

**POLITEKNIK KESEHATAN TANJUNG KARANG**  
**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN TANJUNG KARANG**

Laporan Tugas Akhir, Juni 2022

Dannisa Ingriani  
1915401002

Pemberian Rebusan Kacang panjang dan Wortel untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Maria Selvi Karisma  
Xiv + 46 halaman, 5 tabel, 3 gambar, 7 lampiran

**RINGKASAN**

Anemia dalam kehamilan yaitu apabila kadar hemoglobin ibu hamil <11 gr/dl pada trimester I dan III sedangkan pada ibu trimester II yaitu <10,5 gr/dl. Berdasarkan studi kasus di PMB Maria Selvi terdapat 3 dari 5 ibu hamil trimester III yang mengalami anemia ringan, salah satunya dialami oleh ibu hamil yaitu Ny. W G<sub>3</sub>P<sub>2</sub>A<sub>0</sub> hamil 36 minggu.

Tujuannya yaitu untuk memberikan asuhan kebidanan terhadap Ny. W yang mengalami anemia ringan dengan pemberian rebusan kacang panjang dan wortel serta tablet Fe. Kacang panjang dan wortel mengandung zat besi dan vitamin C, yang dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin jika dikonsumsi bersamaan dengan tablet Fe. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan menerapkan manajemen 7 langkah Varney dan pendokumentasian dengan SOAP. Data dikumpulkan dengan cara melakukan wawancara langsung, observasi langsung dan pemeriksaan fisik serta dari buku KIA. Alat dan bahan yang digunakan yaitu alat ukur Hb digital, pena, lembar observasi, kacang panjang dan wortel.

Setelah diberikan asuhan kepada Ny. W yaitu dengan menganjurkan ibu untuk mengonsumsi kacang panjang dan wortel 100 gram dimakan 2x sehari serta konsumsi tablet Fe 1x sehari selama 14 hari. Hasil yang diperoleh pada setiap kunjungan mengalami kenaikan. Terlihat pada Hb awal ibu 10,2 gr/dL naik menjadi 11,2 gr/dL. Disimpulkan bahwa rebusan kacang panjang dan wortel dapat membantu mengatasi anemia ringan karena kandungan zat besi dan vitamin C yang mampu meningkatkan kadar Hb dalam darah. Bidan dapat menyarankan pengonsumsi kacang panjang dan wortel untuk menjadi penanganan non farmakologis yang efektif dalam membantu mengatasi anemia ringan pada ibu hamil.

Kata kunci : Anemia, tablet Fe, Kacang panjang dan Wortel, Hemoglobin  
Daftar Bacaan : 4 Buku, 8 Jurnal (2011-2021)

**POLYTECHNIC OF HEALTH TANJUNGPUR  
STUDY PROGRAM D III MIDWIFERY TANJUNGPUR**

*Final Task Report, June 2022*

*Dannisa Ingriani  
1915401002*

*Giving Long Beans and Carrots stew to Increase Hemoglobin Levels in Third Trimester Pregnant Women at PMB Maria Selvi Karisma*

*Xvi + 46 pages, 5 tables, 3 pictures, 7 attachments*

**ABSTRACT**

*Anemia in pregnancy is when the hemoglobin level of pregnant women is <11 g/dl in the first and third trimesters, while in the second trimester it is <10.5 g/dl. Based on a case study at PMB Maria Selvi, there are 3 out of 5 third trimester pregnant women who experience mild anemia, one of which is experienced by pregnant women, namely Mrs. W G3P2A0 36 weeks pregnant.*

*The aim is to provide midwifery care to Mrs. W who has mild anemia by giving boiled long beans and carrots as well as Fe tablets. Long beans and carrots contain iron and vitamin C, which can help increase hemoglobin levels when taken with Fe tablets. The method used is a case study by applying Varney's 7 steps management and documentation with SOAP. Data was collected by direct interviews, direct observation and physical examination as well as from the KIA handbook. The tools and materials used are digital Hb measuring instruments, pens, observation sheets, long beans and carrots.*

*After being given care to Mrs. W, by recommending the mother to consume 100 grams of long beans and carrots eaten twice a day and take Fe tablets once a day for 14 days. The results obtained at each visit have increased. Seen in the mother's initial Hb from 10.2 gr/dL rose to 11.2 gr/dL. It was concluded that the stew of long beans and carrots can help overcome mild anemia because of the iron and vitamin C content that can increase Hb levels in the blood. Midwives can suggest consumption of long beans and carrots to be an effective non-pharmacological treatment in helping to overcome mild anemia in pregnant women.*

*Key words : Anemia, Fe tablets, Long beans and carrots, Hemoglobin*

*Reading List : 4 Books, 8 Journals (2011-2021)*