

Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil

Willy Astriana^{1*}, Eni Folendra Rosa², Yeviza Puspitasari³

^{1,3}Program Studi DIII Kebidanan STIKes Al-Ma'arif Baturaja

²Program Studi DIII Keperawatan Baturaja Poltekkes Kemenkes Palembang

*korespondensi: willy.astriana@gmail.com

Abstrak: Anemia pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi sebanyak 48,9%. Anemia sendiri dapat dicegah dengan mengonsumsi makanan bergizi salah satunya dengan buah naga. Buah naga merah mengandung kalium dan flavonoid yang tinggi sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian jus buah naga terhadap kadar hemoglobin (HB) pada ibu hamil. Jenis penelitian ini adalah *Quasi eksperimental* dengan rancangan *one group pre-test and post-test*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Non Probability* cara penentuan sampel dengan Teknik *Purposive Sampling*. Total sampling berjumlah 15 responden. Hasil analisa dengan uji statistik *paired t-test* didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$. Kesimpulannya bahwa ada pengaruh pemberian jus buah naga terhadap kadar hemoglobin (HB) Ibu Hamil. Saran untuk ibu hamil untuk memerikasan kehamilannya dari trimester I sehingga cepat diketahui masalah pada kehamilannya.

Kata Kunci : anemia, HB, ibu hamil

Abstract: Anemia in pregnant women in Indonesia is still relatively high at 48.9%. Anemia itself can be prevented by consuming nutritious food, one of which is dragon fruit. Red dragon fruit contains high potassium and flavonoids so it can lower blood pressure. This type of research is quasi-experimental with a one group pre-test and post-test design. The sampling technique used purposive sampling. Total sampling amounted to 15 respondents. The results of the analysis using the paired t-test statistic obtained a $p\text{-value} = 0.000 < \alpha = 0.05$. The conclusion is that there is an effect of giving dragon fruit juice on hemoglobin (HB) levels of pregnant women.

Keywords: Keyword: anemia, HB, pregnant women

PENDAHULUAN

Kehamilan dengan anemia merupakan masalah nasional dan berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia (Handayani 2017 dalam Dai, 2021) Kejadian anemia atau kekurangan darah pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi, yaitu sebanyak 48,9% (Kemenkes RI, 2019). Anemia adalah kondisi dimana hemoglobin yang menurun, sehingga kapasitas dan daya angkut oksigen ke organ-organ vital pada ibu hamil dan janin berkurang (Dai, 2021).

World Health Organisation (WHO) memperkirakan sekitar 42% anak di bawah usia 5 tahun dan 40% wanita hamil di dunia menderita anemia (WHO, 2020). Di perkirakan sebanyak 52% di negara-negara berkembang wanita hamil mengalami anemia. Angka ini lebih besar di bandingkan

dengan angka anemia pada wanita hamil di negara-negara industri yang hanya sebesar 20% (Istiyati, 2019). Data anemia pada ibu hamil di Indonesia hampir setengahnya, dimana didapatkan sebanyak 48,9% ibu hamil dengan anemia pada tahun 2018, hal ini mengalami peningkatan dibanding dengan data lima tahunan yaitu pada tahun 2013 sebanyak 37,1%, sedangkan data anemia berdasarkan usia 15-24 tahun sebanyak (84,6%), 25-34 tahun sebanyak (33,7%), 35- 44 tahun sebanyak (33,6%) dan umur 45-55 tahun sebanyak (24%). Sedangkan ibu hamil yang mendapat tablet tambah darah sebesar (73,2 %) dan yang tidak mendapatkan tablet tambah darah sebesar (26,8%) (Riskesdas, 2018).

Kasus ibu hamil yang mengalami anemia di Provinsi Sumatera Selatan

tahun 2019 mencapai 7,26 %. Ibu hamil anemia di kabupaten/kota berada pada rentang 0,16 - 61,02%, dimana kasus tertinggi terjadi di Kabupaten PALI (61.02%) dan di OKU sendiri sebesar 5,96% (Laporan Kinerja Kesehatan Masyarakat Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, 2019).

Anemia dapat dicegah dengan mengonsumsi makanan bergizi seimbang dengan asupan zat besi yang cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh. Bahan alami yang dapat digunakan sebagai alternatif untuk mengobati anemia dan mudah didapatkan serta dibudidayakan juga mengandung protein, vitamin C, dan zat besi. dan peningkatan hemoglobin salah satunya adalah buah naga.

Buah naga yang matang banyak mengandung asam organik, protein, mineral seperti potasium, magnesium, kalsium, besi, dan vitamin C. Berdasarkan kandungan kimianya buah naga yang banyak mengandung mineral, zat besi, dan vitamin C, dapat dimanfaatkan untuk pengobatan anemia. Asam askorbat atau vitamin C, asam folat, dan protein adalah yang utama faktor yang dapat mendorong penyerapan zat besi nonheme. Vitamin C dapat meningkatkan penyerapan besi non-hem hingga empat kali. Asam sitrat, malat, laktat, suksinat, dan tartarat dapat meningkatkan penyerapan zat besi nonheme dalam kondisi tertentu. Vitamin C memiliki faktor pereduksi yang berguna dalam meningkatkan absorpsi (penyerapan) besi dengan cara mereduksi ferric iron menjadi ferrous sehingga penyerapan besi menjadi lebih efisien dan efektif (Rismawati et al, 2018 dalam Mulyani dan Dewi. 2020).

Beberapa penelitian terdahulu yang telah dilakukan seperti penelitian Soleha N dkk (2020) menyimpulkan ada pengaruh pemberian jus buah naga terhadap peningkatan kadar hb pada ibu hamil. Begitupun dengan penelitian yang dilakukan oleh Megasari M dan Risa (2021) menyimpulkan ada hubungan yang signifikan peningkatan kadar HB sebelum dengan setelah mengonsumsi buah naga.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk mengetahui sejauh mana pengaruh pemberian jus buah naga terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil.

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan kuantitatif desain quasi eksperimental dengan rancangan one group pre-test and post-test. Peneliti hanya melihat pengaruh pemberian jus buah Naga terhadap kadar hemoglobin (HB) pada Ibu hamil. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di Kota Baturaja pada bulan September sampai November Tahun 2022. Teknik pengambilan sample yaitu menggunakan Non Probability cara penentuan sampel dengan Teknik Purposive Sampling yaitu pengambilan sample didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau populasi yang sudah diketahui sebelumnya dan bersedia melakukan sesuai jadwal yang ditentukan.

Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebanyak 15 responden. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah yaitu ibu hamil yang trimester III yang memiliki

kadar Hb dibawah normal dan bersedia menjadi responden penelitian. Kriteria eksklusi dalam penelelitian ini adalah Ibu hamil yang memiliki masalah dengan KEK dan tidak bersedia menjadi responden penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa berguna untuk mendistribusikan responden sebelum diberikan jus buah naga dan setelah diberikan jus buah naga:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Sebelum dan Setelah Diberikan Jus Buah Naga

No	Kadar Hb	Sebelum (f)	%	Setelah (f)	%
1	Normal : ≥ 11 gr/ dl	0	0	10	66,7
2	Anemia ringan: 9-10 gr%dl	12	80	5	33,3
3	Anemia sedang: 7-8 gr % dl	3	20	0	0
4	Anemia Berat: < 7gr%dl	0	0	0	0
	Jumlah	15	100	15	100

Tabel 2. Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Sebelum dan Sesudah Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil

Variabel	Mean	Standar Deviasi	N	CI 95% (LowUp)	Mean Rank	T	P (Value)
Sebelum	2.20	0,414	15	0.512	0, 867	5.245	0,000
Sesudah	1.33	0,488		1.221			

Dari 15 reponden, sebelum diberikan jus Buah Naga didapatkan ibu yang memiliki anemia sedang berjumlah 3 responden (20%) dan anemia ringan 12 responden (80%). Sedangkan setelah diberikan jus buah naga ibu dengan kadar HB normal sebanyak 10 reponden (66,7%) dan yang anemia ringan sebanyak 5 responden (33,3%). Hasil analisa bivariat dengan uji T menunjukkan nilai *pvalue* 0,000.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Suhartini dan Mutia (2020) yang menyimpulkan ada pengaruh pemberian buah Naga terhadap Kadar

HB pada Ibu hamil di Desa Pakam Kecamatan Medan Deras Kabupaten Batubara Tahun 2020. Begitupun dengan penelitian yang dilakukan oleh Soleha dkk (2020) yang menyimpulkan ada pengaruh pemberian jus buah Naga terhadap peningkatan Kadar HB pada Ibu hamil (*pvalue* 0, 05).

Anemia defisiensi pada wanita hamil merupakan problema kesehatan yang dialami oleh wanita diseluruh dunia terutama dinegara perkembangan (Indonesia). WHO melaporkan bahwa prevalensi wanita hamil yang mengalami defisiensi sekitar 35-75% serta semakin meningkat

seiring dengan bertambah usia (Soleha dkk, 2020).

Asumsi peneliti, buah naga dapat dijadikan alternatif untuk menaikkan kadar haemoglobin pada ibu hamil tanpa ada efek samping. Naik turunya kadar hemoglobin sesudah pemberian jus buah naga juga dipengaruhi oleh nutrisi yang dikonsumsi ibu hamil, aktivitas fisik serta pola istirahat ibu hamil tersebut. Perbedaan kenaikan kadar haemoglobin pada ibu hamil sebelum dan sesudah mengonsumsi buah naga disebabkan karena asupan nutrisi yang tidak cukup, bertambahnya zat gizi yang hilang, dan meningkatnya kebutuhan nutrisi ibu selama masa hamil.

KESIMPULAN

Ada pengaruh terhadap kadar Hemoglobin (HB) ibu hamil setelah diberikan jus Buah Naga. Sebaiknya ibu hamil sering memeriksakan kehamilannya sejak kehamilan trimester I sehingga cepat diketahui jika ibu mengalami anemia dalam kehamilannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Chendriany EB, Rini Kundaryanti, Nurul Husnul Lail. 2020. Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Anemia Di UPTD Puskesmas Taktakan Serang - Banten Tahun 2020. *Journal for Quality in Women's Health* Vol. 4 No. 1 Maret 2021 | pp. 56 – 61
- Dai NF, 2021. *Anemia pada Ibu Hamil*. Penerbit NEM
- Istiyati, S., Satriyandari, Y., (2019), *Hubungan Anemia Pada Ibu Hamil Dengan Kejadian BBLR Di RS PKU Muhammadiyah*. Skripsi, Universitas 'Aisyiyah, Yogyakarta.
- Laporan Kinerja Kesehatan Masyarakat Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan, 2019
- Mulyani Y, Dewi Nurlaela Sari. 2020. The Effect of Dragon Fruit Juice and Honey On The Improvement of Pregnant Women's Hb. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan* Vol.9 No.2 November 2020 Page.1409-1414. DOI: 10.30994/sjik.v9i2.480
- Notoatmodjo, S., (2016), *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta
- Suhartini dan Mutia JS. 2020. Pengaruh Pemberian Buah Naga Terhadap Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Flora* Volume 14 No 2 Juni 2021
- Soleha N, Astriana, Khoidar Amirus. 2020. Pengaruh Pemberian Jus Buah naga Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*. Vol 6, No 3, Juli 2020 : 335-341
- WHO. (2020). Prevalence of anemia in women. The global health observatory explore a world of health data. <https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-anaemia-in-women-of-reproductive-age>