang masa pertumbuhan anak.Kandungan zat besi dalam kacang hijau paling banyak terdapatpada embrio dan kulit bijinya. dengan jumlah kandungan zat besi pada kacang hijau sebanyak 6,7 mg per100 gram kacang hijau dan salah satu bentuk penyajian kacang hijau yang paling efektif adalah dengan sari kacang hijau,yaitu airdan 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 cangkirnya.Kekurangan vitamin A dapat meperburuk anemia defisiensi besi.Pemberian suplementasi vitamin A memiliki efek menguntungkan pada anemia defisiensi besi. Vitamin A memiliki banyak peran di dalam tubuh, antara lain untuk pertumbuhan dan diferensiasi sel progenitoreritrosit, imunitas tubuh terhadap infeksi dan mobilisasi cadangan zat besi seluruh jaringan. Interaksi vitamin A dengan zat besi bersifat sinergis. Berdasarkan jumlahnya , protein merupakan penyusunan utama kedua setelah karbohidrat. Kacang hijau mengandung 20-25% protein.Protein pada kacang hijau mentah memiliki daya cerna sekitar 77%.Daya cerna yang tidak terlalu tinggi tersebut disebabkan oleh adanya zat antigizi, seperti anti tripsin dan tanin (polifenol). Untuk meningkatkan daya cerna protein tersebut, kacang hijau harus diolah terlebih dahulu melalui proses pemasakan, seperti perebusan, pengukusan, dan sangria (Astawan M,2009).

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 progenitoreritrosit, imunitas tubuh terhadap infeksi dan mobilisasi cadangan zat besi seluruh jaringan, untuk itu dianjurkan bagi para remaja atau mahasiswi untuk meminum kacang hijau pada saat menstruasi atau setelah menstruasi karena untuk mencegah terjadinya anemia defisiensi besi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Amirul Amalia (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  $p = 0,000$ .

Menurut pendapat peneliti berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa hasil kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil tersebut berbeda-beda hal tersebut dikarenakan oleh nutrisi ibu hamil yang didapatkan dari makanan yang mereka makan setiap harinya, dimana setiap ibu mengkonsumsi makanan yang berbeda-beda setiap harinya sehingga kenaikan kadar hemoglobin yang lebih tinggi selain didapatkan dari kacang hijau dan tablet zat besi yang ibu konsumsi setiap hari tetapi disebabkan juga oleh absorsi dari makanan lain.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan hasil penelitian adalah sebagai berikut:

1. Diketahui rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum diberikan kacang hijau dan Tablet FE di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018 yaitu sebesar 9,33 gr/dl.
2. Diketahui rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil setelah diberikan kacang hijau dan Tablet FE di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018 yaitu sebesar 10,80 gr/dl.
3. Diketahui rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum diberikan tablet FE di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018 yaitu sebesar 9,27 gr/dl.
4. Diketahui rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil setelah diberikan Tablet FE di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun 2018 yaitu sebesar 10,33 gr/dl.
5. Diketahuinya ada Pengaruh Pemberian Kacang hijau Terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil Trimester II di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Way Kandis Bandar Lampung Tahun

2018, uji t didapat ( $p$  value  $0,000 < \alpha$  0.05).

Diharapkan hasil penelitian menjadi salah satu bahan informasi bagi bidan bahwa dengan mengkonsumsi kacang hijau merupakan salah satu alternative dalam menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil, sehingga diharapkan bidan menyarankan kepada ibu hamil agar selain memberikan tablet Fe juga menyarankan kepada ibu hamil agar dirumah mengkonsumsi kacang hijau dan tablet Fe sehingga dapat mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Adrianidan Wirjatmadi. 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta :Kencana Prenada Media.
- Alamaitser, S. 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Amirul Amalia. 2016. *Efektifitas Minuman Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hb*.
- Arisman. 2010. *Gizidalam Daur Kehidupan*. Jakarta : EGC.
- Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. 2016.
- DinasKesehatanProvinsi Lampung. 2014.
- DinasKesehatan Kota Bandar Lampung. 2015.
- DewiLuh Retnorini. 2017. *Pengaruh Pemberian Tablet Fe Dan Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil*.
- Fadlun&Achmad Feryanto. 2011. *ASuhan Kebidanan Patologi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Hastono.2007. *Analisa Data Kesehatan*. Jakarta : FKM. UI.
- Hidayat.Alimul. 2010.*Metode Penelitian Kebidanan Dan Tehnik Analisis Data*. Surabaya: Salemba.
- Hoelman.2015. *Millenneum Development Goals*.Kuswardhani, Dian Sukma. 2016. *Manfaat & Khasiat Kacang, Menjaga Kesehatan Otak, Jantung, GulaDarah, Hingga IbuHamil dan Janin*. Yogyakarta: ANDI.
- Manuaba, IBG. 2012. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta : EGC.
- Mochtar,Rustam. 2009. *Sinopsis Obstetri*. Jakarta

- Notoatmodjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. RinekaCipta.
- Prawirohardjo, S. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta :Yayasan Bina Pustaka.
- Profil Kesehatan Indonesia. 2014.
- Saifuddin. 2009. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta :Yayasan BinaPustaka.
- Stefani. 2017. *Effect Of Consuming Green Bean (PhaseolusRadiatus) Juice On Maternal Blood Profile During Pregnancy*.
- 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: SalembaMedika.
- Supriasa et al. 2012.*Penilaian Status Gizi*.Jakarta : EGC.
- TarwotodanWasnidar.2013. *BukuSaku Anemia pada Ibu Hamil Konsep dan Penatalaksanaan*. Jakarta : Trans Info Media 2007.