PENGARUH PEMBERIAN DAUN UBI JALAR TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN ANEMIA RINGAN

Yurniati, Siti Khotimah*, Puja Maya Sari
Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Dharmas Indonesia, Jl. Lintas Sumatera No.Km 18, Koto Baru, Padang, Dharmasraya, Sumatera Barat 27581, Indonesia
*sitikhotimah@gmail.com

ABSTRAK

Secara global, pada tahun 2023 80% negara di dunia mempunyai masalah anemia pada ibu hamil dengan anemia sedang hingga berat terutama di negara berkembang seperti di Asia Tenggara, salah satunya Negara Indonesia serta wilayah Afrika. Penanganan anemia dalam kehamilan bisa diberikan intervensi komplementer yaitu dengan pemberian daun ubi jalar. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian daun ubi jalar terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia ringan di Wilayah Kerja Puskesmas Rantaui Ikil tahun 2026. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan *pre-experimental design* dan pendekatan *one grup pretest-posttest.* Sampel dalam penelitian ini berjumlah 10 ibu hamil yang mengalami anemia ringan dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria inklusi yaitu ibu hamil trimester III, kadar Hb 10,0 - 10,9 gr%, tidak memiliki penyakit bawaan selama kehamilan, tidak mengikuti terapi komplemeter lainnya dan tidak mengonsumsi tablet Fe. Instrumen dalam penelitian menggunakan Hb *Check Easy Touch* dan lembar observasi. Pemberian daun ubi jalar sebanyak 5 lembar daun ubi jalar dan air 150 cc perhari sebelum makan selama 7 hari. Analisis data menggunakan uji *paired t-test.* Hasil penelitian didapatkan rerata kadar Hb sebelum diberikan daun ubi jalar yaitu 11,04 gr/dl, sedangkan rerata Hb setelah diberikan daun ubi jalar yaitu 12,43 gr/dl. Hasil penelitian didapatkan *p value* 0,000 (*p value* <0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian daun ubi jalar terhadap peningkatan hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia ringan.

Kata kunci: anemia; daun ubi jalar; ibu hamil; kadar hemoglobin

THE EFFECT OF SWEET POTATO LEAF CONSUMPTION ON INCREASING HEMOGLOBIN LEVELS IN THIRD-TRIMESTER PREGNANT WOMEN WITH MILD ANEMIA

ABSTRACT

Globally, in 2023, 80% of countries faced issues regarding moderate to severe anemia among pregnant women, particularly in developing nations across Southeast Asia including Indonesia and Africa. Complementary interventions, such as the administration of sweet potato leaves, can be used to manage anemia during pregnancy. This study aims to determine the effect of sweet potato leaf administration on increasing hemoglobin levels in third-trimester pregnant women with mild anemia within the working area of the Rantau Ikil Community Health Center in 2026. This study employs a quantitative research method with a pre-experimental design and a one-group pretest-posttest approach. The sample consists of 10 pregnant women with mild anemia, selected via purposive sampling based on the following inclusion criteria: third-trimester pregnancy, hemoglobin (Hb) levels of 10.0–10.9 g%, absence of underlying medical conditions during pregnancy, non-participation in other complementary therapies, and non-consumption of iron (Fe) tablets. The research instruments consisted of the Easy Touch Hb Check device and an observation sheet. Statistical analysis was conducted using a paired t-test. The intervention involved the daily consumption of five sweet potato leaves and 150 cc of water before meals for seven days. The study results showed a mean hemoglobin (Hb) level of 11.04 g/dL prior to the administration of sweet potato leaves, while the mean Hb level following administration was 12.43 g/dL. The results yielded a p-value of 0.000 ($p < 0.05$); thus, it can be concluded that the administration of sweet potato leaves has an effect on increasing hemoglobin levels in third-trimester pregnant women with mild anemia.

Keywords: anemia; hemoglobin levels; pregnant; sweet potato leaves

PENDAHULUAN

Anemia pada saat kehamilan akan meningkatkan risiko komplikasi perdarahan, melahirkan bayi Berat Badan Lahir Rendah (BBLR), Panjang Badan Lahir Renda (PBLR) dan prematuritas (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Menurut *World Health Organization* (WHO) Angka Kematian Ibu (AKI) di negara-negara berpendapatan rendah pada tahun 2020 adalah 430 per 100.000 kelahiran hidup dibandingkan 13 per 100.000 kelahiran hidup di negara-negara berpendapatan tinggi. Angka Kematian Ibu (AKI) pada tahun 2021 sebanyak 395.000 kasus kematian ibu per 100.000 kelahiran hidup. Di ASEAN Angka Kematian Ibu (AKI) sebesar 235 per 100.000 kelahiran hidup. Penyebab kematian tertinggi pada ibu hamil dan persalinan yaitu pendarahan hebat, infeksi setelah melahirkan, tekanan darah tinggi selama kehamilan (preeklamsia dan eklamsia), komplikasi persalinan dan aborsi yang tidak aman (WHO, 2022).

Jumlah Angka Kematian Ibu (AKI) pada tahun 2021 menunjukkan 7.389 kematian di Indonesia. Jumlah ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 2020 sebesar 4.627 kematian. Jumlah kematian ibu hamil pada tahun 2022 menunjukkan sebanyak 3.572 kematian di Indonesia terjadi penurunan dibandingkan tahun 2021 sebesar 7.389 kematian. Jumlah kematian ibu terdapat 4.005 pada tahun 2022 dan meningkat menjadi 4.129 pada tahun 2023 (Kementerian Kesehatan, 2024). Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Provinsi Jambi Tahun 2019 cakupan anemia defisiensi zat besi sebanyak 20.1%, tahun 2020 sebanyak 21.6% dan pada tahun 2021 jumlah ibu hamil yang menderita anemia (<11gr%) sebanyak 20,9% ibu hamil yang tersebar dari 11 Kabupaten dan Kota. Dari 11 Kabupaten dan Kota yang ada di Provinsi Jambi, cakupan anemia tertinggi terdapat di Kabupaten Kerinci sebanyak 21.1% ibu hamil dan Kabupaten Muaro Jambi sebanyak 12,8 % ibu hamil (Dinkes Provinsi Jambi, 2022).

Penyebab kematian ibu di Indonesia yaitu perdarahan, hipertensi, infeksi. Salah satu penyebab perdarahan yaitu anemia dalam kehamilan. Angka kejadian anemia dalam kehamilan di Indonesia cukup tinggi, dengan data terbaru dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023 menunjukkan prevalensi anemia dalam kehamilan yaitu sebesar 27,7% (Profil Kesehatan Indonesia, 2024). Anemia memberikan dampak jangka pendek dan jangka panjang. Dampak jangka pendek seperti menurunnya produktifitas, kebugaran dan daya tahan tubuh, sedangkan jangka panjang menyebabkan risiko perdarahan, melahirkan bayi BBLR dan prematur yang selanjutnya meningkatkan risiko terjadinya stunting, AKI dan AKB (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Pemerintah telah berupaya untuk mengatasi anemia dalam kehamilan, yaitu dengan *Antenatal Care* (ANC). Pelayanan kesehatan Ibu Hamil atau *Antenatal Care* (ANC) harus memenuhi frekuensi minimal enam kali pemeriksaan kehamilan dengan dua kali pemeriksaan USG oleh dokter. Upaya lain yang dilakukan pemerintah dalam mencegah dan mengatasi anemia dengan memberikan tablet Fe sebanyak 180 tablet selama kehamilan yang diprioritaskan pada ibu hamil, namun prevalensi anemia pada ibu hamil masih tetap tinggi. (Profil Kesehatan Indonesia, 2022). Salah satu upaya komplemneter yaitu untuk mengurangi kejadian anemia dalam kehamilan yaitu dengan pemberian rebusan daun ubi jalar. Daun ubi jalar *(Ipomoea Batatas L.)* memiliki banyak kandungan vitamin dan mineral seperti vitamin A, vitamin C, vitamin B1, vitamin B2, kalsium, zat besi, folat, dan lain-lain. Sehingga dapat dimanfaatkan dalam penanganan kondisi anemia karena kandungan zat besinya yang cukup tinggi, yaitu memiliki kandungan zat besi 1,01 mg/100 g dan kandungan folat 80 µg/100 g (Sari, 2021). Kandungan vitamin C pada daun ubi jalar juga berperan penting dalam pembentukan sel darah merah, karena anemia yang disebabkan kekurangan zat besi dipengaruhi juga oleh vitamin C. Vitamin C berfungsi mereduksi besi ferri (Fe^{3+}) menjadi ferro (Fe^{2+}) dalam usus halus sehingga mudah di absorpsi. Vitamin C juga bertindak untuk menghambat pembentukan hemosiderin yang sulit digerakkan untuk membebaskan besi yang dibutuhkan oleh tubuh (Hutabarat and Widyawati, 2018).

Hasil penelitian Maryen et al., (2021) menyatakan bahwa hasil uji analisis *Paired Sampel T Test* menunjukkan bahwa nilai p= 0,000 atau a<0,05. Dengan demikian Ho ditolak dan Ha diterima yaitu

ada pengaruh pemberian rebusan daun ubi jalar ungu terhadap kadar hemoglobin ibu hamil Trimester III di wilayah kerja Puskesmas Biak Kota tahun 2020. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sari, 2021) menyatakan bahwa hasil analisis dengan *paired t-test* menunjukan bahwa *p value* 0,000 atau p value < 0,05 yang berarti ada pengaruh rebusan daun ubi jalar terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan selisih rata rata kadar hemoglobin sebelum dan sesudah perlakuan sebesar 1,418 gr/dl. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Daun Ubi Jalar Terhadap Peningkatan Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III dengan Anemia Ringan di Puskesmas Rantau Ikil Tahun 2026.

METODE

Jenis penelitian ini penelitian kuantitatif dengan desain *pre-eksperimen* dan pendekatan *one group pretest-posttest.* Penelitian ini dilakukan bulan Juli tahun 2026 di Wilayah Kerja Puskesmas Rantau Ikil. Populasi dalam penelitian ini yaitu ibu hamil trimester III yang mengalami anemia ringan dengan besar sampel sebanyak 10 ibu hamil. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling.* Kriteria inklusi dalam penelitian ini ibu hamil trimester III (25 minggu-lahiran), ibu hamil dengan Hb (10,0-10,9 gr%), ibu hamil yang tidak memiliki penyakit bawaan dan ibu hamil yang memeriksakan diri ke Puskesmas. Bahan dan alat dalam penelitian ini menggunakan *HbCheck Easy Touch* untuk memeriksa kadar hemoglobin sebelum dan setelah intervensi, daun ubi jalar sebanyak 5 lembar dengan air 150 cc. Intervensi dilakukan 1 kali sehari selama 7 hari. Instrumen penelitian menggunakan Standar Operasional Prosedur (SOP), lembar observasi dan lembar checklist. Analisis data menggunakan *uji paired t-test.*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1.
Distribusi Rerata Kadar Hemoglobin Sebelum *(Pretest)* Diberikan Daun Ubi Jalar Pada Ibu Hamil

Variabel	N	Rerata *(Mean)*	SD
Kadar Hemoglobin *(Pretest)*	10	11,04	0,380

Berdasarkan tabel 1. diketahui dari 10 responden didapatkan rerata kadar hemoglobin sebelum diberikan daun kelor sebesar 11,04 dengan standar devasi 0,380. Kesimpulan didapatkan bahwa seluruh ibu hamil memiliki kategori anemia ringan.

Tabel 2.
Distribusi Rerata Kadar Hemoglobin Setelah *(Posttest)* Diberikan Daun Ubi Jalar pada Ibu Hamil

Variabel	N	Rerata *(Mean)*	SD
Kadar Hemoglobin *(Postest)*	10	12,43	0,358

Berdasarkan tabel 2 diketahui dari 10 responden didapatkan rerata kadar hemoglobin setelah diberikan daun kelor sebesar 12,43 dengan standar devasi 0,358. Kesimpulan didapatkan bahwa seluruhnya ibu hamil memiliki kategori tidak anemia.

Tabel 3.
Uji Normalitas Data Menggunakan *Shapiro Wilk*

	Statistics	*Df*	*Sig*
Pretest	0,876	10	0,278
Posttest	0,928	10	0,401

Berdasarkan tabel 3 dari hasil uji normalitas data menggunakan uji *shapiro wilk* didapatkan hasil *pretest sig* = 0,278 dan hasil *Posttest sig* = 0,401. Di mana sig > 0,05 maka data berdistribusi normal sehingga uji analisis yang digunakan yaitu uji *paired t-test.*

Tabel 4.
Pengaruh Pemberian Daun Ubi Jalar Terhadap Peningkatan Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III dengan Anemia Ringan

Variabel	Frekuensi	*Mean* (Rerata)	*P-Value*
Pretest	10	11,04	0,000
Posttest	10	12,43	

Berdasarkan tabel 4. diketahui bahwa dari hasil uji analisis bivariat dengan uji *paired t-test*

didapatkan bahwa *p-value* 0,000 di mana p < 0,05 maka Ha diterima dan Ho ditolak artinya ada Pengaruh Pemberian Daun Ubi Jalar Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Anemia Ringan di Puskesmas Rantau Ikil Tahun 2026.

Berdasarkan tabel 1. didapatkan hasil penelitian dan analisis data sebelum pemberian daun ubi jalar pada 10 responden ibu hamil menunjukkan rerata kadar hemoglobin yaitu 11,04. Dimana rerata kadar hemoglobin tersebut berdasarkan lembar observasi membuktikan bahwa seluruh ibu hamil yang diteliti memiliki kategori anemia ringan. Sejalan dengan intervensi menggunakan rebusan daun ubi jalar dilakukan kepada 16 ibu hamil yang mengalami anemia diperoleh hasil rata rata hemoglobin sebelum adalah 9,938 (Sari, Dewi Sartika et al, 2021). Sejalan dengan hasil penelitian (Maryen et al, 2021) menyatakan bahwa rata-rata kadar hemoglobin responden sebelum diberikan air rebusan daun ubi jalar ungu adalah 7,78.

Penurunan kadar hemoglobin ibu hamil dapat mengakibatkan anemia pada kehamilan, yaitu kondisi ibu hamil yang mempunyai kadar Hb <11 gr/dl. Anemia dalam kehamilan yang sering dijumpai adalah anemia akibat kekurangan zat besi (Fe). Pada wanita hamil anemia meningkatkan frekuensi komplikasi pada kehamilan dan persalinan. Secara umum, salah satu penyebab anemia defisiensi zat besi yaitu asupan zat besi tidak cukup dan penyerapan tidak adekuat (Fatmawati et al., 2017). Pada kondisi sebelum intervensi, sebagian besar ibu hamil masih menunjukkan tanda dan gejala anemia, seperti mudah lelah, lemah, pucat, pusing, berkurangnya konsentrasi, serta cepat merasa sesak saat melakukan aktivitas. Rendahnya kadar hemoglobin menyebabkan kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke jaringan tubuh berkurang, sehingga kebutuhan oksigen ibu maupun janin belum terpenuhi secara optimal. Selain itu, asupan makanan yang kurang mengandung zat besi, rendahnya konsumsi buah dan sayuran sebagai sumber vitamin C, serta ketidakpatuhan dalam mengonsumsi tablet tambah darah dapat memperberat kondisi anemia yang dialami ibu hamil (Minarni et al, 2024).

Menurut asumsi peneliti, sebelum pemberian daun ubi jalar, kadar hemoglobin ibu hamil belum mengalami peningkatan yang bermakna karena kebutuhan zat besi dan zat gizi pendukung pembentukan hemoglobin belum terpenuhi secara optimal. Oleh karena itu, diperlukan intervensi berupa pemberian daun ubi jalar sebagai terapi komplementer yang kaya akan zat besi, asam folat, vitamin C, dan vitamin A untuk membantu meningkatkan pembentukan sel darah merah dan kadar hemoglobin. Dengan demikian, kondisi awal sebelum intervensi menjadi dasar untuk menilai efektivitas pemberian daun ubi jalar dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia.

Berdasarkan tabel 2. didapatkan hasil penelitian dan analisis data setelah pemberian daun ubi jalar pada 10 responden ibu hamil menunjukkan rerata kadar hemoglobin yaitu 12,43. Dimana rerata kadar hemoglobin tersebut berdasarkan lembar observasi membuktikan bahwa seluruh ibu hamil yang diteliti memiliki kategori tidak anemia. Rata rata hemoglobin setelah perlakuan adalah 11,056 yang berarti setelah perlakuan dengan menggunakan rebusan daun ubi jalar selama 7 hari kadar hemoglobin rata rata mengalami peningkatan sebesar 1,418 mg/dl (Sari, Dewi Sartika et al, 2021). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Maryen et al, 2021) menyatakan bahwa sesudah diberikan air rebusan daun ubi jalar ungu nilai rata-rata yaitu 9,74, yang berarti ada perubahan kadar hemoglobin. Penelitian lain memiliki hasil yang sama yaitu menemukan ada pengaruh pemberian daun ubi jalar selama 14 hari terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia sedang dari 8,2 gr/dl menjadi 9,6 gr/dl dan mengalami peningkatan sebesar 1,4 gr/dl (Minarni et al, 2024).

Kandungan gizi daun ubi jalar per 100 gr yaitu protein 3,3 g, air 85,1 g, lemak 0,8 g, karbohidrat 9,1 g, serat 2,2 g, abu 1,7 g, kalsium 137 mg, pospor 60,0 mg, thiamin 0,1 mg, ribovlafin 0,13 mg, niacin 0,8 mg, energi 47,0 kal, zat besi 4,6 mg, vitamin C 28,0 mg dan vitamin A 5.325,0 IU. Kandungan zat besi, dan vitamin C pada Daun ubi jalar semuanya penting dalam produksi

hemoglobin dan pembentukan sel darah merah (Fatmawati et al., 2017). Kandungan vitamin C pada daun ubi jalar juga berperan penting dalam pembentukan sel darah merah, karena anemia yang disebabkan kekurangan zat besi dipengaruhi juga oleh vitamin C. Vitamin C berfungsi mereduksi besi ferri (Fe^{3+}) menjadi ferro (Fe^{2+}) dalam usus halus sehingga mudah di absorpsi. Vitamin C juga bertindak untuk menghambat pembentukan hemosiderin yang sulit digerakkan untuk membebaskan besi yang dibutuhkan oleh tubuh (Hutabarat and Widyawati, 2018).

Menurut asumsi peneliti, ibu hamil sering membutuhkan peningkatan asupan zat besi dan asam folat untuk mendukung pertumbuhan janin dan mencegah anemia kehamilan. Dengan mengonsumsi daun ubi jalar secara teratur, ibu hamil dapat memperoleh nutrisi yang diperlukan untuk meningkatkan produksi hemoglobin, menjaga kesehatan darah mereka, dan meminimalkan risiko anemia selama kehamilan. Berdasarkan tabel 4. diperoleh hasil analisis data menunjukkan bahwa pemberian daun ubi jalar dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan nilai *p value* = 0,000 (*p* value < 0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa Ha diterima artinya terdapat pengaruh pemberian daun ubi jalar terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia ringan di Wilayah Kerja Puskesmas Rantau Ikil Tahun 2026.

Berdasarkan penelitian menyatakan bahwa uji analisisnya menggunakan *paired t-test.* hasil analisis dengan *paired t-test* menunjukan bahwa *p value* 0,000 atau p value < 0,05 yang berarti ada pengaruh rebusan daun ubi jalar terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan selisih rata rata kadar hemoglobin sebelum dan sesudah perlakuan sebesar 1,418gr/dl (Sari, Dewi Sartika et al, 2021). Sejalan dengan hasil uji analisis *Paired Sampel T Test* menunjukkan bahwa nilai p= 0,000 atau a<0,05. Dengan demikian Ho ditolak dan Ha diterima yaitu ada pengaruh pemberian rebusan daun ubi jalar ungu terhadap kadar hemoglobin ibu hamil Trimester III (Maryen et al, 2021). Penelitian ini juga sejalan dengan peneltian yang menyatakan uji analisisnya menggunakan *paired t-test*. hasil analisis dengan *paired t-test* menunjukan bahwa *p value* 0,000 atau p value < 0,05 yang berarti ada pengaruh rebusan daun ubi jalar terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan selisih rata rata kadar hemoglobin sebelum dan sesudah perlakuan sebesar 1,418gr/dl (Migiarti et al, 2026).

Pada wanita hamil, anemia meningkatkan frekuensi komplikasi pada kehamilan dan persalinan. Risiko kematian maternal, berat badan bayi lahir rendah, angka prematuritas, dan angka kematian perinatal menjadi meningkat. Perdarahan antepartum dan postpartum lebih sering dijumpai pada wanita yang anemis dan lebih sering berakibat fatal, sebab wanita anemis tidak dapat mentolerir kehilangan darah. Ibu hamil lebih banyak memerlukan asupan zat besi yang banyak dibandingkan ibu yang tidak hamil (Sari, Dewi Sartika et al, 2021). Kebutuhan ibu hamil akan zat besi meningkat sekitar 1000 mg selama kehamilan, sehingga kebutuhan harian zat besi menjadi sekitar 0,8 mg Fe pada trimester pertama, 4 sampai 5 mg pada trimester 2, dan >6 mg pada trimester 3 (Susanto, dkk., 2019). Konsumsi tablet Fe tidak secara penuh dapat memenuhi kebutuhan Fe ibu hamil, hal ini disebabkan oleh penyerapan zat besi dari suplemen hanya 1-6% (Hutabarat dan Widyawati, 2018). Hal didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Kuswati dan Suwanti, 2015) tentang pengaruh pemberian Multipel Micro Nutrien ditambah ekstrak daun ubi jalar dan tablet fe terhadap nilai hemoglobin ibu hamil pada 15 responden didapatkan hasil 80% mengalami kenaikan nilai hemoglobin.

Kondisi ini dapat menyebabkan ibu hamil mudah lelah, lemah, pusing, serta meningkatkan risiko terjadinya komplikasi pada ibu dan janin. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk membantu meningkatkan kadar hemoglobin adalah dengan memanfaatkan bahan pangan lokal yang memiliki kandungan zat gizi yang mendukung proses pembentukan sel darah merah, salah satunya daun ubi jalar (Migiarti et al, 2026). Pemberian daun ubi jalar dapat dilakukan dalam bentuk rebusan atau olahan makanan yang dikonsumsi sesuai dengan kebutuhan dan anjuran tenaga kesehatan. Kandungan zat gizi pada daun ubi jalar bekerja secara sinergis dalam mendukung proses eritropoiesis atau pembentukan sel darah merah. Apabila kebutuhan zat besi dan zat gizi pendukung

lainnya terpenuhi, maka produksi hemoglobin dapat meningkat sehingga kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke seluruh jaringan tubuh ibu dan janin menjadi lebih baik (Migiarti et al, 2026).

Menurut asumsi peneliti, daun ubi jalar dapat dimanfaatkan sebagai salah satu alternatif intervensi komplementer untuk membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan mengurangi risiko anemia pada ibu hamil. Namun, konsumsi daun ubi jalar tetap perlu disertai dengan pola makan bergizi seimbang, kepatuhan mengonsumsi tablet tambah darah sesuai anjuran tenaga kesehatan, serta pemeriksaan kehamilan secara rutin. Daun ubi jalar tidak menggantikan terapi anemia yang diberikan oleh tenaga kesehatan, tetapi dapat digunakan sebagai pendamping untuk mendukung pemenuhan kebutuhan zat gizi selama kehamilan.

SIMPULAN

Ada pengaruh pemberian daun ubi jalar terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia ringan di Wilayah Kerja Puskesmas Rantau Ikil tahun 2026. Diharapkan dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan dalam mengembangkan program promotif dan preventif terkait pencegahan serta penanggulangan anemia.

DAFTAR PUSTAKA

Fatmawati, L., M, S. W., & Khafidoh, N. (2022). Pengaruh Air Rebusan Daun Ubi Jalar Pada Ibu Nifas Terhadap Produksi Asi Di Wilayah Kerja Puskesmas Lerep Kecamatan Ungaran Barat Kabupaten Semarang. *Jurusan Kebidanan: Poltekkes Kemenkes Semarang*. http://repository.poltekkes-smg.ac.id/index.php?p=show_detail&id=13566.

Indarwati, D. Z. (2021). Pengaruh Pemberian Jus Bayam Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Anemia di Wilayah Puskesmas Puguk Kecamatan Seluma Utara. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.

Maryen, et al. (2021). Rebusan Daun Ubi Jalar Ungu *(Ipomoea Batatas (L.) Lamk* Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. *Hasanuddin Journal of Midwifery,* Volume 3 Issue 1. E-ISSN: 2654-2730.

Migiarti, I., Velianda, F., & Ginting, S. B. (2026). Pengaruh Pemberian Rebusan Air Ubi Jalar terhadap Penyembuhan Anemia Ringan pada Ibu Hamil. *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, *9*(2), 864–869. https://doi.org/10.54100/bemj.v9i2.812

Minarni et al. (2024). Pengaruh Pemberian Daun Ubi Jalar Dan Rumput Laut Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Sedang. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, Volume 4 Nomor 3. E-ISSN 2807-4238.

Montolalu, A., Keintjem, F., Limbengpiah, S. E., Kuhu, F., & Donsu, A. (2023). Efektivitas Pemberian Daun Ubi Jalar Terhadap Penurunan Involusi Uteri Pada Ibu Nifas. 10(1), 83 89.

Rahmawati, Mirna, Ohorella, F., & Ahmad, A. (2023). The Effect of Administration of Sweet Leaf on Hemoglobin Levels in Pregnant Women with Anemia at Bara-Baraya Health Center, Makassar City. *Life Birth*, 7(2), 112–125.

Sari, Dewi Sartika et al. (2021). The Effect of Sweet Potato Leaf Stew (Ipomoe Batatas) on Hemoglobin Levels in Pregnant Women In The Work Area Of The Tiron Health Center Kediri Regency. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery),* Vol.7., No 1.

Sembiring, J., & Kadir, D. (2021). Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Melalui Edukasi Manfaat Jus Buah Bit untuk Pencegahan Anemia di Desa Kuala Air Hitam Julina Br Sembiring Pendahuluan Kehamilan beresiko tinggi memiliki tanda bahaya dalam kehamilan diantaranya adalah perdara. *Prima Abdika: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(4), 198–205.

Sharief, S. A. (2021). Kebiasaan Makan dan Kejadian Anemia. *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, 12(2013), 168–172.

Suryani, F. (2020). Kualitas Fisik Daun Ubi Jalar *(Ipomoea Batatas L.)* Dengan Lama Fermentasi Yang Berbeda Sebagai Pakan Burung *Puyuh (Coturnix-Coturni).* Skripsi Fakultas Pertanian Dan Peternakan Universitas Islam Negeri Sultan Syarif Kasim Riau Pekanbaru, 1–50. http://repository.uin suska.ac.id/29628/.

Wahyunita, V. D., Hermanses, S. S., & Saragih, K. M. (2023). Alternatif Efektif Menurunkan Anemia Pada Ibu Hamil Dengan Peningkatan Pengetahuan Tentang Manfaat Olahan Rumput Laut Dan Kerang Darah Di Pustu Olilit Timur. [Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM), 6(6). http://www.nber.org/papers/w16019.

Warliana, Eneng Solihah, & Intan Rina Susilawati. (2025). Addition of Sweet Potato Leaf Consumption to Anemic Pregnant Women on Increasing Hemoglobin Levels in Third Trimester Pregnant Women in Karawang Regency. *Jurnal Medika Cendikia*, *12*(02), 158–166. https://doi.org/10.33482/jmc.v12i02.292

Yuliastuti, L. P., Agustikawati, N., & Setianingsih, F. (2022). Efektivitas Konsumsi Daun Ubi Jalar Ungu Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Darah Ibu Hamil Trimester Pertama. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, 11(1), 62–68. https://doi.org/10.35328/kebidanan.v11i1.2133.