

PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH NAGA TERHADAP PENINGKATAN KADAR
HEMOGLOBIN IBU HAMIL DENGAN ANEMIA PADA TRIMESTER III DI
PMB LATIBES JULIANA DUREN SAWIT
JAKARTA TIMUR

Meri Kristina Panjaitan^{1*}, Lili Anggraini²

¹⁻²Fakultas Ilmu Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Email Korespondensi: memojames97@gmail.com

Disubmit: 20 Juli 2023

Diterima: 13 Maret 2024
Doi: <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i4.11117>

Diterbitkan: 01 April 2024

ABSTRACT

Anemia often occurs during pregnancy because the blood undergoes hemodilution. PMB Latibes Juliana Duren Sawit, East Jakarta, pregnant women in their third trimester who experience anemia each year have increased from 2020-2022, namely 13.6% to 15.8%. The government has tried to prevent it by giving Fe tablets and consuming foods that contain iron, one of which is dragon fruit. Knowing the effect of giving dragon fruit juice on increasing hemoglobin levels of pregnant women with anemia in the third trimester at PMB Latibes Juliana Duren Sawit, East Jakarta. Pre-experimental design with one group pretest-posttest design. The sample is pregnant women who experience anemia in April-May 2023 as many as 20 samples using a purposive sampling technique. The intervention was given 250g once a day for 14 days. Bivariate analysis using paired simple t test. The results of univariate study of Hb levels of pregnant women before administration of dragon fruit juice averaged = 10.215 gr/dl and after administration of dragon fruit juice averaged = 11.305 gr/dl. The results of the paired simple t test obtained a p value = 0.000. There is an effect of giving dragon fruit juice on increasing hemoglobin levels of pregnant women with anemia in the third trimester. Pregnant women are expected to be diligent in consuming foods that contain iron, one of which is dragon fruit juice and be obedient in consuming Fe tablets in order to increase Hb levels in the mother's blood.

Keywords: Administration of Dragon Fruit Juice, Hb Levels of Anemia Pregnant Women

ABSTRAK

Anemia sering terjadi pada saat kehamilan karena darah mengalami hemodilusi. PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur ibu hamil trimester III yang mengalami anemia setiap tahunnya mengalami peningkatan dari tahun 2020-2022 yaitu 13,6% menjadi 15,8%. Pemerintah telah berupaya untuk mencegahnya dengan adanya pemberian tablet Fe dan mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi, salah satunya buah naga. Mengetahui pengaruh pemberian jus buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada trimester III di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur. *Pre-eksperimental desain* dengan rancangan *one group pretest-posttest*. Sampel

adalah ibu hamil yang mengalami anemia pada bulan April-Mei tahun 2023 sebanyak 20 sampel dengan teknik *purposive sampling*. Intervensi diberikan 1 x sehari 250g selama 14 hari. Analisis bivariat menggunakan *uji paired simple t test*. Hasil penelitian univariat kadar Hb ibu hamil sebelum pemberian jus buah naga rata-rata = 10,215 gr/dl dan sesudah pemberian jus buah naga rata-rata = 11,305 gr/dl. Hasil *uji paired simple t test* didapatkan nilai *p value* = 0,000. Terdapat pengaruh pemberian jus buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada trimester III. Ibu hamil diharapkan rajin mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi salah satunya jus buah naga dan patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe agar dapat meningkatkan kadar Hb dalam darah ibu.

Kata Kunci: Pemberian Jus Buah Naga, Kadar Hb Ibu Hamil Anemia

PENDAHULUAN

Prevalensi anemia masih tinggi dibuktikan dengan data WHO yaitu secara global prevalensi anemia pada ibu hamil diseluruh Indonesia sebesar 41,8 %, selanjutnya di Asia sebesar 48,2 %, Afrika 57,1 %, Amerika 24,1 %, dan Eropa 25,1 %. Indonesia sendiri pada tahun 2019 didapatkan sebanyak 43,2%, hal ini mengalami peningkatan pada tahun 2020 yaitu sekitar 44,2% (World Health Organization, 2020).

Peristiwa kehamilan, persalinan, nifas, dan bayi baru lahir merupakan suatu kondisi yang fisiologis, namun dalam prosesnya terdapat suatu kemungkinan yang dapat membahayakan kondisi ibu dan bayi bahkan menyebabkan kematian ibu diantaranya pada tahun 2021 terkait COVID-19 sebanyak 2.982 kasus, perdarahan sebanyak 1.330 kasus, dan hipertensi dalam kehamilan sebanyak 1.077 kasus (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022). Provinsi Jawa Tengah memiliki angka kejadian anemia pada ibu hamil sebesar 43,5%, dimana kota Yogyakarta ditemukan prevalensi anemia pada ibu hamil mencapai 42% (Dinas Kesehatan Provinsi DI Yogyakarta, 2020).

Sementara itu Provinsi DKI Jakarta pada tahun 2020 menurut Profil Kesehatan Provinsi DKI Jakarta

Tahun 2020 angka kejadian anemia masih sangat tinggi dengan prevalensi 37,1 %. Adapun angka kejadian anemia pada tahun 2020 di Kota Jakarta Timur yaitu 48,8%. Sementara itu di PMB Latibes Juliana Duren Sawit merupakan salah satu wilayah yang berada di Kota Jakarta Timur didapatkan data sasaran ibu hamil pada tahun 2020 ada sebanyak 221 ibu hamil trimester III dengan prevalensi anemia sebanyak 30 orang (13,6%), sedangkan data sasaran ibu pada tahun 2021 sebanyak 267 ibu hamil dengan prevalensi anemia sebanyak 39 orang (14,6%). Anemia pada ibu hamil dapat menimbulkan terjadinya perdarahan yang merupakan salah faktor kematian ibu (Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta, 2021).

Selain itu dampak terhadap anak yang dilahirkan oleh ibu yang anemia menyebabkan bayi lahir dengan persediaan zat besi yang sangat sedikit didalam tubuhnya sehingga beresiko mengalami anemia pada usia dini, yang dapat mengakibatkan gangguan atau hambatan pertumbuhan dan perkembangan anak.

Pencegahan anemia dalam kehamilan selain dengan suplemen Fe juga dapat dilakukan dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi, asam folat dan

vitamin C. Salah satu bahan makanan yang dapat digunakan untuk penanganan anemia gizi besi yaitu buah naga merah. Buah naga merupakan salah satu terapi non farmakologi yang mengandung zat besi yang cukup tinggi dibandingkan dengan buah lain. Kadar zat besi pada buah bit 0,8mg, sementara kandungan Fe buah naga 0,55mg/100gr (Suryana, 2021). Hal tersebut menunjukkan bahwa buah naga memiliki kandungan Fe lebih tinggi dari buah bit. Zat besi penting untuk pembentukan dan mempertahankan kesehatan sel darah merah sehingga bisa menjamin sirkulasi oksigen dan zat gizi yang dibutuhkan ibu hamil (Muzzaki, 2021).

Kandungan buah naga tak hanya zat besi dan karbohidrat folates. Masih banyak senyawa lain yang bisa di dapatkan dari buah berwarna cerah ini, antara lain Vitamin C, fitokimia, protein, potassium, serat, karbohidrat. Manfaat buah naga untuk ibu hamil tentu sebagai penyumbang nutrisi kompleks yang baik bagi ibu dan janin. Istemewanya lagi, buah naga juga ternyata mengandung vitamin B1 yang sangat baik bagi pertumbuhan janin, merangsang penyerapan proten dan membantu pembakaran menjadi energi (Idawati, 2020).

Menurut Lingga (2020), buah naga memiliki beberapa manfaat yaitu merangsang pembentukan sel darah merah, Zat besi dan vitamin C, yang berperan penting zat besi sebagai bahan baku sel darah merah, sedangkan vitamin C sebagai membantu mengoptimalkan penyerapan zat besi melalui saluran cerna dan mencegah anemia. Kandungan zat besi pada buah naga sangat membantu tubuh untuk membentuk sel - sel darah merah dan mengurangi risiko anemia. Kebutuhan oksigen serta nutrisi ibu hamil juga akan tercukupi.

Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan Soleha et al. (2020) yang dilakukan di Puskesmas Liwa Lampung Barat pada ibu hamil dengan anemia, dapat diketahui bahwa ada pengaruh pemberian jus buah naga terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia dengan $p\text{ value } 0,000 < 0,05$. Begitu pula dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Olli (2020) yang dilakukan pada ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja Puskesmas Kota Selatan Kota Gorontalo, menunjukkan hasil bahwa dengan mengonsumsi jus buah naga kadar hemoglobinnnya meningkat dengan signifikansi nilai $p = 0,001$. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Aulya et al. (2021) berdasarkan hasil uji *Mann Whitney* diketahui nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian jus buah naga terhadap kadar Hemoglobin pada ibu hamil Trimester III.

PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur telah banyak melakukan penanganan anemia melalui pemberian tablet penambah darah, penyuluhan akan anemia pada ibu hamil serta kunjungan rumah pada ibu hamil. Akan tetapi berdasarkan survey pendahuluan yang peneliti lakukan di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur pada tahun 2022 dari hasil observasi pada buku ANC diketahui 277 ibu hamil sedangkan prevalensi anemia pada ibu hamil trimester III diketahui sebanyak 44 orang (15,8%). Menurut informasi yang didapat di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur selama ini untuk pengobatan anemia pada ibu hamil dengan pemberian tablet Fe dan tidak pernah menyarankan untuk mengonsumsi jus buah naga. Melihat penelitian terdahulu pemberian jus buah naga ternyata

dapat meningkatkan kadar Hb, maka peneliti ingin mencoba memberikan intervensi pada ibu hamil dengan anemia.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka penulis tertarik melakukan penelitian mengenai "Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil dengan Anemia pada Trimester III di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur".

TINJAUAN PUSTAKA

Anemia

Anemia dalam kehamilan didefinisikan sebagai penurunan kadar hemoglobin kurang dari 11 g/dl selama kehamilan pada trimester 1 dan ke-3 dan kurang dari 10g/dl selama masa kehamilan pada trimester ke 2 (Adriani & Wirjatmadi, 2019). Proverawati & Asfuah (2020) menjelaskan bahwa penyebab adanya anemia defisiensi besi pada kehamilan yaitu gangguan pencernaan dan absorpsi, hipervolemia, menyebabkan terjadinya pengenceran darah, kebutuhan zat besi meningkat, kurangnya zat besi dalam makanan, dan penambahan darah tidak sebanding dengan penambahan plasma.

Ibu hamil yang menderita anemia berisiko mengalami keguguran, bayi lahir sebelum waktunya, bayi berat lahir rendah, serta perdarahan sebelum saat dan setelah melahirkan. Pada anemia sedang dan berat, perdarahan dapat menjadi lebih parah sehingga berisiko terhadap terjadinya kematian ibu dan bayi. Dampak terhadap anak yang dilahirkan oleh ibu yang anemia menyebabkan bayi lahir dengan persediaan zat besi yang sangat sedikit didalam tubuhnya sehingga berisiko mengalami anemia pada usia dini,

yang dapat mengakibatkan gangguan atau hambatan pertumbuhan dan perkembangan anak (World Health Organization, 2020).

Anemia menyebabkan rendahnya kemampuan jasmani karena sel-sel tubuh tidak cukup mendapat pasokan oksigen. Pada wanita hamil, anemia meningkatkan frekuensi komplikasi pada kehamilan dan persalinan. Risiko kematian maternal, angka prematuritas, berat badan bayi lahir rendah, dan angka kematian perinatal meningkat. Disamping itu, perdarahan antepartum dan postpartum lebih sering dijumpai pada wanita yang anemia dan lebih sering berakibat fatal sebab wanita yang anemia tidak dapat mentolerir kehilangan darah. Dampak anemia pada kehamilan bervariasi dari keluhan yang sangat ringan hingga terjadinya kelangsungan kehamilan abortus, partus imatur/prematur, gangguan proses persalinan (perdarahan), gangguan masa nifas (daya tahan terhadap infeksi dan stres kurang, produksi ASI rendah), dan gangguan pada janin (abortus, dismaturitas, mikrosomi, cacat bawaan, BBLR, kematian perinatal, dan lain-lain) (Irianto, 2020).

Buah Naga

Buah naga merah atau *red dragon fruit (Hylocereus undatus (Haw.) Britt. & Rose; family Cactaceae)* saat ini banyak dikembangkan di Indonesia. Buah yang berasal dari Meksiko ini berbeda dengan famili *Cactaceae* lainnya, yakni memiliki rasa yang manis dan segar. Kekhasan lain dari tanaman ini adalah pada tiap nodus batang terdapat duri. Bunga mekar pada malam hari dan layu pada pagi hari (*night blooming*). Terdapat empat jenis buah naga yakni buah naga daging putih (*Hylocereus undatus*), buah naga daging merah (*Hylocereus polyrhizus*), buah naga

daging super merah (*Hylocereus costaricensis*) dan buah naga kuning daging putih (*Selenicereus megalanthus*) (Cahyono, 2020).

Melihat kandungan dari 100gram buah naga merah sama-sama memiliki kandungan zat besi yang cukup tinggi yaitu sekitar 0,5-0,55mg, begitu juga dengan kandungan vitamin C yang dapat membantu mempercepat penyerapan zat besi di dalam tubuh (Mahardika & Zuraida, 2019).

Faktor penyebab kematian ibu salah satunya perdarahan, adapun terjadinya perdarahan salah satunya disebabkan oleh adanya anemia masa kehamilan. Berdasarkan data di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur didapatkan data sasaran ibu hamil III pada tahun 2020 hingga 2022 prevalensi anemia mengalami peningkatan dimana dari 13,6% pada tahun 2020, 14,6% pada tahun 2021 dan 15,8% pada tahun 2022. Pencegahan anemia dalam kehamilan selain dengan suplemen Fe juga dapat dilakukan dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi, asam folat dan vitamin C. Salah satu bahan makanan yang dapat digunakan untuk penanganan anemia gizi besi yaitu buah naga merah. Berdasarkan data tersebut dan hasil intervensi terdahulu maka perlu diketahui pengaruh pemberian jus buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada trimester III di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut maka rumusan masalah sekaligus pertanyaan penelitian ini adalah “Adakah pengaruh pemberian jus buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada trimester III di PMB

Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur?”.

Sehingga tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian jus buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada trimester III di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur.

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah penelitian *pre-eksperimental desain*. Rancangan yang digunakan adalah *one group pretest-posttest design*. Waktu penelitian akan dilaksanakan pada bulan April-Mei 2023. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah pemberian jus buah naga. Variabel terikat pada penelitian ini adalah peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada Trimester III. Pengukuran peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia pada Trimester III peneliti menggunakan *Easy Touch Blood Haemoglobin*. digunakan untuk menilai kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia yang dilakukan pada saat *pretest* dan *posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang mengalami anemia pada bulan April-Mei tahun 2023 di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur sebanyak 22 responden. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *purposive sampling* adalah pengambilan sampel ditentukan oleh peneliti dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi berupa Ibu hamil yang tinggal di wilayah PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur; Ibu hamil memasuki usia trimester III usia kehamilan ≥ 28 minggu; Ibu hamil dengan anemia ringan; Bersedia menjadi responden; Tidak ada penyakit penyerta (astma, jantung, maag); Ibu yang tidak mengalami pantangan atau alergi jus

buah naga; dan Dapat diajak komunikasi dengan baik. Adapun kriteria eksklusi berupa tidak menyukai jus buah naga dan Tidak bersedia menjadi responden. Berdasarkan kriteria tersebut sampel yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 20 responden yang dapat dijadikan sebagai sampel penelitian. Data dikumpulkan sendiri oleh peneliti langsung dari sumber pertama yaitu lembar observasi berkaitan dengan kadar Hb sebelum

dan sesudah pemberian jus buah naga. Data yang telah dikumpulkan pada penelitian ini selanjutnya diolah dengan menggunakan program komputer dengan beberapa tahapan yaitu merkapitulasi hasil jawaban kuesioner yang diisi oleh responden kemudian dilakukan *editing, coding, entry data, dan tabulasi*. Data kemudian dianalisis menggunakan analisis univariat distribusi frekuensi dan analisis bivariat uji beda *t test*.

HASIL PENELITIAN

Hasil Analisis Univariat

Tabel 1. Nilai Rata-Rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil dengan Anemia pada Trimester III Sebelum Pemberian Jus Buah Naga di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur

Kadar Hemoglobin	Rata-rata	Std. Deviasi	Max	Min
Sebelum	10,215	0,1348	10,5	10,0

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 diketahui bahwa kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada trimester III sebelum

pemberian jus buah naga rata-rata = 10,215 gr/dl std. deviasi = 0,1348 gr/dl maximum = 10,5 gr/dl dan minimum = 10,0 gr/dl.

Tabel 2. Nilai Rata-Rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil dengan Anemia pada Trimester III Sesudah Pemberian Jus Buah Naga di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur

Kadar Hemoglobin	Rata-rata	Std. Deviasi	Max	Min
Sesudah	11,305	0,2235	11,8	11,0

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 diketahui bahwa kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada trimester III sebelum

pemberian jus buah naga rata-rata = 11,305 gr/dl std. deviasi = 0,2235 gr/dl maximum = 11,8 gr/dl dan minimum = 11,0 gr/dl.

Hasil Analisis Bivariat

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil dengan Anemia pada Trimester III di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur

Kadar Hemoglobin	Rata-rata	Selisih	P Value
Sebelum	10,215	1,09	0,000
Sesudah	11,305		

Hasil uji *paired simple t test* diketahui nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh

pemberian jus buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada trimester III di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur.

PEMBAHASAN

Nilai Rata-Rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil dengan Anemia pada Trimester III Sebelum Pemberian Jus Buah Naga di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada trimester III sebelum pemberian jus buah naga rata-rata = 10,215 gr/dl std. deviasi = 0,1348 gr/dl maximum = 10,5 gr/dl dan minimum = 10,0 gr/dl.

Anemia dalam kehamilan didefinisikan sebagai penurunan kadar hemoglobin kurang dari 11 g/dl selama kehamilan pada trimester 1 dan ke-3 dan kurang dari 10g/dl selama masa kehamilan pada trimester ke 2 (Adriani & Wirjatmadi, 2019). Proverawati & Asfuah (2020) menjelaskan bahwa penyebab adanya anemia defisiensi besi pada kehamilan yaitu gangguan pencernaan dan absorpsi, hipervolemia, menyebabkan terjadinya pengenceran darah, kebutuhan zat besi meningkat, kurangnya zat besi dalam makanan, dan penambahan darah tidak sebanding dengan penambahan plasma. Arisman (2019) menjelaskan

bahwa tanda dan gejala anemia berupa keletihan, mengantuk, kelemahan, pusing, malas, nafsu makan kurang, perubahan mood, perubahan kebiasaan tidur, dan ditandai dengan keadaan yang berupa pucat. Ibu hamil yang menderita anemia berisiko mengalami keguguran, bayi lahir sebelum waktunya, bayi berat lahir rendah, serta perdarahan sebelum saat dan setelah melahirkan (World Health Organization, 2020).

Sesuai dengan hasil penelitian Soleha et al. (2020) diketahui Nilai rata-rata kadar hemoglobin sebelum pemberian Jus buah naga 9.761gr/dl. Penelitian selanjutnya dilakukan oleh Aulya et al. (2021) Sebelum diberikan jus buah naga diperoleh nilai rata-rata pretest 9,6 gr%. Hal ini menandakan bahwa sebagian besar responden mengalami anemia.

Peneliti berasumsi seluruhnya ibu hamil mengalami anemia ringan, hal ini dapat dilihat dari nilai rata-rata kadar HB ibu hamil 10,215 gr/dl. Berdasarkan observasi ditemukan kelopak mata Ibu terlihat pucat mengeluh lemas letih dan lesu. Dampak yang terjadi jika Ibu hamil

mengalami anemia bisa menimbulkan terjadinya keguguran, bayi lahir sebelum waktu, berat badan lahir rendah serta pendarahan sebelum atau setelah melahirkan. Salah satu faktor terjadinya anemia karena adanya kekurangan dalam mengkonsumsi zat besi, hal ini disebabkan oleh adanya efek samping yang dialami setelah mengkonsumsi tablet Fe tersebut. Disamping itu kurangnya daya serap kadar zat besi yang ada di dalam tubuh sehingga proses pembentukan hemoglobin berjalan dengan lambat yang menimbulkan terjadinya anemia pada ibu hamil. Tenaga kesehatan dalam hal ini perlu memberikan informasi tentang cara mengkonsumsi tablet Fe yang baik dan benar diantaranya menghindari minuman kopi dan teh manis saat mengkonsumsi tablet Fe, dan sebaiknya mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung vitamin C serta zat besi agar dapat meningkatkan kadar Hb dalam tubuh ibu hamil. Buah naga merupakan salah satu jenis buah-buahan yang mengandung vitamin C dan zat besi. Peneliti dalam hal ini akan mencoba untuk memberikan jus buah naga dengan harapan dapat meningkatkan kadar HB ibu hamil trimester 3 yang mengalami anemia.

Nilai Rata-Rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil dengan Anemia pada Trimester III Sesudah Pemberian Jus Buah Naga di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada trimester III sebelum pemberian jus buah naga rata-rata = 11,305 gr/dl std. deviasi = 0,2235 gr/dl maximum = 11,8 gr/dl dan minimum = 11,0 gr/dl.

Menurut Kristiyanasari (2020) pencegahan terhadap anemia pada ibu hamil dapat dilakukan dengan

berbagai macam salah satunya dengan mengkonsumsi buah naga. Suryana (2021) menyatakan bahwa kadar zat besi pada buah bit 0,8mg, sementara kandungan Fe buah naga 0,55-0,65 mg/ 100gr. Hal tersebut menunjukkan bahwa buah naga memiliki kandungan Fe lebih tinggi dari buah bit. Zat besi penting untuk pembentukan dan mempertahankan kesehatan sel darah merah sehingga bisa menjamin sirkulasi oksigen dan zat gizi yang dibutuhkan ibu hamil (Muzzaki, 2021). Kandungan buah naga antara lain Vitamin C, fitokimia, protein, potassium, serat, karbohidrat. Manfaat buah naga untuk ibu hamil tentu sebagai penyumbang nutrisi kompleks yang baik bagi ibu dan janin. Istemewanya lagi, buah naga juga ternyata mengandung vitamin B1 yang sangat baik bagi pertumbuhan janin, merangsang penyerapan proten dan membantu pembakaran menjadi energi (Idawati, 2020).

Sesuai dengan hasil penelitian Soleha et al. (2020) menunjukkan hasil bahwa nilai rata-rata kadar hemoglobin sesudah pemberian Jus buah naga 11.583gr/dl. Begitu pula dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Olli (2020) menunjukkan hasil bahwa dengan mengonsumsi jus buah naga kadar hemoglobinnya meningkat, dengan rerata sebesar 11,17 gr/dL. Hasil penelitian Aulya et al. (2021) didapatkan hasil sesudah diberikan jus buah naga diperoleh nilai rata-rata *posttest* 11,5 gr%. Hal ini menandakan kadar Hb ibu hamil mengalami peningkatan dari anemia menjadi tidak anemia.

Peneliti berasumsi bahwa adanya peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia karena buah naga kaya akan kandungan gizi, diantaranya air, protein, lemak, serat kasar, kalsium, fosfor, besi, niasin dan vitamin C yang dapat

merangsang pembentukan sel darah merah dan mencegah terjadinya anemia, dan adanya kepatuhan ibu hamil dalam meminum jus buah naga yang diberikan oleh peneliti selama 14 hari setiap pagi dan sore hari. Hal ini dapat dilihat dari hasil observasi dimana sebelum diberikan jus buah naga rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil sebesar 10,215gr/dl sedangkan setelah diberikan jus buah naga rata-rata kadar hemoglobin sebesar 11,305gr/dl, sehingga didapatkan selisih nilai rata-rata kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan jus buah naga merah sebesar 1,09gr/dl sehingga kebiasaan tersebut dapat membantu mencegah terjadinya anemia dalam kehamilan.

Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil dengan Anemia pada Trimester III di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur

Hasil uji *paired simple t test* diketahui nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan H_0 ditolak dan H_a diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian jus buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada trimester III di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur.

Anemia pada dasarnya disebabkan oleh karena gangguan pembentukan eritrosit oleh sumsum tulang, kehilangan darah keluar dari tubuh (perdarahan) dan proses penghancuran eritrosit dalam tubuh sebelum waktunya (hemolisis). Buah naga merupakan salah satu terapi non farmakologi yang mengandung zat besi yang cukup tinggi dibandingkan dengan buah yang lain. Hal ini dapat dilihat dari pendapat Suryana (2021) menyatakan bahwa kadar zat besi pada buah bit 0,8mg,

sementara kandungan Fe buah naga 0,55-0,65 mg/ 100gr. Hal tersebut menunjukkan bahwa buah naga memiliki kandungan Fe lebih tinggi dari buah bit. Zat besi penting untuk pembentukan dan mempertahankan kesehatan sel darah merah sehingga bisa menjamin sirkulasi oksigen dan zat gizi yang dibutuhkan ibu hamil (Muzzaki, 2021). Menurut Lingga (2020), buah naga memiliki beberapa manfaat diantaranya merangsang pembentukan sel darah merah, meningkat kekebalan tubuh, mencegah anemia, menjaga perkembangan otak, menambahkan energi dan mengobati sembelit dan sumber asam omega 3 dan 6 dimana asam lemak omega-3 sangat banyak fungsinya di antara membantu perkembangan otak sehingga janin berpotensi lahir sehat dan cerdas.

Sesuai dengan hasil penelitian Soleha et al. (2020) diperoleh bahwa ada pengaruh pemberian jus buah naga terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil (p value $0,000 < 0,05$). Begitu pula dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Oliy (2020) yang dilakukan pada ibu hamil dengan anemia menunjukkan hasil bahwa dengan mengonsumsi jus buah naga kadar hemoglobinnya meningkat, dengan nilai $p = 0,001$ maka dapat diketahui bahwa ada pengaruh pemberian jus buah naga terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. Hasil penelitian Aulya et al. (2021) didapatkan hasil p value $0,001 < 0,05$. Terdapat perbedaan kadar Hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan jus buah naga. Puspita & Pratiwi (2019), dalam penelitiannya didapatkan hasil p -value $0,005$ ($p < 0,05$) dan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Peneliti berasumsi, pemberian jus buah naga berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada trimester III. Hal ini disebabkan karena banyaknya kandungan beragam nutrisi penting di dalam buah naga, seperti vitamin C, vitamin B1 (tiamin), vitamin B2 (riboflavin), karbohidrat, protein, antioksidan, serat, serta zat besi. Manfaat buah naga untuk ibu hamil yang terpenting adalah untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin. Selain itu, buah naga juga dapat membantu mengatasi berbagai keluhan yang kerap dialami ibu hamil, seperti sembelit dan anemia. Kondisi inilah yang membedakan kadar Hemoglobin antara ibu hamil yang mengkonsumsi jus buah naga dengan ibu hamil yang tidak mengkonsumsi jus buah naga, sehingga ibu yang mengkonsumsi jus buah naga kadar hemoglobin nya lebih meningkat dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak mengkonsumsi jus buah naga..

KESIMPULAN

Terdapat pengaruh pemberian jus buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada trimester III di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur.

Saran

Ibu hamil diharapkan rajin mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi salah satunya jus buah naga dan patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe agar dapat meningkatkan kadar Hb dalam darah ibu.

Tenaga kesehatan khususnya bidan diharapkan dapat membantu ibu dalam memotivasi untuk patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe dengan cara memberikan penyuluhan dan memantau

kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe, disamping itu dapat menerapkan pada ibu hamil untuk mengkonsumsi tablet Fe dan makanan yang mengandung zat besi salah satunya jus buah naga agar dapat mengurangi efek samping yang dialami pada saat mengkonsumsi tablet Fe.

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mahasiswa dan dapat dijadikan sebagai acuan dalam penelitian selanjutnya, sehingga dapat melakukan penelitian yang lebih baik dan lebih luas lagi yang berkaitan dengan peningkatan kadar Hb agar dapat mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, Riantini, Siswantara, & Pulung. (2018). Efektivitas Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Pada Calon Pengantin Di Puskesmas Pucang Sewu Surabaya. *Jurnal Biometrika Dan Kependudukan*, 7.
- Anggraini, D. (2019). *Hubungan Pengetahuan Sikap Calon Pengantin Pria Mengenai KB Pria di Puskesmas Kecamatan Tanjung Priok*.
- Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN). (2021). *Kehamilan Tak Diinginkan di Indonesia Rata-rata 17,5 Persen*. <https://nasional.kompas.com/read/2020/06/30/15030631/bkkbn-kehamilan-tak-diinginkan-di-indonesia-rata-rata-175-persen>
- Badan Pusat Statistik. (2022). *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2022*.
- Cahyani, B. N. P. (2015). *Dinamika Psikologis Perempuan Yang Melakukan Pernikahan Di Usia*

- Dini. *Ums.*
- Diah, K. (2010). Persepsi Dan Kesiapan Menikah. In *Ilm. Kel. & Kons: Vol. Vol. 4, No* (pp. 30-36).
- Mahmudah, R. (2012). *Hubungan Antara Intimacy (Sternberg's Triagular Theory Of Love) dan KeSIAPAN Menikah Pada Dewasa Universitas Indonesia.*
- Nugroho, S. (1999). *Kesiapan Menikah Pada Wanita Berpendidikan S2 (Studi Kasus Pada Mahasiswi S2 Psikologi).* 2, 208-223.
- Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 1464/menkes/per/x/2010 Tahun 2010 Tentang Izin dan Penyelenggaraan Praktik Bidan, (2010).
- Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 28 Tahun 2017 Tentang Izin dan Penyelenggaraan Praktik Bidan, (2017).
- Raharjo, T. (2017). Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Cerai-Gugat di Pengadilan Agama Bekasi. *Maslahah*, 8(2), 13-36.
- Risky, A., Wijayanti, A., & Wardani, K. (2015). *Hubungan antara pendidikan ibu dan pengetahuan responden dengan pernikahan usia dini.* 76-81.
- Salekha, D. F., Nugraheni, Achadi, S., Mawarni, & Atik. (2019). Pengetahuan Dan Sikap Tentang Kesehatan Reproduksi Yang Mengikuti Dan Tidak Mengikuti Suscatin (Studi Pada Calon Pengantin Yang Terdaftar Di Kua Kabupaten Grobogan). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (E-Journal)*, 7(4), 675-682.
- Sunarti, E., Simanjuntak, M., Rahmatin, I., & Dianceswari, R. (2012). *Kesiapan Menikah dan Pemenuhan Tugas Keluarga pada Keluarga dengan Anak Usia Prasekolah.*
- Sundani, F. L. (2018). Layanan Bimbingan Pra Nikah dalam Membentuk Kesiapan Mental Calon Pengantin. *Irsyad: Jurnal Bimbingan, Penyuluhan, Konseling Dan Psikoterapi Islam*, 6(2), 165-184.
- Syepriana, Y., Wahyudi, F., Himawan, A. B., Menikah, K., & Muda, M. (2018). *Gambaran karakteristik kesiapan menikah dan fungsi keluarga pada ibu hamil usia muda.* 7(2), 935-946.
- Triningtyas, D. A., & Muhayati, S. (2017). *Introduction to sex education through premarital counseling* 1,2. 87-89.
- Tsania, N., Sunarti, E., & Krisnatuti, D. (2015). *Family Characteristice, Marital Readiness of Wife, and Development of Children Aged 3-5 Years.* 8(1), 28-37.
- Tsania, N., Sunarti, E., & Pranaji, D. K. (2015). Karakteristik Keluarga, Kesiapan Menikah Istri, dan Perkembangan Anak Usia 3-5 tahun. *Jurnal Ilmu Keluarga Dan Konsumen*, 8(1), 28-37.
<https://doi.org/10.24156/jikk.2015.8.1.28>
- Yanti, Hamidah, & Wiwita. (2018). Analisis Faktor Penyebab dan Dampak Pernikahan Dini di Kecamatan Kandis Kabupaten Siak. *Jurnal Ibu Dan Anak*, 6(2).