

Efektifitas Pemberian Kombinasi Jus Bayam, Sunkist, Madu Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin pada Ibu Hamil Anemia di Puskesmas Jatibening Kota Bekasi

Novita¹

¹Departement of Midwifery, STIKes Abdi Nusantara, Jakarta, Indonesia

Article Info	Abstrak
<p>Kata Kunci: Jus Bayam; Sunkis; Madu Haemoglobin</p> <p>Dikirim : 5 Juni 2019 Direvisi : 10 Juni 2019 Diterima : 10 Juni 2019</p> <p> Novita  novita@gmail.com  https://orcid.org/0000-0003-0965-5292</p>	<p>Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Efektifitas Pemberian Kombinasi Jus bayam, Bayam sunkist, madu terhadap peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Anemia di puskesmas Jatibening Kota Bekasi. Penelitian ini menggunakan metode penelitian Quasy Eksperiment dengan Pendekatan Pre – Post Tes Design yang dilaksanakan bulan Maret - Juni Tahun 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah semua Ibu Hamil yangmemeriksakan kehamilannya di Puskesmas Jatibening Kota Bekasi. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling dan jumlah sampelnya 30 Ibu Hamil. Hasil penelitian ini menunjukkan menunjukkan bahwa sebelum dan setelah diberikan jus,Bayam, sunkis madu diperoleh mean perbedaan sebelum dan setelah intervensi. rata-rata frekuensi haemoglobin sebelum pemberian jus,Bayam, sunkis madu adalah 9,55 dengan standar deviasi 61,31 dan rata-ratafrekuensis haemoglobin setelah pemberian jus ,Bayam, sunkis madu adalah 19,06 dengan standar deviasi 29,03 dengan nilai p value : 0,000, sehingga pemberian kombinasi jus Bayam, sunkis, madu efektif terhadap peningkatan kadar haemoglobin ibu hamil di Puskesmas Jatibening Kota Bekasi. Diharapkan Pemberian Kombinasi Jus Bayam, Sunkis, Madu dapat dimanfaatkan khasiatnya untuk mengatasi nyeri haid secara non farmakologi.</p>
	<p><i>This is an open access article under the CC BY-SA license.</i></p> 

1. Pendahuluan

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Efektifitas Pemberian Kombinasi Jus bayam, Bayam sunkist, madu terhadap peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Anemia di puskesmas dahlia Kota makassar. Penelitian ini menggunakan metode penelitian Quasy Eksperiment dengan Pendekatan Pre – Post Tes Design yang

dilaksanakan bulan Maret - Juni Tahun 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah semua Ibu Hamil yang memeriksakan kehamilannya di Puskesmas Dahlia Kota Makassar. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling dan jumlah sampelnya 30 Ibu Hamil. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum dan setelah diberikan jus, Bayam, sunkis madu diperoleh mean perbedaan sebelum dan setelah intervensi. rata-rata frekuensi haemoglobin sebelum pemberian jus, Bayam, sunkis madu adalah 9,55 dengan standar deviasi 61,31 dan rata-rata frekuensi haemoglobin setelah pemberian jus, Bayam, sunkis madu adalah 19,06 dengan standar deviasi 29,03 dengan nilai p value : 0,000, sehingga pemberian kombinasi jus Bayam, sunkis, madu efektif terhadap peningkatan kadar haemoglobin ibu hamil di Puskesmas Dahlia Kota Makassar. Diharapkan Pemberian Kombinasi Jus Bayam, Sunkis, Madu dapat dimanfaatkan khasiatnya untuk mengatasi nyeri haid secara non farmakologi.

Secara fisiologis peredaran darah ibu pada saat hamil akan mengalami perubahan yaitu peningkatan volume darah dimana jumlah serum darah lebih besar daripada pertumbuhan sel darah, sehingga terjadi pengenceran darah (hemodilusi) yang dimulai pada usia kehamilan 16 minggu dan puncaknya pada usia kehamilan 32-36 minggu (Hidayati, 2012). Anemia pada kehamilan adalah kadar hemoglobin dalam darah <11g/dL pada trimester pertama dan ketiga, dan <10,5g/dL pada trimester kedua (Leveno, 2009). Menurut World Health Organization (WHO) (2012) prevalensi anemia pada ibu hamil mencapai 41,8% di dunia, dan Asia menduduki peringkat kedua di dunia setelah Afrika dengan persentase prevalensi penderita anemia dalam kehamilan 48,2%. Menurut penelitian Puspongoro dan Anemia World Map, pada tahun 2012 Indonesia merupakan salah satu negara di Asia dengan kejadian anemia dalam kehamilan cukup tinggi sebesar 51% (Lampost, 2013).

Provinsi Sulawesi Selatan memiliki jumlah ibu hamil dengan anemia sebesar 47,8% pada tahun 2017. Berdasarkan laporan Dinkes Kota Makassar (2018) jumlah ibu hamil yang menderita anemia ringan-sedang di Kota Makassar pada tahun 2017 sebanyak 1105 orang dan pada tahun 2018 sebanyak 703 orang (Dinkes Sulsel, 2017). Data sekunder tentang ibu hamil yang diperoleh dari Puskesmas Dahlia Makassar dari tahun 2016 sebanyak 104 orang sedangkan yang mengalami anemia sebanyak 38 orang yang terdiri dari 18 orang anemia ringan, 13 orang anemia sedang dan 3 orang anemia berat. Pada tahun 2017 sebanyak 102 orang hamil sedangkan yang mengalami anemia sebanyak 36 orang terdiri dari 16 orang anemia ringan, 17 orang anemia sedang, dan 3 orang yang mengalami anemia berat. Pada tahun 2018 sampai dengan bulan November total ibu hamil sebanyak 96 orang sedangkan yang mengalami anemia sebanyak 34 orang terdiri dari 19 orang anemia ringan, 13 anemia sedang dan 2 orang anemia berat. Sesuai data yang diambil peneliti di Puskesmas Dahlia Makassar ibu hamil yang mengalami anemia dari tahun 2016 sampai dengan November 2018 mengalami penurunan (Data Sekunder PKM Dahlia Makassar, 2018).

Anemia pada kehamilan yang paling sering ditemukan adalah akibat defisiensi besi dan perdarahan akut bahkan tidak jarang keduanya saling berkaitan (Leveno, 2009). Penanganan yang biasanya dilakukan untuk mengatasi anemia pada ibu hamil adalah dengan memberikan 60 mg tablet Fe dan 50 nanogram asam folat selama kehamilan (Dinkes Makassar, 201). Zat besi merupakan zat yang sulit diserap oleh tubuh sehingga dibutuhkan vitamin C agar zat besi dapat diserap secara maksimal. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Zulaekah (2016) yang menyatakan bahwa pemberian suplemen zat besi dan vitamin C lebih efektif meningkatkan kadar hemoglobin dan jumlah sel darah merah dibandingkan pemberian zat besi saja atau vitamin C saja. Dibalik rasa segar dan manis yang menjadi ciri khas Bayam sunkist ini, kandungan nutrisi di dalamnya telah dipercaya mampu memberikan banyak manfaat terutama bagi kesehatan tubuh. Dari berbagai kandungan nutrisi dalam Bayam sunkist di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa Bayam sunkist sangat kaya akan kandungan serat, zat besi, vitamin C, dan thiamin. Akan tetapi, perlu diperhatikan bahwasanya Bayam sunkist juga memiliki kandungan gula yang sangat tinggi sehingga akan lebih bijaksana jika tidak berlebihan dalam hal mengonsumsinya. Manfaat sari kurma untuk ibu hamil sangat dibutuhkan karena begitu penting untuk perkembangan janinnya. Sari kurma ini rupanya baik dikonsumsi oleh ibu hamil karena dapat membantu untuk menstabilkan darah juga bisa dijadikan sebagai nutrisi yang dibutuhkan ibu setelah melahirkan bayinya. Selain itu, sari kurma ini juga memiliki kandungan hormon oksitosin yang dapat merangsang terjadinya kontraksi pada otot polos yang ada di bagian dinding rahim ketika ibu melahirkan. Sangat bermanfaat sekali bagi ibu hamil apalagi yang hendak melahirkan.

Berdasarkan wawancara awal yang peneliti peroleh dari tempat penelitian yakni sebanyak 5 orang ibu hamil yang sering mengalami pusing, lemas, dan pucat, yang merupakan tanda gejala anemia, mengatakan bahwa tidak ada satu pun ibu yang pernah meminum terapi kombinasi jus bayam, Bayam sunkist madu dan sari kurma.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian Quasy Eksperiment dengan Pendekatan Pre – Post Tes Design yang dilaksanakan bulan Maret - Juni Tahun 2019. Populasi dalam penelitian ini adalah semua Ibu Hamil yang memeriksakan kehamilannya di Puskesmas Jatibening Kota Bekasi. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah purposive sampling dan jumlah sampelnya 30 Ibu Hamil (Setiawan & Prasetyo, 2015).

3. Hasil

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Di Wilayah Kerja Puskesmas Dahlia 2019

No	Umur	Frekuensi (n)	Percentase (%)
1	18 tahun	3	10
2	20 tahun	5	16
3	25 tahun	8	27
4	27 tahun	6	20
5	30 tahun	8	27
	Total	30	100

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa dari 30 ibu hamil yang menjadi responden paling banyak pada umur 30 tahun sebanyak 8 responden (27%), dan umur 25 tahun sebanyak 8 responden (27%) yang umur 27 tahun yaitu 6 responden (20%), pada umur 20 tahun sebanyak 5 responden (16%), pada umur 18 tahun sebanyak 3 responden (10%).

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Kehamilan Di Wilayah Kerja Puskesmas Dahlia 2019

No	Usia Kehamilan	Frekuensi (n)	Percentase (%)
1	16 minggu	4	13
2	18 tahun	7	23
3	20 minggu	8	27
4	22 minggu	5	17
5	24 minggu	6	20
	Total	30	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 30 ibu hamil anemia yang menjadi responden, yang paling banyak pada usia kehamilan 20 minggu sebanyak 8 responden (27%), pada usia kehamilan 18 minggu sebanyak 7 responden (23%), pada usia 24 minggu sebanyak 6 responden (20%), pada usia 22 minggu sebanyak 5 responden (17%) dan yang paling sedikit pada usia kehamilan 16 minggu yaitu 4 responden (13%).

Tabel 3. Distribusi Hb Sebelum Pemberian Jus Bayam, Sunkist, Dan Madu Di Wilayah Kerja Puskesmas Dahlia 2019

No	Hb	Frekuensi (n)	Percentase (%)
1	HB 10 g/dL	8	53
2	HB 9,8 g/dL	1	7
3	HB 9,5 g/dL	1	7
4	HB 9 g/dL	4	26
5	HB 8 g/dL	1	7
	Total	15	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa responden yang memiliki kadar hb 10g/dL sebanyak 8 responden (53%), hb 9g/dL sebanyak 4 responden (26%), hb 9,8g/dL sebanyak 1 reponden (7%), hb 9,5 g/dL sebanyak 1 responden (7%), hb 8g/dL sebanyak 1 responden (7%).

Tabel 4. Distribusi Hb Setelah Pemberian Jus Bayam, Sunkist, Dan Madu Di Wilayah Kerja Puskesmas Dahlia 2019

No	Hb	Frekuensi (n)	Percentase (%)
1	Hb 12,4 g/dL	1	7
2	Hb 12 g/dL	9	60
3	Hb 11 g/dL	4	26
4	Hb 10 g/dL	1	7
	Total	15	100

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa responden yang memiliki kadar hb 12g/dL sebanyak 9 (60%) responden, hb 11g/dL sebanyak 4 (26%) responden, hb 12,4g/dL (7%) responden dan hb 10g/dL sebanyak 1 (7%) responden.

Tabel 5. Hasil Analisis Pengaruh Pemberian Jus Bayam, Sunkis, pada Ibu Hamil Anemia di Puskesmas Dahlia 2019

No	Jus	N	Mean	Std Deviation	P Value
1	Sebelum Intervensi	15	9.55	61.31	0.000
2	Setelah Intervensi	15	19.06	29.03	

Tabel 5 menunjukkan bahwa sebelum dan setelah diberikan jus, Bayam, sunkis madu diperoleh mean perbedaan sebelum dan setelah intervensi. rata-rata frekuensi haemoglobin sebelum pemberian jus, Bayam, sunkis madu adalah 9,55 dengan standar deviasi 61,31 dan rata-rata frekuensi haemoglobin setelah pemberian jus, bayam, sunkis madu adalah 19,06 dengan standar deviasi 29,03.

4. Pembahasan

Anemia merupakan suatu keadaan adanya penurunan kadar haemoglobin, hematokrit dan jumlah eritrosit di bawah nilai normal. Pada penderita anemia, lebih sering di sebut kurang darah, kadar sel darah merah (Haemoglobin/Hb) di bawah nilai normal. penyebabnya bias karna kurangnya zat gizi untuk pembentukan darah, misalnya zat besi, asam folat dan vitamin B12, tetapi yang sering terjadi adalah anemia karna kurangnya zat besi. (Ai Yeyeh Rukiyah dan Yulianti, 2010). Jus Bayam, Bayam Sunkist, Madu adalah terapi kombinasi terhadap kadar haemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. karena dalam daun bayam memiliki kandungan zat besi (fe) 6,43% zat besi dalam 180 gram bayam, begitupula dengan Bayam sunkist dan madu yang di dalamnya terdapat banyak kandungan zat besi.

Pada penelitian ini pemberian jus bayam Bayam Sunkist, madu pada responden diberikan sebanyak 1 kali sehari selama satu minggu. Sebelum dan sesudah pemberian intervensi dilakukan pemeriksaan haemoglobin. Berdasarkan penelitian yang didapatkan dengan menggunakan hasil uji mann-whitney diperoleh setelah diberi jus bayam, Bayam Sunkist, madu rata-rata haemoglobin responden 19,13. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Merida (2014) yang berjudul "Efektifitas terapi kombinasi jus bayam dan tomat terhadap peningkatan kadar

hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia". Penelitian dilakukan dengan jumlah responden sebanyak 30 responden yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu 15 responden sebagai kelompok eksperimen yang diberikan jus bayam dan tomat dan mengonsumsi tablet suplemen besi dan 15 responden sebagai kelompok kontrol yang hanya mengonsumsi tablet suplemen besi saja. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa pemberian terapi kombinasi jus bayam dan tomat dapat meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia dengan $p (0.013) < \alpha (0.05)$.

Peneliti berasumsi bahwa anemia pada kehamilan menjadi kasus yang sangat menarik perhatian karena sebagian besar kasus komplikasi seperti abortus, perdarahan sampai kematian dapat disebabkan oleh keadaan anemia pada saat kehamilan. Penatalaksanaan anemia pada kehamilan dapat berupa terapi nonfarmakologi. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan adalah terapi kombinasi jus bayam-Bayam sunkis-madu. dalam daun bayam memiliki kandungan zat besi (fe) 6,43% zat besi dalam 154 gram bayam, begitu pula dengan Bayam sunkist dan madu yang di dalamnya terdapat banyak kandungan zat besi sehingga dapat meningkatkan kadar haemoglobin.

5. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan diperoleh mean perbedaan sebelum dan setelah intervensi. rata-rata frekuensi haemoglobin sebelum pemberian jus,Bayam,sunkis madu adalah 9,55 dengan standar deviasi 61,31 dan rata-ratafrekuensis haemoglobin setelah pemberian jus,Bayam,sunkis madu adalah 19,06 dengan standar deviasi 29,03.

6. Daftar Pustaka

- Dinas Kesehatan Sul-sel. 2017. Profil Kesehatan. Laporan Hasil Anemia Ibu Hamil.
Dinas Kesehatan Makassar. 2018. Profil Kesehatan Makassar. Laporan Hasil Anemia Ibu Hamil.
Leveno. 2009. Obstetri Williams. Jakarta: EGC
Lampost. 2013. Prevalensi Anemia di Indonesia tinggi. <http://lampost.co/berita/prevalensiania-di-indonesia-tinggi>Diakses pada tanggal 02 November 2018 (18:30)
Novie. 2014. pengaruh terapi kombinasi jus bayam dan jambu biji terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia{Diakses tanggal 3 November 2018}
Zulaikha E, Heni U. 2016. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Pleret Bantul Tahun 2015 [Skripsi]. Yogyakarta: Stikes aisyah.