



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 2 Tahun 2024 Page 2839-2851

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Asuhan Pengaruh Pemberian Jus Buah Alpukat Dan Jus Buah Naga Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Anemia Ringan Trimester III di PMB Novita Tahun 2023

Novita^{1✉}, Madinah Munawaroh², Ratna Wulandari³

Prodi Profesi Bidan Fakultas Vokasi Universitas Indonesia Maju

Email: novita253z@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Anemia pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi sebanyak 48,9%. Anemia sendiri dapat dicegah dengan mengkonsumsi makanan bergizi salah satunya dengan buah naga. Buah naga merah mengandung kalium dan flavonoid yang tinggi sehingga dapat menurunkan tekanan darah. Tujuan penelitian ini untuk memberikan asuhan kebidanan dan untuk mengetahui bagaimana Pengaruh Pemberian Jus Buah Alpukat Dan Jus Buah Naga Terhadap Peningkatan Kadar HB Pada Ibu Hamil Anemia Ringan Trimester III Di PMB Novita Tahun 2023. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil penelitian ini Ada peningkatan kadar Hb pada ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian jus buah Alpukat dan tablet Fe dengan peningkatan dari 10,1 gr%, 10,7 gr% dan 11,2 gr% jadi ada peningkatan sebanyak 0,6 gr%. Ada peningkatan kadar Hb pada ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian jus buah naga dan tablet Fe dengan peningkatan dari 10,4, 10,7 gr%, gr% ke 11,1 gr% jadi ada peningkatan sebanyak 0,3 gr%. Kesimpulannya bahwa ada pengaruh pemberian jus buah naga dan jus buah alpukat terhadap kadar hemoglobin (HB) Ibu Hamil. Saran untuk ibu hamil untuk memerikasan kehamilannya dari trimester I sehingga cepat diketahui masalah pada kehamilannya.

Kata Kunci : *Buah Naga, Buah Alpukat, Tablet Fe*

Abstract

Anemia in pregnant women in Indonesia is still relatively high at 48.9%. Anemia itself can be prevented by consuming nutritious foods, one of which is dragon fruit. Red dragon fruit contains high levels of potassium and flavonoids so it can lower blood pressure. The aim of this research is to provide midwifery care and to find out the effect of giving avocado juice and dragon fruit juice on increasing HB levels in mild anemic pregnant women in the third trimester at PMB Novita in 2023. This research uses qualitative methods with a case study approach. The results of this study showed an increase in Hb levels in pregnant women before and after giving avocado juice and Fe tablets with an increase of 10.1 gr%, 10.7 gr% and 11.2 gr%, so there was an increase of 0.6 gr%. There was an increase in Hb levels in pregnant women before and after giving dragon fruit juice and Fe tablets with an increase from 10.4, 10.7 gr%, gr% to 11.1 gr% so there was an increase of 0.3 gr%. The conclusion is that there is an effect of giving dragon fruit juice and avocado juice on the hemoglobin (HB) levels of pregnant women. Advice for pregnant women to check their pregnancy from the first trimester so that problems with their pregnancy can be quickly identified.

Keyword: *Naga fruit*, *Alpukat fruit*, *Tablet fe*

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu kondisi alam yang unik karena meskipun bukan suatu penyakit, namun seringkali menimbulkan komplikasi akibat berbagai perubahan anatomi dan fisiologis tubuh ibu. Salah satu perubahan fisiologis yang terjadi adalah perubahan hemodinamik. Selain itu, darah terdiri dari cairan dan sel darah yang dapat menyebabkan komplikasi hemoragik dan trombotik jika terjadi ketidakseimbangan antara faktor pembekuan dan hemostatik.

Menurut WHO, pada tahun 2018, 99% kematian ibu terjadi di negara berkembang yaitu sebesar 239/100.000 kelahiran hidup, sedangkan angka kematian ibu di negara maju sebesar 12/100.000 kelahiran hidup. Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019, AKI mengalami penurunan antara tahun 1991 dan 2015 dari 390 menjadi 305 per 100.000 KH. Berdasarkan SDKI 2018, AKI di Indonesia mencapai 305 per 100.000 nasabah dan AKB mencapai 24 per 1.000 nasabah.

WHO melaporkan bahwa prevalensi ibu-ibu hamil di seluruh dunia yang mengalami anemia sebesar 41,8%. Prevalensi di antara ibu hamil bervariasi dari 31% di Amerika Selatan hingga 64% di Asia bagian selatan. Gabungan Asia selatan dan Tenggara turut menyumbang hingga 58% total penduduk yang mengalami anemia di negara berkembang. Di Amerika Utara, Eropa dan Australia jarang di jumpai anemia karena defisiensi zat besi selama kehamilan. Bahkan di AS hanya terdapat sekitar 5% anak kecil dan 5-10% wanita dalam usia produktif yang menderita anemia karena defisiensi zat besi.

Di Indonesia angka anemia pada ibu hamil masih cukup tinggi. Berdasarkan hasil data Riskesdas 2018, presentase anemia pada ibu hamil yang mengalami peningkatan selama 5 tahun terakhir yaitu dari tahun 2013 sampai tahun 2018. Pada Riskesdas tahun 2013 sebesar 37,15% sedangkan hasil Riskesdas 2018 telah mencapai 48,9% sehingga dapat disimpulkan selama 5 tahun terakhir masalah anemia pada ibu hamil telah meningkat sebesar 11,8%. Dari data tahun 2018, jumlah ibu hamil yang mengalami anemia paling banyak pada usia 15-24 tahun sebesar 84,6%, usia 25-34 tahun sebesar 33,7%, usia 35-44 tahun sebesar 33,6%, dan usia 45-54 tahun sebesar 24%. Prevalensi anemia dan risiko kurang energi kronis pada perempuan usia subur sangat mempengaruhi kondisi kesehatan anak pada saat dilahirkan termasuk berpotensi terjadinya berat badan lahir rendah.

Data Dinas Kesehatan Bangka Selatan anemia pada ibu hamil pada tahun 2020 terdapat 471 ibu hamil dari 2575 ibu hamil dan pada tahun 2021 terdapat 588 orang mengalami anemia pada ibu hamil dari 2734 ibu hamil. Sedangkan pada tahun 2022, 281 dari 602 ibu hamil mengalami anemia. Data Puskesmas Simpang Rimba, berdasarkan rekam medis Poliklinik Pelayanan Kesehatan Ibu dan Anak Simpang Rimba pada tahun 2020, dari 569 ibu hamil terdapat 103 ibu hamil yang mengalami anemia, pada tahun 2021 terdapat 112 ibu hamil yang mengalami anemia. perempuan dari 581 ibu hamil dan pada tahun 2022, 136 dari 633 ibu hamil mengalami anemia.

Anemia pada kehamilan adalah suatu keadaan dimana ibu mempunyai konsentrasi hemoglobin (Hb) < 11 gr% pada kehamilan 1 dan 3 bulan terakhir, sedangkan pada trimester kedua konsentrasi hemoglobin (Hb) < 10,5 gr%. Anemia pada kehamilan dikenal sebagai "potensi bahaya bagi ibu dan anak", oleh karena itu anemia memerlukan perhatian khusus dari seluruh pemangku kepentingan pelayanan kesehatan.

Penyebab paling umum dari anemia adalah kekurangan zat besi, penyebab lainnya adalah infeksi, kekurangan folat, dan kekurangan vitamin B12. Selain kekurangan zat besi, akar penyebab anemia antara lain kerusakan dini sel darah merah dalam tubuh (hemolisis), kehilangan atau pendarahan darah kronis, dan produksi sel darah merah yang kurang optimal, pola makan yang buruk, misalnya berkurangnya penyerapan zat besi. protein dan zat besi. melalui usus, eritropoiesis terganggu oleh sumsum tulang belakang.

Anemia pada ibu hamil perlu dideteksi sedini mungkin dan mendapatkan pengobatan yang tepat. Anemia sangat berbahaya bagi janin karena dapat menurunkan kemampuan metabolisme tubuh sehingga mengganggu tumbuh kembang janin dalam kandungan. Akibat anemia dapat timbul permasalahan seperti keguguran, kematian intrauterin, prematuritas tinggi, berat badan lahir rendah, anemia pada bayi lahir, cacat lahir, anak rentan terhadap penyakit menular, dan kematian perinatal, kelahiran dan kecerdasan yang

rendah.

Pengendalian anemia dapat dilakukan dengan memberikan alternatif lain seperti mengkonsumsi suplemen darah, memperbaiki gizi ibu, mengkonsumsi makanan kaya zat besi yang dapat membantu meningkatkan kadar unsur hemoglobin. Beberapa contoh makanan yang dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin ibu antara lain bayam hijau, daun singkong, kacang-kacangan, ikan dan buah-buahan seperti pisang ambon, serta jus kurma. Namun selain dari suplemen obat, suplemen zat besi dan asam folat juga bisa diperoleh dari makanan, misalnya: buah alpukat, sayur mayur, ayam, daging sapi, domba, jeroan, kedelai, kacang hijau, kacang almond, gandum, biji ketumbar, daun bayam, ikan tuna, hasil fermentasi seperti tahu, tempe dan lain-lain.

Hasil penelitian terdahulu yang memperkuat dapat dilihat pada penelitian Soleha (2020) dengan judul minum jus buah naga mempengaruhi konsentrasi hemoglobin pada ibu hamil menunjukkan rerata kadar Hb sebelum minum jus buah naga adalah 9,761 dan standar deviasi 0,5304. Penelitian Puspita (2019) berjudul pengaruh buah naga dalam meningkatkan konsentrasi hemoglobin pada ibu hamil di Puskesmas Sindang Jaya menunjukkan hasil pra intervensi dengan nilai konsentrasi kadar Hb minimal 9,0 mg/dl dan nilai maksimal 9,0 mg/dl. 10,8 mg/dl dengan rerata kadar Hb 10.030 mg/dl.

Alpukat merupakan buah yang kaya akan vitamin A. Vitamin A berperan dalam pembentukan sel darah merah dan berhubungan dengan sintesis protein sehingga mempengaruhi perkembangan sel tulang. Sumsum tulang adalah tempat pembentukan sel darah merah. Pengobatan mahasiswa analis kesehatan yang menderita anemia dapat dilakukan dengan pemberian jus alpukat dan peningkatan kualitas makanan setiap hari. Pemberian jus alpukat kepada responden yang menyelesaikan pre-test dan post-test dalam waktu 7 hari dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin karena alpukat kaya akan zat besi dan tembaga yang bermanfaat bagi penderita anemia.

Berdasarkan data yang dihimpun di PMB Novita, pada tahun 2020 terdapat 106 ibu hamil yang mengalami anemia. Pada tahun 2021, terdapat 174 remaja yang mengalami anemia. Pada tahun 2022, terdapat 196 remaja yang mengalami anemia.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan ialah dengan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelitian studi kasus secara sederhana diartikan sebagai proses penyelidikan atau pemeriksaan secara mendalam, terperinci dan detail pada suatu peristiwa tertentu atau khusus yang terjadi. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini ialah ibu hamil trimester III yang mengalami anemia ringan di PMB Novita. Sampel yang digunakan

ialah sebanyak 2 responden dengan kriteria inklusi ibu hamil trimester III yang mengalami anemia dan melakukan pemeriksaan kehamilan di PMB Novita serta bersedia menjadi responden penelitian.

Metode pengumpulan data dilakukan secara langsung dengan prosedur pemeriksaan hemoglobin responden menggunakan alat hemoglobin *family dr*. Penelitian dilakukan selama 14 hari dengan pemberian intervensi yang berbeda pada kedua responden, yakni responden 1 diberikan intervensi jus buah alpukat sedangkan responden 2 diberikan intervensi jus buah naga. Pemantauan kenaikan kadar hemoglobin dilakukan sebanyak 2x pada kunjungan ke-2 (hari ke-7) dan kunjungan ke-3 (hari ke-14). Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin dicatat dalam lembar observasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Studi Kasus Kebidanan

a. Responden 1 (Intervensi Jus Buah Alpukat)

Data subjektif yang diperoleh berdasarkan anamnesa dengan klien diketahui bahwa Ny. R (responden 1) merupakan seorang ibu berusia 30 tahun, memiliki pendidikan terakhir SMA, dan bekerja sebagai ibu rumah tangga. Ny. R memiliki suami bernama Tn. K berusia 36 tahun, memiliki pendidikan terakhir SMA, dan bekerja sebagai buruh. Ny. R dan Tn. K berdomisili di wilayah Kecamatan Simpang Rimba. Ny. R datang ke PMB dengan keluhan sering pusing dan mudah lelah.

Data objektif yang diperoleh berdasarkan pemeriksaan fisik dan penunjang diketahui bahwa keadaan umum baik dan kesadaran composmentis. Pemeriksaan tanda-tanda vital dalam batas normal, tekanan darah 120/70 mmHg, suhu 36°C, denyut nadi 80x/menit, dan pernapasan 20x/menit. Hasil pemeriksaan antropometri diperoleh tinggi badan 159, berat badan 60 kg dengan kenaikan berat badan selama hamil sebanyak 5 kg. Hasil pemeriksaan sistematis diketahui bahwa muka tampak pucat dengan konjungtiva anemis. Pemeriksaan sistematis lainnya dalam batas normal. Pemeriksaan khusus obstetri diperoleh TFU 32 cm dengan presentasi kepala dan penurunan 5/5. Detak jantung janin 146x/menit dan taksiran berat janin 2945 gram. Hasil pemeriksaan penunjang dengan menggunakan alat *family dr* diperoleh kadar hemoglobin 10,1 gr/dL.

Analisis data yang ditegaskan berdasarkan pengkajian data subjektif dan

data objektif ialah Ny. R usia 30 tahun G₁P₀A₀ hamil 37 minggu dengan anemia ringan janin tunggal hidup intra uterine. Diagnosa potensial yang mungkin terjadi pada kasus Ny. R ialah terjadinya anemia berat dan perdarahan saat persalinan. Adapun kebutuhan Ny. R ialah edukasi terkait pola pemenuhan nutrisi serta pemberian intervensi untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

Penatalaksanaan asuhan yang diberikan adalah dengan menjelaskan mengenai kondisi dan kejadian anemia. Memberikan edukasi kepada Ny. R terkait pemenuhan nutrisi yang baik selama hamil, termasuk makanan apa saja yang dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin. Memberikan terapi farmakologi dengan konsumsi tablet Fe 1x sehari. Memberi intervensi jus buah alpukat untuk membantu memperbaiki Hb dengan cara siapkan terlebih dahulu:

- 2 buah alpukat yang sudah matang dan es batu
- 80 ml gula cair, air matang secukupnya
- 2 sachet susu kental manis putih, 1 sachet susu kental manis coklat

Cara membuat jus alpukat:

- Siapkan gelas untuk menyajikan jus alpukat
- Ambil buah alpukat lalu dibelah menjadi dua bagian
- Buang biji alpukat dan ambil dagingnya dengan cara dikerok dengan sendok lalu masukkan kedalam blender
- Tambahkan kental manis putih dan gula yang sudah dicairkan
- Blender buah alpukat dengan kecepatan sedang hingga halus
- Kucuri gelas dengan kental manis coklat pada bagian pinggirnya
- Masukkan es batu kedalam gelas lalu tuang jus alpukat

b. Responden 2 (Intervensi Jus Buah Naga)

Data subjektif yang diperoleh berdasarkan anamnesa dengan klien diketahui bahwa Ny. G (responden 2) merupakan seorang ibu berusia 35 tahun, memiliki pendidikan terakhir SMK, dan bekerja sebagai ibu rumah tangga. Ny. G memiliki suami bernama Tn. S berusia 38 tahun, memiliki pendidikan terakhir SMA, dan bekerja sebagai buruh. Ny. G dan Tn. S berdomisili di wilayah Kecamatan Simpang Rimba. Ny. G datang ke PMB dengan keluhan merasa pusing dan lemas sejak 2 minggu terakhir.

Data objektif yang diperoleh berdasarkan pemeriksaan fisik dan penunjang diketahui bahwa keadaan umum baik dan kesadaran composmentis. Pemeriksaan tanda-tanda vital dalam batas normal, tekanan darah 120/70 mmHg, suhu 36,5°C, denyut nadi 79x/menit, dan pernapasan 22x/menit. Hasil

pemeriksaan antropometri diperoleh tinggi badan 155, berat badan 67 kg dengan kenaikan berat badan selama hamil sebanyak 13 kg. Hasil pemeriksaan sistematis diketahui bahwa muka tampak pucat dengan konjungtiva anemis. Pemeriksaan sistematis lainnya dalam batas normal. Pemeriksaan khusus obstetri diperoleh TFU 31 cm dengan presentasi kepala dan penurunan 4/5. Detak jantung janin 149x/menit dan taksiran berat janin 3100 gram. Hasil pemeriksaan penunjang dengan menggunakan alat family dr diperoleh kadar hemoglobin 10,4 gr/dL.

Analisis data yang ditegaskan berdasarkan pengkajian data subjektif dan data objektif ialah Ny. G usia 35 tahun G₂P₁A₀ hamil 38 minggu dengan anemia ringan janin tunggal hidup intra uterine. Diagnosa potensial yang mungkin terjadi pada kasus Ny. R ialah terjadinya anemia berat dan perdarahan saat persalinan. Adapun kebutuhan Ny. G ialah edukasi terkait pola pemenuhan nutrisi serta pemberian intervensi untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

Penatalaksanaan asuhan yang diberikan adalah dengan menjelaskan mengenai kondisi dan kejadian anemia. Memberikan edukasi kepada Ny. G terkait pemenuhan nutrisi yang baik selama hamil, termasuk makanan apa saja yang dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin. Melakukan asuhan kebidanan yaitu melakukan intervensi pemberian jus buah naga untuk membantu memperbaiki Hb dengan cara siapkan terlebih dahulu:

- Buah naga 100 gr dan es batu
- 80 ml gula cair
- 300 cc air matang

Cara membuat buah naga:

- Siapkan gelas untuk menyajikan jus buah naga
- Pisahkan buah naga dari kulitnya
- Masukkan air 300 cc ke dalam blender
- Kemudian masukkan buah naga sebanyak 100 gr ke dalam blender
- Blender buah naga dengan kecepatan sedang hingga halus
- Masukkan es batu ke dalam gelas lalu tuang jus alpukat

2. Perbandingan Hasil Asuhan

Tabel 4.1 Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan antara Kasus 1 Pemberian Tablet Fe dan Jus Buah Alpukat dengan Kasus 2 Pemberian Tablet Fe dan Jus Buah Naga di PMB

Novita

Responden	Hasil Asuhan Kebidanan		
	Pretest	Intervensi 7 Hari	Intervensi 14 Hari
1	10,1 gr/dL	10,7 gr/dL	11,2 gr/dL
2	10,4 gr/dL	10,7 gr/dL	11,1 gr/dL

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui jika pada kunjungan awal kedatangan responden ke PMB Novita didapatkan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin menggunakan alat *family dr* menunjukkan bahwa kedua responden memiliki kadar hemoglobin dengan kategori anemia ringan, yakni responden 1 dengan kadar hemoglobin 10,1 gr/dL sedangkan responden 2 dengan kadar hemoglobin 10,4 gr/dL. Setelah diberikan intervensi yang berbeda (responden 1: jus buah alpukat dan responden 2: jus buah naga) selama 7 hari, diketahui bahwa terjadi peningkatan kadar hemoglobin pada kedua responden, sehingga menunjukkan kadar yang sama yakni 10,7 gr/dL. Pada kunjungan ke-3 setelah pemberian intervensi selama 14 hari, kedua responden mengalami kembali peningkatan kadar hemoglobin, dimana responden 2 mengalami peningkatan yang lebih signifikan dibandingkan responden 1, yakni pada responden 1 kadar hemoglobin menjadi 11,2 gr/dL sedangkan responden 2 kadar hemoglobin menjadi 11,1 gr/dL.

B. Pembahasan

1. Responden 1

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada responden 1 atau responden yang diberikan intervensi berupa mengkonsumsi tablet Fe dan jus buah alpukat, menunjukkan bahwa proses kenaikan Hb membutuhkan waktu selama 14 hari terhitung sejak 13 Desember 2023 sampai 27 Desember 2023. Pada hari pertama penilaian, responden A bahwa keluhan yang ibu rasakan yaitu Ibu mengatakan ingin memeriksakan kehamilannya dan mengeluh sering pusing dan mudah lelah dan wajah : pucat, conjungtiva : anemis dan hasil Hb : 10,1 gr%. Hal ini sesuai dengan teori Arantika yang mengatakan bahwa gejalanya amenia meliputi kelelahan, pusing. Pada pemeriksaan fisik, pucat dapat terlihat pada conjungtiva, mukosa mulut, telapak tangan, dan jaringan di bawah kuku. Pada ibu hamil, gejala yang

paling terasa adalah rasa cepat lelah, seringkali disertai rasa pusing, kepala terasa ringan, sariawan di lidah, nafsu makan hilang, penurunan bahkan hilang konsentrasi, sesak napas, dan keluhan yang semakin memberat. mual dan muntah.

Menurut penelitian Agustina, terdapat perbedaan kadar hemoglobin yang signifikan antara ibu hamil yang hanya mengonsumsi tablet zat besi dengan yang mengonsumsi tablet zat besi bersamaan dengan vitamin C. (Agustina, 2019) Rahadian menjelaskan kebutuhan zat besi ibu hamil berkisar 800 mg, dalam makanan. menghasilkan Fe sebesar 8-10 mg sehingga selama hamil harus mengonsumsi minimal 60 tablet suplemen darah dan harus mengonsumsi vitamin C yang membantu proses penyerapan zat besi dalam tubuh. Vitamin C membantu penyerapan zat besi dengan mengubah zat besi dari besi menjadi besi agar lebih mudah diserap tubuh.

Pada hari ke tujuh keluhan yang dirasakan yaitu keluhan ibu yang dirasakan sudah sedikit berkurang dan wajah masih sedikit pucat pucat, conjungtiva masih sedikit anemis dan hasil Hb : 10,7 gr%. Hal ini disebabkan responden selalu di ingatkan dan dipantau untuk tidak lupa meminum tablet Fe dan jus alpukat. Hal ini pun sejalan dengan penelitian Kasturi Amelia yang mengatakan bahwa jus alpukat berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan adanya peningkatan kadar hb yang signifikan dengan hasil uji statistik nilai $p < 0,000$ ($p < 0.05$).

Pada pemantauan hari ke-14 keluhan yang dirasakan yaitu Ibu mengatakan masih mengeluh merasa lemas setelah minum jus buah alpukat dan tablet Fe berturut-turut selama 14 hari didapatkan hasil wajah tidak pucat lagi, conjungtiva berwarna merah muda dan hasil Hb : 11,1 gr%. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Feriyal (2020) diperoleh hasil bahwa terdapat pengaruh positif pemberian jus alpukat selama 14 hari terhadap peningkatan hemoglobin. Dengan tambahan madu akan semakin membantu meningkatkan kadar hemoglobin ibu. Hal ini sesuai dengan penelitian Rianti et al., terdapat pengaruh madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III.

Menurut asumsi peneliti, pemberian alpukat dan madu lebih signifikan meningkatkan rata-rata kadar hemoglobin, hal ini disebabkan karena kandungan zat besi pada alpukat dan vitamin C pada alpukat meningkatkan kadar hemoglobin. Dengan tambahan madu akan semakin membantu meningkatkan kadar hemoglobin ibu. Madu mengandung zat besi yang berfungsi meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Madu juga mengandung Vitamin C yang dapat

membantu penyerapan zat besi dalam tubuh. Alpukat dan madu sama-sama mengandung Fe dan Vitamin C sehingga lebih banyak zat besinya.

2. Responden 2

Pada responden 2 atau responden yang diberikan intervensi berupa mengkonsumsi tablet Fe dan jus buah naga, menunjukkan bahwa proses kenaikan Hb membutuhkan waktu selama 14 hari terhitung sejak 15 Desember 2023 sampai 29 Desember 2023. Pada hari pertama penilaian, responden B bahwa keluhan yang ibu rasakan yaitu Ibu mengatakan merasa lemas dan pusing selama 2 minggu belakangan dan muka pucat, konjungtiva : pucat sklera : putih dan hasil Hb : 10,4 gr%. Anemia defisiensi pada wanita hamil merupakan problema kesehatan yang dialami oleh wanita diseluruh dunia terutama dinegara perkembangan terutama di Indonesia. WHO melaporkan bahwa prevalensi wanita hamil yang mengalami defisiensi sekitar 35- 75% serta semakin meningkat seiring dengan bertambah usia.

Pada hari ke ketujuh setelah keluhan yang rasakan yaitu keluhan ibu mengatakan keluhannya sedikit berkurang rasa lemas, dan pusing ini wajah pucat, konjungtiva anemis dan hasil Hb : 10,7 gr%. Hal ini disebabkan kaarena responden selalu di igatkan untuktidak lupa mengkonsumsi tablet Fe dan minum jus buah naga sesuai intruksi yang sudah diberitahukan pada awal pertemuan. Penelitian inipun sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Suhartini dan Mutia 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 yang menyimpulkan ada pengaruh pemberian jus buah Naga terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil (*p value* 0, 05).

Pemantauan di hari ke-14 keluhan yang dirasakan yaitu mengatakan tidak ada keluhan, sudah tidak merasakan lelah setelah minum jus buah naga dan tablet Fe berturut-turut selama 14 hari dengan hasil Hb yang msemakn meningkat yaitu Hb : hari ke-1 sebesar 10,4 gr/dl, hari ke- 7 sebesar 10,7 gr/dl dan hari ke-14 sebesar 11,1 gr%. Hal ini sesuai dengan penelitian Soleha menunjukan dengan judul pemberian jus buah naga mempengaruhi kadar haemoglobin pada ibu hamil dengan hasil penelitian diketahui rata-rata kadar Hb sebelum pemberian jus buah naga 9,761 dan standar deviasi 0,5304. Dan menurut penelitian Puspita dengan judul pengaruh pemberian buah naga terhadap peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil di Puskesmas Sindang Jaya Kabupaten Tangerang dengan hasil

penelitian sebelum intervensi dengan nilai kadar hb minimum 9,0 mg/dl dan maximum 10,8 mg/dl dengan rata-rata kadar hb 10,30 mg/dl.

Menurut peneliti, 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. Pemberian jus buah naga 1 hari sekali sebanyak 200 gr selama 14 hari didapatkan adanya peningkatan kadar haemoglobin setelah diberikan. Pada penelitian ini untuk pengukuran kadar Hb pada ibu hamil yaitu hari pertama sebelum diberikan jus buah naga dan hari ke 15 setelah mengkonsumsi jus buah naga. Dari perlakuan tersebut mengalami peningkatan yang disignifikan dimana terlihat dari nilai rata-rata lebih tinggi setelah perlakuan. Hal ini di karenakan responden mengikuti dengan baik yang dianjurkan peneliti dalam mengkonsumsi jus buah naga yang diminum secara rutin selama 14 hari dan pola makan yang terkontrol dalam membantu menaikkan kadar Hb. Buah naga yang memiliki kandungan zat besi untuk menambah darah, vitamin B1 untuk mengendalikan panas tubuh, vitamin B2 untuk menambah nafsu makan, vitamin B3 untuk menurunkan kolestrol dan vitamin C yang dapat membantu penyerapan zat besi. Buah naga ini memiliki nutrisi lengkap yang dibutuhkan oleh tubuh, dimana kandungan protein dan vitamin yang ada dalam buah naga berperan dalam metabolisme tubuh sehingga dapat meningkatkan kadar haemoglobin.

SIMPULAN

1. Ada peningkatan kadar Hb pada ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian jus buah *Alpukat* dan tablet Fe dengan peningkatan dari 10,1 gr%, 10,7 gr% dan 11,2 gr% jadi ada peningkatan sebanyak 1,1 gr%
2. Ada peningkatan kadar Hb pada ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian jus buah naga dan tablet Fe dengan peningkatan dari 10,4, 10,7 gr%, gr% ke 11,1 gr% jadi ada peningkatan sebanyak 0,7 gr%
3. Ada pengaruh perbedaan pemberian jus buah Alpukat dan tablet Fe dan jus buah naga dan tablet Fe dengan peningkatan kadar Hb pada ibu hamil

DAFTAR PUSTAKA

- Prawihardjo, Sarwono. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Bina Pustaka Sarwono, 2018.
- Kemenkes. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta : Balitbangkes, 2019.
- WHO global database on anaemia. Switzerland : WHO Press, World Health Organization, 2016.
- Kementrian Kesehatan RI. 2018. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta : Kementrian Kesehatan RI, 2018.
- Dinkes Bangka Selatan. *Dinkes Bangka Selatan*. 2022.
- Astuti. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Ibu I Kehamilan*. Yogyakarta : Rohima Press, 2018.
- Rismawaty. Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Manfaat Mengonsumsi Zat Besi Di Desa Garingging Tahun 2019. s.l. : *CHMK Heart journal*, 4(2), 2020.
- Dartiwen dan Nurhayati Yati. *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Yogyakarta: ANDI., 2019.
- Soleha N, Astriana, Khoidar Amirus. Pengaruh Pemberian Jus Buah naga Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*. 6(3), 2020.
- Puspita, R.R. (2019). 2019. Pengaruh Pemberian Buah Naga Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Sindang Jaya Kabupaten Tangerang. Tangerang: *Edudharma Journal*, 3(2),32-43, 2019.
- Tri Putri Ageng Utami. Pengaruh Pemberian Tablet Fe + Jus Avokad (Persea Americana Mill) Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester II Di PMB Suryani Kecamatan Medan Johor Tahun 2019. 2020.
- Astutik, Y. R dan Ertiana Dwi. *Anemia dalam Kehamilan*. Jawa Timur. : CV Pustaka Abadi. 2018.
- Mellyani, Rukmaini, Febry Mutiariami Dahlan. Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. ota Jakarta: *Jurnal Kebidanan*, 11(2). 2022.
- Arantika Meidya, dan Fatimah. *Patalogi Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru, 2019.
- Rahadian A. 2020. Kematian Ibu dan Upaya-Upaya Penanggulangannya. s.l. : *PKBI*, 2020.
- Krisnanda R. Vitamin C Membantu Dalam Absorpsi Zat Besi Pada Anemia Defisiensi Besi. s.l. : *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 2(2). 2020.
- Kasturi Amelia. Pengaruh Pemberian Jus Alpukat Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin. *Bulukumba*. 2021.
- Feriyal, Wijayanegara, H., Garna, H., Suardi, A., Supriadi, H., & Sidik. Pengaruh Pemberian Jus Alpukat (Persea Americana (Mill)) Terhadap Peningkatan Hemoglobin Dan Jumlah Eritrosit Ibu Hamil. s.l. : *Jurnal Kesehatan Indra Husada*, 6(1), 2018.
- Rianti, R., Choirunnisa. R., & Rukmaini. Pengaruh Pemberian Madu Terhadap Kadar

Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III di BPM Ny. T Kecamatan Purwadadi Kabupaten Subang. s.l. : *Jurnal ilmiah kesehatan*, 13(2), 148-155. 2021.

Suhartini dan Mutia. Pengaruh Pemberian Buah Naga Terhadap Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil. . s.l. : *Jurnal Kebidanan Flora*. 14(2). 2021.