

Pengembangan Permen Jelly Daun Kacang Panjang Sebagai Upaya Peningkatan Haemoglobin Pada Ibu Hamil di Puskesmas

Rita Ariesta¹, Daini Zulmi^{2*}, Neneng Islamiah³, Siti Buhaeriyah⁴, Hilwa Mail Haq⁵

Jurusan Kebidanan Universitas La Tansa Mashiro, Lebak, Indonesia

Abstract. *Anemia is a condition where the body has a small or less than normal number of red blood cells, where the red blood cells contain hemoglobin which functions to carry oxygen to all body tissues. The purpose of this study is to develop a new product in the form of long bean leaf jelly candy as a nutritious intake to prevent anemia in pregnant women at PKM Kalanganyar in 2023. The research method used is an Quasi Experimental research method with a pre-experimental design used, namely One Group Pre-test Post-test. The research time is November 2023. The population of this study was 119 pregnant women with anemia in the Kalanganyar Health Center area. The sample size used was 8 using purposive sampling technique. Based on the univariate results, it was found that the increase in Hb levels of pregnant women with anemia ranged from 1.3 gr/dl to 4.2 gr/dl with an average increase in Hb levels of 2.7 gr/dl. Therefore, this long bean leaf jelly candy can be one of the additional foods or healthy snacks to prevent anemia.*

Keywords: *Long Bean Leaves, Anemia, Pregnant Women*

Abstrak. Anemia merupakan suatu keadaan dimana tubuh memiliki jumlah sel darah merah yang sedikit atau kurang dari normal, yang mana sel darah merah itu mengandung Haemoglobin yang berfungsi untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Tujuan penelitian ini untuk mengembangkan produk baru berupa permen jelly daun kacang panjang sebagai salah satu asupan bergizi untuk mencegah anemia pada ibu hamil di PKM Kalanganyar tahun 2023. Metode penelitian yang digunakan merupakan metode penelitian *Kuasi Eksperimen* dengan pre eksperimental design yang digunakan yaitu One Grup Pre-test Post- test. Waktu penelitian bulan November 2023. Populasi penelitian ini sebanyak 119 ibu hamil dengan Anemia di wilayah Puskesmas Kalanganyar. Besar sampel yang digunakan yaitu 8 menggunakan teknik purposive sampling. Berdasarkan hasil univariat didapatkan bahwa kenaikan kadar Hb ibu hamil dengan anemia mulai dari angka 1,3 gr/dl hingga 4,2 gr/dl dengan rata-rata kenaikan kadar Hb berada di angka 2,7 gr/dl. Oleh karena itu, permen jelly daun kacang panjang ini dapat menjadi salah satu makanan tambahan maupun camilan sehat untuk mencegah anemia.

Kata Kunci: *Daun Kacang Panjang, Anemia, Ibu Hamil*

Corresponding Author : Daini Zulmi

Jurusan Kebidanan Universitas La Tansa Mashiro

Email: dainizulmi@gmail.com

Pendahuluan

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2020, stunting adalah pendek atau sangat pendek berdasarkan panjang atau tinggi badan dari usia yang kurang dari -2 standar deviasi (SD) pada kurva pertumbuhan WHO yang terjadi dikarenakan kondisi irreversibel akibat asupan nutrisi yang tidak adekuat dan atau infeksi berulang atau kronis yang terjadi dalam 1000 hari pertama kehidupan (HPK). Faktor - faktor yang mempengaruhi stunting menurut (WHO,2023) salah satunya anemia dikarenakan zat besi salahsatu elemen kunci dalam optimalisasi masa 1.000 hari pertama kehidupan (HPK), termasuk untuk pencegahan stunting. Menurut laporan Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2008), sekitar 41,8% ibu hamil di seluruh dunia mengalami anemia. Angka prevalensi anemia pada ibu hamil bervariasi di berbagai wilayah, seperti 24,1% di Amerika, 25,1% di Eropa, 30,7% di Pasifik Barat, 57,1% di negara

negara di Afrika, dan 48,2% di Asia Tenggara. Prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia menurut (WHO, 2021) mencapai 41,8%. Tingkat prevalensi ini bervariasi, mulai dari 31% di Amerika Selatan hingga 64% di Asia bagian selatan. Gabungan Asia selatan dan Tenggara berkontribusi hingga 58% dari total penduduk yang mengalami anemia di negara-negara berkembang.

Di Amerika Utara, Eropa, dan Australia, kasus anemia yang disebabkan oleh defisiensi zat besi selama kehamilan jarang terjadi. Bahkan di Amerika Serikat, hanya sekitar 5% anak kecil dan 5-10% wanita usia produktif yang mengalami anemia akibat defisiensi zat besi. Berdasarkan informasi dari Riskesdas tahun 2018, terjadi peningkatan angka kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia. Angka ini meningkat dari 37,1% pada tahun 2013 menjadi 48,9% pada tahun 2018. Selain itu, dalam hal cakupan konsumsi tablet Fe, hanya 38,1% ibu hamil yang mengonsumsi tablet Fe sebanyak ≥ 90 butir, sementara 61,9% lainnya hanya mengonsumsi < 90 butir. Dengan kata lain, data tersebut menunjukkan bahwa sebanyak 61,9% ibu hamil tidak mengikuti anjuran konsumsi Tablet Fe (Aat, 2021).

Prevalensi anemia di Provinsi Banten tetap tinggi, mencapai angka 37,1%. Berdasarkan data provinsi tersebut, angka kematian ibu hamil dan saat melahirkan karena anemia masih signifikan, mencapai 12,24% pada tahun 2013, 25% pada tahun 2016, 20% pada tahun 2015, 18% pada tahun 2016, dan 23,91% pada tahun 2017. Data dari Dinas Kesehatan Kota Cilegon tahun 2017 menunjukkan bahwa angka kejadian anemia mengalami peningkatan dari tahun 2016, yaitu dari 3829 jiwa menjadi 4490 jiwa yang mengalami anemia (Neny 2023). Di Kabupaten Lebak, angka prevalensi anemia pada ibu hamil mencapai 28,5%. Salah satu parameter penting dalam penilaian kesehatan dan tantangan bagi Indonesia adalah angka kematian ibu yang masih relatif tinggi (Aat, 2021).

Berdasarkan data Dinas Kesehatan Lebak tahun 2022 terdapat 3 Puskesmas dengan angka kejadian anemia tertinggi yaitu Parung Sari sebanyak 225, Rangkasbitung sebanyak 123, Kalanganyar sebanyak 119. Data kasus Anemia yang tercatat pada Puskesmas Kalanganyar tahun 2021 yaitu Desa Aweh sebanyak 1, Desa Suka Mekar Sari sebanyak 39, Desa Kalanganyar sebanyak 54, Desa Cikatapis sebanyak 2, Desa Cilangkap sebanyak 1, Desa Pasir Kupa sebanyak 29 dan Desa Sangiang Tanjung sebanyak 7. Adapun data kasus 3 Anemia yang tercatat pada Puskesmas Kalanganyar tahun 2022 yaitu Desa Aweh sebanyak 0, Desa Suka Mekar Sari sebanyak 36, Desa Kalanganyar sebanyak 27, Desa Cikatapis sebanyak 27, Desa Cilangkap sebanyak 27, Desa Pasir Kupa sebanyak 18 dan Desa Sangiang Tanjung sebanyak 1.

Faktor utama penyebab anemia adalah kekurangan zat besi, yang merupakan kekurangan gizi yang umum terjadi di seluruh dunia. Kekurangan ini memengaruhi 33% wanita non-hamil, 40% wanita hamil, dan 42% anak-anak di seluruh dunia menurut WHO (2020). Anemia ialah serangkaian gejala yang timbul akibat beragam penyebab. Selain dari kekurangan zat besi, sumber penyebab utama anemia mencakup kerusakan awal pada sel darah merah dalam tubuh (hemolisis), kehilangan atau pendarahan darah jangka panjang, produksi sel darah merah yang kurang optimal, masalah gizi seperti gangguan penyerapan protein dan zat besi dalam usus, serta hambatan dalam pembentukan eritrosit oleh sumsum tulang belakang (Rahayu, 2019). Isu stunting tetap menjadi tantangan yang harus diselesaikan saat ini. Pemerintah telah melakukan berbagai langkah untuk mengatasi peningkatan jumlah kasus stunting di seluruh tingkatan, termasuk di komunitas pedesaan. Salah satu faktor yang berpotensi menyebabkan stunting adalah anemia (Nur, 2023).

Ibu hamil dapat mencegah anemia selama masa kehamilan dengan cara meningkatkan asupan zat besi melalui makanan, mengonsumsi cukup pangan hewani, dan mengurangi makanan yang dapat menghambat penyerapan zat besi seperti fitat, fosfat, dan tannin. Penting juga untuk mengonsumsi suplemen tablet zat besi dalam jumlah minimal 90 tablet sesuai kebutuhan, serta memastikan minumnya secara tepat (Mira, 2019). 4 Salah satu makanan yang dapat dikonsumsi untuk meningkatkan kebutuhan zat besi adalah sayuran daun kacang panjang .

Daun kacang panjang merujuk pada bagian tanaman kacang panjang (*Vigna unguiculata* subsp. *sesquipedalis*) yang berbentuk daun dan umumnya dimanfaatkan sebagai bahan pangan. Daun kacang panjang memiliki bentuk dan struktur daun yang panjang serta bergerigi. Daun ini

dapat dimasak dan dikonsumsi seperti sayuran, seringkali dijadikan bahan dalam berbagai masakan. Daun kacang panjang bisa menjadi pilihan nutrisi tambahan yang baik untuk meningkatkan kadar darah ibu dan janin secara bersahabat. Dalam setiap 70 gram daun kacang panjang terkandung sekitar 6,2 mg zat besi, dan besi ini memiliki tingkat kelarutan yang cukup tinggi dalam tubuh, mencapai sekitar 17,4%. Besi yang berasal dari daun kacang panjang diserap di dalam lambung (pH 1,5) sebanyak 17,4%, sementara di duodenum (pH 7,5) penyerapannya mencapai $15,5 \pm 0,29\%$ (Sri, 2021). Mendapatkan bahan baku permen jelly dari daun kacang panjang di wilayah seperti Sajira memiliki keunggulan tersendiri karena kacang panjang memiliki sifat tumbuh yang mudah dan adaptasi yang baik terhadap lingkungan. Wilayah Sajira, sebagai contoh, memberikan kondisi tanah yang sangat mendukung pertumbuhan kacang panjang. Tanah subur dan iklim yang sesuai sangat memungkinkan kacang panjang tumbuh dengan baik. Daya tahan tanaman kacang panjang terhadap faktor lingkungan yang variatif, seperti curah hujan dan suhu udara, menjadikan proses bercocok tanam lebih mudah dan lebih berhasil.

Dengan demikian, ketersediaan bahan baku dari daun kacang panjang untuk permen jelly di wilayah seperti Sajira menjadi lebih terjamin, berpotensi mendukung keberlanjutan produksi, dan menghadirkan manfaat gizi bagi konsumen setempat. Konsumsi daun kacang panjang dalam jumlah yang besar, tentu dapat menimbulkan rasa kebosanan terhadap sayuran daun kacang 5 panjang. Oleh karena itu, ada beberapa inovasi yang dapat menjadi pilihan untuk membuat masyarakat dapat mengonsumsi daun kacang panjang dengan cara yang lebih menarik, salah satunya daun kacang panjang dapat disajikan berupa makanan ringan tinggi zat besi seperti berbentuk permen jelly. Pemilihan bentuk produk pangan permen jelly sebagai solusi peningkatan kadar Haemoglobin (Hb) pada ibu hamil di Puskesmas Kalanganyar didasarkan pada beberapa pertimbangan.

Pertama, permen jelly memiliki tekstur yang lembut dan mudah dikonsumsi, menjadikannya alternatif yang cocok untuk ibu hamil yang mungkin memiliki sensitivitas terhadap makanan terbilang padat maupun keras. Kedua, rasa dan tampilan permen jelly yang umumnya enak dan menarik bisa meningkatkan minat ibu hamil untuk mengonsumsi produk tersebut secara rutin. Ketiga, bentuk permen jelly memungkinkan untuk menyisipkan nutrisi tambahan, seperti zat besi dan vitamin, yang diperlukan untuk peningkatan kadar Hb. Keempat, kemampuan penyerapan nutrisi dari permen jelly yang baik membantu memaksimalkan manfaat nutrisi bagi ibu hamil.

Dengan demikian, pilihan permen jelly sebagai bentuk produk pangan untuk peningkatan kadar Hb ibu hamil di Puskesmas Kalanganyar memiliki alasan yang kokoh dan berpotensi memberikan dampak positif terhadap kesehatan ibu hamil dan perkembangan janin. Berdasarkan manfaat dan zat yang terkandung dalam daun kacang panjang, dan masyarakat terbilang mudah dalam mendapatkan bahan baku daun kacang panjang yang mudah tumbuh di lingkungan sekitar, maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengembangan Permen Jelly Daun Kacang Panjang sebagai Upaya Peningkatan Haemoglobin untuk Mencegah stunting pada Ibu Hamil di Puskesmas Kalanganyar Tahun 2023”.

Metode

Research and Development (R&D) adalah metode penelitian yang digunakan untuk memproduksi produk tertentu dan menguji efektivitas produk tersebut. Dalam rangka pembuatan produk tertentu digunakan penelitian analisis kebutuhan dan untuk menguji efektivitas produk tersebut agar dapat berfungsi di masyarakat luas maka diperlukan penelitian studi untuk menguji efektivitas produk tersebut Sugiyono (2011:297). Dalam penelitian ini menggunakan metode R & D karena hasil akhir penelitian ini akan menghasilkan produk permen jelly daun kacang panjang untuk meningkatkan Haemoglobin dalam upaya pencegahan stunting pada ibu hamil. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian Kuasi eksperimen, penelitian eksperimen merupakan penelitian yang bersifat coba coba atau menguji sebuah hipotesis atau mengenali hubungan sebab akibat dengan maksud tertentu. Jenis penelitian eksperimen yang kami gunakan yaitu pre-experiment desain (non-design) karena design ini belum merupakan

esperimen sungguh-sungguh, masih terdapat variable luar yang berpengaruh tetapi tidak turut diteliti, hal tersebut terjadi akibat tidak adanya variable kontrol (confounding) dan sample tidak dipilih secara random. Bentuk pre eksperimental design yang digunakan yaitu One Grup Pre-test Post-test. *Chi Square*.

Hasil

Penelitian tentang “Pengembangan Permen Jelly Daun Kacang Panjang dalam Upaya Peningkatan Haemoglobin pada Ibu Hamil di PKM Kalanganyar 2023”. Penelitian ini dilakukan terhadap 8 orang ibu hamil dengan berbagai masa triwulan, setiap ibu hamil dilakukan pre-test atau pemeriksaan awal kadar Hb sebelum mengonsumsi permen jelly daun kacang panjang. Serta post-test yaitu pemeriksaan ulang kadar Hb setelah mengonsumsi permen jelly daun kacang panjang.

Distribusi Frekuensi Ibu Hamil yang Mengalami Anemia

Ibu Hamil	Frekuensi	Presentase (%)	Validasi Persen	Kumulatif Persen
Anemia Ringan	5	62,5%	62.5	62.5
Anemia Berat	3	37,5%	37.5	37.5
Total	8	100.0	100.0	100.0

Berdasarkan table diatas disimpulkan bahwa sebagian besar (62.5%) dari responden mengalami anemia ringan dan sebagian kecil (37.5%) responden mengalami anemia berat.

Distribusi Frekuensi Peningkatan Kadar Hb terhadap Responden Post Konsumsi Permen Jelly Daun Kacang Panjang

Peningkatan Hb	Frekuensi	Presentase (%)	Validasi Persen	Kumulatif Persen
Meningkat	8	100,0	100,0	100,0

Berdasarkan tabel 4.4 dinyatakan 100% seluruh responden mengalami peningkatan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia

Distribusi Frekuensi Rata-Rata Peningkatan Kadar Hb

Responden	Pre-Test	Post-Test	Kenaikan
Ny. M	9,4 gr/dl	11,4 gr/dl	2 gr/dl
Ny. S	7,5 gr/dl	10,1 gr/dl	2,6 gr/dl
Ny. W	9,8 gr/dl	11,3 gr/dl	1,5 gr/dl
Ny.S	9,7 gr/dl	11,4 gr/dl	1,7 gr/dl
Ny.I	8,7 gr/dl	11,4 gr/dl	2,7 gr/dl
Ny.K	7,8 gr/dl	12,0 gr/dl	4,2 gr/dl
Ny. H	9,9 gr/dl	11,2 gr	1,3 gr/dl
Ny.M	7,9 gr/dl	11,7 gr/dl	3,8 gr/dl

Berdasarkan tabel 4.5 dinyatakan kenaikan kadar Hb ibu hamil dengan anemia mulai dari angka 1,3 gr/dl hingga 4,2 gr/dl dengan rata-rata kenaikan kadar Hb berada di angka 2,7 gr/dl.

Pembahasan

dari hasil analisis pada tabel di atas bahwa dapat diartikan terdapat pengaruh yang signifikan terhadap kenaikan kadar haemoglobin, hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang mengatakan bahwa ada perbedaan antara rata-rata kadar Haemoglobin ibu hamil sebelum diberikan intervensi konsumsi daun kacang panjang dan sesudah pemberian intervensi konsumsi daun kacang panjang. Terbukti secara signifikan konsumsi daun kacang panjang dapat meningkatkan kadar Hb hingga 76% (Prastika, 2016). Serta penelitian tentang pemberian air rebusan daun kacang panjang selama 14 hari setiap pagi dan malam bagi ibu hamil dapat meningkatkan kadar Hb, bahkan keluhan ibu hamil sebelumnya seperti pusing dan lemas sudah tidak dirasakannya lagi (Salsabila, 2022). Daun kacang panjang merupakan jenis sayuran yang dapat dikonsumsi dalam bentuk segar maupun diolah menjadi sayur.

Daun kacang panjang memiliki kandungan gizi yang cukup lengkap (protein, lemak, karbohidrat, kalsium, fosfor, besi, vitamin B, dan C). Dalam 70 gram daun kacang panjang terdapat 6,2 mg besi, 29 mg vitamin C, 4,1 gr protein, dan $88,10 \pm 0,28$ % cairan (Sri, 2021). Penggunaan permen jelly daun kacang panjang dapat meningkatkan Haemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja Puskesmas Kalanganyar 2023. Berdasarkan hasil analisis uji hipotesis didapatkan dari 8 ibu hamil dengan anemia yang mengonsumsi permen jelly daun kacang panjang yang mengalami peningkatan kadar Hb sebanyak 8 orang (100.0%) dengan kenaikan kadar Hb rata-rata 2,7 gr/dl. Dapat dilihat dari hasil tersebut bahwa permen jelly daun kacang panjang efektif dalam hal peningkatan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja Puskesmas Kalanganyar 2023. Berdasarkan hasil penelitian bahwa permen jelly daun kacang panjang dapat meningkatkan kadar Haemoglobin ibu hamil dengan anemia, karena permen jelly daun kacang panjang ini mengandung 23,45 mg zat besi atau setara dengan 377,42 gr daun kacang panjang (Dewi, 2016).

Hasil pemeriksaan laboratorium didapatkan kadar zat besi 1,38 gr/dl dan angka tersebut diperoleh dari pemeriksaan 23,75 gr daun kacang panjang dalam satu buah 51 permen jelly. Jadi, pada setiap porsi permen jelly daun kacang panjang mengandung 23,45 mg zat besi/377,42 gr daun kacang panjang. Menurut hasil pemeriksaan didapatkan 8 orang ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja Puskesmas Kalanganyar tahun 2023 tepatnya di desa Sukamekar Sari. Kedelapan ibu hamil tersebut menjadi bagian responden dalam hal penelitian eksperimen permen jelly daun kacang panjang ini. Kebutuhan zat besi bagi ibu hamil trimester I ± 1 mg/hari, trimester II ± 5 mg/hari, trimester III ± 5 mg/hari.) (Susiloningtyas, 2023). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan dari 8 ibu hamil dengan anemia yang mengonsumsi permen jelly daun kacang panjang selama 14 hari yang mengalami peningkatan kadar Hb sebanyak 8 orang (100.0%). Rata-rata peningkatan kadar Haemoglobin pada responden yang telah diberikan permen jelly daun kacang panjang yaitu 2,7 gr/dl dengan rentang angka mulai dari 1,3 gr/dl hingga 4,2 gr/dl.

Peningkatan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia ini dapat terjadi karena dukungan asupan makanan berbahan baku sayuran alami seperti permen jelly daun kacang panjang yang tentu dapat meningkatkan kadar Hb. Permen jelly daun kacang panjang ini dapat dikonsumsi sebagai cemilan sehat bagi ibu hamil. Selain konsumsi permen jelly daun kacang panjang, ibu hamil tetap mengonsumsi tablet Fe setiap hari sehingga peningkatan kadar Hb ibu hamil menjadi lebih maksimal. Terdapat temuan pada hasil post-test responden, ada 2 responden dengan kenaikan kadar Hb tertinggi dan terendah yaitu Ny.K (tertinggi) dan Ny.H (terendah). Dari perilaku yang diamati, Ny.K rutin konsumsi tablet Fe dan permen jelly daun kacang panjang, sehingga kadar Hb naik secara signifikan. Sedangkan Ny.H tidak rutin konsumsi tablet Fe dan hanya rutin konsumsi permen jelly daun kacang panjang, sehingga kadar Hb tetap naik 52 walaupun hanya sedikit. Keteraturan merupakan sesuatu yang mutlak, permen jelly daun kacang panjang dapat menjadi solusi bagi ibu hamil yang tidak bisa minum obat-obatan.

Dalam masa uji coba produk permen jelly daun kacang panjang terhadap mahasiswa D III Akademi Kebidanan Universitas La Tansa Mashiro tingkat 2 dan 3, terdapat 3 dari 8 orang (37,5 %) sebagian kecil mahasiswa yang tidak mengalami peningkatan kadar Hb. Menurut

pengakuannya, hal tersebut terjadi karena mereka tidak mengonsumsi permen jelly daun kacang panjang hingga habis, hanya mengonsumsi sebanyak 4 buah permen jelly dalam 2 hari. Alasannya pun bermacam-macam, karena tidak memiliki lemari pendingin di kamar rantauan juga sedang magang di PMB sehingga tidak sempat bahkan lupa mengonsumsi permen jelly daun kacang panjang. Sehingga, keteraturan dalam konsumsi permen jelly daun kacang panjang maupun tablet Fe sangat memengaruhi keefektifan kenaikan kadar Hb yang signifikan.

Kurangnya asupan sayuran terlebih daun kacang panjang memungkinkan kadar Hb seseorang tidak meningkat bahkan cenderung menurun, karena proses pembentukan haemoglobin seutuhnya membutuhkan waktu selama 5-9 hari. Apabila penderita anemia diberikan obat anti anemik yang cukup, maka dalam kurun waktu 3-6 hari dapat meningkatkan kadar retikulosit. Retikulosit merupakan tumpuan untuk melihat adanya respon terhadap penyakit anemia (Haryanto, 2007). Selain kandungan zat besi dalam daun kacang panjang, Penulis beranggapan bahwa daun kacang panjang dapat meningkatkan kadar Hb ibu hamil karena daun kacang panjang memiliki kandungan zat besi yang berguna untuk mencegah anemia.

Karena ibu hamil pada zaman ini merupakan perempuan yang hebat, kebanyakan dari mereka masih tetap bekerja untuk 53 penghasilan tambahan sehingga hanya memiliki sedikit waktu untuk memasak sendiri di rumah, adapula ibu hamil yang memang tidak suka konsumsi sayuran. Sehingga dengan terciptanya produk inovasi permen jelly daun kacang panjang ini dapat menjadi alternatif bagi ibu hamil agar tetap bisa memenuhi asupan nutrisi seperti mengonsumsi sayuran alami dengan metode memasak yang praktis dan bahan baku yang mudah ditemukan. Karena sayuran merupakan salah satu sumber nutrisi kebutuhan dasar manusia yang utama untuk keperluan hidup. Kegagalan dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi dapat berdampak pada kesehatan tubuh seperti anemia defisiensi besi & malnutrisi (Putu, 2021).

Oleh karena itu, dapat peneliti asumsikan bahwa ketika ada ibu hamil yang mengalami anemia salah satu solusinya dapat diberikan asupan daun kacang panjang. Konsumsi daun kacang panjang dapat diberikan dengan berbagai cara, bisa dikonsumsi sebagai sayur/lalapan bisa juga dalam bentuk permen jelly. Selain konsumsi daun kacang panjang sebagai solusi penanganan anemia pada ibu hamil, penulis menyarankan untuk tetap mengonsumsi tablet Fe setiap hari agar proses pembentukan zat besi serta peningkatan kadar haemoglobin ibu hamil dengan anemia menjadi lebih efektif

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja Puskesmas Kalanganyar, dapat disimpulkan bahwa konsumsi permen jelly berbahan dasar daun kacang panjang secara rutin memberikan efek positif terhadap peningkatan kadar hemoglobin. Produk ini terbukti membantu mengatasi kondisi anemia pada ibu hamil dan dapat dijadikan sebagai alternatif camilan sehat berbasis bahan alami yang mudah diperoleh. Dengan demikian, permen jelly daun kacang panjang memiliki potensi untuk dikembangkan lebih lanjut sebagai salah satu intervensi gizi dalam upaya pencegahan anemia dan peningkatan kesehatan ibu hami

Saran

Diharapkan institusi pendidikan dapat memberikan dukungan lebih luas kepada mahasiswa dalam mengakses lokasi penelitian, khususnya di fasilitas pelayanan kesehatan. Mahasiswa juga diharapkan mampu mengimplementasikan hasil penelitian ini dalam kehidupan sehari-hari sebagai upaya meningkatkan derajat kesehatan masyarakat. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan kajian ini dengan jumlah sampel yang lebih besar dan analisis yang lebih mendalam guna memperkuat bukti ilmiah terkait efektivitas permen jelly daun kacang panjang. Selain itu, pihak pelayanan kesehatan seperti puskesmas dan posyandu diharapkan dapat mempertimbangkan pemanfaatan bahan alami seperti daun kacang panjang sebagai alternatif pendukung upaya penanggulangan anemia pada ibu hamil, sehingga intervensi gizi yang dilakukan menjadi lebih beragam dan berbasis potensi lokal..

Referensi

- Aat Sutihati, S. J. (2021). Analisis Ibu Hamil dengan Anemia di UPTD Puskesmas Rawat Inap Maja Kabupaten Lebak. *Jurnal Penelitian dan Kajian Ilmiah Kesehatan*, 183.
- Ahmad Sofian, R. M. (2015). *Sinopsis Obstetri: Obstetri Fisiologi, Obstetri Patologi*. Jakarta: EGC.
- Amar, M. I. (2020). Efektivitas Jaringan Komunikasi Masyarakat Terhadap Upaya Pencegahan Kejadian Stunting Di Desa Cikulur Kabupaten Lebak Provinsi Banten Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11.
- Astriana, W. (2017). Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Ditinjau dari Paritas dan Usia. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2.
- Benyamin Dimi, A. A. (2020). Prevalensi Malaria Berdasarkan Karakteristik Sosio Demografi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 4.
- Dewi Andang Prastika, O. S. (2016). Pengaruh Konsumsi Daun Kacang Panjang terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin pada Ibu Hamil TM II dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Polanharjo Kabupaten Klaten. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 144.
- Dewi Purnamasari, Bambang Hendrawan. (2013). Analisis kelayakan Bisnis Usaha Roti Ceriwis sebagai Oleh Oleh Khas Kota Batam. *Jurnal Politeknik Negeri Batam*, 6.
- Dr. Mira Triharini, S. K. (2019). Upaya Bersama dalam Pencegahan Anemia Kehamilan. *Pedimaternal Nursing Journal*, 11.
- Hanny Al-Samkari, E. J. (2020). Variabel Manifestasi Penyakit pada Defisiensi Piruvat Kinase dan Pengelolaannya. *Jurnal Akses Terbuka dari Ferrata Storti Foundation*, 22.
- Haryanto, B. (2007). Blood-Lead Monitoring Exposure to Leaded Gasoline among School Childern in Jakarta, Indonesia. *Kesmas: National Public Health Journal*, 1 (5), 214-218.
- Hendrikus Daely, D. P. (2020). Sistem Pakar Diagnosa Hepatomegali Menerapkan Metode Fuzzy Logic Sugeno. *KOMIK*, 211.
- Juarna, Lela Hartini, Ratna Dewi, (2012). Keteraturan dan Cara Mengonsumsi Tablet Fe dengan Anemia pada Ibu Hamil. *Jurnal Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu*, 87-88.
- Kesehatan Ibu dan Anak (2021). Porsi Makan dan Minum Ibu Hamil untuk Kebutuhan Sehari. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*, 31.
- May Fanny Tanzilia, B. A. (2021). Patogenesis Dan Diagnosis Sistemik Lupus Eritematosus. *Syifa Medika*, 140.
- Muzayyaroh, S. (2018). Hubungan Kadar Hb (Haemoglobin) dengan Prestasi Belajar pada Mahasiswi Prodi D-III Kebidanan FIK UNIPDU Jombang. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*, 220.
- Neny Liana, R. W. (2023). Hubungan Pola Makan, Riwayat Kehamilan dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe terhadap Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Rumah Sakit Medika Krakatau Kota Cilegon Tahun 2022. *Jurnal Riset Ilmiah*, 10.
- Ni Made Indah Pratiwi, P. N. (2016). Anemia Aplastik. *Jurnal Fakultas Kedokteran Universitas Udayana*, 7.
- Nirmalasari, N. O. (2020). Stunting pada Anak: Penyebab dan Faktor Resiko Stunting di Indonesia. *Journal for Gender Mainstreaming*, 1
- Nur Rasdianah, M. N. (2023). Edukasi Anemia bagi Remaja Putri sebagai Upaya Pencegahan Dini Stunting. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Farmasi*, 12.
- Nurwanda, S. S. (2022). Aplikasi Himpunan Fuzzy Intuisiionistik dalam diagnosa Penyakit Hepatitis menggunakan Extented Hausdorff Distance. *Jurnal Ilmiah Matematika*, 42.
- Prastika, D.A., (2016). Pengaruh Konsumsi Dauan Kacang Panjang terhadap peningkatan Kadar Haemoglobin pada Ibu Hamil TM II dengan Anemia di Wilyah Kerja Puskesmas Polanharjo Kabupaten Klaten. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 1(2).
- Prima Nanda Faujiah, D. (2023). *Imunologi*. Bandung: Widina Bhakti Persada Bandung, 34.

- Putu Eka Nopitasari, M. H. (2021). Pemenuhan Nutrisi (The Fulfillment of Nutrition): Literatur Review. *Jurnal Online Keperawatan Indonesia*, 20.
- Rahayu, D. T. (2019). Obesitas Dengan Harga Diri Pada Remaja Putri Kelas X Smk Yp 17 Pare Kediri. *Jurnal Gizi*, 7-7.
- Regar, J. (2009). Aspek Genetik Talasemia. *Jurnal Biomedik*, 151.
- RI, K. (2021). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Riadi Wirawan, F. H. (1999). Haemoglobinopati dan Defisiensi Besi pada Siswi SLTP Negeri Curug Tangerang. *Jurnal Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia*, 111.
- Salsabila, N. (2022). Pemberian Air Rebusan Daun Kacang Panjang terhadap Ibu Hamil TM II dengan Anemia Ringan di PMB Eliana, S.Tr.,Keb, Lampung Selatan, 2022. Diploma Thesis, Poltekkes Tanjungkarang, 56.
- Sapto Haryoko, Bahtiar, Fajar Arwadi. (2020). Analisis Data Penelitian Kualitatif. Badan Penerbit Universitas Negeri Makassar, 361.
- Silcia Sandra, N. I. (2021). Analisis Faktor Risiko yang Berpengaruh terhadap Kejadian Plasenta Previa pada Ibu Bersalin. *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 182.
- Silvia Gea salsabila, M. P. (2021). Hubungan Kejadian Stunting dengan Pengetahuan Ibu tentang Gizi di Kecamatan Cikulur Lebak banten Tahun 2020. *Jurnal Integrasi Kesehatan dan Sains*, 101.
- Sinaga. (2005). Hubungan Antara Kadar Hb Dengan Prestasi Belajar Pada Murid SD Negeri No. 173728 Lobutua Kecamatan Palipi Kabupaten Samosir. *Jurnal Mutiara Kesehatan Indonesia*, 221.
- Sri Juliani, N. (2021). Konsumsi Daun Kacang Panjang dapat Meningkatkan Haemoglobin Ibu Hamil. *Jurnal Malahayati*, 723-724.
- Sugiyono. (201). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Alfabeta, 298.
- Sugiyono. (2011). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D. Alfabet, 297.
- Susiloningtyas, I. (2023). Pemberian Zat Besi Dalam Kehamilan. *Jurnal Fakultas Ilmu Keperawatan*, 7.
- Sutarto, D. M. (2018). Stunting, Faktor Resiko dan Pencegahannya. *Jurnal Agromedicine*, 540.
- Ulfa, R. (2020). Variabel Penelitian dalam Penelitian Pendidikan. *Jurnal Pendidikan dan Keislaman*, 344.
- WHO. (2020). World Health Organization.
- WHO. (2008). World Health Organization