

**PENGARUH PEMBERIAN DAUN UBI JALAR UNGU (*IPOMOEA BATATAS*)
TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN IBU HAMIL DI KLINIK
PRATAMA SEHATI DELI TUA**

Nurul Aini Siagian¹⁾, Yunita Syahputri Damanik²⁾

^{1,2)}Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

Email¹⁾: nurulsiagian92@gmail.com

Email²⁾: yunitadamanik88@gmail.com

ABSTRAK

Tubuh manusia terdiri dari beberapa unsur, termasuk darah. Darah adalah cairan yang terdapat pada tubuh yang berfungsi mengirimkan zat-zat oksigen yang dibutuhkan oleh setiap tubuh manusia. Darah juga berfungsi mengangkut bahan-bahan kimia hasil metabolisme dan juga sebagai pertahanan tubuh terhadap virus dan bakteri. Tubuh manusia pada orang dewasa rata-rata memiliki darah sekitar 4,5 liter -5,5 liter yang bersirkulasi di dalam tubuh. Kejadian dari anemia pada ibu hamil selain meningkatkan risiko kematian pada ibu juga dapat berdampak pada janin. Diantaranya yang sering dilaporkan adalah pada kasus anemia ibu hamil adalah kematian janin saat lahir, bayi lahir prematur dan berat badan lahir rendah. Pemberian tablet tambah darah merupakan salah satu upaya untuk mengatasi anemia, namun masih belum maksimal karena berbagai hambatan seperti kurangnya kesadaran masyarakat untuk pencegahan dan pengendalian anemia, terutama untuk melakukan cek kadar hemoglobin di pusat kesehatan dan status ekonomi yang menjadi hambatan untuk mendapatkan sumber makanan kaya zat besi. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian “quasy experiment” dengan rancangan two group pretest and posttest with control group design Populasi pada penelitian ini ialah Ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya di Klinik Pratama Sehati Deli Tua yaitu sebanyak 30 orang. Hasil uji T- Test disimpulkan bahwa perbandingan rerata pada kelompok post Hb Kontrol didapatkan nilai mean 10,18, nilai SD 0,425 sedangkan pada kelompok post HB Perlakuan didapatkan nilai 12,19, nilai SD 0,699. Dengan nilai F 3,560 dan nilai T sebesar 9,530, dan nilai P- Value 0,000 < 0,005 artinya ada pengaruh pemberian rebusan daun ubi jalar ungu terhadap peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil.

Keywords: Daun Ubi Jalar Ungu, Hemoglobin

PENDAHULUAN

Tubuh manusia terdiri dari beberapa unsur, termasuk darah. Darah adalah cairan yang terdapat pada tubuh yang berfungsi mengirimkan zat-zat oksigen yang dibutuhkan oleh setiap tubuh manusia dan mengangkut bahan-bahan kimia hasil metabolisme dan juga sebagai pertahanan tubuh terhadap virus dan bakteri. Tubuh manusia pada orang dewasa rata-rata memiliki darah sekitar 4,5 liter -5,5 liter yang bersirkulasi di dalam tubuh (Luh Seri Ani, 2019).

Menurut Sekjen Kemenkes, berdasarkan data rutin kesehatan keluarga tahun 2017 di Indonesia penyebab kematian ibu 27,1% adalah perdarahan.

Salah satu penyebab perdarahan sendiri adalah anemia. Penanggulangan anemia pada ibu hamil ini dapat menurunkan AKI dan AKB (Yosefni, Elda. Yulia, Sonya. Ester, 2017)

Anemia adalah penurunan kapasitas darah dalam membawa oksigen karena jumlah sel darah merah yang kurang dari normal atau penurunan konsentrasi hemoglobin yang bisa disebabkan karena penurunan produksi eritrosit atau kehilangan darah banyak. Anemia di Indonesia umumnya disebabkan oleh kekurangan zat besi sehingga lebih sering disebut anemia defisiensi besi. Salah satu kelompok yang rentan terhadap anemia defisiensi besi adalah ibu hamil. Anemia

pada ibu hamil adalah kondisi dimana kadar Hb berada di bawah 11 g/dl pada trimester I dan III atau di bawah 10,5 g/dl pada trimester II (Rizki, Lipoeto and Ali, 2018)

Kejadian dari anemia pada ibu hamil selain meningkatkan risiko kematian pada ibu juga dapat berdampak pada janin. Diantaranya yang sering dilaporkan adalah pada kasus anemia ibu hamil adalah kematian janin saat lahir, bayi lahir prematur dan BBLR. Saat tubuh manusia mengalami rendahnya kapasitas darah untuk membawa oksigen memicu kompensasi tubuh dengan memacu jantung meningkat curah jantung. Jantung yang terus menerus dipacu bekerja keras dapat mengakibatkan gagal jantung dan komplikasi lain seperti preeklamsia (Yosefni, Elda. Yulia, Sonya. Ester, 2017)

Pemberian tablet tambah darah merupakan salah satu upaya untuk mengatasi anemia, namun masih belum maksimal karena berbagai hambatan seperti kurangnya kesadaran masyarakat untuk pencegahan dan pengendalian anemia, terutama untuk melakukan cek kadar Hb di pusat kesehatan dan status ekonomi yang menjadi hambatan untuk mendapatkan sumber makanan kaya zat besi (Adyani, Anwar and Rohmawaty, 2018)

Salah satu zat besi yang cepat diserap oleh tubuh adalah ubi jalar baik umbi maupun daunnya. Tumbuhan ubi jalar banyak ditemukan di Indonesia, ubi jalar salah satu pangan yang kaya zat besi. Ubi jalar bermanfaat untuk menjaga kebugaran tubuh, untuk diet, untuk perawatan rambut dan elastisitas kulit dan dapat menambah haemoglobin darah serta berkhasiat menyembuhkan penyakit (Munawar Khalil N, 2016).

Berdasarkan uraian diatas peneliti ingin mengetahui pengaruh pemberian daun ubi jalar ungu sebagai makanan yang mengandung zat besi sehingga dapat meningkatkan kadar haemoglobin pada ibu yang anemia.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian “*quasy experiment*” dengan rancangan *two group pretest and posttest with control group design*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Rerata Kadar HB Pada Kelompok Kontrol di Klinik Pratama Sehati Deli Tua

	N	Mean
Pre- HB Kontrol	15	10,2
Post- HB Kontrol	15	10,1

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 15 responden pada pre-Hb Kontrol memiliki kadar HB dengan mean 10,2 sedangkan pada post- Hb Kontrol memiliki kadar HB dengan mean 10,1.

Tabel 2. Rerata Kadar HB Pada Kelompok Perlakuan di Klinik Pratama Sehati Deli Tua

	N	Mean
Pre- HB Perlakuan	15	10,4
Post- HB Perlakuan	15	12,9

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 15 responden pada pre-Hb perlakuan memiliki kadar HB dengan mean 10,4 sedangkan pada post- Hb Perlakuan memiliki kadar HB dengan mean 12,9

Tabel 4. Perbedaan Rerata Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Kelompok Pre-Post Kontrol dan Kelompok Perlakuan

	Mean	SD	Std. Error Mean	P-Value
Pre-Post Kontrol	0,006	0,0594	0,0153	0,067
Pre-Post Perlakuan	1,7933	0,7833	0,2022	0,000

Berdasarkan tabel 4 diatas menggunakan uji T-Tes dikarenakan data berdistribusi normal. Pada penelitian ini dapat disimpulkan pada pre dan post

kelompok kontrol dari 15 responden memiliki nilai mean 0,006 dan nilai SD 0,0594 sedangkan pre dan post pada kelompok perlakuan memiliki nilai mean 1,7933 dan nilai SD 0,7833.

Tabel 4. Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Ubi Jalar Ungu terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil

	Mean	SD	F	t	P-Value
Post Hb Kontrol	10,18	0,425	3,56	9,53	0,000
Post Hb Perlakuan	12,19	0,699			

Berdasarkan tabel 4 dapat disimpulkan bahwa perbandingan rerata pada kelompok post Hb Kontrol didapatkan nilai mean 10,18, nilai SD 0,425 sedangkan pada kelompok post HB Perlakuan didapatkan nilai 12,19, nilai SD 0,699. Dengan nilai F 3,560 dan nilai T sebesar 9,530, dan nilai P- Value 0,000 < 0,005 artinya ada pengaruh pemberian rebusan daun ubi jalar ungu terhadap peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Klinik Pratama Sehati dengan menggunakan lembar observasi terhadap 30 responden yang terdiri dari 15 kelompok kontrol dan 15 kelompok perlakuan yang mengalami anemia dimana pada kelompok kontrol tidak diberikan rebusan hanya diberikan tablet FE sedangkan pada kelompok perlakuan diberikan Rebusan Daun Ubi Jalar Ungu untuk meningkatkan kadar haemoglobin pada ibu hamil.

Anemia adalah berkurangnya kadar eritrosit (sel darah merah) dan kadar hemoglobin (Hb) dalam setiap millimeter kubik darah dalam tubuh manusia. Hampir semua gangguan pada sistem peredaran darah disertai dengan anemia yang ditandai dengan warna keputihan pada tubuh, penurunan kerja fisik dan penurunan daya tahan tubuh. Penyebab anemia bermacam-macam diantaranya adalah anemia defisiensi zat

besi.

Pengenceran darah (hemodilusi) pada ibu hamil sering terjadi dengan peningkatan volume plasma 30-40%. Hemodilusi terjadi sejak kehamilan 10 minggu dan mencapai puncaknya pada kehamilan 32-36 minggu. Apabila hemoglobin ibu sebelum hamil sekitar 11gr% maka akan mengakibatkan terjadinya hemodilusi dan akan mengakibatkan anemia akan menjadi 9,5 – 10 gr%. Selama kehamilan terjadi peningkatan volume darah (*hypervolemia*) sebagai hasil dari peningkatan volume plasma dan eritrosit yang beredar dalam tubuh. Peningkatan volume plasma jauh memberikan efek yaitu konsentrasi hemoglobin berkurang. (Maryen, dkk)

Berdasarkan tabel 4 Pada penelitian ini dapat disimpulkan pada pre dan post kelompok kontrol dari 15 responden memiliki nilai mean 0,006 dan nilai SD 0,0594 sedangkan pre dan post pada kelompok perlakuan memiliki nilai mean 1,7933 dan nilai SD 0,7833.

Salah satu kekayaan lokal yang banyak ditemukan adalah daun ubi jalar. Menurut *US Department of Agriculture* daun ubi jalar sudah dimanfaatkan dalam penanganan kondisi anemia karena kandungan zat besinya yang cukup tinggi, yaitu memiliki kandungan zat besi 1,01mg/100 g dan kandungan folat 80 µg/100 g (Hutabarat and Widyawati, 2018)

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Hutabarat dan Widyawati yang berjudul pengaruh rebusan daun ubi jalar dan tablet Fe terhadap peningkatan kadar haemoglobin ibu hamil. Hal ini juga sejalan dengan penelitian (Kuswati, 2015) yang berjudul pengaruh pemberian *Multipel Micro Nutrien* (MMN) ditambah ekstrak daun ubi jalar ungu dan tablet Fe terhadap nilai haemoglobin ibu hamil. Mekanisme daun ubi jalar terhadap meningkatkan haemoglobin pada ibu hamil yaitu salah satunya dengan cara mengkonsumsi zat besi, vitamin B-12 dan

asam folat. Disarankan juga mengkonsumsi vitamin C agar lebih membantu penyerapan dalam usus ibu hamil.

Berdasarkan tabel 4 dapat disimpulkan bahwa perbandingan rerata pada kelompok post Hb Kontrol didapatkan nilai mean 10,18, nilai SD 0,425 sedangkan pada kelompok post HB Perlakuan didapatkan nilai 12,19, nilai SD 0,699. Dengan nilai F 3,560 dan nilai T sebesar 9,530, dan nilai P- Value $0,000 < 0,005$ artinya ada pengaruh pemberian rebusan daun ubi jalar ungu terhadap peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil.

Pemberian zat besi pada ibu hamil merupakan salah satu syarat pelayanan kesehatan pada ibu hamil untuk mencegah terjadinya anemia, dimana jumlah suplemen zat besi yang diberikan selama kehamilan ialah sebanyak 90 tablet (Fe^{3+}). Zat besi merupakan mineral yang dibutuhkan tubuh untuk membentuk sel darah merah (hemoglobin), pembentukan sel darah merah, zat besi juga berperan sebagai salah satu komponen dalam membentuk mioglobin (protein yang membawa oksigen ke otot), kolagen (protein yang terdapat pada tulang, tulang rawan, dan jaringan penyambung), serta enzim. Zat besi juga berfungsi dalam sistem pertahanan tubuh (Kemenkes RI, 2015).

Saat ini obat herbal sudah terkenal luas. Salah satunya adalah pengobatan herbal yang efektif yaitu dengan daun ubi jalar ungu. Daun ubi jalar ungu dapat menjadi salah satu alternative pengobatan alami, mudah didapatkan di alam. Sangat mudah bagi kita untuk mendapatkan daun ubi jalar, banyak di jual dipasar dan banyak yang membudidayakan pula. Belum banyak masyarakat mengetahui bahwa daun ubi jalar memiliki kandungan gizi yang sangat tinggi, sehingga daun ubi jalar ungu sangat besar manfaatnya di kehidupan kita.

Daun ubi jalar dapat dimanfaatkan sebagai obat-obatan serta makanan bergizi

tinggi yang tidak menguras kantong. Daun ubi jalar dapat dimanfaatkan sebagai obat demam berdarah, penambah darah atau anemia, bisul, mabuk perjalanan, cacingan, susah buang air besar, herpes dan luka akibat benda tajam (Munawar Khalil N, 2016).

Daun ubi jalar juga mengandung berbagai senyawa yang berlimpah seperti Kalsium, besi, karoten dan polifenol yang berguna sebagai anti peradangan dan antikanker dan juga dapat meningkatkan system kekebalan tubuh dan antioksidan (Putri et al., 2018). Menurut jurnal penelitian menjelaskan bahwa dalam 100 gr daun ubi jalar mengandung 117 mg kalsium, 1,8 mg besi, 3,5 mg karoten, 7,2 mg vitamin C, 1,6 mg vitamin E dan 0,5 mg vitamin K, vitamin B, betakaroten. Ubi jalar sangat baik untuk membangun sel-sel tubuh menghasilkan energy, meningkatkan metabolisme tubuh dan mencegah berbagai (Hutabarat and Widayawati, 2018)

Penelitian memperlihatkan bahwa daun ubi jalar ungu mengandung banyak vitamin, mineral dan nutrisi lainnya yang sebanding dengan bayam. Bahkan kandungan kalsium, besi dan karoten pada daun ubi jalar lebih tinggi dibandingkan dengan sayuran utama lainnya. Pada bagian pucuk daun ubi jalar segar (mentah) mengandung sumber gizi yang cukup tinggi. Jumlah nutrisi yang terkandung pada daun ubi jalar ungu pada tiap 100 gram yakni protein total 29 g, karoten 2700 μg , kalsium 75 – 183mg, besi 1,8 – 3,9 mg, riboflavin 0,35 mg dan asam askorbat 32 – 136 mg (Motsa et al., 2015)

Upaya yang dapat diberikan berupa pendidikan kesehatan tentang makanan yang mengandung gizi seimbang termasuk sumber makanan yang kaya zat besi dan buah untuk meningkatkan penyerapan zat besi. Kebutuhan tambahan untuk keperluan pertumbuhan janin, plasenta dan persiapan persalinan. Zat besi dari daun ubi jalar ini juga digunakan untuk memproduksi haemoglobin, yang membawa oksigen ke jaringan tubuh (Yosefni, Elda. Yulia, Sonya. Ester, 2017)

KESIMPULAN DAN SARAN

Ada pengaruh yang signifikan pemberian daun ubi jalar ungu (*ipomea batatas*) terhadap peningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan p- Value 0,000

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih kami kepada Ristekdik yang telah memberikan hibah penelitian. Serta kepada Instut Kesehatan Deli Husada yang telah memberikan dukungan atas penelitian ini

DAFTAR PUSTAKA

- Adyani, K., Anwar, A. D. and Rohmawaty, E. (2018) 'Peningkatan Kadar Hemoglobin dengan Pemberian Ekstrak Daun Salam (*Syzygium Polyanthum* (Wight) Walp) pada Tikus Model Anemia Defisiensi Besi', *Majalah Kedokteran Bandung*, 50(3), pp. 167–172. doi: 10.15395/mkb.v50n3.1390.
- Hutabarat, N. C. and Widyawati, M. N. (2018) 'The Effect of Sweet Potato Leaf Decoction and Iron Tablet against Increased Hemoglobin Levels in Pregnant Women (Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Ubi Jalar dan Tablet Fe terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil)', 1(2), pp. 59–65.
- Kuswati, E. S. (2015) 'Pengaruh Pemberian Multipel Micro Nutrien (Mmn) Ditambah Ekstrak Daun Ubi Jalar Dan Tablet Fe Terhadap Nilai Hemoglobin Ibu Hamil', *Interest : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 4(2), pp. 107–110.
- Luh Seri Ani (2019) *Buku Saku Anemia Defisiensi Besi: Masa Prahamil dan Hamil*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Munawar Khalil N (2016) *Sehat tanpa obat dengan ubi jalar*. Edited by Maya. Yogyakarta: Yogyakarta : Andi.
- Rizki, F., Lipoeto, N. I. and Ali, H. (2018) 'Hubungan Suplementasi Tablet Fe dengan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Air Dingin Kota Padang', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(3), p. 502. doi: 10.25077/jka.v6i3.729.
- Yosefni, Elda. Yulia, Sonya. Ester, M. (2017) *Kebidanan Teori & Asuhan*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Motsa *et al.* (2015) 'Sweet potato (*Ipomoea batatas* L.) as a drought tolerant and food security crop', *South African Journal of Science*, Volume 111(Number 11/12). doi: 10.17159/sajs.2015/20140252.