

PENGARUH PEMBERIAN TABLET FE DENGAN SARI KACANG HIJAU TERHADAP PENINGKATAN HB PADA IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS DUNGALIYO

¹ Harismayanti, ² Fahmi A. Lihu

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo. Gorontalo
E-mail : harismayanti@umgo.ac.id

Abstract

Anemia is the most severe level of iron deficiency and occurs when hemoglobin (Hb) concentrations are far below the threshold determined as anemia. One of the greatest causes of maternal death is anemia or iron (Fe) deficiency. Has been found one way to deal with nutritional anemia, especially in pregnant women, is through supplementing Fe tablets and increasing the intake of Fe food sources, green bean extract. This research was conducted in Dungaliyo Health Center. The purpose of this study was to identify the effect of giving Fe tablets and green bean extract to increase hemoglobin (Hb) level in pregnant women. The researcher used quasi experimental design with two group pre-test - post test. Samples were 34 pregnant women who were taken by using total sampling techniques. This research instrument was a Hb measurement questionnaire. Statistical tests using T-t test dependent on the increase in Hb in pregnant women before and after the intervention with level of significancy 0,000 (p -value < 0,05). The result showed that there is an effect of giving Fe tablets with green bean extract to increase hemoglobin in women at Dungaliyo Community Health Center.

Keywords : Fe tablet; Green Bean Extract; Hb; Pregnant Women

Abstrak

Anemia adalah tingkat kekurangan zat besi yang paling berat dan terjadi bila konsentrasi hemoglobin (Hb) jauh dibawah ambang batas yang ditentukan sebagai anemia. Salah satu penyebab kematian ibu akibat anemia atau defisiensi zat besi (Fe). Oleh karena itu telah ditemukan salah satu cara dalam penanggulangan anemia gizi terutama pada wanita hamil adalah melalui suplementasi tablet Fe dan meningkatkan asupan makanan sumber Fe, yaitu sari kacang hijau. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Dungaliyo. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi pengaruh pemberian tablet Fe dengan sari kacang hijau terhadap peningkatan Hb pada ibu hamil. Desain Penelitian ini menggunakan *quasi eksperimental two grup pre test – post test*. Sampel 34 orang ibu hamil dengan teknik *total sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner pengukuran Hb. Uji statistik menggunakan *T-t test dependent* terhadap peningkatan Hb pada ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi yang didapatkan nilai *significancy* 0,000 (p -value < 0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh pemberian tablet Fe dengan sari kacang hijau terhadap peningkatan Hb pada Ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Dungaliyo.

Kata Kunci : Tablet Fe; Sari kacang hijau; Hb; Ibu hamil

PENDAHULUAN

Ibu hamil merupakan salah satu kelompok rawan kekurangan gizi, karena terjadi peningkatan kebutuhan gizi untuk memenuhi kebutuhan ibu dan janin yang dikandungnya. Pola makan yang salah pada ibu hamil membawa dampak terhadap terjadinya gangguan gizi antara lain anemia, penambahan berat badan yang kurang pada ibu hamil dan gangguan pertumbuhan janin. Anemia pada ibu hamil meningkatkan resiko terjadinya

abortus, lahir prematur, melahirkan bayi dengan BBLR (berat badan lahir rendah), lahir mati dan kematian prenatal (Wirawan, 2015).

Sampai saat ini anemia masih merupakan penyebab tidak langsung kematian obstetri ibu yang utama. Anemia dalam kehamilan dapat memberi dampak yang kurang baik bagi ibu, baik selama masa kehamilan, persalinan maupun selama masa nifas dan masa selanjutnya. Berbagai penyulit dapat timbul akibat

anemia, seperti partus lama karena inertia uteri, perdarahan postartum karena atnia uteri, syok dan infeksi merupakan berbagai macam dampak yang dapat ditimbulkan oleh anemia. Gangguan atau hambatan pada pertumbuhan sel otak pada janin dapat terjadi akibat keadaan kekurangan besi (Fe) yang dialami oleh ibu hamil. Pada ibu hamil, keadaan kekurangan besi (Fe) ini dapat menyebabkan keguguran, bayi lahir sebelum waktunya, bayi berat lahir rendah (BBLR), perdarahan sebelum serta pada waktu melahirkan, dan bahkan kematian ibu dan bayi merupakan resiko yang dihadapi oleh ibu hamil yang mengalami anemia berat (Soraya, 2013).

Menurut *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil secara global mencapai 41,8% atau sekitar 56 juta ibu hamil. Menurut WHO, 40% kematian di negara berkembang disebabkan oleh berkaitan anemia selama kehamilan. Kebanyakan anemia dalam kehamilan disebabkan oleh defisiensi besi dan perdarahan akut, bahkan tidak jarang keduanya saling berinteraksi WUS (Wanita Usia Subur). Pada tahun 2013, terdapat 289.000 perempuan meninggal selama dan setelah masa kehamilan serta persalinan (WHO, 2014).

Di Indonesia berdasarkan data Riskesdas tahun 2017 presentase ibu hamil yang mengalami anemia mengalami peningkatan menjadi 48,8% dibandingkan hasil Riskesdas tahun 2013 yaitu sebesar 37,1% (Subagyo, 2018). Untuk cakupan ibu hamil yang mendapatkan tablet tambah darah atau TTD ≥ 90 sebanyak 31,30% dan TTD ≤ 90 sebanyak 52,3%. Presentase konsumsi ibu hamil yaitu energi 71,6%, protein 86,4%, karbohidrat 76,8% dan lemak 70,0% (Kemenkes RI, 2018).

Di Provinsi Gorontalo pada tahun 2017 tercatat jumlah ibu hamil sebanyak 22.115. Untuk cakupan kunjungan K4 pada ibu hamil adalah sebesar 21.504 (82,34%). Untuk ibu hamil yang mendapatkan tablet tambah darah atau TTD ≥ 90 sebanyak 20,62% dan TTD ≤ 90 sebanyak 76,28%. Padahal salah satu

kriteria K4 adalah ibu hamil tersebut mendapatkan tablet besi (Fe) sebanyak 90 tablet yang diindikasikan dengan besarnya cakupan besi (Kemenkes RI, 2018). Di Kabupaten Gorontalo pada tahun 2017 jumlah ibu hamil sebanyak 8.247 orang. Sedangkan cakupan ibu hamil yang mendapatkan tablet tambah darah Fe1 8128 (99%) dan Fe3 7490 (91%%) (Dikes Kab.Gorontalo, 2018).

Anemia pada ibu hamil wajar terjadi karena adanya peningkatan plasma sel darah yang disebut *Pseudoanemia*. Ibu hamil dikatakan mengalami anemia apabila kadar *Hb* < 11 gr%. Terdapat beberapa faktor yang mempermudah dan menghambat absorpsi zat besi dalam tubuh. Konsumsi buah-buahan yang mengandung vitamin C sangat berperan dalam absorpsi besi dengan jalan meningkatkan absorpsi zat besi non heme hingga empat kali lipat. Mekanisme absorpsi ini termasuk mereduksi ferri menjadi bentuk ferro dalam lambung yang mudah diserap. Sedangkan faktor yang menghambat adalah tannin dalam teh, fitat, fosfat, dan serat dalam bahan makanan (Wirawan, 2015).

Tablet besi adalah tablet tambah darah untuk menanggulangi anemia gizi besi yang diberikan kepada ibu hamil. Konsumsi suplemen tablet besi dapat mempengaruhi kecukupan Fe pada ibu hamil. Jumlah zat besi yang diserap tubuh setiap hari 1 mg atau setara dengan 10-20 mg zat besi di dalam makanan. Respon tubuh terhadap pemberian tablet Fe terpantau melalui perbaikan nilai hemoglobin dengan peningkatan minimal 0,3 gr/dl (Almatsier, 2011).

Pemberian tablet besi (Fe) bersamaan dengan zat gizi mikro lain (*multiple micronutrients*) lebih efektif dalam meningkatkan status besi, dibandingkan dengan hanya memberikan suplementasi besi dalam bentuk dosis tunggal. Oleh karena itu, untuk meningkatkan penyerapan besi di dalam tubuh, suplementasi besi yang diberikan perlu dikombinasi dengan mikronutrien lain, seperti vitamin A dan vitamin C (Wirawan, 2015). Cara mengatasi kekurangan zat besi pada tubuh menurut Fatmah (2011) dengan cara

mengonsumsi 60–120 mg Fe per hari dan meningkatkan asupan sumber Fe, selain itu menurut Wirakusumah (2008) untuk mengatasi anemia perlu mengonsumsi bahan pangan sumber zat besi diantaranya daging, hati, ikan, susu, yoghurt, kacang – kacang, serta sayuran berwarna hijau.

Untuk mengatasi defisiensi zat besi yang dapat menyebabkan anemia pada kehamilan, Pemerintah Indonesia membuat program suplementasi zat besi untuk ibu hamil. Kebutuhan zat besi ibu selama kehamilan adalah 800 mg besi diantaranya 300 mg untuk janin plasenta dan 500 mg untuk penambahan eritrosit ibu, untuk itulah ibu hamil membutuhkan 2-3 mg zat besi setiap hari selama kehamilannya. Upaya lain yang dapat dilakukan dengan memperhatikan pola konsumsi ibu hamil yang harus tetap mengacu pada pola makan sehat dan seimbang yang terdapat dalam pesan umum gizi seimbang (PUGS).

Studi awal yang dilakukan oleh peneliti di Puskesmas Dungaliyo tercatat jumlah ibu hamil pada bulan September tahun 2018 sebanyak 34 orang. Hasil

HASIL

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Dungaliyo

Karakteristik Responden	Eksperimen		Kontrol	
	N	%	n	%
Usia				
<25 Tahun	6	35,3	8	47,1
≥25 Tahun	11	64,7	9	52,9
Total	17	100	17	100
Pendidikan				
SD (Pendidikan Dasar)	3	17,6	3	17,6
SMP (Pendidikan Pertama)	3	17,6	4	23,5
SMA (Pendidikan Menengah)	7	41,2	7	41,2
Perguruan Tinggi	4	23,5	3	17,6
Total	17	100	17	100
Usia Kehamilan				
2 Bulan	1	5,9	4	23,5
3 Bulan	6	35,3	7	41,2
4 Bulan	7	41,2	4	23,5
5 Bulan	3	17,6	2	11,8
Total	17	100	17	100

Sumber : Olahan Data Primer (2018)

Tabel 1 menunjukkan distribusi frekuensi responden berdasarkan usia dan jenis kelamin. Untuk karakteristik responden berdasarkan usia pada

wawancara dengan 5 ibu hamil mengatakan bahwa mereka tidak teratur dalam mengonsumsi tablet Fe. Untuk pola makan mereka selama ini hanya mengonsumsi buah (pisang), sayuran dan lauk yang sudah dimasak serta makanan yang mengandung kalsium berupa susu.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian ini adalah eksperimental *two group* dengan *pre test-post test design*. Penelitian ini dilakukan Puskesmas Dungaliyo Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang berada di wilayah kerja Puskesmas Dungaliyo berjumlah 34 orang. Sampel penelitian ini adalah ibu hamil yang berada di Puskesmas Dungaliyo Dengan rincian 17 responden sebagai sampel kelompok eksperimen dan 17 responden sebagai sampel kontrol, dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *total sampling*, pengambilan sampel dengan cara mengambil seluruh anggota populasi sebagai anggota responden atau sampel.

kelompok eksperimen dengan persentase terbesar adalah usia ≥25 Tahun yang berjumlah 11 responden (64,7%) dan persentase terkecil adalah responden

dengan usia <25 Tahun yang berjumlah 6 responden (35,3%). Sedangkan pada kelompok kontrol dengan persentase terbesar adalah usia ≥ 25 Tahun yang berjumlah 9 responden (52,9%) dan persentase terkecil adalah responden dengan usia <25 Tahun yang berjumlah 8 responden (47,1%).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan responden, pada kelompok eksperimen dengan pendidikan dasar (SD) berjumlah 3 responden (17,6%), pendidikan pertama (SMP) berjumlah 3 responden (17,6%), pendidikan menengah (SMA) berjumlah 7 responden (41,2%), dan pendidikan dengan perguruan tinggi berjumlah 4 responden (23,5). Sedangkan pada kelompok kontrol dengan pendidikan dasar (SD) berjumlah 3 responden (17,6%), pendidikan pertama (SMP) berjumlah 4 responden (23,5%), pendidikan menengah (SMA) berjumlah 7 responden (41,2%), dan pendidikan dengan perguruan tinggi berjumlah 3 responden (17,6%).

Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia kehamilan, pada kelompok eksperimen dengan usia kehamilan 3 bulan berjumlah 1 responden (5,9%), 4 bulan berjumlah 6 responden (35,3%), 5 bulan berjumlah 7 responden (41,2%), dan usia kehamilan 6 bulan berjumlah 3 responden (17,6%). Sedangkan pada kelompok kontrol dengan usia kehamilan 3 bulan berjumlah 4 responden (23,5%), 4 bulan berjumlah 7 responden (41,2%), 5 bulan berjumlah 4 responden (23,5%), dan usia kehamilan 6 bulan berjumlah 2 responden (11,9%).

Tabel 2. Distribusi Nilai Rata-Rata Pemberian Tablet Fe Terhadap Peningkatan Hb Pada Ibu Hamil Pada Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah.

Variabel Kadar Hemoglobin	Mean	Standar Deviasi
Sebelum	12,2	1,21
Sesudah	11,6	0,57

Sumber : Olahan Data Primer (2018)

Tabel 2 menunjukkan tentang kadar hemoglobin pada ibu hamil sebelum perlakuan didapatkan nilai rata-rata kadar

hemoglobin adalah 12,2 dengan standar deviasi 1,21, kemudian sesudah diberikan perlakuan berupa pemberian tablet Fe pada ibu hamil didapatkan nilai rata-rata peningkatan kadar hemoglobin menurun menjadi 11,6 dengan nilai standar deviasi menurun menjadi 0,57.

Tabel 3. Distribusi Nilai Rata-Rata Pemberian Sari Kacang Hijau Dengan Tablet Fe Terhadap Peningkatan Hb Pada Ibu Hamil Pada Kelompok Eksperimen Sebelum dan Sesudah Perlakuan

Variabel Kadar Hemoglobin	Mean	Standar Deviasi
Sebelum	11,6	0,94
Sesudah	12,8	0,95

Sumber : Olahan Data Primer (2018)

Tabel 3 menunjukkan tentang kadar hemoglobin pada ibu hamil sebelum perlakuan didapatkan nilai rata-rata kadar hemoglobin adalah 11,6 dengan standar deviasi 0,94, kemudian sesudah diberikan perlakuan berupa pemberian sari kacang hijau dengan tablet Fe pada ibu hamil didapatkan nilai rata-rata peningkatan kadar hemoglobin meningkat menjadi 12,8 dengan nilai standar deviasi meningkat menjadi 0,95.

Tabel 4. Analisis Pengaruh Pemberian Tablet Fe Dengan Sari Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Hb Pada Ibu Hamil Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen di Wilayah Kerja Puskesmas Dungaliyo Tahun 2018

Kadar Hb	Kelompok	Mean Difference	p-value
Peningkatan Hb	Kontrol Eksperimen	-1,13	0,000

Sumber : Olahan Data Primer (2018)

Dari tabel 4 menunjukkan perbedaan peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Didapatkan selisih nilai rata-rata kadar hemoglobin sebesar -1,13. Dan nilai $T_{hitung} = -5,127 > T_{tabel} =$ menggunakan uji *dependent t-test (paired sample t-test)*.

Dari hasil uji statistik diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 dimana nilai

$\alpha < 0,05$ sebagai taraf signifikan sehingga H_a diterima dan H_o ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian sari kacang hijau dengan tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Dungaliyo.

PEMBAHASAN

Analiss Univariat

Dari hasil penelitian menunjukkan tentang kadar hemoglobin pada ibu hamil sebelum perlakuan didapatkan nilai rata-rata kadar hemoglobin adalah 12,2 dengan standar deviasi 1,21, kemudian sesudah diberikan perlakuan berupa pemberian tablet Fe pada ibu hamil didapatkan nilai rata-rata peningkatan kadar hemoglobin menurun menjadi 11,6 dengan nilai standar deviasi menurun menjadi 0,57. Dari hasil uji statistik pada peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil nilai 0,042 atau $\alpha < 0,05$ dan terlihat nilai mean perbedaan rata-rata adalah 0,57 dengan standar deviasi 1,07. Sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang bermakna dan signifikan pemberian tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil.

Pada kelompok kontrol ibu hamil yang meningkat kadar Hb berjumlah 3 orang, hal ini disebabkan ibu selain mengkonsumsi tablet Fe juga mengkonsumsi sayuran hijau, daging dan kacang-kacangan yang merupakan makanan yang mengandung zat besi yang berfungsi untuk mendaur ulang sel darah merah lama yang rusak dan menghasilkan sel darah merah baru. Kemudian ibu hamil juga memiliki jam istirahat dan tidur yang cukup, hal ini dapat mencegah ibu mengalami kelelahan. Sedangkan ibu hamil yang tidak meningkat kadar Hb berjumlah 14 orang, hal ini disebabkan oleh ibu hamil yang terlalu banyak melakukan aktivitas fisik yang menguras banyak energi (kurang oksigen pada otot), hal ini menyebabkan ibu menjadi lelah dan lesuh. Kemudian asupan nutrisi ibu hamil masih kurang, ibu mengkonsumsi makanan sekedar kenyang saja tanpa mengetahui asupan nutrisi, dimana dalam makanan yang dikonsumsi dapat berpotensi untuk menurunkan kadar Hb.

Nutrisi sangat dibutuhkan untuk pembentukan sel darah merah, kurangnya zat besi, asam folat dan vitamin B12 menjadi penyebab penurunan kadar Hb saat hamil.

Zat besi (Fe) adalah suatu mikro elemen esensial bagi tubuh yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin dan dapat diperoleh berbagai sumber makanan seperti daging berwarna merah, bayam, kangkung, kacang-kacangan dan sebagainya (Rizki, 2017).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Azra (2015) yang menyatakan pada penelitian ini responden yang kurang dalam mengonsumsi tablet besi cenderung menderita anemia diduga karena pertama pada awal kehamilan, ibu mengalami "*morning sickness*" dimana ibu dalam kondisi mual, muntah dan tidak memiliki nafsu makan sehingga dapat mengurangi efektifitas suplementasi zat besi. Kedua, ibu tidak menyukai rasa dan bau dari suplementasi zat besi tersebut yang menyebabkan ibu merasa mual. Konsumsi suplemen tablet besi dapat mempengaruhi kecukupan Fe pada ibu hamil. Proses haemodilusi yang terjadi pada masa hamil dan meningkatnya kebutuhan ibu dan janin, serta kurangnya asupan zat gizi lewat makanan mengakibatkan kadar Hb ibu menurun. Oleh karena itu mengkonsumsi suplemen tablet besi sangat dibutuhkan masa kehamilan.

Berdasarkan uraian diatas peneliti berasumsi bahwa sumber daya, dalam hal ini mencakup fasilitas maupun pelayanan Puskesmas dan tenaga kesehatan seperti bidan-bidan desa berpengaruh terhadap perilaku seseorang atau kelompok masyarakat. Ibu hamil yang rutin mengkonsumsi tablet Fe dengan frekuensi 1 kali sehari, akan mendukung program suplementasi besi yang dilakukan pemerintah. Ketersediaan tablet Fe di wilayah kerja Puskesmas Dungaliyo sudah cukup baik sehingga semua ibu hamil yang melakukan pemeriksaan di Puskesmas atau bidan-bidan desa dapat memperoleh tablet Fe secara gratis. Hal inilah yang mungkin mempengaruhi peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil kelompok kontrol.

Dari hasil penelitian menunjukkan tentang kadar hemoglobin pada ibu hamil sebelum perlakuan didapatkan nilai rata-rata kadar hemoglobin adalah 11,6 dengan standar deviasi 0,94, kemudian sesudah diberikan perlakuan berupa pemberian sari kacang hijau dengan tablet Fe pada ibu hamil didapatkan nilai rata-rata peningkatan kadar hemoglobin meningkat menjadi 12,8 dengan nilai standar deviasi meningkat menjadi 0,95. Dari hasil uji statistik pada peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil nilai 0,000 atau $\alpha < 0,05$ dan terlihat nilai mean perbedaan rata-rata adalah -1,14 dengan standar deviasi 0,94. Sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh yang bermakna dan signifikan pemberian sari kacang hijau dengan tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil.

Pada kelompok eksperimen setelah perlakuan (pemberian kacang hijau dan tablet FE) semua ibu hamil meningkat kadar Hb sebanyak 17 orang, hal ini disebabkan tablet Fe dan sari kacang hijau mengandung banyak zat besi, selain itu pada kacang hijau mengandung banyak vitamin C, zat seng dan vitamin A.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Astawan, (2009) yang menyatakan bahwa kandungan zat besi dalam kacang hijau paling banyak terdapat pada embrio dan kulit bijinya dengan jumlah kandungan zat besi pada kacang hijau sebanyak 6,7 mg per 100 gram 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.

Penelitian ini didukung oleh Helitty, (2008) yang menunjukkan bahwa pemberian jus kacang hijau dapat meningkatkan kadar hemoglobin dan sel darah pada pasien kanker dengan kemoterapi. Mengonsumsi dua cangkir kacang hijau dalam setiap hari berarti telah mengonsumsi 50% kebutuhan besi dalam setiap hari yaitu 18 mg dan dapat meningkatkan kadar hemoglobin selama 2 minggu.

Berdasarkan uraian diatas peneliti berasumsi bahwa Kebutuhan zat besi

dalam meningkatkan hemoglobin pada ibu hamil, selain bisa didapatkan dari suplemetasi tablet besi juga didapatkan dari bahan makanan. Salah satu caranya yaitu mengonsumsi bahan-bahan pangan sumber zat besi, salah satunya adalah kacang hijau. Kandungan zat besi dalam kacang hijau paling banyak terdapat pada embrio dengan jumlah kandungan zat besi pada kacang hijau sebanyak 6,7 mg per 100 gram 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.

Analisis Bivariat

Dari hasil penelitian menunjukkan perbedaan peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Didapatkan selisih nilai rata-rata kadar hemoglobin sebesar -1,13. Dan nilai $T_{hitung} = -5,127 > T_{tabel}$ menggunakan uji *dependent t-test (paired sample t-test)*. Dari hasil uji statistik diperoleh nilai p-value sebesar 0,000 dimana nilai $\alpha < 0,05$ sebagai taraf signifikan sehingga H_a diterima dan H_0 ditolak. Maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian sari kacang hijau dengan tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Dungaliyo.

Pemberian tablet Fe kepada sampel kontrol dilakukan selama 26 hari, sebelum perlakuan ibu hamil melakukan tes pengukuran kadar hemoglobin (*pre-test*), lalu secara rutin setiap hari ibu hamil mengonsumsi tablet Fe selama 26 hari, kemudian diakhir perlakuan dilakukan kembali tes pengukuran kadar hemoglobin (*post-test*) kepada ibu hamil.

Kemudian pemberian sari kacang hijau dan tablet Fe kepada sampel eksperimen dilakukan selama 26 hari, sebelum perlakuan ibu hamil melakukan tes pengukuran kadar hemoglobin (*pre-test*), lalu secara rutin setiap hari ibu hamil mengonsumsi tablet Fe selama 26 hari, kemudian diakhir perlakuan dilakukan kembali tes pengukuran kadar hemoglobin (*post-test*) kepada ibu hamil.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syarifudin (2010) yang menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi terdapat peningkatan 0,9063 sedangkan pada kelompok kontrol hanya meningkat sedikit yaitu 0,0187. Peningkatan kadar hemoglobin pada kedua kelompok karena pada kedua kelompok tetap diberikan tablet Fe 60 gram yang menurut pemberian tablet Fe 60 mg/hari dapat menaikkan kadar hemoglobin sebanyak 1gr% / bulan.

Berdasarkan uraian diatas peneliti berasumsi bahwa peningkatan Hb baik pada kelompok kontrol (pemberian tablet Fe) dan eksperimen (pemberian sari kacang hijau + tablet Fe) meningkat disebabkan ibu mengkonsumsi tablet Fe dan sari kacang hijau yang memiliki kandungan sama yaitu fero sulfat dan asam folat yang berfungsi dalam penanggulangan anemia gizi.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dibuat kesimpulan bahwa :

Ada pengaruh pemberian tablet Fe dengan sari kacang hijau terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Dungaliyo, dengan nilai p-value sebesar 0,000 dimana nilai $\alpha < 0,05$

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanti. (2012). Hubungan Konsumsi Tablet Fe dan Pemeriksaan Hemoglobin Terhadap Perdarahan Persalinan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*. 3 (1), 1-16
- Anesmg. (2014). Tablet Fe (Zat Besi). <https://www.google.co.id/amp/s/anesmg.wordpress.com/2014/05/10/tablet-fe-zat-besi/amp/>. [diakses 08 Maret 2019]
- Akbar, I. (2015). Pengaruh Diskusi Kelompok Terhadap Tingkat Keberhasilan Pemberian ASI minggu Pertama pada Ibu Nifas di Puskesmas Mergangsari Yogyakarta. Yogyakarta. STIKES Aisiyah. Skripsi
- Almatsier, S. Soetardjo, S. Soekarti, M. (2011). *Gizi Seimbang Dalam Daur*

Kehidupan. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.

- Astawan, M. (2009). *Sehat Dengan Hidangan Kacang dan Biji-Bijian*. Jakarta : Penebar Swadaya
- Azra, P. A. (2015). Faktor-Faktor Yang Hubungan Dengan Status Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Air Dingin, Kecamatan Kota Tengah, Kota Padang. 6 (14): 89-95
- Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo. (2018). Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Gorontalo tahun 2017. Gorontalo
- Fatmah. (2011). *Gizi dan Kesehatan Masyarakat: Anemia*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada
- Helthy. (2008). Pengaruh Jus Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin dan Jumlah Sel Darah Dalam Konteks Asuhan Keperawatan Pasien Kanker Dengan Kemoterapi di RSUP Fatmawati Jakarta. Jakarta. Universitas Indonesia. Tesis
- Kemenkes RI. (2018). Pusat Data dan Informasi : Profil Kesehatan Indonesia 2017. Jakarta: Departemen Kesehatan Republik Indonesia,
- Rethorini, D. L. (2017). Pengaruh Pemberian Tablet Fe dan Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil. 6 (12), 8-16
- Rizki, F. (2017). Hubungan Suplementasi Tablet Fe Dengan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Air Dingin Kota Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*. 6 (3), 502-506
- Soraya, M. N. (2013). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia pada Ibu Hamil dengan Kepatuhan Dalam Mengonsumsi Tablet Besi (Fe). Jakarta. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah. Skripsi
- Syarifudin. (2010). *Panduan TA Keperawatan dan Kebidanan*. Yogyakarta : Grafindo Litera Media

WHO. (2014). *Iron Deficiency Anemia, Assessment, Prevention And Control. A Guide For Programe Managers*. Geneva : WHO

Wirawan, S. (2015). Pengaruh Pemberian Tablet Besi Dan Tablet Besi Plus Vitamin C Terhadap Kadar

Hemoglobin Ibu Hamil. 18 (3): 285-29

Wirakusumah. (2008). *202 Jus Buah & Sayuran Untuk Menjaga Kesehatan dan Kebugaran Anda*. Jakarta : Penebar Plus