

BAB IV

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 28 Juli-21 Agustus Tahun 2020 meliputi responden di Puskesmas Rumbio Jaya Tahun 2020. Dalam waktu. Tersebut telah mendapatkan 29 ibu hamil yang mengalami anemia. Responden tersebut telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah mengkonsumsi sayur bayam dan madu untuk meningkatkan kadar hemoglobin. Data yang diambil pada penelitian ini variabel independen (sayur bayam) dan variabel dependen (kadar hemoglobin). Setelah penelitian dilakukan data input di ke Microsoft Excel untuk kemudian diekspor ke SPSS Versi 21. Tahap pertama dilakukan oleh peneliti adalah melakukan uji normalitas data. Uji normalitas yang digunakan pada penelitian ini adalah *Shapiro-Wilk* karna jumlah sampel < 50 orang. Hasil uji normalitas menunjukkan bahwa *Sig P Value Shapiro-Wilk* > 0,05. Hasil ini menjelaskan bahwa data terdistribusi secara normal, sehingga test yang digunakan adalah Uji *T Dependent*

4.1 Tabel Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Umur (Tahun)		
(17 – 25)	9	33,2
(26 – 35)	20	66,7
Jumlah	29	100
Pendidikan		
SD	5	16,7
SMP	6	23,2
SMA	14	46,7
Perguruan Tinggi	4	13,3
Jumlah	29	100

Pekerjaan		
IRT	19	63,3
Wiraswasta	4	27,6
PNS	2	6,7
Jumlah	29	100

Berdasarkan tabel 4.1 diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berumur 17-25 tahun sebanyak 9 orang (33,2%) dan usia 26- 35 Tahun sebanyak 20 orang (66,7%) paling banyak responden berpendidikan SMA sebanyak 14 orang (46,7%) dan sebagian responden bekerja sebagai IRT sebanyak 19 orang (63,3%).

A. Analisa Univariat

4.2 Distribusi Frekuensi Kadar Hemoglobin Sebelum dan Sesudah Mengonsumsi Sayur Bayam dan madu di Puskesmas Rumbio Jaya Tahun 2020.

Variabel	Mean	Min-Maks	SD	95% CI
Kadar Hemoglobin Sebelum	9,75	8-11	0,685	9,49-10,01
Kadar Hemoglobin Sesudah	12,77	11-15	0,800	12,45-13,06

Sumber : Hasil Penelitian.

Berdasarkan Tabel 4.2 menunjukkan rata-rata kadar hemoglobin responden sebelum mengonsumsi sayur bayam dan madu adalah 9,75 g/dL (95% CI 9,49-10,01) dengan standar deviasi 0,685 Dari estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata kadar hemoglobin sebelum konsumsi sayur bayam dan madu adalah antara 9,49-10,01 Dan rata-rata kadar hemoglobin responden sesudah sayur bayam dan madu adalah 12,77 g/dL (95% CI-12,45-13,06) dengan standar deviasi 0,800 Dari estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata kadar

hemoglobin sesudah konsumsi sayur bayam dan madu adalah antara 12,45-13,06.

B. Analisa Bivariat

Dalam penelitian ini analisa bivariat untuk menganalisa perbedaan kadar hemoglobin responden sebelum dan sesudah konsumsi sayur bayam dan madu dengan menggunakan uji non parametrik yaitu *Shapiro-Wilk* karena data pada penelitian ini disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4.3 Perbedaan Kadar Hemoglobin Sebelum dan Sesudah Mengonsumsi Sayur Bayam dan Madu kepada Ibu Hamil yang anemia di Puskesmas Rumbio Jaya tahun 2020.

Variabel	Mean	Selisih Mean	SD	P value
Kadar Hemoglobin				
Sebelum	9,75	3,07	0,685	0,000
Sesudah	12,76		0,800	

Keterangan: Hasil Penelitian diuji Statistik Paired Test.

Dari Tabel 4.3 dapat diketahui bahwa rata-rata kenaikan kadar hemoglobin sebelum diberikan intervensi bayam dan madu yaitu 9,75, SD 0,685 dengan tingkat kesalahan 95% (0,05). Dan kenaikan kadar hemoglobin sesudah diberikan intervensi bayam dan madu yaitu 12,76, SD 12,70 dengan tingkat kesalahan 95% (0,05) dengan selisih nilai mean 3,07. dapat diketahui bahwa nilai *P value* dari hasil uji statistik dengan menggunakan *Paired Sampel T Test* adalah 0,000 (<0,05) hal ini menunjukkan bahwa hipotesis alternatif diterima. Hal ini berarti bahwa sayur bayam dan madu efektif menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil di Puskesmas Rumbio Jaya tahun 2020.

BAB V

PEMBAHASAN

A. Pembahasan Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian dengan judul Efektifitas Konsumsi Sayur Bayam dan Madu Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbio Jaya Tahun 2020. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebelum Konsumsi Sayur Bayam dan Madu rerata kadar hemoglobin adalah 9,75 g/dL dan sesudah Konsumsi Sayur Bayam dan Madu adalah 12,76 g/dL. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum dan sesudah Konsumsi Sayur Bayam dan Madu yaitu selisih mean kadar hemoglobin sebesar 3,00 g/dL. Berdasarkan diperoleh nilai $> 0,05$ maka disimpulkan bahwa data berdistribusi normal. Hasil uji statistik *T* diperoleh nilai *P* value 0,000 dengan demikian Konsumsi Sayur Bayam dan Madu efektif dalam peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang anemia.

Sayur bayam dan madu dianggap memiliki kandungan zat besi yang terbilang tinggi. Sayur bayam dan madu ini semakin nyata khasiatnya, zat besi, asam folat dan vitamin C yang berlimpah membuat sayur bayam dan madu membantu dalam pembentukan sel darah merah, pencegahan anemia dan peningkatan kadar hemoglobin (Karina, 2012).

Sayur bayam dan madu yang mengandung zat besi yang berfungsi membantu dalam melancarkan sirkulasi oksigen darah. Vitamin

A dan C nya yang sama-sama berfungsi sebagai antioksidan yang dapat melindungi tubuh dan otak dari racun dan populasi. Vitamin C membantu penyerapan zat besi untuk proses sistem kekebalan tubuh. Selain itu, adanya vitamin B12 dan asam folat, di mana keduanya merupakan gabungan penting untuk pembentukan sel baru, sehingga dapat mempengaruhi Fe dalam darah dan di harapkan terjadinya peningkatan *hemoglobin* (Manuaba, 2013).

Mekanisme konsumsi sayur bayam madu meningkatkan hemoglobin yaitu sayur bayam dan madu yang mengandung zat besi yang berfungsi membantu dalam melancarkan sirkulasi oksigen darah. Vitamin A dan C di dalamnya sama-sama berfungsi sebagai antioksidan yang dapat melindungi tubuh dan otak dari racun dan populasi. Vitamin C membantu penyerapan zat besi untuk proses sistem kekebalan tubuh. Selain itu, adanya vitamin B12 dan asam folat, di mana keduanya merupakan gabungan penting untuk pembentukan sel baru, sehingga dapat mempengaruhi Fe dalam darah dan di harapkan terjadinya peningkatan hemoglobin (Darmalihta, 2013).

Hal ini sejalan Sejalan dengan teori bayam terkenal dengan sayuran sumber zat besi, selain mengandung vitamin A, vitamin C, dan kalsium. Purnawijayanti dalam Suwita (2013) juga menyebutkan bahwa bayam mengandung karotenoid dan flavonoid yang merupakan zat aktif dengan khasiat antioksidan. Jenis karotenoid utama dalam bayam adalah beta karoten, sedangkan zat aktif lainnya adalah klorofil. Jenis flavonoid yang

terkandung didalam bayam adalah lutein dan kuersetin merupakan antioksidan kuat yang mampu merangkap radikal bebas superoksida dan menghambat oksidasi kolesterol LDL. Bayam dapat dimanfaatkan dengan baik sebagai alternatif untuk mencegah dan mengatasi anemia defisiensi zat besi (Suwita, dkk., 2011).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Neneng Siti Lathifah dan Susilawati Tahun 2013 Hasil analisis rata-rata hemoglobin pada ibu hamil sebelum diberikan sayur bayam adalah 9,795 g/dl dengan Hb minimal 8,3g/dl dan maksimal 10,5g/dl dan rata-rata hemoglobin pada ibu hamil sesudah diberikan sayur bayam adalah 11,495g/dl dengan Hb minimal 10,7 g/dl dan maksimal 13,0g/dl. Hasil analisis rata-rata hemoglobin sebelum pada kontrol adalah 10,305g/dl dengan minimal Hb 10,0g/dl dan maksimal Hb 10,5g/dl, rata-rata hemoglobin sesudah pada kontrol adalah 10,795g/dl dengan minimal Hb 10,6g/dl dan maksimal Hb 11,1g/dl. Analisis bivariat didapatkan nilai p-value $0,000 < 0,05$.

Kehamilan memerlukan tambahan zat besi untuk meningkatkan jumlah sel darah merah dan membentuk sel darah merah janin dan plasenta. Makin sering seseorang wanita mengalami kehamilan dan melahirkan akan makin banyak kehilangan zat besi dan menjadi makin anemis. Kekurangan zat besi ini dapat disebabkan karena kurang masuknya zat besi melalui makanan, karena gangguan resorpsi, gangguan penggunaan, atau karena terlampau banyaknya besi keluar dari badan, misalnya perdarahan. Berdasarkan pendapat dari peneliti bahwa kebutuhan

gizi ibu hamil meningkat selama kehamilan, gizi tersebut digunakan oleh ibu sendiri dan bayi. Apabila ibu kekurangan zat tersebut, ibu hamil dapat menderita anemia, dalam hal ini petugas kesehatan dapat berperan untuk mengurangi kejadian anemia ibu dengan memberikan penyuluhan berupa asupan nutrisi yang tepat bagi ibu hamil sehingga ibu tidak mengalami anemia, peningkatan pengetahuan ibu terhadap makanan yang mengandung zat besi tinggi terutama sayur bayam yang dapat dibuat jus di tambah dengan madu yang dikonsumsi ibu sehari sekali telah terbukti dapat meningkatkan kadar Hb (Suwita, 2011).

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Aurelia Wele (2014), bahwa hasil penelitian didapatkan nilai p value sebesar 0,001 dengan α 0,05 sehingga ada pengaruh pemberian sayur bayam dan madu pada ibu hamil. Hal ini menunjukkan bahwa kadar hemoglobin dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya adalah usia ibu, asupan nutrisi yang dikonsumsi sehari-hari, aktifitas yang dilakukan, psikologis pada ibu hamil dan juga gangguan hemopiesis (proses pembentukan darah). Penurunan kadar hemoglobin juga dapat dipengaruhi oleh ketidaktahuan ibu hamil dalam mengolah makanan. Makanan yang terlalu sering dipanaskan dan terlalu lama dimasak akan mengurangi jumlah gizi yang terdapat pada sayuran tersebut.

Menurut peneliti berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pemberian bayam merah dan madu dengan konsumsi 3x1 per hari dengan

dosis URT 100 gram untuk konsumsi sayur bayam dan 15 ml madu dapat meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil. Ibu hamil dengan usia produktif lebih antusias dalam mengkonsumsi makanan yang sehat seperti bayam dan madu karena ibu hamil di usia produktif ini banyak menerima informasi tentang makanan yang dapat meningkatkan kadar Hb selama kehamilan, dan secara psikologis ibu hamil menginginkan kehamilannya lebih sehat agar anak yang dilahirkan sehat secara fisik maupun mental.

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang dilakukan dengan judul "Efektifitas Konsumsi Sayur Bayam dan Madu Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbio Jaya Tahun 2020". Dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

1. Rerata kadar hemoglobin sebelum diberikan sayur bayam dan madu yaitu sebesar 9,75 g/dL pada ibu hamil anemia di Puskesmas Rumbio Jaya Tahun 2020.
2. Rerata kadar hemoglobin sebelum diberikan sayur bayam dan madu yaitu sebesar 12,76 g/dL pada ibu hamil anemia di Puskesmas Rumbio Jaya Tahun 2020.
3. Adanya efektifitas konsumsi sayur bayam dan madu terhadap kadar hemoglobin ibu hamil anemia di Puskesmas Rumbio Jaya Tahun 2020.

B. Saran

1. Bagi peneliti

Diharapkan peneliti dapat lebih meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam menganalisa dan mengolah data serta penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan peneliti tentang metodologi penelitian dan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan yang telah diperoleh diperguruan.

2. Bagi tempat penelitian

Diharapkan kepada pihak puskesmas untuk meningkatkan sosialisasi dan penyuluhan kepada ibu hamil tentang anemia dan gerakan makan sayur minum madu yang dapat mencegah anemia dalam kehamilam dengan kegiatan ini diharapkan angka kejadian anemia dapat menurun setiap tahunnya.

3. Bagi Masyarakat (Responden)

Diharapkan pada responden untuk dapat mengkonsumsi makan yang tinggi kandungan zat besi seperti sayur bayam dan madu serta makanan yang beranekaragam lainnya.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan untuk peneliti yang ingin mengembangkan penelitian ini sebaiknya menggunakan analisis multivariat sehingga dihasilkan model yang dapat dijadikan penelitian ini lebih reliabel.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Qolik. 2014. *Buku Pintar Bertanam Bayam dan Beternak Lebah*, Yogyakarta: Indoliterasi,
- Ai Yeyeh, Rukiyah dkk, ea al (2010). *Asuhan Kebidanan 1*: Jakarta: CV. Trans Info media.
- Almatsier, S, 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Depkes RI (2018). *Sistem Kesehatan Nasional* : Jakarta.
- Departemen Kesehatan RI. *Direktorat Jendral Bina Gizi Masyarakat. 2010. Anemia Gizi dan Tablet Tambah Darah (TTD) Untuk Wanita Usia Subur*, Jakarta.
- Dinkes Kabupaten Kampar. *Data Anemia Ibu Hamil*, di Kabupaten Kampar Tahun 2019.
- Dahlan, S (2009). *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sample*, Jakarta : Salemba Medika.
- Fikawati, Ahmad, dan Arinda. 2017. *Gizi Anak dan Remaja*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Febianty Nadila, Sugiarto Chistine, Sadeli Lisawati: 2015. *Perbandingan Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Darah dengan Menggunakan Metode Sahli dengan Autoanalyzer pada orang normal*. Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Marantah.
- Febianty Nadila, Sugiarto Chistine, Sadeli Lisawati: 2015. *Perbandingan Pemeriksaan Kadar Hemoglobin Darah dengan Menggunakan Metode Sahli dengan Autoanalyzer pada orang normal*. Fakultas Kedokteran, Universitas Kristen Marantah: Bandung.
- Gibney Michael J, M. Barrie, M. Margetts Jhon, Arab. Kearney Lenore, 2008. *Gizi Kesehatan Masyarakat*: Jakarta. EGC.
- [https:// www. World Health Organization \(WHO\)](https://www.who.int/) 2015. Diakses 12 Juni 2020
- [https:// www. Kesmas](https://www.kesmas.go.id/) Data Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat 2019: Diakses 17 Juni 2020.

Https:// [www. Bps .go.id](http://www.Bps.go.id) 2015.

Https:// [www. Food and Nutrition. USDA](http://www.Food and Nutrition. USDA), di Akses tanggal 28 Juni 2020.

Hardinsyah, Supriasa, 2016. *Ilmu Gizi Teori & Aplikasi* Jakarta. EGC.

Irianto, Koes. 2014. *Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi (Balance Nutrition Reproductive Health)*. Bandung: ALFABETA.

Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Riset Kesehatan Dasar. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*.

Kemenkes, 2010, Indeks *Pembangunan Kesehatan Masyarakat Badan Penelitian dan Pengembangan Kementerian Kesehatan* Jakarta.

Karina, dkk, 2012. *Pendidikan Konsumsi Pangan*. Cetakan Ke 1 Jakarta: PT Fajar Interpertama Mandiri

Latifah Neneng Siti, Susilawati, 2019. “*Konsumsi Jus Bayam Merah Campur Madu Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu hamil Trimester III*” Jurnal Vol.10.No 2019: Yogyakarta.

Manuaba, IBG. 2013. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan KB*. Jakarta: EGC.

Neneng Siti Latifah, Susilawati, 2019” *Konsumsi Jus Bayam Merah Campur Madu Terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil Trimester III*”: Jurnal Kesehatan Politeknik Kesehatan Tanjung Karang.

Notoatmodjo, S. 2011. *Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta.

—————, S. 2012. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.

Naibaho. 2011. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Gizi Besi pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Pasoburan. Kecamatan Habinsar Kabupaten Toba Samosir. 2011*: Skripsi. Medan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sumatra Utara.

Profil Dinkes Riau. 2018. *Angka Kematian Ibu dan Bayi*: Provinsi Riau

Puskemas Rumbio Jaya 2019. *Data Data Anemia Ibu Hamil*, di Rumbio Jaya Tahun 2019.

Proverawati, 2011. *Kesehatan Remaja Problem*. Jakarta: Salemba Medika.

Pedoman *Angka Kecukupan Gizi (AKG)* Tahun 2013

- Par'i, Holi Muhammad. 2014. *Penilaian Status Gizi: Dilengkapi Proses Asuhan Gizi Terstandar*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Sinclar Constance, 2010. *Buku Saku Kebidanan*: EGC.
- Sugiarto, Endang Widhiyaastuti, Diffah Hanim 2016” *Hubungan Status Gizi Anemia Dengan Prestasi Belajar Remaja Putri Kelas 2 Sekolah Menengah Tingkat Pertama (Studi Kasus di SMP Negeri 3 dan SMP Negeri 7 Surakarta*”: Jurnal Vol 3, No 1 (2016).
- Suwita, L.K. M. Razak , R.A Putri” *Pemanfaat Bayam Merah (Blitium Rubrum) Untuk Meningkatkan Kadar Besi dan Serat pada Mie*. Jurnal Agronomis X 1.
- Sirajuddin, Mustamin, Nadimin dan Suriani. 2015. *Survei Konsumsi Pangan* : Jakarta. EGC.
- Syuhada Reza Iqbal, Ayu Fitriani, Fery Lusvina Widianty, 2019” *Efektivitas Sayur Bayam Terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Di SMP 3 Kalasan, Sleman, Yogyakarta Tahun 2019*”. Jurnal Pangan dan Gizi 9 (1):16-26.
- Sastroasmoro, Sudigdo (2010). *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*, Jakarta: Sagung Seto.
- Lathifah Neneng Siti, Susilawati. 2013. *Hubungan Sayur Bayam dan Madu dengan Peningkatan Kadar Hb di Puskesmas Karang Anayar*: Skripsi.
- WHO. 2015. *The Global Prevalence Of Anemia in 2011*. Geneva. World Organization.
- Wele Aurelia. (2014), *Anemia dalam Kehamilan dan Penanggulangannya*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Varney, (2010).Buku Ajar Asuhan Kebidanan, Jakarta: EGC.