



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 6 Tahun 2023 Page 1485-1492

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Herbal Plant Anti-Anaemic to Increase Haemoglobin for Pregnant Woman : Descriptive Survey

Risna Ayu Rahmadani^{1✉}, Anggun Sasmita², Meinita Wulansari³

Kebidanan Universitas Muhammadiyah Manado, Indonesia

Email: Risnaayu103@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Tanaman herbal telah menjadi sumber pengobatan di beberapa negara berkembang. Anemia pada ibu hamil masih belum teratasi. Dampak yang dapat terjadi pada ibu hamil dengan anemia adalah abortus, BBLR, kelahiran premature, dan bahkan kematian. Besarnya dampak yang terjadi pada ibu dengan anemia memerlukan perhatian untuk diberi intervensi alternatif. Penelitian ini bertujuan untuk melakukan survey bagaimana ibu hamil memanfaatkan tanaman herbal untuk meningkatkan kadar hemoglobin. Penelitian ini menggunakan metode survey deskriptif dengan 33 sampel yang diperoleh menggunakan simple random sampling dan mengumpulkan data menggunakan kuesioner. Perlu penelitian lebih lanjut mengenai perbandingan efektifitas dari tanaman herbal anti anemia untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

Kata Kunci: *Hemoglobin, Tanaman Jamu, Anemia*

Abstract

Herbal plants have been a source of succour in the control of many diseases in developing countries. Anemia in pregnant women has not been resolved. The impact of anemia for pregnant woman are abortus, Low Birth Weight, IUGR, and mortality. the magnitude of the impact of anemia on pregnant women needs attention to be given more intervention. This research aims to survey how pregnant woman utilise the herbal plants to increase haemoglobin. This study used survey descriptive method and get 33 pregnant woman as a sample with simple random sampling technique, and using instrument by questioner for collected data. The result of this study found that most of pregnant woman are utilise Ipomoea aquatic. Futher research is needed to compare effectiveness of herbal plants anti-anaemic for increase the haemoglobin.

Keywords: *Haemoglobin, Herbal Plant, Anaemia*

PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu kondisi dimana kadar sel darah merah dan hemoglobin (Hb) lebih rendah dari normal. Anemia adalah salah satu komplikasi utama selama kehamilan. Sebagian besar ibu hamil mengalami anemia ringan. Faktor yang berhubungan dengan kondisi obstetrik, nutrisi, infeksi parasit menjadi faktor risiko utama (Hailu et al., 2019). Anemia dapat diklasifikasikan menjadi tiga kategori, ringan, sedang dan berat. Kadar Hb tiap golongan anemia pada kehamilan adalah 10,0–10,9 g/dL (ringan), 7–9,9 g/dL (sedang) dan < 7 g/dL (berat). Anemia sebagian besar disebabkan oleh kekurangan zat besi oleh karena itu perlu ditekankan kepada ibu hamil untuk mengkonsumsi zat besi selama kehamilan dan setelah melahirkan (Irmawati dan Rosdiana, 2020).

Anemia adalah masalah kesehatan masyarakat global di dunia, yang secara tidak proporsional mempengaruhi anak-anak dan wanita usia subur (WHO, 2022). Pada tahun 2019, WHO memperkirakan 39,8% anak usia 6–59 bulan, 36,5% ibu hamil, dan 29,9% wanita usia 15–49 tahun di seluruh dunia menderita anemia (WHO, 2022). Di Indonesia, prevalensi ibu hamil anemia pada semua umur sebesar 37,1% pada tahun 2013, kemudian meningkat menjadi 48,9% pada tahun 2018. Berdasarkan RISKESDAS 2018, prevalensi ibu hamil anemia menurut umur sebesar 84,6% pada kelompok usia 15-24 tahun, 33,7% pada usia 25-34 tahun, 33,6% pada usia 35-44 tahun, dan 24% ibu hamil anemia pada usia 45-54 tahun (Kemenkes RI, 2018). Prevalensi anemia pada ibu hamil berdasarkan wilayah tempat tinggal mengalami peningkatan dari tahun 2013 ke tahun 2018. Persentase ibu hamil anemia yang tinggal di perkotaan pada tahun 2013 sebesar 36,4% menjadi 48,3% pada tahun 2018. Persentase ibu hamil anemia yang tinggal di perkotaan pada tahun 2013 sebesar 36,4% menjadi 48,3% pada tahun 2018. yang tinggal di pedesaan pada tahun 2013 sebesar 37,8% hingga 48,5% pada tahun 2018, dan ibu hamil dengan anemia yang tinggal di pedesaan dan perkotaan pada tahun 2013 tercatat sebesar 37,1% hingga 48,9% pada tahun 2018 (BPS, 2020).

Pada masa kehamilan terjadi peningkatan volume darah untuk pembentukan plasenta, janin dan cadangan zat besi dalam ASI. Kadar Hb pada ibu hamil mengalami penurunan pada trimester pertama dan paling rendah pada trimester kedua, kemudian meningkat lagi pada trimester ketiga (KEMENKES RI, 2018). Beberapa penelitian menyatakan bahwa anemia bisa berdampak. Dampak tersebut dapat terjadi pada bayi akibat ibu yang mengalami anemia pada masa kehamilan antara lain BBLR (berat badan lahir rendah), IUGR (Intrauterine Growth Restriction), aborsi, usia lahir rendah atau kematian bayi prematur dan pasca melahirkan (Farhan dan Dhanny, 2021). Jadi kondisi yang disebabkan oleh berkurangnya nutrisi dan oksigen ke janin akibat defisit transportasi plasenta mungkin

disebabkan oleh penipisan hemoglobin. Potensi terjadinya hambatan pertumbuhan uterus dimulai dengan penurunan perfusi darah di dalam rahim, peningkatan resistensi pembuluh darah, dan hambatan pertumbuhan permukaan trofoblas, yang bertanggung jawab atas terjadinya hambatan pertumbuhan uterus untuk mengeluarkan darah arteri ibu ke dalam plasenta. Peristiwa ini dapat mengakibatkan terbatasnya pertukaran gas dalam kompleks ibu-janin dan, akibatnya, berat badan lahir rendah/tidak mencukupi (Stangret A, 2017). Penelitian lain juga menemukan hasil yang sama bahwa kerusakan kronis pada plasenta mengganggu suplai oksigen dan nutrisi ke janin sehingga mengakibatkan pertumbuhan janin (Wixey, JA et al., 2017).

Proporsi ibu hamil yang mendapat tablet zat besi mencapai >50%, namun anemia pada ibu hamil belum teratasi. Pencegahan lainnya adalah dengan memberikan terapi komplementer dengan tanaman herbal. Beberapa tumbuhan mengandung zat besi yang dapat membantu meningkatkan produksi sel darah merah. Tinjauan fitoterapi anemia menemukan bahwa Anemia dapat diobati dengan bayam merah *Amaranthus tricolor* L (Rizky, 2021), *Ipomoea aquatica*, dan Daun Manihot *esculenta* (Hardaniyati, 2023). Namun ibu hamil belum mendapatkan informasi yang komprehensif mengenai bentuk sediaan, takaran, lama penggunaan, manfaat empiris, dan kemungkinan efek samping. sehingga perlu dilakukan survey mengenai cara pemanfaatan tanaman herbal anti anemia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan menggunakan desain penelitian survei. Desain wilayah survei digunakan untuk memberikan informasi terkait prevalensi. Distribusi dan hubungan antara variabel dan populasi. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil yang melakukan pemeriksaan di wilayah kerja Puskesmas Ratahan Kabupaten Minahasa Tenggara. Penelitian ini dilakukan pada bulan April hingga Mei 2023, pengambilan sampel menggunakan simple random sampling sebanyak 33 responden. Pengumpulan data menggunakan angket dan analisis data menggunakan uji univariat berupa tabel distribusi frekuensi. Data dimasukkan dan dianalisis menggunakan SPSS versi 24.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden diperoleh dari hasil kuesioner responden yang meliputi umur, pendidikan, pekerjaan, usia kehamilan

Tabel 1. Characteristic of Respondent

Characteristi	No. of respondents (%)
Age	
< 20 Years	5 (15.1)
20-35 Years	20 (60.6)
>35 Years	8 (24.2)
Senior high school	23 (69,7)
23 (69,7)	
Bachelor's degree	9 (27,2)
Magister	1 (3)
Occupation	
State Civil Apparatus	4 (12.1)
4 (12.1)	
Entrepreneur	8 (28,2)
Housewife	21 (63,6)
gestasional age	
First trimester	6 (17,64)
Second Trimester	11 (32,35)
Thrid Trimester	9 (26,47)
Total	33 (100)

Source: Primer Data pregnant woman characteristic

Berdasarkan tabel 1, sebagian besar responden mempunyai usia reproduksi 20-35 tahun (60,6%) dan mempunyai tingkat pendidikan SMA sebesar 69,7%. Sebagian besar ibu rumah tangga (63,6%) dan usia kehamilannya berada pada trimester kedua (32,35%).

Table 2. Herbal Plants and Utilization

Herbal Plants	Utilization		Total (%)
	Used (%)	Unsed (%)	
<i>Ipomoea aquatic</i> (Kangkung)	28 (84,8)	5 (15,1)	33 (100)

Leaf <i>Manihot esculenta</i>	19 (57,5)	14 (42,4)	33 (100)
<i>Amaranthus Tricolor</i> (Red Spinach)	3 (9,0)	30 (90,9)	33 (100)

Berdasarkan tabel 2, penelitian survei ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memanfaatkan Ipomoea Aquatic (Kangkung) sebesar 84,3% dan sebagian lagi memanfaatkan Daun Manihot esculenta (Daun Singkong) sebesar 57%.

Diskusi

Ipomoea Akuatik (Kangkung)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memanfaatkan Ipomoea akuatik (Kangkung). Ipomoea akuatik biasanya dibudidayakan sebagai sayuran atau sering ditemukan tumbuh liar di tempat basah, seperti tepian sungai, rawa, atau terapung di atas air.



Gambar 1. *Ipomoea aquatica* (Kangkung).

Keunggulan Ipomoea akuatik adalah tanaman ini mempunyai daya adaptasi (adaptasi) yang luas terhadap berbagai kondisi lingkungan tumbuh, perawatan budidayanya mudah, dan biaya budidayanya relatif murah. Selain itu, pengumpulan (panen) selada air dapat dilakukan secara rutin (berkala) setiap 10-15 hari sekali.

Nilai gizi atau komposisi kimia setiap tanaman berbeda-beda. Hal ini ditentukan oleh jenis dan habitat organisme tersebut.

Table 3. Nutritional Content In 100 Grams Of Water Ipomoea aquatic

Nutritional Composition	1	2
Calories	30,00 cal	29,00 cal
Proteins	3,90 gr	3,00 gr
Lemak	0,60 gr	0,30 gr
carbohydrate	4,40 gr	5,40 gr

Fiber	1,40 gr	-
Calcium	71,00 mg	73,00 mg
Fosfor	67,00 mg	50,00 mg
Iron	3,20 mg	2,50 mg
Sodium	49,00 mg	-
Potassium	458,00 mg	-
Vitamin A	4825,00 S.I	6300,00 S.I
Vitamin B1	0,09 mg	0,07 mg
Vitamin	0,24 mg	-
Vitamin C	59,99 mg	32,00 mg
Niacin	1,30 mg	-
Air	-	89,70 gr

Source : Rukmana 2004

Alternatif sumber zat besi lainnya adalah makanan nabati seperti daun singkong, kangkung dan sayuran hijau lainnya. Ibu hamil yang mengkonsumsi sayuran hijau dan tablet Fe mampu mencegah anemia pada ibu hamil (Hermawan, Abidin, dan Yanti, 2020). Survei penelitian lain menemukan bahwa ibu hamil menggunakan Ipomoea Aquatic untuk meningkatkan hemoglobintingkatan (Hardaniyati, Setyawati, dan Soekmawati, 2023).

Leaf Manihot esculenta (Daun Manihot esculenta)

Daun Manihot esculenta merupakan salah satu jenis sayuran yang kaya akan zat besi, sehingga dapat dijadikan alternatif pangan olahan untuk meningkatkan nilai gizi pangan. Daun Manihot esculenta pada gilirannya juga menyediakan vitamin dan mineral per 100 gramnya, yaitu: kalsium 165 mg, zat besi 2,0 mg, protein 6,3 mg, lemak 1,2 mg, karbohidrat 13,0 mg, fosfor 54 mg, vitamin A 11000 mg, vitamin B 0,12 mg dan vitamin C 275 mg. Hasil analisis kadar zat besi dan magnesium lainnya pada Daun Manihot esculenta yaitu penelitian masing-masing kandungan zat besi pada Daun Manihot esculenta diperoleh $5,1539 \pm 6,2970$ mcg/g (Saputri dan Ridwanto, 2022). Dapat dijadikan sayuran yang baik untuk dikonsumsi, mudah didapat dan mudah diolah.

Masyarakat Sulawesi utara banyak memanfaatkan daun singkong sebagai olahan sayuran untuk dikonsumsi bersama menu makanan lainnya. Kebanyakan dari mereka memiliki informasi terbatas untuk jenis pemrosesan lainnya. Beberapa penelitian menunjukkan berbagai perkembangan olahan daun singkong yang dapat menjadi referensi bagi mereka. Daun singkong diolah menjadi keripik (Oktaviani, Indra, dan Lyon, 2023), nugget dan rollcake (Dianovita, Farida, dan Amaliah, 2021).



Gambar 2. Leaf *Manihot esculenta*

Amaranthus Tricolor (Red Spinach)



Gambar 3. Red Spinach

Di Indonesia bayam merah mulai menyebar pada abad ke-19. Bayam merah berasal dari Amerika dan Selandia Baru dengan nama genus *Amaranthus*. Bayam merah memiliki bentuk daun bulat dengan tepi runcing dan berwarna kemerahan. Batang bayam merah berbentuk tegak, tebal dan berdaging serta mengandung air yang relatif banyak (Henny, et al., 2021). Rata-rata kadar zat besi pada bayam merah yaitu 2,0744 mg/100g (Nofita, Purnama, dan Hidayat, 2021). Dalam 100 gram bayam merah, terdapat kalori, karbohidrat, protein, lemak, vitamin (A, B1, E, C, dan folat), serta mineral (kalsium, fosfor, dan zat besi). Kandungan zat besi pada bayam adalah relatif tinggi dibandingkan sayuran lainnya, sangat bermanfaat bagi penderita anemia (Ritta et al., 2022)

Beberapa penelitian menemukan bahwa Pemberian kombinasi bayam merah (*amaranthus gangeticus*) dan Fe meningkatkan rata-rata kadar hemoglobin pada ibu hamil. Pemberian kombinasi bayam merah (*amaranthus gangeticus*) dan Fe meningkatkan rata-rata kadar hemoglobin pada ibu hamil (Jaya et al., 2020). Penelitian lain menemukan bahwa olahan bayam merah menjadi jus dapat meningkatkan hemoglobin (Cahyanto dan Farida, 2023).

SIMPULAN

Kekurangan zat besi atau Anemia adalah suatu kondisi dimana kadar sel darah merah dan hemoglobin (protein pengikat oksigen) berada di bawah nilai normal yang menyebabkan darah tidak mampu mengikat oksigen sebanyak yang dibutuhkan tubuh.

Dampak anemia pada ibu hamil adalah abortus, BBLR, IUGR, dan mortalitas. Ketidakpatuhan Konsumsi Tablet Fe menyebabkan anemia tidak dapat teratasi, oleh karena itu ibu hamil perlu mengkonsumsi zat besi dari sumber lain. Sebagian besar Responden di Puskesmas Ratahan menggunakan Ipomoea Aquatic untuk meningkatkan kadar hemoglobin. Hanya sedikit dari mereka yang mengonsumsi bayam merah.

DAFTAR PUSTAKA

- BPS Statistic Indonesia. (2020). Prevalensi Anemia Pada Ibu Hamil. Retrieved From https://www.bps.go.id/indikator/indikator/view_data/0000/data/1333/sdgs_2/1
- Cahyanto, H. N., & Farida, D. (2023). Pengaruh Pemberian Jus Bayam Merah Terhadap Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester II. *Jurnal Ilmiah Ilmudan Teknologi Rekayasa*.
- Dianovita, C., Farida, & Amaliah, N. (2021). Pelatihan Pembuatan Olahan Berbahan Dasar Daun Singkong Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Defisiensi Besi(Fe). *SEPAKAT Jurnal Pengabdian Masyarakat*.
- Farhan, K., & Dhanny, D. R. (2021). Anemia Ibu Hamil Dan Efeknya Pada Bayi. *Muhammadiyah Journal Of Midwifery*.
- Stangret A, W. A. (2017). Maternal Hemoglobin Concentration And Hematocrit Values May Affect Fetus Development By Influencing Placental Angiogenesis. *J Matern Fetal Neonatal Med*, 199-204.
- WHO. (2022). The Global Health Observatory : Anaemia In Pregnant Woman. Retrieved From [https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/Anaemia-In-Pregnant-Women-Number-\(In-Thousands\)](https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/Anaemia-In-Pregnant-Women-Number-(In-Thousands))
- WHO.2022. WHO Global Anaemia Estimates, 2021 Edition. https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/Anaemia_In_Women_And_Children.