

# JURNAL PROMOTIF PREVENTIF

## Tingkat Pengetahuan Masyarakat Tentang Daun Bayam (*Amaranthus Caudatus*) Sebagai Obat Anemia

### *Level of Public Knowledge About Spinach Leaves (*Amaranthus Caudatus*) as a Medicine for Anemia*

Rizky Rahmawati Alami, Restu Harisma Damayanti\*, Wa Ode Syafriah, Evi Mustiqawati  
Politeknik Baubau

#### Article Info

##### Article History

Received: 27 Jan 2025

Revised: 11 Feb 2025

Accepted: 14 Feb 2025

#### ABSTRACT / ABSTRAK

*Spinach is one of the food sources that contains compounds essential for hemoglobin synthesis, such as iron and B-complex vitamins. This study aims to determine the level of public knowledge regarding spinach leaves (*Amaranthus caudatus*) as a remedy for anemia. This research employed a descriptive method. The sample consisted of 88 individuals from Kaobula Subdistrict, RW 1, Baubau City, Southeast Sulawesi. Data were collected by administering a questionnaire to respondents. The results showed that the level of public knowledge about spinach leaves (*Amaranthus caudatus*) as a remedy for anemia was as follows: 35.22% had a good level of knowledge, 52.27% had a moderate level of knowledge, and 12.5% had a low level of knowledge. Regarding the preparation methods, most people processed spinach leaves in two ways: either by cooking and consuming them as a vegetable or by boiling the leaves and drinking the decoction. In conclusion, the level of public knowledge about spinach leaves as a remedy for anemia is relatively good. The community has developed its own simple and practical methods of preparing spinach leaves for anemia treatment.*

**Keywords:** *Spinach Leaves, Anemia Remedy, Knowledge Level*

Bayam merupakan salah satu sumber makanan yang mengandung senyawa yang diperlukan dalam sintesis hemoglobin seperti zat besi dan vitamin B kompleks. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat tentang daun bayam (*Amaranthus Caudatus*) sebagai obat anemia. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Sampel yang digunakan adalah masyarakat kelurahan kaobula RW 1, Kota Baubau, Sulawesi Tenggara sebanyak 88 orang. Pengumpulan data dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan kepada responden menggunakan kuisioner. Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan masyarakat tentang daun bayam (*Amaranthus Caudatus*) sebagai obat anemia, yakni 35,22% dengan tingkat pengetahuan baik, 52,27% dengan tingkat pengetahuan cukup, 12,5% dengan tingkat pengetahuan kurang. Dilihat dari cara meramunya masyarakat lebih banyak meramu tanaman ini dengan 2 cara yaitu daunnya dimasak kemudian dimakan layaknya memakan sayur dan merebus daunnya kemudian air rebusannya di minum. Kesimpulannya adalah tingkat pengetahuan masyarakat tentang daun bayam sebagai obat anemia mempunyai nilai yang terbilang cukup baik dan memiliki cara tersendiri dalam meramu tanaman yang akan digunakan dalam pengobatan anemia dengan cara yang lebih mudah.

**Kata kunci:** Daun Bayam, Obat Anemia, Tingkat Pengetahuan

#### Corresponding Author:

Name : Restu Harisma Damayanti, S.Farm., M.Farm  
Affiliate : Program Studi Diploma Tiga Farmasi Politeknik Baubau  
Address : Baubau Sulawesi Tenggara 93725  
Email : rhd996945@gmail.com

## PENDAHULUAN

Berdasarkan realitas yang dijumpai ada banyak sekali kurangnya tingkat pengetahuan masyarakat terkait obat-obatan tradisional yang berada di alam terlebih lagi di era modern ini, perhatian terhadap kesehatan tubuh semakin menjadi sorotan utama, seiring dengan meningkatnya kesadaran akan pentingnya kesejahteraan psikologis bagi individu dan masyarakat secara keseluruhan (Asfahani et al., 2024).

Anemia adalah masalah kesehatan masyarakat yang mempengaruhi populasi diseluruh dunia. Prevalensi anemia berdasarkan World Health Organization (WHO) dari data yang dikumpulkan tahun 1993 hingga 2005 diperkirakan sekitar 1,6 miliar orang (seperempat dari populasi dunia) menderita anemia. Anemia adalah keadaan yang ditandai dengan berkurangnya hemoglobin dalam tubuh. Hemoglobin adalah suatu metaloprotein yaitu protein yang mengandung zat besi di dalam sel darah merah yang berfungsi sebagai pengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Anemia defisiensi besi adalah anemia yang disebabkan karena kekurangan besi yang digunakan untuk sintesis hemoglobin (Hb) 1. Gejala dari anemia secara umum adalah lemah, tanda keadaan hiperdinami (denyut nadi urat dan cepat, jantung berdebar, dan roaring in the ears) (Fitriany et al., 2018).

Bayam merupakan salah satu sumber makanan yang mengandung senyawa yang diperlukan dalam sintesis hemoglobin seperti zat besi dan vitamin B Komplek. Bayam hijau memiliki manfaat baik bagi tubuh karena merupakan sumber kalsium, vitamin A, vitamin E dan vitamin C, serat, dan juga betakaroten selain itu, bayam juga memiliki kandungan zat besi yang tinggi untuk mencegah anemia kandungan mineral dalam bayam cukup tinggi (Irma Wirdanti, 2016).

Penyuluhan kesehatan adalah salah satu metode yang dapat diterapkan untuk tindakan preventif guna mengingatkan pengetahuan masyarakat tentang pentingnya menjaga kesehatan. Melalui metode penyuluhan maka pemeliharaan kesehatan masyarakat dapat dimulai dari kesadaran setiap individu, keluarga, kelompok dan masyarakat luas (Suprpto et al., 2021).

Telah dilakukan penelitian sebelumnya dengan mengkaji tanaman daun bayam merah (*Amaranthus Tricolor*) terhadap kadar hemoglobin pada tikus wistar (*rattus norvegicus*) dengan hasil yang menunjukkan bahwa tanaman daun bayam merah dapat meningkatkan kadar hemoglobin (Rumimper et al., 2014). Maka dari itu peneliti ingin melakukan penelitian lebih lanjut tentang tingkat pengetahuan dan praktik penggunaan masyarakat terkait daun bayam (*Amaranthus Caudatus*) sebagai obat anemia.

## BAHAN DAN METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat kelurahan kaobula RW 1, Kota Baubau, Sulawesi Tenggara. Sebanyak 759 orang, laki-laki sebanyak 379 dan perempuan sebanyak 380 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 88 orang dimana diperoleh menggunakan rumus slovin. Penelitian dilaksanakan di Kelurahan Kaobula Kota Baubau Sulawesi Tenggara. Waktu penelitian ini dilaksanakan dari tanggal 20 sampai dengan 23 Mei 2024. Teknik penentuan sampel yang digunakan pada penelitian ini menggunakan rumus slovin. Penelitian ini menggunakan metode wawancara terstruktur dan bebas observasi lapangan dan dokumentasi sebagai langkah selanjutnya

pengumpulan data dilakukan dengan membagikan quisioner. Penelitian pengetahuan masyarakat tentang penggunaan tumbuhan sebagai obat dan sayur dapat diukur dengan menggunakan 15 pertanyaan yang terdapat pada quisioner. Jawaban benar/tahu = diberi nilai 1, jawaban tidak benar/tidak tahu = diberi nilai 0. Pengetahuan dibagi dalam 3 kategori, yaitu pengetahuan baik, 75%-100%, pengetahuan cukup 56%-75% pengetahuan kurang <56% Rumus untuk mengetahui skor presentase perbutir soal.  $P = X/N$  Keterangan P = Persentase, X = Jumlah jawaban yang benar, N = Jumlah item soal.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif. Deskriptif adalah jenis penelitian yang menggambarkan fenomena atau kenyataan yang ada, baik bersifat alami maupun rekayasa dengan menggunakan metode survey pada saat mengumpulkan data-datanya dengan memberikan pertanyaan-pertanyaan kepada responden menggunakan quisioner.

**Tabel 1.** Karakteristik Responden

Karakteristik		n	%
Jenis Kelamin	Perempuan	48	54,54
	Laki-laki	40	45,45
Umur (tahun)	Remaja (17-29)	32	36,36
	Dewasa (30-55)	45	51,13
	Lansia (56-70)	11	12,5
Jumlah		88	100

Sumber: Data Primer, 2024

Berdasarkan pada tabel 1. sebanyak 88 responden yang telah memenuhi kriteria syarat inklusi bersedia mengisi lembar quisioner dalam penelitian ini. Berdasarkan data pada tabel 88 responden yang terdiri atas 47 perempuan (54,54%) dan 41 Laki-laki (45,45%) yang sebagian besar responden remaja berumur 17-29 tahun sebanyak 32 orang dengan persentase (36,36%), dewasa berumur 30-55 tahun sebanyak 45 orang dengan persentase (51,13%), dan lansia berumur 56-70 tahun sebanyak 11 orang dengan presentase (12,5%).

**Tabel 2.** Cara Meramu Tumbuhan Obat Daun Bayam (*Amaranthus Caudatus*)

Cara Meramu Tumbuhan	n	%
Daunnya dimasak dan dimakan	61	69,31
Direbus, diminum	22	25
Diseduh	2	2,27
Diperas lalu dicampurkan air	3	3,41
<b>Jumlah</b>	<b>88</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer, 2024

Pada tabel 2 dengan jumlah responden 88 orang, cara meramu tanaman daun bayam (*Amaranthus Caudatus*) dengan cara daunnya dimasak dan dimakan sebanyak 61 orang dengan persentase (69,31%), direbus lalu diminum sebanyak 22 orang dengan persentase (25%), diseduh sebanyak 2 orang dengan persentase (2,27%), diperas dan dicampurkan air mendidih sebanyak 3 orang dengan persentase (3,41%).

**Tabel 3.** Pengetahuan Berdasarkan Jenis Kelamin

Jenis Kelamin	Pengetahuan	n	%
Laki-Laki	Baik	11	12,5
	Cukup	23	26,13
	Kurang	6	6,82
Perempuan	Baik	20	22,72
	Cukup	23	26,13
	Kurang	5	5,69

Sumber: Data Primer(diolah), 2024

Berdasarkan tabel 3 Pada hasil pengetahuan berdasarkan jenis kelamin responden laki laki sebanyak 40 orang (45,45%) dengan persentase pengetahuan baik laki-laki dengan frekuensi sebanyak 11 orang (12,5%), pengetahuan cukup dengan frekuensi sebanyak 23 orang (26,13%), dan pengetahuan kurang dengan frekuensi 6 orang (6,82%). Responden perempuan sebanyak 48 orang (54,54%) dengan persentase pengetahuan baik dengan frekuensi sebanyak 20 orang (22,72%), pengetahuan cukup dengan frekuensi sebanyak 23 orang (26,13%), pengetahuan kurang dengan frekuensi sebanyak 5 orang (5,69%).

**Tabel 4.** Pengetahuan Berdasarkan Usia

Usia	Pengetahuan	n	%
Remaja (17-29)	Baik	8	9,1
	Cukup	18	20,45
	Kurang	6	6,81
Dewasa (30-55)	Baik	20	22,72
	Cukup	22	25
	Kurang	3	3,41
Lansia (56-70)	Baik	3	3,41
	Cukup	6	6,81
	Kurang	2	2,28

Sumber: Data Primer(diolah), 2024

Berdasarkan tabel 4 Pada hasil pengetahuan berdasarkan usia responden berusia remaja (17-29) sebanyak 32 orang (36,36%), pengetahuan baik sebanyak 8 orang (9,1%), pengetahuan cukup sebanyak 18 orang (20,45%) dan pengetahuan kurang sebanyak 6 orang (6,81%). Responden berusia dewasa (30-55) sebanyak 45 orang (51,13%), pengetahuan baik sebanyak 20 orang (22,72%), pengetahuan cukup sebanyak 22 orang (25%), dan pengetahuan kurang sebanyak 3 orang (3,41%). Responden berusia lansia (56-70) sebanyak 11 orang (12,5%), pengetahuan baik sebanyak 3 orang (3,41%), pengetahuan cukup sebanyak 6 orang (6,81%), dan pengetahuan kurang sebanyak 2 orang (2,28%).

Berdasarkan tabel 5 pada hasil tingkat pengetahuan masyarakat tentang daun bayam (*Amaranthus Caudatus*) sebagai obat anemia, dengan responden 88 orang yakni 31 responden (35,22%) dengan tingkat pengetahuan baik, 46 responden (52,27%) dengan tingkat pengetahuan cukup, 11 responden (12,5%) dengan tingkat pengetahuan kurang.

**Tabel 5.** Tingkat Pengetahuan Masyarakat

Tingkat Pengetahuan	n	%
Baik	31	35,22%
Cukup	46	52,27%
Kurang	11	12,5%

Sumber: Data Primer(diolah), 2024

Dari hasil penelitian yang dilakukan, tingkat pengetahuan masyarakat Kelurahan Kaobula RW 1, memiliki tingkat pengetahuan yang terbilang cukup baik mengenai penggunaan tanaman daun bayam (*Amaranthus Caudatus*) sebagai obat anemia. Penggunaan obat tradisional masih digemari masyarakat. Sebagian masyarakat yang menggunakan obat tradisional menganggap bahwa obat tradisional aman, bahkan lebih aman dibandingkan obat-obatan kimia, serta lebih murah harganya. Obat tradisional bila digunakan dalam jumlah atau takaran yang tepat serta pengolahan yang benar maka akan memiliki khasiat yang baik (Sumayyah *et al.*, 2017).

Masyarakat meramu tanaman daun bayam (*Amaranthus Caudatus*) dengan 4 cara yaitu daunnya dimasak kemudian dimakan, cara kedua daunnya direbus kemudian air rebusannya diminum, cara ke tiga masyarakat menyeduhnya, selanjutnya daunnya di remas kemudian di tempelkan. Akan tetapi masyarakat meramu tanaman tradisional tergantung kebiasaan, sebagian besar masyarakat meramu tanaman ini dengan cara daunnya di masak kemudian dimakan layaknya seperti sayur. Disamping itu tidak sedikit masyarakat meramu tanaman ini dengan cara merebus daunnya kemudian air rebusannya diminum. Masyarakat menggunakan cara ini kerana dengan cara inilah yang paling simple dan mudah dilakukan.

Keputusan dalam memilih menggunakan obat tradisional dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, usia, pendidikan, jenis kelamin, pekerjaan (Mubarak, 2012). Pada penelitian ini tingkat pengetahuan perempuan tentang tanaman obat menunjukkan bahwa perempuan sedikit lebih baik dari pada laki-laki (Petersen, 2018), hal ini dikarenakan perempuan yang lebih mempunyai waktu untuk bersosialisasi dilingkungan sekitar sehingga mendapatkan informasi, dan perempuan memiliki kecenderungan yang lebih peduli terhadap kesehatan diri dan keluarganya. Disamping itu pengobatan tradisional sudah diwariskan turun temurun, dan tidak sedikit perempuan yang paham akan hal pengobatan tradisional dari pengalaman.

## KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian tingkat pengetahuan masyarakat tentang daun bayam (*Amaranthus Caudatus*) sebagai obat anemia dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat pengetahuan masyarakat Kelurahan Kaobula RW 1, memiliki tingkat pengetahuan yang terbilang cukup baik dan dalam praktik penggunaannya masyarakat paling sering dilakukan dengan cara daunnya di masak kemudian dimakan layaknya seperti sayur serta dengan cara merebus daunnya kemudian air rebusannya diminum.

## DAFTAR PUSTAKA

Adiyasa MR., Meiyanti. 2021. Pemanfaatan Obat Tradisional di Indonesia: Distribusi dan Faktor Demografis yang Berpengaruh. Jurnal Biomedika dan Kesehatan. Vol.4(3). Hal: 130-138.

- Asfahani A., Elsa Y., Liza H., Pahmi., Nunung SJ. 2024. Peningkatan Kesadaran Masyarakat Tentang Pentingnya Kesehatan Mental dan Fisik Melalui Edukasi Pendidikan Sosial. *Jurnal Perkembangan Komunitas*. Vol.5(2). Hal: 3633-3639.
- Falah F, Sayaktiningsih T, Noorcahyati. 2013. Keanekaragaman Jenis dan Pemanfaatan Tumbuhan Berkhasiat Obat oleh Masyarakat Sekitar Hutan Lindung Gunung Beratus Kalimantan Timur. *Jurnal Penelitian dan Konservasi Alam*. Vol.10: 1-18.
- Fitriany J., Amelia IS. 2018. Anemia Defisiensi Besi. *Jurnal Averrous*. Vol.4(2). Hal: 44-49.
- Harefa D. 2020. Pemanfaatan Hasil Tanaman sebagai Tanaman Obat. *Jurnal Masyarakat Sipil Indonesia*. Vol.2(2). Hal: 28-36.
- Irma W. 2016. Pengaruh Pemberian Timbal (Pb) Terhadap Morfologi Daun Bayam (*Amaranthus tricolor L.*) Dalam Skala Laboratorium. *Jurnal Ipteks Terapan*. Vol.9(2). Hal: 179-184.
- Khusni L., Rini BH., Erna P. 2018. Pengaruh Naungan terhadap Pertumbuhan dan Aktivitas Antioksidan pada Bayam Merah (*Alternanthera amoena Voss.*). *Jurnal Buletin Anatomi dan Fisiologi*. Vol.3(1). Hal: 62-70.
- Kurniawati L. 2021. Perbedaan Anatomi pada Tiga Spesies Tanaman Bayam. *Jurnal Pendidikan Biologi*. Vol.2(2). Hal: 7-15.
- Lumbantobing CME. 2019. Pengaruh Edukasi Terhadap Pengetahuan Sikap Dan Tindakan Masyarakat Di Desa Siantar Tonga-Tonga I Kecamatan Siantar Narumonda Kabupaten Toba Samosir Tentang Penggunaan Antibiotika [KTI]. Medan: Politeknik Kesehatan Medan.
- Ni'am M., Siti NA., Nur F., Dian GD., Romadhiyana KS. 2022. Formulasi dan Uji Aktivitas Antioksidan Sheet Mask ekstrak daun bayam merah (*Amarantus Tricolor*). Vol.7(4). Hal: 743-750.
- Ode, W., Indrayangingsih, I., Ibrahim, N., & Anam, S. 2015. Studi Etnofarmasi Tumbuhan Berkhasiat Obat pada Suku Buton di Kecamatan Binongko, Kabupaten Wakatobi, Sulawesi Tenggara Ethno Pharmacy Study Of Herbal Plant in Buronese, Binongko Sub-District, Wakatobi Regency of South East Sulawesi. *Galenika Journal of Pharmacy*, 79(October), 79-84.
- Paramita M., Muhlism., Palawa I. 2018. Peningkatan Ekonomi Masyarakat Melalui Pemanfaatan Sumber Daya Lokal. *Jurnal Media Pengabdian kepada Masyarakat*. Vol.4(1). Hal: 19-30.
- Pradana DA., Faras SR., Tri RS. 2016. Potensi Antihiperlipidemia Ekstrak Etanol Daun Bayam Merah (*Amaranthus tricolorL.*) Terstandar secara in Vivo Berdasarkan Parameter LDL (Low Density Lipoprotein). *Jurnal Farmasi Sains dan Klinis*. Vol.2(2). Hal: 122-128.
- Rohmatika D., Umarianti T. 2017. Efektifitas Pemberian Ekstrak Bayam Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Ringan. *Jurnal Kebidanan*. Vol.9(2). Hal: 165-174.
- Suprpto S., Darni Arda. 2021. Pemberdayaan Masyarakat Melalui Penyuluhan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) dalam Meningkatkan Derajat Kesehatan Masyarakat Wilayah Kerja Puskesmas Harombong. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*. Vol.1(2). Hal: 77-85.
- Wachjar A., Rizkiana A. 2013. Peningkatan Produktivitas dan Efisiensi Konsumsi Air Tanaman Bayam. *Jurnal Bul. Agrohorti*. Vol.1(1). Hal: 127-134.