

ABSTRAK

Anemia adalah gejala kekurangan sel darah merah karena kadar *hemoglobin* yang rendah. Berdasarkan studi data awal yang dilakukan di puskesmas pacet ditemukan 17 % ibu hamil mengalami Anemia. Hal ini menunjukkan bahwa masih banyak ibu hamil yang mengalami anemia. Tujuan dari penelitian ini adalah mengidentifikasi pengaruh pemberian sayur bayam terhadap kejadian anemia pada ibu hamil. Peneliti ini menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan melalui asuhan continuity of care melalui case study, dengan jumlah sampel 1 orang yang digunakan ibu hamil trimester III yang mengalami anemia di puskesmas pacet. Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi untuk mengetahui kadar hemoglobin dalam darah sebelum dan sesudah mengkonsumsi sayur bayam, ada peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengkonsumsi sayur bayam hijau selama 1 bulan dengan rata-rata sebesar 2,3 gr/dl. Bahwa ada pengaruh konsumsi sayur bayam terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia di puskesmas pacet. Diharapkan tenaga kesehatan dapat memberikan penjelasan pada ibu hamil terkait bahaya anemia selama kehamilan dan kandungan yang ada pada sayur bayam beserta manfaatnya.

Kata kunci : Anemia, Sayur Bayam, Hemoglobin

ABSTRACT

Anemia is a symptom of red blood cell deficiency because of low hemoglobin levels. According to preliminary data studies conducted at the puskesmas pacet that was found 17 % of pregnant women who suffer anemia. This shows there are still many pregnant women who have anemia. The purpose of this research is to identify the effect of spinach on the incidence of anemia of pregnant women. This research uses descriptive method with approach through continuity of care through case of study. with a total sample of 1 person used by trimester III pregnant women who have anemia in puskesmas pacet. The research instrument used observation sheets to determine hemoglobin levels in the blood before and after consuming spinach, there is an increased hemoglobin levels of anemia pregnant women who consume spinach for 1 month with average of 2,3 gr/dl. there is an influence of consumption of spinach on increased hemoglobin levels of anemia pregnant women at puskesmas pacet. It is expected health workers can provide an explanation to pregnant women about the dangerous anemia during pregnancy and the contents of spinach and its benefits.

Keywords : *Anemia, Spinach, Hemoglobin*