

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN BAYAM HIJAU DAN TABLET FE
TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA
IBU HAMIL ANEMIA DI UPTD PUSKESMAS CIBEUREUM
TASIKMALAYA
TAHUN 2026**



**AYUNDA SWARNA HUTAMA
P2.06.24.5.22.007**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
TASIKMALAYA
TAHUN 2026**

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN BAYAM HIJAU DAN TABLET FE
TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA
IBU HAMIL ANEMIA DI UPTD PUSKESMAS CIBEUREUM
TASIKMALAYA
TAHUN 2026**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh
gelar Sarjana Terapan Kebidanan



**AYUNDA SWARNA HUTAMA
P2.06.24.5.22.007**

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
TASIKMALAYA
TAHUN 2026**

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan judul “Pengaruh Pemberian Bayam Hijau Dan Tablet Fe Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia di UPTD Puskesmas Cibeureum Tasikmalaya Tahun 2026”. Penulisan Tugas Akhir ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.

Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bimbingan, dukungan, bantuan, dan saran dari berbagai pihak yang dengan ikhlas memberikan kontribusi dalam berbagai bentuk. Oleh karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep., Ners., M.Kep. selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya;
2. Dr. Yati Budiarti, SST., M.Keb, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya;
3. Dede Gantini, SST., M.Keb, selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Kebidanan;
4. Yulia Herliani, SST., M.Keb, selaku Ketua Prodi D3 Kebidanan serta selaku Dosen Pembimbing Utama yang telah memberikan bimbingan dan arahan sehingga proposal skripsi ini dapat terselesaikan.
5. Laila Putri Suptiani, SST., M.Keb, selaku Dosen Pembimbing Pendamping yang telah memberikan bimbingan dan arahan sehingga proposal skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Uly Artha Silalahi, SST, M.Keb, selaku Pembimbing Akademik Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
7. Seluruh staf dan dosen prodi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
8. Drg. Titin Hajari, selaku Kepala Lahan Penelitian.
9. Teruntuk Alm. Yudha Deswara, sosok yang paling penulis rindukan, terima kasih atas doa, dan nasihat yang penuh diberikan semasa hidup. Walau kini

ragamu telah tiada, meski tidak sempat menemani penulis melalui setiap langkah dalam proses ini ketidakhadiran beliau, penulis belajar arti keteguhan, kemandirian, dan kekuatan untuk melangkah. Semoga Allah SWT melapangkan jalan dan menempatkan di tempat terbaik di sisi-Nya.

10. Teruntuk Ibunda tercinta, Yeni Kusniawati, terima kasih tak terhingga atas kesabaran, ketulusan dan doa yang di panjatkan, setiap air mata dan setiap pengorbanan, penulis menemukan makna perjuangan yang sesungguhnya. Dari beliau, penulis belajar bahwa cinta seorang ibu mampu menguatkan bahkan di saat dunia terasa sangat berat.
11. Teruntuk saudara laki-laki Kakak Baruna Satria Utama, S.K.M dan Kakak ipar Adria Safitri, S.K.M, yang luar biasa telah menjadi pilar kekuatan dan sumber harapan selama perjalanan pendidikan ini. Dengan penuh keikhlasan telah memenuhi dan membantu setiap kebutuhan yang memungkinkan penulis menempuh pendidikan hingga tahap ini.
12. Teruntuk saudara laki-laki Adik Mahesa Swara Utama, terima kasih atas dukungan serta semangat yang mendorong penulis untuk terus optimis mengerjakan tugas akhir ini.
13. Teruntuk Muhammad Rizki Fauzi, S.M, terima kasih atas semangat, dukungan, bantuan berupa tenaga dan pikiran.
14. Teruntuk sahabat penulis terima kasih atas kepedulian, kesabaran, dan ketulusan yang selalu kalian berikan kepada penulis yang menjadi sahabat penulis sejak awal masa perkuliahan. Dukungan kalian, baik dalam bentuk semangat, doa, maupun kehadiran sederhana, menjadi penguat hati dan langkah penulis hingga dapat berdiri di titik ini.
15. Teruntuk grup musik “*NCT Dream*” terima kasih telah menjadi *mood booster* penulis, memberi dukungan dan motivasi melalui karya-karya yang sangat luar biasa sehingga dapat membuat penulis menemukan semangat untuk terus bertahan, kembali fokus, dan melangkah hingga akhirnya mampu menyelesaikan skripsi ini.
16. Terakhir, anak perempuan kedua dan harapan orang tuanya, Ayunda Swarna Utama. Terima kasih telah berjuang selama duduk di bangku perkuliahan.

Terima kasih kepada hati tetap ikhlas, meski banyak hal yang terjadi diluar prediksi. Meski penuh luka dan rintangan, diri ini tetap memilih melangkah, berpegang pada harapan dan percaya bahwa setiap pengorbanan kelak akan berbuah manis. Semoga diri ini selalu diberi kekuatan dan keteguhan untuk terus melangkah, menjaga keikhlasan dan senantiasa berjalan di jalan yang diridhai-Nya.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga tugas akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Tasikmalaya, 11 Juni 2026

Ayunda Swarna Utama

**PENGARUH PEMBERIAN BAYAM HIJAU DAN TABLET FE
TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA
IBU HAMIL ANEMIA DI UPTD PUSKESMAS CIBEUREUM
TASIKMALAYA
TAHUN 2026**

Ayunda Swarna Utama
Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
Jurusan Kebidanan Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan
Email: ayundaswarna47@gmail.com

ABSTRAK

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan yang dapat meningkatkan risiko komplikasi kehamilan, persalinan, pertumbuhan dan perkembangan janin. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya, tercatat 984 ibu hamil anemia pada tahun 2025. Rendahnya kadar hemoglobin selama kehamilan disebabkan oleh meningkatnya kebutuhan zat besi. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kadar hemoglobin adalah melalui bayam hijau yang dikombinasikan dengan tablet Fe. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian bayam hijau dan tablet Fe terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia di UPTD Puskesmas Cibeureum Tasikmalaya 2026.

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *quasi experiment* menggunakan *two group pretest-posttest design*. Sampel penelitian berjumlah 40 responden yang terdiri dari 20 ibu hamil anemia pada kelompok eksperimen diberikan bayam hijau dan tablet Fe dan 20 ibu hamil anemia pada kelompok kontrol hanya diberikan tablet Fe. Pengukuran kadar hemoglobin sebelum dan sesudah intervensi menggunakan alat hemoglobin digital. Analisis data dilakukan menggunakan uji *Mann-Whitney*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kadar hemoglobin pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang lebih tinggi sebesar 2,85 g/dL dibandingkan kelompok kontrol sebesar 0,78 g/dL. Hasil uji *Mann-Whitney* menunjukkan nilai *p-value* = 0,000 (<0,05), dapat disimpulkan bahwa pemberian bayam hijau yang dikombinasikan dengan tablet Fe berpengaruh dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia dan dapat dijadikan sebagai alternatif dalam upaya pencegahan dan penanganan anemia.

Kata Kunci: Ibu Hamil, Anemia, Bayam Hijau, Tablet Fe, Hemoglobin

**THE EFFECT OF GREEN SPINACH AND FE TABLETS
ON INCREASING HEMOGLOBIN LEVELS IN PREGNANT WOMEN
WITH ANEMIA AT THE CIBEUREUM PUBLIC HEALTH CENTER
IN TASIKMALAYA IN
2026**

Ayunda Swarna Hutama
Tasikmalaya Ministry of Health Polytechnic of Health
Department of Midwifery, Bachelor of Applied Midwifery Study Program
Email: ayundaswarna47@gmail.com

ABSTRACT

Anemia in pregnant women is a health problem that can increase the risk of complications during pregnancy, childbirth, and fetal growth and development. According to data from the Tasikmalaya City Health Office, 984 pregnant women were recorded as anemic in 2025. Low hemoglobin levels during pregnancy are caused by increased iron requirements. One possible approach to increasing hemoglobin levels is through green spinach combined with iron tablets. The purpose of this study was to determine the effect of administering green spinach and iron tablets on increasing hemoglobin levels in anemic pregnant women at the Cibeureum Community Health Center (Puskesmas) in Tasikmalaya in 2026.

This study used a quantitative method with a quasi-experimental design using a two-group pretest-posttest design. The study sample consisted of 40 respondents: 20 anemic pregnant women in the experimental group given green spinach and iron tablets, and 20 anemic pregnant women in the control group given only iron tablets. Hemoglobin levels were measured before and after the intervention using a digital hemoglobin meter. Data analysis was performed using the Mann-Whitney Test.

The result of the study showed that hemoglobin levels in the experimental group increased by 2,85 g/dL, which was higher than the increase observed in the control group 0,78 g/dL. The Mann-Whitney Test yielded a p-value of 0,000 (<0,05), indicating a statistically significant difference between the two groups. Therefore, it can be concluded that the administration of green spinach combined with Fe tablets has a significant effect on increasing hemoglobin levels in pregnant women with anemia and may serve as an alternative approach for the prevention and management of anemia.

Keywords: *Pregnant Women, Anemia, Green Spinach, Iron Tablets, Hemoglobin*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORSINALITAS	iv
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Ruang Lingkup.....	7
E. Manfaat Penelitian	7
F. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	11
A. Telaah Pustaka.....	11
B. Kerangka Teori.....	50
C. Kerangka Konsep.....	52
D. Hipotesis.....	52
BAB III METODE PENELITIAN	53
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	53
B. Populasi dan Sampel	54
C. Waktu dan Tempat.....	54
D. Variabel Penelitian	55
E. Definisi Operasional.....	55

F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	56
G. Alat Ukur/Instrumen dan Bahan Penelitian	57
H. Prosedur Penelitian.....	58
I. Manajemen Data	61
J. Etika Penelitian	64
BAB IV HASIL PENELITIAN	66
A. Hasil Penelitian	66
B. Pembahasan.....	71
C. Keterbatasan Penelitian.....	85
BAB V PENUTUP	88
A. Kesimpulan	88
B. Saran.....	89
DAFTAR PUSTAKA.....	89
LAMPIRAN.....	93

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	9
Tabel 2. 1 Kandungan Bayam Hijau	47
Tabel 3. 1 Definisi Operasional.....	55
Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Ibu Hamil Anemia di UPTD Puskesmas Cibeureum Maret-April 2026	67
Tabel 4. 2 Rata-rata Kadar Hemoglobin Pretest dan Posttest Pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol di UPTD Puskesmas Cibeureum Maret- April 2026	67
Tabel 4. 3 Uji Normalitas Pretest dan Posttest Kadar Hemoglobin Pada Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol di UPTD Puskesmas Cibeureum Maret- April 2026	69
Tabel 4. 4 Perbedaan Rata-rata Pretest dan Posttest Pada Kelompok Eksperimen Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia di UPTD Puskesmas Cibeureum Maret-April 2026.....	69
Tabel 4. 5 Perbedaan Rata-Rata Pretest dan Posttest Pada Kelompok Kontrol Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia di UPTD Puskesmas Cibeureum Maret-April 2026.....	70
Tabel 4. 6 Pengaruh Pemberian Bayam Hijau dan Tablet Fe Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia di UPTD Puskesmas Cibeureum Maret-April 2026.....	71

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pathway Anemia Pada Ibu Hamil.....	24
Gambar 2. 2 Alat Hemoglobin Digital	39
Gambar 2. 3 Kerangka Teori	51
Gambar 2. 4 Kerangka Konsep	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 <i>Curriculum Vitae</i>	94
Lampiran 2 Surat Izin Permintaan Data Awal.....	95
Lampiran 3 Surat Permohonan Izin Penelitian	97
Lampiran 4 Rencana Jadwal Penelitian	100
Lampiran 5 Rencana Anggaran Penelitian.....	101
Lampiran 6 Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing.....	102
Lampiran 7 <i>Informed Consent</i>	105
Lampiran 8 Lembar Persetujuan Responden	106
Lampiran 9 Lembar <i>Checklist</i> Kelompok Eksperimen.....	107
Lampiran 10 Lembar <i>Checklist</i> Kelompok Kontrol.....	108
Lampiran 11 Lembar Observasi Kelompok Eksperimen.....	109
Lampiran 12 Lembar Observasi Kelompok Kontrol	110
Lampiran 13 Lembar SOP Pemeriksaan Kadar Hemoglobin	111
Lampiran 14 Lembar SOP Pembuatan Bayam Hijau.....	112
Lampiran 15 Lembar SOP Pemberian Bayam Hijau	113
Lampiran 16 Kaji Etik Penelitian.....	114
Lampiran 17 Hasil Uji Statistik.....	116
Lampiran 18 Dokumentasi Penelitian.....	123