

PENGARUH PEMBERIAN REBUSAN LABU KUNING (CUCURBITA MOSCHATA) TERHADAP PENINGKATAN HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL YANG ANEMIA

Ulfa Mafirah*, Irma Noviana, Ira Sanjaya
Akademi Kebidanan Medica Bakti Persada, Indonesia

* Corresponding Author: ulfamafirah0107@gmail.com

ARTICLE INFO

Article history:

Received: 14-02-2025
Revised: 16-02-2025
Accepted: 25-02-2025
Available online

Kata Kunci:

Ibu hamil, khasiat buah labu, meningkatkan hemoglobin

Keywords:

Effect of pumpkin fruit, increased hemoglobin, pregnant women

ABSTRAK

Anemia pada kehamilan merupakan masalah kesehatan global yang besar karena mempengaruhi hampir setengah dari semua ibu hamil di seluruh dunia yang menerima suplementasi zat besi. Akibat anemia defisiensi besi pada ibu hamil dapat menyebabkan gangguan atau terhambatnya pertumbuhan sel-sel tubuh termasuk sel otak. Pada ibu hamil dapat mengakibatkan keguguran, kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, pendarahan sebelum dan sesudah melahirkan bahkan dapat mengakibatkan kematian ibu dan janin. Penelitian ini menggunakan penelitian quasi eksperimen, populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil anemia yang

hasil uji Wilcoxonnya dapat diketahui bahwa dari 30 responden hasil uji wilcoxon ranking diperoleh nilai Signifikan (α) yaitu 000 dimana lebih dari 0,005 hal ini menunjukkan bahwa H_0 akan ditolak dan H_1 diterima. Terakhir dari uji t sample dapat diketahui bahwa hasil sebelum dan sesudah pemberian semur labu kuning pada responden lebih besar nilainya setelah diberikan semur labu kuning pada ibu hamil untuk meningkatkan kadar hemoglobin. ibu hamil, dan disarankan pemberian semur labu kuning dapat dijadikan acuan bagi ibu hamil anemia.

ABSTRACT

Anemia in pregnancy is a major global health problem because it affects almost half of all pregnant women worldwide who receive iron supplementation. Due to iron deficiency anemia in pregnant women, it can cause interference or inhibition of the growth of body cells, including brain cells. In pregnant women, it can result in miscarriage, premature birth, low birth weight, bleeding before and after delivery and can even result in the death of the mother and fetus. This study used a quasi-experimental study, the population in this study were all anemic pregnant women whose Wilcoxon test results can be seen that from 30 respondents the Wilcoxon ranking test results obtained a Significant value (α) which is 000 where more than 0.005 this indicates that H_0 will be rejected and H_1 accepted. Finally, from the sample t test, it can be seen that the results before and after giving pumpkin stew to the respondents were greater in value after being given pumpkin stew to pregnant women to increase hemoglobin levels. pregnant women, and it is recommended that the administration of pumpkin stew can be used as a reference for anemic pregnant women.

This is an open access article under the [CC BY-NC](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/) license.
Copyright © 2024 by Author. Published by Akademi Kebidanan Nusantara 2000



PENDAHULUAN

Anemia dalam kehamilan merupakan kondisi ibu dengan kadar hemoglobin (Hb) < 11 gr/dl pada trimester I dan III sedangkan pada trimester II kadar hemoglobin < 10,5 gr/dl. Anemia kehamilan menjadi salah satu penyebab kematian ibu atau disebut juga dengan istilah "Potential Danger To Mother And Child" (potensi membahayakan ibu dan anak) dan merupakan penyebab debilitas kronik (Chronic Debility) yang akan berdampak terhadap kesejahteraan sosial, ekonomi, serta kesehatan fisik. Berdasarkan data World Health Organization (WHO), anemia pada ibu hamil dikategorikan menjadi masalah kesehatan secara global dengan prevalensi 29,6% di tahun 2018, dimana di Indonesia sendiri pada tahun 2017 sampai dengan tahun 2019 prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil mengalami peningkatan yaitu dari 43,2% menjadi 44,2% (Abarca, 2021).

Hasil penelitian didapatkan bahwa umur ibu pada saat hamil sangat berpengaruh terhadap kejadian anemia. Paritas merupakan salah satu faktor penting dalam kejadian anemia zat besi pada ibu hamil. Wanita yang sering mengalami kehamilan dan melahirkan makin anemia karena banyak kehilangan zat besi, hal ini disebabkan selama kehamilan wanita menggunakan cadangan besi yang ada di dalam tubuhnya. Anemia kehamilan disebut "potential danger to mother and child" (potensial membahayakan ibu dan anak). Dampak dari anemia pada kehamilan dapat terjadi abortus, persalinan prematuritas, hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim, mudah terjadi infeksi, perdarahan antepartum, ketuban pecah dini (KPD), saat persalinan dapat mengakibatkan gangguan His, kala pertama dapat berlangsung lama, dan terjadi partus terlantar, dan pada kala nifas terjadi subinvulsi uteri menimbulkan perdarahan postpartum, memudahkan infeksi puerperium, dan mengeluarkan ASI berkurang (Astriana, 2020)

Penatalaksanaan anemia pada ibu hamil dapat berupa pencegahan dan pengobatan, antara lain meningkatkan konsumsi zat besi dari makanan atau konsumsi vitamin C sehingga membantu penyerapan zat besi di dalam tubuh dan menghindari zat-inhibitor penghambat penyerapan zat besi. Konsumsi suplemen zat besi pada ibu hamil sebagai pencegahan anemia. Penambahan jenis zat gizi dalam bahan pangan agar meningkatkan kualitas pangan (fortifikasi Fe). (Rachman, 2020)

Ada beberapa jenis labu kuning yang ada di Indonesia yaitu jenis Bokor, cerme, kelating dan lain lain. Adapun dalam penelitian ini jenis labu kuning yang saya ambil labu bokor. Karena itu ada perubahan pemberian labu kuning terhadap perubahan kadar Hemoglobin pada ibu hamil yang anemia. Hal tersebut faktor yang dapat meningkatkan Hemoglobin ibu hamil seperti buah atau sayur yang mengandung vitamin C dan B1, B2.

Asam askorbat, asam folat dan protein merupakan faktor utama yang mendorong penyerapan zat besi (Devi, 2019).

Kadar beta karoten daging buah labu kuning segar adalah 19,9 mg/100 g. Kandungan gizinya yang cukup lengkap ini, maka labu kuning dapat menjadi sumber gizi yang sangat potensial dan harganya pun terjangkau sehingga dapat dikembangkan sebagai alternatif pangan masyarakat. Memiliki kandungan gizi yakni karbohidrat, protein, beberapa mineral seperti kalium, fosfor, besi, serta vitamin yaitu vitamin B dan C. Warna kuning pada pada daging labu pertanda kandungan karotenoidnya sangat tinggi (Saroinsong et al., n.d.).

Oleh karena itu, perlunya ibu hamil mengetahui dampak yang akan terjadi jika dirinya anemia, pentingnya pengetahuan gizi, nutrisi, serta pola hidup yang sehat, karena pada ibu hamil tidak cukup dengan makan sayur hijau tetapi perlu juga tablet Fe dan salah satu makanan yang kaya akan vitamin C dan zat besi yang dapat membantu menaikkan kadar hemoglobin adalah Labu Kuning (*cucurbita moschata*). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian rebusan labu kuning (*cucurbita moschata*) terhadap peningkatan hemoglobin pada ibu hamil yang anemia.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan bentuk rancangan Quasi experiment, dengan rancangan control time series design (kelompok kontrol), yang bertujuan untuk melihat perbedaan kadar perubahan Hemoglobin dalam darah dari sebelum diberikan labu kuning dengan yang sudah diberikan labu kuning di klinik Dian Utama Lestari Kota Subulussalam Tahun 2024. Penelitian ini dilakukan pada dua kelompok experiment, dimana di ukur kadar hemoglobin yang diberikan labu kuning dan yang tidak diberikan labu kuning.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden

Umur	Frekuensi	Persentase %
< 20 Tahun	12	40,0
21 - 35 Tahun	6	20,0
> 35 Tahun	12	40,0

Berdasarkan **Tabel 1** menunjukkan bahwa umur responden yang berkunjung ke Klinik Utama Dian Lestari mayoritas < 20 tahun dan > 35 tahun masing - masing sebanyak 12 orang (40,0%) dan minoritas umur 21- 35 tahun sebanyak 6 orang (20,0%).

Tabel 2. Distribusi kadar hemaglobin sebelum dan sesudah diberikan labu kuning pada ibu hamil

Variabel	n	Min	Max	Mean
Kadar Hemaglobin Pretest	30	8	10	9,00
Kadar Hemaglobin Posttest	30	9	13	10,70

Berdasarkan **Tabel 2** menunjukkan kadar hemaglobin ibu hamil yang mengalami anemia sebelum diberikan labu kuning didapat nilai minimum 8 gr% dan nilai maksimal 10 gr% dengan rata - rata 9,00 yang mana mayoritas ibu mengalami anemia pada tingkat ringan. Sedangkan sesudah diberi labu kuning selama 7 hari sebanyak 100 gram didapatkan peningkatan kadar hemaglobin, dimana nilai minimum 9 gr% dan nilai maksimal 10 gr% menunjukkan mayoritas ibu tidak mengalami anemia dan nilai rata - rata diperoleh 10,70 dengan selisih mean sebesar 1,7.

Tabel 3. Pengaruh pemberian labu kuning (*cucurbita moschata*) terhadap perubahan kadar hemoglobin (hb) pada ibu hamil yang anemia

	n	Mean Rank	Sum of Ranks	P value
Kadar Hemaglobin Negative Ranks	0	,00	,00	0,001
Posttest - Positive Ranks	28	14,50	406,00	
Kadar Hemaglobin Ties	2			
Pretest Total	30			

Berdasarkan **Tabel 3** menunjukkan bahwa sebelum diberikan labu kuning pada negatif ranks atau selisih (negatif) antara tekanan darah sistole pretes dan posttest adalah 0 orang, pada nilai mean rank dan sum of rank menunjukkan peningkatan dari nilai pretest 0,0 dan nilai posttes 0,00. Pada positive Ranks atau selisih (positif) kadar hemaglobin pretest dan posttes terdapat 28 data positif (N) yang artinya sebanyak 28 orang yang mengalami peningkatan kadar hemaglobin dari nilai pretest dan posttest. Mean rank atau rata - rata peningkatan juga menunjukkan 14,50 dan sum of ranks adalah sebesar 406,00. Sedangkan ties atau kesamaan nilai pretest dan posttest adalah 2 yang artinya ada 2 orang responden memiliki nilai yang sama antara kadar hemaglobin pretest dan posttest. Hasil analisa data menggunakan uji wilcoxon didapatkan nilai p value (sig) $0,002 < 0,05$. Maka H_0 diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian labu kuning (*cucurbita moschata*) terhadap perubahan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang anemia di Klinik Utama Dian Lestari Kota Subulussalam

Penelitian ini juga sejalan dengan hasil (Ulfa, 2021) yang menyatakan bahwa terjadi peningkatan asupan zink dan zat besi sebelum dan sesudah intervensi pemberian biskuit biji labu kuning pada remaja di Panti Asuhan Asyaratun Muharramah Kota Makasar dan hasil analisa data diperoleh p value sebesar 0,005 yang disimpulkan terdapat hubungan

yang signifikan antara pengaruh biskuit labu kuning terhadap peningkatan Hb pada remaja. Begitu juga dengan hasil penelitian dari (Ekowati, 2020) dengan hasil bahwa terdapat pengaruh pemberian labu kuning (*cucurbita moschata*) terhadap kadar hemaglobin ibu hamil anemia trimester II di Puskesmas Pengadegan Kabupaten Purbalingga.

Apriyani & Evanya pada tahun 2021 juga melakukan peneliti di PMB Gusti Ayu Badar Lampung untuk meningkatkan kadar hemaglobin pada ibu hamil dengan menggunakan bahan pucuk labu kuning dengan cara merebus dalam 100 gram atau 12 pucuk labu setiap hari selama 6 minggu, setelah selesai dilakukan dan didapat hasil bahwa terdapat pengaruh antara pemberian pucuk labu siap dengan peningkatan hemaglonin pada ibu hamil. Hal ini juga di buktikan oleh beberapa penelitian bahwa labu kuning memiliki kaya manfaat seperti peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil anemia trimester II (Panjaitan dkk ., 2020).

Labu kuning (*cucurbita moschata*) merupakan salah satu bahan pangan lokal yang memiliki nilai gizi yang sangat baik bagi tubuh manusia. Berbagai macam buah dan sayur hijau memiliki kandungan yang sama diantaranya bayam, kacang - kacangan, dan sayur lainnya, tetapi pada labu kuning (*cucurbita moschata*) juga bisa untuk meningkatkan kadar Hb dalam sel darah merah (eritrosit), kandungan lain gizi labu kuning yang cukup tinggi yaitu betakaroten sebesar 1569 µg/100 g bahan, dan juga mengandung gizi lain berupa karbohidrat, zat besi, protein, lemak, serat, beberapa mineral seperti kalsium, fosfor, vitamin A, B dan C dan juga serat serta warna kuning pada dagingnya pertanda kandungan karotenoidnya sangat tinggi, selain itu mudah dicari, ekonomis dan sehat bagi tubuh. Beta karoten juga disebut dengan pro-vitamin A yang mempunyai banyak manfaat. Labu kuning ini bisa mencegah dan menurunkan resiko kanker, meningkatkan kekebalan tubuh menjadi lebih baik, gizi yang terkandung di dalamnya mencukupi dan mencegah jantung sistemik (Fadhilah, dkk 2020).

Dalam penelitian Maria, (2019) labu kuning mengandung zat yang membantu peningkatan kadar hemoglobin darah. Dan terdapat kandungan mineral terpenting yang terkandung dalam labu kuning, yang mengandung zat besi, ini sangat penting untuk mengatasi anemia. Dalam 100 gram labu kuning memiliki 4 mg zat besi, dan setelah di rebus kadar zat besi dalam 100 gr labu kuning yaitu sebanyak 3,20 mg. Maka dari itu bila ibu hamil mengkonsumsi Fe dengan labu kuning secara rutin akan menimbulkan adanya pengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin.

Kadar beta karoten daging buah labu kuning segar adalah 19,9 mg/100 g. Kandungan gizinya yang cukup lengkap ini, maka labu kuning dapat menjadi sumber gizi

yang sangat potensial dan harganya pun terjangkau sehingga dapat dikembangkan sebagai alternatif pangan masyarakat. Memiliki kandungan gizi yakni karbohidrat, protein, beberapa mineral seperti kalium, fosfor, besi, serta vitamin yaitu vitamin B dan C. Warna kuning pada pada daging labu pertanda kandungan karotenoidnya sangat tinggi

Menurut asumsi peneliti, labu kuning mengandung zat yang berfungsi memperlancar sirkulasi oksigen dalam darah, salah satunya yaitu mengandung zat besi dimana di perlukan untuk pembentukan hemoglobin darah. Vitamin C dan Vitamin A yang memiliki khasiat sebagai antioksidan. Vitamin C juga membantu proses penyerapan zat besi, sehingga diharapkan ini bisa dijadikan sebagai salah satu alternatif makanan yang digunakan ibu dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada masa kehamilan.

SIMPULAN DAN SARAN

Umur responden yang berkunjung ke Klinik Utama Dian Lestari mayoritas < 20 tahun dan > 35 tahun masing – masing sebanyak 12 orang (40,0%) dan minoritas umur 21-35 tahun sebanyak 6 orang (20,0%). Kadar hemaglobin ibu hamil yang mengalami anemia sebelum diberikan labu kuning didapat nilai minimum 8 gr/dL dan nilai maksimal 10 gr/dL dengan rata-rata 9,00 yang mana mayoritas ibu mnegalami anemi pada tingkat ringan. Sedangkan sesudah diberi labu kuning selama 7 hari sebanyak 100 gram labu kuning didapatkan peningkatan kadar hemaglobin, dimana nilai minimum 9 gr/dL dan nilai makimal 10 gr/dL menunjukkan mayoritas ibu tidak mengalami anemia dan nilai rata-rata diperoleh 10,70. Hasil analisa data diperoleh ada pengaruh pemberian labu kuning (cucurbita moschata) terhadap perubahan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang anemia di Klinik Utama Dian Lestari Kota Subulussalam dengan nilai p value (sig) $0,002 < 0,05$.

DAFTAR PUSTAKA

- Abarca, R. M. (2021). *Nuevos Sistemas de Comunicación e Información*, 10(November), 2017–2020.
- Astriaana, W. (2020). Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Ditinjau dari Paritas dan Usia THE OCCURRENCE OF ANEMIA IN PREGNANT WOMEN BASED ON PARITY AND AGE. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 123–130. <http://ejournal.stikesaisyah.ac.id/index.php/jika>
- Energi, K., Di, K., & Bone, K. (2021). The Effect of Giving Yellow Pumpkin Seed (C. Moschata d.) Biscuits on Hemoglobin (Hb) Levels and Zinc (Zn) Status pf Pregnant Women with Chronic Energy Deficiency in Bone District, South Sulawesi. *International Journal of Pharmaceutical Research*, 13(01). <https://doi.org/10.31838/ijpr/2021.13.01.517>
- Panjaitan, R., dkk. 2020. Pemanfaatan Minyak Biji Labu Kuning (Cucurbita Moschata Durch) Menjadi Sediaan Nanoemulsi Topikal Sebagai Agen Pengembangan Cosmetical Anti Aging. *Khazanah: Jurnal Mahasiswa*, 7(2), Article 2. <https://doi.org/10.20885/khazanah.vol7.iss2.art5>

- Maria, Rulfia Desi & Ayu Devi. 2020. Pengaruh Pemberian Rebusan Daun Pucuk Labu Kuning Terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil Trimester III.
- Ulfa, Mukhlisa Putri, dkk.2021. Pengaruh Pemberian Produk Biskuit Biji Labu Kuning (Cucurbita Moschata Durch) Terhadap Peningkatan Asupan Mikronutrien (Zink Dan Zat Besi) Pada Remaja di Panti Asuhan Asyaratun Muharramah Kota Makasar. Skripsi - S1 Thesis Universitas Hasanuddin
- Ekowati, Diyah. 2020. Pengaruh Pemberian Labu Kuning (Cucurbita Moschata) Terhadap Kadar Hemaglobin Ibu Hamil Anemia Trimester II di Puskesmas Pengadegan Kabupaten Purbalingga. Perpustakaan Akademi Kebidanan Ylpp Purwokerto
- Apriyani, Magdalena Tri Putri & Evanya Yola Muli. 2021. Penatalaksanaan Ibu Hamil dengan Anemia Sedang Diberikan Pucuk Daun Labu Kuning di PMB Gusti Ayu Badar Lampung. *Jurnal Ilmu Kebidanan*. Vol. 6 No. 2 17 Februari 2021: 330-337