

PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH NAGA TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS BURNAI MULYA KABUPATEN OKU TIMUR SUMATERA SELATAN

Eka Silviana¹⁾, Sri Hadi Sulistyaningsih²⁾, Warji³⁾
^{1, 2, 3}Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati
Email: ekas99942@gmail.com

ABSTRAK

Buah naga merah mengandung Fe 0,55mg/100gr yang dapat mengatasi anemia ibu hamil karena dalam 100 gram buah naga mengandung 0,16 mg zat besi. Zat besi ini akan diubah menjadi darah merah Sel-sel, sehingga bermanfaat untuk hamil wanita yang cenderung mengalami anemia. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian jus buah naga terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten Oku Timur Sumatera Selatan. Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *experiment* dengan *One Group Pre-Test dan Post-test Design*. Populasi dan sampel adalah semua ibu hamil trimester III sebanyak 25 orang dengan tehnik *total sampling* menggunakan *uji Wilcoxon*. Hasil penelitian : rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil trimester III sebelum yaitu 10,9 gr% dan sesudah 11,1 gr%, berdasarkan *Uji Wilcoxon* bahwa ada perbedaan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III sebelum dan setelah mengkonsumsi jus buah naga di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten Oku Timur Sumatera Selatan, dengan nilai $p\text{-value } 0,000 < \alpha = 0,05$ yang artinya jus buah naga mempengaruhi kadar Hb ibu hamil TM III . Diharapkan bagi ibu hamil trimester III dapat mengkonsumsi jus buah naga sebagai alternatif untuk menaikkan kadar haemoglobin ibu hamil

Kata Kunci : *Jus Buah Naga, Kadar Hemoglobin, Ibu Hamil Trimester III*

ABSTRACT

Red dragon fruit contains 0.55mg/100gr of Fe which can overcome anemia in pregnant women because 100 grams of dragon fruit contains 0.16 mg of iron. This iron will be converted into red blood cells, making it useful for pregnant women who tend to experience anemia. The research aims to determine the effect of giving dragon fruit juice on hemoglobin levels in third trimester pregnant women in the UPTD Work Area of the Burnai Mulya Health Center, East Oku Regency, South Sumatra. This type of quantitative research uses an experimental approach with *One Group Pre-Test and Post-test Design*. The population and sample were all 25 third trimester pregnant women with a total sampling technique using the *Wilcoxon test*. Research results: the average hemoglobin level of pregnant women in the third trimester before and after was 10.9 gr% and after 11.1 gr%, based on the *Wilcoxon Test* that there was a difference in hemoglobin levels in pregnant women in the third trimester before and after consuming dragon fruit juice in the Work Area UPTD Burnai Mulya Community Health Center, East Oku Regency, South Sumatra, with a $p\text{ value of } 0.000 < \alpha = 0.05$, which means that dragon fruit juice affects the Hb levels of TM III pregnant women. It is hoped that pregnant women in the third trimester can consume dragon fruit juice as an alternative to increase the hemoglobin levels of pregnant women.

Keywords: *Dragon Fruit Juice, Hemoglobin Levels, Third Trimester Pregnant Women*

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan sebuah kondisi Anemia pada kehamilan didefinisikan dengan kadar hemoglobin (Hb) kurang dari 110 g/L. Anemia mempengaruhi 56 juta wanita di seluruh dunia. Dua pertiganya berasal dari Asia.

Lebih dari 80 % negara di dunia, prevalensi anemia pada kehamilan lebih dari 20% dan merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama. Kebutuhan zat besi meningkat pada kehamilan karena kebutuhan janin dan plasenta dan perubahan fisiologis seperti peningkatan

volume darah dan jumlah sel darah merah. Peningkatan kadar ini juga dapat menyebabkan penurunan kadar hemoglobin dan hematokrit, yang mengakibatkan peningkatan prevalensi anemia dan defisiensi besi pada kehamilan. Anemia dan anemia defisiensi besi merupakan komplikasi yang sering terjadi pada kehamilan dengan prevalensi 44-61% di negara berkembang dan 17-31% di Eropa dan Amerika Utara. Anemia ibu, yang ditandai dengan kadar hemoglobin yang rendah selama kehamilan (Mutoharoh et al., 2022)

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2023, menyatakan kematian ibu sangat tinggi. Pada tahun 2020 angka kematian ibu selama dan setelah kehamilan dan persalinan sekitar 287.000. Afrika Sub-Sahara sendiri menyumbang sekitar 70% kematian ibu (202.000), sementara Asia Selatan menyumbang sekitar 16% (47.000). Anemia dan kekurangan energi kronis pada ibu hamil menjadi penyebab utama terjadinya perdarahan dan infeksi yang merupakan faktor kematian utama ibu. Seorang wanita yang mengalami perdarahan setelah melahirkan dapat menderita akibat kekurangan darah yang berat (anemia) berat dan mengalami masalah kesehatan yang berkepanjangan. Penyebab kematian ibu lainnya adalah infeksi (biasanya setelah melahirkan), tekanan darah tinggi selama kehamilan (preeklampsia dan eklampsia), komplikasi dari persalinan aborsi yang tidak aman (WHO, 2023).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO), anemia diperkirakan mempengaruhi setengah miliar wanita usia 15-49 tahun dan 269 juta anak usia 6-59 bulan di seluruh dunia. Pada tahun 2021, 30% (539 juta) ibu tidak hamil mengalami anemia dan 37% (32 juta) ibu hamil usia 15–49 tahun terkena anemia (WHO, 2023).

Berdasarkan data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI), Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia pada tahun 2020 sebanyak 4.627 orang (0,098%), sedangkan pada tahun 2021 mengalami kenaikan menjadi 7.389 orang (0,166%). Angka kematian ibu tertinggi terdapat pada Provinsi Jawa Timur sebanyak 1.279 orang (0,24%) sedangkan angka kematian ibu terendah terdapat pada Provinsi Kalimantan Utara sebanyak 29 orang (0,22%) (Kemenkes RI, 2022).

Prevalensi anemia di Indonesia, menurut data Kementerian Kesehatan Republik

Indonesia (Kemenkes RI) adalah sebesar 32%. Sedangkan prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 48,9%. Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun. Perempuan memiliki resiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini dikarenakan wanita mengalami menstruasi pada setiap bulannya. (Kemenkes RI, 2022)

Angka Kematian Ibu (AKI) di Provinsi Sumatera Selatan, berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan (2022), jumlah kematian ibu tahun 2020 sebanyak 128/100.000 kelahiran hidup sedangkan pada tahun 2021 mengalami peningkatan sebanyak 131/100.000 kelahiran hidup. Jumlah kematian ibu tertinggi terdapat pada Kabupaten Banyuasin sebanyak 20 orang dan angka kematian ibu terendah terdapat pada Kabupaten Ogan Komering Ilir dan Pagar Alam yang masing-masing hanya menyumbang 1 orang. Penyebab kematian ibu sebagian besar disebabkan karena perdarahan sebanyak 40 orang, hipertensi 30 orang, gangguan metabolik sebanyak 4 orang, infeksi 3 orang, sistem peredaran darah 2 orang (Dinkes Prov Sumsel, 2022). Sementara angka kematian ibu di Kabupaten Ogan Komering Ulu (OKU) Timur tahun 2022 sebanyak 8 orang, yang disebabkan karena faktor hipertensi dalam kehamilan sebanyak 5 orang, gangguan metabolik sebanyak 2 orang dan penyebab lainnya 1 orang (Dinkes Prov Sumsel, 2022).

Anemia defisiensi besi pada ibu hamil ialah kondisi dimana jumlah sel darah merah atau kapasitas yang membawa oksigen ≤ 11 gr/dl. Anemia selama kehamilan akan berdampak buruk pada kesehatan ibu dan bayinya hal ini yang melatar belakangi kejadian morbiditas dan mortalitas yaitu akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin saat kehamilan maupun setelahnya yang dapat meningkatkan resiko kelahiran prematur, kematian ibu dan anak, dan penyakit infeksi (Kemenkes, 2020)

Sekitar 95% kasus anemia selama kehamilan adalah karena kekurangan zat besi (anemia defisiensi besi). Penyebabnya biasanya asupan makanan tidak memadai (terutama pada anak perempuan remaja), kehamilan sebelumnya, atau kehilangan normal secara berulang zat besi dalam darah haid (yang mendekati jumlah tertentu, biasanya berlangsung setiap bulan dan dengan demikian

mencegah penyimpanan zat besi (Tusiana et al., 2021).

Jika anemia menjadi parah dan berlangsung lama, maka jumlah darah untuk membawa oksigen menurun, akibatnya, janin tidak bisa mendapatkan cukup oksigen yang dibutuhkan untuk pertumbuhan normal, khususnya pada otak. Ibu hamil yang mengalami anemia berat akan timbul gejala seperti rasa lelah yang berlebihan, nafas tersengal-sengal, nyeri kepala, dan mata berkunang-kunang. Risiko preterm meningkat saat persalinan. Dalam masyarakat yang pola makan sehari-hari sebagian besar dari sumber nabati, adanya penyakit infeksi maupun investasi parasit sangat berperan terhadap anemia besi. Rendahnya kadar zat besi yang terkandung dalam sumber nabati hanya merupakan sebagian dari alasan tingginya angka prevalensi anemia gizi di Indonesia (Soleha et al., 2020)

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 (Anggraini & Yanuar, 2023)

Buah naga merupakan salah satu buah yang dibudidayakan di Indonesia, tanaman buah naga memiliki banyak manfaat, diantaranya buat ibu hamil, ibu hamil memerlukan nutrisi tambahan untuk memfasilitasi pertumbuhan dan perkembangan kehamilannya maupun untuk pemenuhan nutrisi bagi ibu hamilnya sendiri. Buah naga memiliki khasiat untuk Kesehatan manusia, buah naga memiliki kandungan gizi seperti vitamin C, vitamin B1, vitamin B2, vitamin B3, protein dan lain sebagainya. buah naga diantaranya sebagai penyeimbang kadar gula darah, membersihkan darah, menguatkan ginjal, menyehatkan liver, mengurangi kolestrol, mencegah pendarahan, dan sebagai obat keluhan keputihan (Tusiana et al., 2021).

Dalam 100 gram buah naga mengandung nilai gizi 11,5 g karbohidrat, 0,15-0,22 g protein, 0,21-0,61 g lemak, 13- 180 briks kadar gula, 0,2- 0,9 g serat, 0,005-0,01 g karoten, 6,3- 8,8 mg kalsium, 30,2-31,6 mg fosfor, 0,55-0,65 mg besi, 60,4 mg magnesium, vitamin B1, B2,

C dan 82,5-83 g air. Kadar air buah naga tergolong tinggi 90 % sehingga tidak dapat disimpan lama yaitu hanya 7-10 hari pada suhu 140 C (Farika, dkk, 2013). Sedangkan dalam 100 gram buah naga mengandung 0,16 mg zat besi, kebutuhan zat besi untuk ibu hamil perhari sebesar 0,8 mg. Zat besi ini akan diubah menjadi darah merah Sel-sel, sehingga bermanfaat untuk hamil wanita yang cenderung mengalami anemia. Seperti literatur juga mengatakan bahwa buah naga mengandung zat besi dan vitamin dalam jumlah tinggi C yang membantu meningkatkan jumlah hemoglobin Anda secara substansial selama kehamilan. (Soleha et al., 2020)

Hasil penelitian (Mardiana, 2023) yang berjudul Efektivitas Konsumsi Buah Naga dan Fe terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil dengan Anemia menunjukkan bahwa ada peningkatan kadar hemoglobin yang bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan tablet penambah darah dan tambahan buah naga dimana nilai $p = 0,000$. Sedangkan hasil penelitian (Mardiana, 2023) yang berjudul Pengaruh Pemberian Buah Naga Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil di Puskesmas Sindang Jaya Kabupaten Tangerang menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di puskesmas sindang jaya ($p.value = 0,005$).

Survey pendahuluan yang peneliti lakukan pada tanggal 8 Desember 2023 di Puskesmas Burnai Mulya. Dari hasil observasi diketahui jumlah ibu hamil terhitung dari bulan Januari – November 2023 sebanyak 147 ibu hamil terdiri dari TM I (54 orang), TM II (68 orang) dan TM III (25 orang). Hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan terhadap 8 orang ibu hamil dan dilakukan pengukuran kadar Hb didapatkan sebanyak 4 orang dengan kadar Hb < 11 gr% sedangkan 4 orang lainnya memiliki kadar Hb > 11 gr%. Dari 8 ibu hamil ibu hamil mengkonsumsi tablet Fe dan 2 diantaranya ada yang mengkonsumsi buah naga 2x seminggu tetapi belum mengetahui kandungan yang terdapat dalam buah naga serta tidak mengetahui manfaat buah naga untuk meningkatkan hemoglobin ibu hamil. Selama ini responden hanya mengetahui jika rutin mengkonsumsi tablet Fe dapat mencegah anemia pada ibu hamil. Alasan peneliti mengambil penelitian tentang buah naga karena zat besi dan vitamin C yang berperan penting dalam manfaat untuk ibu hamil. Dengan

mengonsumsi buah naga secara teratur, kadar hemoglobin dapat meningkat sehingga ibu hamil tidak akan mengalami kekurangan darah atau anemia

Zat besi sebagai bahan baku sel darah merah, sedangkan vitamin C sebagai membantu mengoptimalkan penyerapan zat besi melalui saluran cerna. Berdasarkan latar belakang diatas, penelitian ini penting untuk dilakukan dengan judul “Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten Oku Timur Sumatera Selatan”.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, menggunakan metode penelitian

eksperimental. Adapun desain penelitian yang digunakan yaitu *One Group Pre-Test dan Post-test Design*. Variabel bebas independen adalah Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III dan variabel dependen adalah Pemberian Jus Buah Naga. Lokasi penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten Oku Timur Sumatera Selatan. Populasi dan sampel adalah semua ibu hamil trimester III yang berkunjung di Puskesmas Burnai Mulya pada bulan Maret - April 2024 sebanyak 25 orang dengan teknik pengambilan sampel *total sampling* Alat ukur penelitian ini menggunakan Hb digital untuk mengukur kadar hemoglobin ibu hamil dan SOP pembuatan Jus buah naga. Jenis data yaitu data menggunakan data primer dan sekunder. Pengolahan data menggunakan *uji Wilcoxon*.

HASIL

1. Karakteristik Responden

Tabel 1
Karakteristik Responden Berdasarkan Umur di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten Oku Timur Sumatera Selatan

No	Umur	Frekuensi	Persentase
1	Resiko rendah	23	92
2	Resiko tinggi	2	8,0
	Jumlah	25	100

Sumber : Hasil pengolahan data SPSS

Tabel 1 menunjukkan bahwa karakteristik responden umur di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten Oku Timur Sumatera Selatan

bahwa dari 25 responden sebagian besar umur resiko rendah sebanyak 23 orang (92%) dan resiko tinggi sebanyak 2 orang (8,0%).

Tabel 2
Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten Oku Timur Sumatera Selatan

No	Paritas	Frekuensi	Persentase
1	Resiko rendah	18	72
2	Resiko tinggi	0	0
3	Belum punya anak	7	28
	Jumlah	25	100

Sumber : Hasil pengolahan data SPSS

Tabel 2 menunjukkan bahwa karakteristik responden paritas di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten Oku Timur Sumatera Selatan

bahwa dari 25 responden paritas sebagian besar paritas 1-2 sebanyak 18 orang (72%) dan belum punya anak sebanyak 7 orang (28%) dan paritas >2 sebanyak 0 orang.

2. Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum Mengonsumsi Jus Buah Naga

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum Mengonsumsi Jus Buah Naga

No	Tingkatan anemia	Frekuensi	Persentase
1	Tidak anemia	11	44,0
2	Anemia ringan	14	56,0
3	Anemia sedang	0	0
4	Anemia berat	0	0
5	Total	25	100

Sumber : Hasil pengolahan data SPSS

Tabel 3 menunjukkan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III sebelum mengonsumsi jus buah naga di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten Oku Timur Sumatera

Selatan bahwa dari 25 responden sebagian besar anemia ringan sebanyak 14 orang (56%) dan tidak anemia sebanyak 11 orang (44%) sedangkan anemia sedang dan berat sebanyak 0 orang (0%).

3. Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III Setelah Mengonsumsi Jus Buah Naga

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Sesudah Mengonsumsi Jus Buah

No	Tingkatan anemia	Frekuensi	Persentase
1	Tidak anemia	16	64,0
2	Anemia ringan	9	36,0
3	Anemia sedang	0	0
4	Anemia berat	0	0
5	Total	25	100

Sumber : Hasil pengolahan data SPSS

Tabel 4 menunjukkan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III setelah mengonsumsi jus buah naga di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten Oku Timur Sumatera

Selatan bahwa dari 25 responden sebagian besar tidak anemia sebanyak 16 orang (64%) dan anemia ringan sebanyak 9 orang (36%) sedangkan anemia sedang dan berat sebanyak 0 orang (0%).

4. Rata-Rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Mengonsumsi Buah Naga

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Rata-Rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Sesudah Mengonsumsi Buah Naga

No	Rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil trimester III	Nilai
1	Sebelum	10,9 gr%
2	Sesudah	11,1 gr%

Sumber : Hasil pengolahan data SPSS

Tabel 5 menunjukkan bahwa rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil trimester III

sebelum yaitu 10,9 gr% dan sesudah 11,1 gr%

5. Uji Normalitas

Tabel 6
Hasil Uji Normalitas

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-Wilk			
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.	df
Pretest	.136	25	.200	.938	25	.130	.136
Posttest	.179	25	.039	.915	25	.040	.179

Berdasarkan tabel 6 diatas menunjukkan bahwa nilai Sig. Kolmogorov-Smirnov dan Shapiro-Wilk $> \alpha$ 0,05 pretest yaitu 0,200 dan 0,136 dan posttest $< \alpha$ 0,05

yaitu 0,039 dan 0,040 maka data tidak terdistribusi normal sehingga menggunakan uji Wilcoxon

6. Perbedaan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Setelah Mengkonsumsi Jus Buah Naga

Tabel 7
Perbedaan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Setelah Mengkonsumsi Jus Buah Naga

	N	Mean	Std. Deviation	Minimum	Maximum	Sig. (2-tailed)
Pretest	25	10.936	.5801	9.9	11.9	0,000
Posttest	25	11.172	.5697	10.1	12.0	

Berdasarkan hasil uji wilcoxon menunjukkan nilai pvalue $0,000 < \alpha = 0,05$ yang artinya ada perbedaan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III setelah mengkonsumsi jus buah naga bahwa

nilai rata-rata pretest 10,936 dan nilai rata-rata posttest 11,172 sehingga jus buah naga dapat mempengaruhi peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III.

PEMBAHASAN

1. Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum Mengkonsumsi Jus Buah Naga

Tabel 3 menunjukkan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III sebelum mengkonsumsi jus buah naga di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten Oku Timur Sumatera Selatan bahwa dari 25 responden sebagian besar anemia ringan sebanyak 14 orang (56%) dan tidak anemia sebanyak 11 orang (44%).

Pada hasil penelitian ini sebagian besar anemia ringan sebanyak 14 orang (56%), hal ini disebabkan karena kebutuhan zat besi meningkat pada kehamilan karena kebutuhan janin dan plasenta dan perubahan fisiologis seperti peningkatan volume darah dan jumlah sel darah merah. Peningkatan kadar ini juga dapat menyebabkan penurunan kadar hemoglobin dan hematokrit, yang mengakibatkan peningkatan prevalensi anemia dan defisiensi besi pada kehamilan.

Anemia atau sering disebut kurang darah adalah keadaan di mana sel darah merah kurang dari normal, dan biasanya yang digunakan sebagai dasar adalah kadar Hemoglobin (Hb). WHO menetapkan kejadian anemia ibu hamil berkisar antara 20% dengan menentukan Hb 11 gr% sebagai dasarnya. Anemia kehamilan adalah anemia karena kekurangan zat besi (Sari et al., 2022)

Dampak anemia pada ibu hamil sangat berbahaya bagi ibu dan janinnya. Dampak anemia pada ibu hamil adalah abortus, persalinan prematur, hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim, rentan terkena infeksi, perdarahan antepartum, ketuban pecah dini, saat persalinan dapat mengakibatkan gangguan His, kala pertama dalam persalinan dapat berlangsung lama dan terjadi partus terlantar, pada kala nifas terjadi subinvolusi uteri yang menimbulkan perdarahan postpartum, memudahkan infeksi puerperium, serta berkurangnya produksi ASI (Pratiwi, 2019).

Penelitian ini sejalan dengan Suhartini (2021) bahwa kadar hemoglobin sebelum diberikan buah naga yaitu normal dan anemia berat sebanyak 0 orang (0%), anemia ringan sebanyak 10 orang (66,7%) dan anemia sedang sebanyak 5 orang (3,3%) (Suhartini & Susan Mutia, 2021)

Penelitian yang dilakukan oleh Willy Astriana (2023) bahwa distribusi frekuensi sebelum diberikan jus buah naga yaitu normal dan anemia berat sebanyak 0 orang, anemia ringan 12 orang (80%) dan anemia sedang sebanyak 3 orang (20%) (Astriana et al., 2023)

Berdasarkan hasil penelitian diatas, kadar kadar hemoglobin ibu hamil mengalami penurunan akibat dari proses hemodilusi, sehingga ibu hamil membutuhkan asupan zat besi yang membantu untuk meningkatkan kadar haemoglobin ibu. Dengan mengkonsumsi zat besi dapat membantu peningkatan kadar Hb, dimana dengan kadar hb yang meningkat akan meningkatkan kualitas kehamilan ibu. Ibu tidak mudah lelah, dan dapat menghindari resiko perdarahan pada saat persalinan.

2. Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III Setelah Mengonsumsi Jus Buah Naga

Tabel 4 menunjukkan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III setelah mengonsumsi jus buah naga di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten Oku Timur Sumatera Selatan bahwa dari 25 responden sebagian besar tidak anemia sebanyak 16 orang (64%) dan anemia ringan sebanyak 9 orang (36%).

Pada penelitian ini sebagian besar ibu sebagian besar anemia ringan sebanyak 14 orang (56%) hal ini disebabkan karena peningkatan volume plasma (yang memuncak pada 2 minggu kehamilan dan terus meningkat hingga 37 minggu kehamilan) terkait erat dengan penurunan relatif konsentrasi hemoglobin selain pertumbuhan janin, yang membutuhkan zat besi dan folat, membuat wanita hamil lebih rentan atau yang berisiko tinggi menderita kemiskinan. Meskipun penyerapan zat besi meningkat selama kehamilan dan suplemen zat besi telah diberikan, wanita dengan simpanan zat besi yang rendah biasanya masih tidak dapat memenuhi kebutuhan zat besinya, sehingga menyebabkan anemia.

Buah naga mengandung zat besi yang bermanfaat untuk menambah sel darah, vitamin B1 yang berguna untuk mencegah demam pada tubuh, vitamin B2 yang bermanfaat untuk meningkatkan selera makan, dan vitamin B3 yang bermanfaat untuk menurunkan kadar kolesterol dalam darah. Menurut hasil penelitian sebelumnya, mengonsumsi buah naga bisa membantu menambah jumlah zat besi dalam darah, kalsium, magnesium dan zat besi serta serat. Buah naga adalah salah satu sumber kalsium dan zat besi yang tinggi, dan bermanfaat bagi tulang dan darah dengan memenuhi 8 persen dari nilai harian. Kalsium juga diperlukan oleh ibu hamil untuk meningkatkan fungsi otot dan transmisi syaraf. Sementara zat besi dibutuhkan untuk membawa oksigen keseluruh tubuh. Vitamin C di dalam buah naga berperan dalam meningkatkan fungsi penyerapan zat besi (Suryana, 2018)

Penelitian ini sejalan dengan Suhartini (2021) bahwa kadar hemoglobin sebelum diberikan buah naga yaitu normal sebanyak 10 orang (66,7%) dan anemia ringan sebanyak 5 orang (33,3%) (Suhartini & Susan Mutia, 2021)

Penelitian yang dilakukan oleh Willy Astriana (2023) bahwa distribusi frekuensi setelah diberikan jus buah naga yaitu normal sebanyak 10 orang (66,7%) dan anemia ringan 3 orang (33,3%) (Astriana et al., 2023)

Berdasarkan penelitian diatas, buah naga mengandung zat besi dan vitamin C yang berperan penting dalam manfaat untuk ibu hamil. Dengan mengonsumsi buah naga secara teratur, kadar hemoglobin dapat meningkat sehingga ibu hamil takkan mengalami kekurangan darah atau anemia. Zat besi sebagai bahan baku sel darah merah, sedangkan vitamin C sebagai membantu mengoptimalkan penyerapan zat besi melalui saluran cerna.

3. Perbedaan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum dan Setelah Mengonsumsi Jus Buah Naga

Berdasarkan hasil uji wilcoxon menunjukkan nilai p value $0,000 < \alpha = 0,05$ yang artinya ada perbedaan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III setelah mengonsumsi jus buah naga bahwa nilai rata-rata pretest 10,936 dan

nilai rata-rata posttest 11,172 sehingga jus buah naga dapat mempengaruhi peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III.

Anemia merupakan keadaan dimana masa eritrosit dan atau masa Hb yang beredar tidak dapat memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh. Penurunan Hb dapat menyebabkan keadaan lesu, cepat lelah, palpitasi, takikardi, sesak nafas, angina pectoris. Selama kehamilan, jika terjadi anemia akan menimbulkan berbagai dampak pada ibu hamil, di antaranya adalah kelahiran prematur, kelahiran dengan seksio caesarea, perdarahan dan kejadian infeksi pada bayi di minggu pertama kehidupannya (Mutoharoh et al., 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. 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 (Anggraini & Yanuar, 2023)

Buah naga berpengaruh dalam meningkatkan kadar Hb karena buah naga memiliki kandungan gizi, diantaranya, asam folat, riboflavin, vitamin B12, vitamin A, dan vitamin C yang dapat membantu tubuh menyerap zat besi secara optimal. Ketika zat besi terserap secara optimal otomatis produksi haemoglobin juga berjalan dengan lancar dan adanya kepatuhan ibu hamil yang mengkonsumsi jus buah naga yang diberikan peneliti selama 14 hari (Tusiana et al., 2021)

Buah naga memiliki kandungan fe yang cukup tinggi yaitu 60,4 mg hingga efektif untuk meningkatkan kadar HB pada ibu hamil dan sekaligus memiliki kandungan vitamin c yang juga cukup tinggi yaitu 9,4 gr yang juga bermanfaat dalam penyerapan Fe itu sendiri didalam tubuh yang pada akhirnya dapat meningkatkan kadar HB ibu hamil sebanyak 1.82 gr% jika dikonsumsi sebanyak 250 gram per hari selama 14 hari. Oleh karena itu perlu diketahui tentang

anemia dan pencegahan serta cara mengatasinya salah satunya dengan mengkonsumsi jus buah naga. (Ardiani et al., 2023)

Buah naga mengandung zat besi yang bermanfaat untuk menambah sel darah, vitamin B1 yang berguna untuk mencegah demam pada tubuh, vitamin B2 yang bermanfaat untuk meningkatkan selera makan, dan vitamin B3 yang bermanfaat untuk menurunkan kadar kolesterol dalam darah. Dengan mengonsumsi buah naga bisa membantu menambah jumlah zat besi dalam darah kalsium, magnesium dan zat besi serta serat. Buah naga adalah salah satu sumber kalsium dan zat besi yang tinggi, dan bermanfaat bagi tulang dan darah dengan memenuhi 8 persen dari nilai harian. Kalsium juga diperlukan oleh ibu hamil untuk meningkatkan fungsi otot dan transmisi syaraf. Sementara zat besi dibutuhkan untuk membawa oksigen ke seluruh tubuh. Vitamin C di dalam buah naga berperang dalam meningkatkan fungsi penyerapan zat besi (Mutoharoh et al., 2022)

Buah naga yang diberikan dalam bentuk olahan agar-agar maupun jus efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia. Intervensi yang diberikan dalam bentuk olahan agar-agar dan jus sangat membantu proses absorpsi karena penyerapannya lebih cepat. Mengonsumsi buah dalam bentuk olahan jus atau dihaluskan, proses absorpsi yang dilakukan oleh sistem pencernaan akan lebih cepat yaitu sekitar 20 menit. Sebaliknya buah yang dikonsumsi secara langsung tanpa dijus atau dihaluskan proses absorpsinya membutuhkan waktu yang cukup lama yaitu sekitar 18 jam (Mutoharoh et al., 2022)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Yesika Tusiana (2021) bahwa ada pengaruh jus naga merah terhadap kadar haemoglobin pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja UPT Puskesmas Tri Karya Mulya tahun 2022 dengan nilai p-value = 0,000

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Mardiana, 2023) yang berjudul Pengaruh Pemberian Buah Naga Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil di Puskesmas Sindang Jaya

Kabupaten Tangerang. Hasil penelitian didapatkan ada pengaruh pemberian buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di puskesmas sindang jaya (p.value = 0,005).

Penelitian yang dilakukan oleh Melly Ani (2022) bahwa bahwa nilai kadar Hb pada perlakuan 9,8gr/dL menjadi 11,9gr/dL, pada kelompok kontrol 10gr/dL menjadi 10,4gr/dL. Ada pengaruh pada pemberian jus buah naga terhadap kadar Hb sebelum dan sesudah pada kelompok perlakuan dan kontrol. Ada perbedaan pada

kelompok perlakuan dan control yang mendapatkan nilai yang sama yaitu $p=0,000 (<0,05)$ (Mellyani et al., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa buah naga merupakan salah satu terapi non farmakologi yang mengandung zat besi yang cukup tinggi dibandingkan dengan buah lain dan bisa membantu menambah jumlah zat besi dalam darah kalsium, magnesium dan zat besi serta serat untuk menaikkan kadar haemoglobin pada ibu hamil.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III sebelum mengkonsumsi jus buah naga di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten Oku Timur Sumatera Selatan bahwa dari 25 responden sebagian besar anemia ringan sebanyak 14 orang (56%), kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III sesudah mengkonsumsi jus buah naga di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten

Oku Timur Sumatera Selatan bahwa dari 25 responden sebagian besar tidak anemia sebanyak 16 orang (64%), ada perbedaan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III sebelum 10,936 dan 11,172 sesudah mengkonsumsi jus buah naga di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Burnai Mulya Kabupaten Oku Timur Sumatera Selatan. dengan nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ yang artinya jus buah naga dapat mempengaruhi peningkatan kadar Hb ibu hamil

Saran

Diharapkan bagi ibu hamil trimester III agar jus buah naga dijadikan alternatif untuk menaikkan kadar haemoglobin pada ibu hamil trimester III.

DAFTAR PUSTAKA

- Agung, A. A. P., & Yuesti, A. (2018). *Metodelogi Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif*. AB Publisher.
- Ahyar, Hardani, and D. (2020). *Buku Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. CV. Pustaka Ilmu.
- Anggraini, L., & Yanuar, T. (2023). *Hubungan pemberian jus buah naga pada peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada trimester iii di puskesmas cempaka putih jakarta pusat*.
- Anggreni, D. (2022). *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. STIKES Majapahit Mojokerto.
- Ardiani, Y., Andriani, D., Oktri Cahyani, M., III Kebidanan, P. D., Mohammad Natsir Bukittinggi, U., Jus Buah Naga, P., & Hamil, I. (2023). *Pemberian Jus Buah Naga Untuk Meningkatkan Kadar Hb Pada Ibu Hamil*. *ALtafani: Jurnal Abdimas*, 1(1), 6–11.
- Astriana, W., Eni Folendra Rosa, & Puspitasari, Y. (2023). *Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil*. *Lentera Perawat*, 4(1), 62–65. <https://doi.org/10.52235/lp.v4i1.200>
- Dinkes Prov Sumsel. (2022). *Profil Kesehatan Provinsi Sumatera Selatan. Profil Kesehatan Provinsi Sumsel 2021*, 259.
- Fatimah. (2018). *Buku ajar asuhan kebidanan kehamilan*. Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Hatijar. (2020). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Cv. Cahaya Bintang Cemerlang.
- I Made Sudarma Adiputra. (2021). *Metodologi penelitian kesehatan*. Yayasan kita

- menulis.
- Irmawanti, & Rosdianah. (2020). Buku Ajar Sari Kurma Dapat Meningkatkan Hemoglobin Ibu Hamil. In *Cahaya Binta Cemerlang*.
- Kemendes, R. (2020). Anemia Dalam Kehamilan. *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*, 4(1), 18–33.
- Kemendes RI. (2022). Profil Kesehatan Indonesia 2021. In *Pusdatin.Kemendes.Go.Id*.
- Mardiana. (2023). Efektivitas Konsumsi Buah Naga dan Fe terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil dengan Anemia. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 3(3).
- Marpaung, S. A. S. (2022). Efektivitas pemberian jus buah naga dan tablet fe terhadap kadar hb pada ibu hamil trimester iii di wilayah puskesmas tanjung samak.
- Mellyani, Rukmaini, & Mutiarami Dahlan, F. (2022). Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III The Effect of Administration of Dragon Fruit Juice on Haemoglobin Levels Among Trimester Iii Pregnant Women. *Jurnal Kebidanan*, 11(2), 155–163.
- Mutoharoh, S., Rahmadhani, W., Putri, A., & Dewi, S. (2022). Red Dragon Fruit Juice to Increase Hemoglobin Levels in Pregnant Women with Anemia. *Prosiding 16th Urecol: Seri MIPA Dan Kesehatan*, 1558–1563.
- Notoatmodjo. (2018a). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT Asdi Mahasatya.
- Notoatmodjo, S. (2018b). *Metodologi Penelitian*. Salemba Medika.
- Notoatmodjo, S. (2018c). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Salemba Medika.
- Pratiwi, A. M. (2019). *Patologi Kehamilan Memahami Berbagai Penyakit & Komplikasi Kehamilan*. Pustaka Baru Press.
- Proverawati, A. (2019). *Ilmu Gizi Untuk Keperawatan Gizi Kesehatan*. Nuha Medika.
- Rahmawati, M. A., Supriyana, & Djamil, M. (2019). Potential Effect of Pitaya Fruit Juice (Hylocereus Polyrhizus) As an Anti-anemic Agent for Postpartum Anemia. *Indonesian Journal of Medicine*, 4(4), 293–299.
<https://doi.org/10.26911/theijmed.2019.04.04.01>
- Ritonga, E. A. W. (2022). Pengaruh pemberian kombinasi jus buah naga merah (hylocereus polyrhizus) dan bubuk daun kelor (moringa oleifera) terhadap kadar hemoglobin remaja putri di wilayah kerja puskesmas basuki rahmad kota bengkulu. *גאגא, 8.5.2017*, 2003–2005.
- Roflin. (2021). *Populasi, sampel, variabel dalam penelitian kedokteran*. NEM.
- Sari, S. I. P., Harahap, J. R., & Helina, S. (2022). *Anemia Kehamilan*.
- Soleha, N., Astriana, A., & Amirus, K. (2020). Pemberian Jus Buah Naga Mempengaruhi Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(3), 355–341.
<https://doi.org/10.33024/jkm.v6i3.1739>
- Suhartini, & Susan Mutia, J. (2021). Pengaruh Pemberian Buah Naga Terhadap Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Flora*, 14(2), 49–59.
- Sumargo. (2020). *Teknik sampling*. Jakarta timur : UNJ Press.
- Suryana. (2018). *Manfaat Buah Naga*. Dayat Suryana Independent.
- Tusiana, Y., Febriyanti, H., Komalasari, & Andika, T. H. (2021). Pengaruh Jus Naga Merah Terhadap Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Upt Puskesmas Tri Karya Mulya Kabupaten Mesuji. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH) Universitas Aisyah Pringsewu*, 2(2), 99–108.
- Walyani, E. S. (2018). *Asuhan Kebidanan Persalinan dan Bayi Baru Lahir*. Pustaka Baru Press.
- WHO. (2023). *Maternal mortality. February*.
- Wibowo, N., Irwinda, R., & Hiksas, R. (2021). *Anemia Defisiensi Besi Pada Kehamilan*. Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
- Yulizawati. (2021). *Continuity of Care*. Indomedia Pustaka.