

ABSTRAK

PERBEDAAN PEMBERIAN SAYUR BAYAM DAN SAYUR TAHU TERHADAP PENINGKATAN HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DI DESA TANAH ABANG KECAMATAN TOILI KABUPATEN BANGGAI

Windi Lamaga¹, Erma Retnaningtyas²

Universitas STRADA Indonesia

Email : windilamaga22@gmail.com

Sayur bayam dan sayur tahu merupakan dua jenis pangan lokal yang kaya akan nutrisi, namun efektivitasnya dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil belum banyak dibandingkan secara ilmiah. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis perbedaan pemberian sayur bayam dan sayur tahu terhadap peningkatan hemoglobin pada ibu hamil di Desa Tanah Abang Kecamatan Toili Kabupaten Banggai.

Desain penelitian menggunakan penelitian *Quasy Experimental* dengan rancangan *one group pre test-post test design*. sampel dalam penelitian ini adalah sebagian ibu hamil yang mengalami anemia sebanyak 32 responden, pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan tehnik *purposive sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar SOP dan Alat POCT (*Point of Care Test*). Analisis bivariat untuk melihat hubungan antar variabel menggunakan uji statistik *Mann Whitney* dengan tingkat signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian didapatkan bahwa Pemberian sayur bayam efektif terhadap peningkatan hemoglobin pada ibu hamil di Desa Tanah Abang Kecamatan Toili Kabupaten Banggai dengan nilai $P \text{ value} < \alpha 0,05$ ($0.000 < 0,05$). Pemberian sayur tahu efektif terhadap peningkatan hemoglobin pada ibu hamil di Desa Tanah Abang Kecamatan Toili Kabupaten Banggai.dengan nilai $P \text{ value} < \alpha 0,05$ ($0.000 < 0,05$). Hasil analisa data dengan menggunakan uji statistik *Mann Whitney* didapatkan nilai $P \text{ value} < \alpha 0,05$ ($0.031 < 0,05$) yang artinya ada perbedaan efektivitas pemberian sayur bayam dan sayur tahu terhadap peningkatan hemoglobin pada ibu hamil di Desa Tanah Abang Kecamatan Toili Kabupaten Banggai.

Pemberian sayur bayam dan sayur tahu efektif terhadap peningkatan hemoglobin oleh karena itu disarankan agar petugas kesehatan dan tenaga gizi di lapangan dapat mengedukasi masyarakat, khususnya ibu hamil, untuk mengonsumsi sayur bayam dan sayur tahu sebagai bagian dari pola makan sehat. Hal ini tidak hanya bermanfaat untuk meningkatkan kadar hemoglobin, tetapi juga mendukung kesehatan ibu dan janin secara keseluruhan.

Kata Kunci :, sayur bayam, sayur tahu, peningkatan hemoglobin, ibu hamil

ABSTRACT

THE DIFFERENCE BETWEEN SPINACH AND TOFU VEGETABLE GIVING ON THE INCREASING HEMOGLOBIN IN PREGNANT WOMEN IN TANAH ABANG VILLAGE TOILI DISTRICT BANGGAI REGENCY

Windi Lamaga¹, Erma Retnaningtyas²

Universitas STRADA Indonesia

Email: windilamaga22@gmail.com

Spinach and tofu are two types of local foods that are rich in nutrients, but their effectiveness in increasing hemoglobin levels in pregnant women has not been scientifically compared. The purpose of this study was to analyze the difference in giving spinach and tofu on increasing hemoglobin in pregnant women in Tanah Abang Village, Toili District, Banggai Regency.

The research design used Quasy Experimental research with a one group pre-test-post-test design. The sample in this study was some pregnant women who had anemia as many as 32 respondents, sampling in this study used purposive sampling technique. Data collection using SOP sheets and POCT (Point of Care Test) tools. Bivariate analysis to see the relationship between variables using the Mann Whitney statistical test with a significance level of $\alpha = 0.05$.

The results of the study showed that giving spinach vegetables was effective in increasing hemoglobin in pregnant women in Tanah Abang Village, Toili District, Banggai Regency with a P value $< \alpha 0.05$ ($0.000 < 0.05$). Giving tofu vegetables was effective in increasing hemoglobin in pregnant women in Tanah Abang Village, Toili District, Banggai Regency. with a P value $< \alpha 0.05$ ($0.000 < 0.05$). The results of data analysis using the Mann Whitney statistical test obtained a P value $< \alpha 0.05$ ($0.031 < 0.05$) which means there is a difference in the effectiveness of giving spinach and tofu vegetables on increasing hemoglobin in pregnant women in Tanah Abang Village, Toili District, Banggai Regency.

Giving spinach and tofu vegetables is effective in increasing hemoglobin, therefore it is recommended that health workers and nutritionists in the field can educate the public, especially pregnant women, to consume spinach and tofu vegetables as part of a healthy diet. This is not only beneficial for increasing hemoglobin levels, but also supports the overall health of the mother and fetus.

Keywords: spinach, tofu, increasing hemoglobin, pregnant women