

PERBANDINGAN KADAR HEMOGLOBIN IBU HAMIL TRIMESTER III YANG KONSUMSI BUAH JAMBU BIJI MERAH DENGAN BUAH NAGA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS CIKAJANG GARUT

Untung Sri Rahayu¹, Risza Choirunissa², Retno Widowati^{3*}

Corresponding Author : risza.choirunissa@civitas.unas.id²

Program Studi S1 Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional¹²,
Program Studi S2 Biologi, Fakultas Biologi dan Pertanian Universitas Nasional³

ABSTRAK

Wanita hamil memiliki resiko tinggi mengalami anemia terutama disebabkan karena kekurangan zat besi. Penyerapan zat besi pada setiap ibu berbeda-beda, oleh karena itu perlunya zat tambahan untuk mempercepat proses penyerapan tersebut. Buah naga dan buah jambu biji memiliki kadar vitamin C yang tinggi sehingga dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Untuk mengetahui perbandingan buah naga dengan buah jambu biji merah dalam meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III dengan anemia di wilayah kerja Puskesmas Cikajang kabupaten garut tahun 2023. Penelitian Quasi-Experiment dengan pendekatan two group pretest posttest design. Sampel pada penelitian ini berjumlah 32 orang terdiri dari 16 orang kelompok konsumsi buah jambu biji merah dan 16 orang kelompok konsumsi buah naga setiap orang konsumsi buah sebanyak 100 gr buah per hari di waktu siang selama 14 hari instrument penelitian menggunakan Hb Test dan lembar ceklis Data dianalisis menggunakan Paired T-Test dan independent T-Test. Terdapat pengaruh yang signifikan peningkatan kadar hb pada ke dua kelompok ($p < 0,005$). peningkatan kadar hb pada kelompok konsumsi buah naga lebih tinggi secara signifikan di bandingkan kelompok konsumsi buah jambu biji merah ($p < 0,002$). Konsumsi buah jambu biji merah dan konsumsi buah naga dapat meningkatkan kadar hb secara signifikan. Bidan dapat memberikan edukasi kepada ibu hamil dengan anemia, dengan konsumsi tablet fe konsumsi buah jambu biji merah dan konsumsi buah naga untuk meningkatkan kadar hb.

Kata Kunci: Anemia, Hemoglobin, Buah Naga, Buah Jambu Biji, Ibu hamil TM III.

ABSTRACT

Pregnant women have a high risk of experiencing anemia, especially due to iron deficiency. Each mother's absorption of iron is different, therefore additional substances are needed to speed up the absorption process. Dragon fruit and guava fruit have high levels of vitamin C so they can increase hemoglobin levels in pregnant women. To determine the comparison of dragon fruit with red guava fruit in increasing the hemoglobin levels of third trimester pregnant women with anemia in the Cikajang Health Center working area, Garut district in 2023. Quasi-Experiment research with a two group pretest posttest design approach. The sample in this study was 32 people consisting of 16 people in the red guava fruit consumption group and 16 people in the dragon fruit consumption group. Each person consumed 100 grams of fruit per day during the day for 14 days. The research instrument used the Hb Test and Data checklist sheet. analyzed using Paired T-Test and independent T-Test. There was a significant effect of increasing HB levels in both groups ($p < 0.005$). The increase in HB levels in the dragon fruit consumption group was significantly higher than in the red guava fruit consumption group ($p < 0.002$). Consuming red guava fruit and consuming dragon fruit can increase HB levels significantly. Midwives can provide education to pregnant women with anemia, by consuming Fe tablets, consuming red guava fruit and consuming dragon fruit to increase HB levels.

Keywords: Anemia, Hemoglobin, Dragon Fruit, Guava Fruit, Pregnant women TM III.

PENDAHULUAN

Anemia kehamilan merupakan salah satu hal yang mungkin dapat membahayakan ibu dan bayinya. Ibu dengan anemia memiliki risiko kematian lebih tinggi dibandingkan ibu tanpa anemia. Oleh karena itu, anemia memerlukan perhatian serius dari semua pihak. Kurangnya zat besi dalam makanan akibat rendahnya kemampuan keuangan keluarga menjadi penyebab utama terjadinya anemia pada ibu hamil. Paparan ibu hamil terhadap anemia dapat menyebabkan gangguan pertumbuhan janin baik sel tubuh maupun sel otak, peningkatan gangguan pada masa kehamilan dan persalinan, kematian ibu saat melahirkan, kelahiran prematur, penurunan IQ dan BBLR (Olii, 2020).

Anemia didefinisikan sebagai penurunan jumlah sel darah merah atau penurunan konsentrasi hemoglobin dalam darah. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) (2019), anemia merupakan kondisi umum di seluruh dunia, terutama di negara berkembang dan kelompok ekonomi lemah. Pada populasi orang dewasa, anemia terjadi pada wanita usia subur, terutama ibu hamil dan menyusui karena sering menderita kekurangan zat besi. WHO juga mengidentifikasi anemia pada kehamilan sebagai salah satu penyebab tidak langsung kematian ibu (Harahap, 2021).

Anemia atau yang biasa dikenal dengan istilah kurang darah, menggambarkan istilah anemia sebagai suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah berkurang, suatu kondisi dimana konsentrasi hemoglobin dalam darah tidak dapat dikurangi dan menghambat produksi untuk memenuhi kebutuhan normal tubuh. Kebutuhan fisiologis tubuh berbeda-beda tergantung tingkat kehilangan darah dan setiap orang berbeda-beda tergantung metabolisme hemoglobin, hematokrit dan jenis kelamin, tinggi jumlah sel darah merah. Namun seringkali di atas permukaan laut, perokok, masa hamil. Diperkirakan 18% perempuan di negara-negara non-industri mengalami anemia, sedangkan di negara-negara berkembang angka ini mencapai 56% dan merupakan faktor penyebab masalah dan kematian perempuan selama kehamilan dan persalinan (Ginting et al., 2021).

Secara keseluruhan, anemia mempengaruhi 45% perempuan di negara berkembang dan 13% di negara maju. Di Amerika Serikat, 12% wanita usia subur (WUS) berusia 15 hingga 49 tahun dan 11% wanita hamil usia subur mengalami anemia. Prevalensi anemia pada ibu hamil diperkirakan mencapai 48,1% dari kasus anemia pada ibu hamil di Asia Tenggara. Pada saat yang sama, proporsi ibu hamil dari keluarga miskin meningkat seiring bertambahnya usia kehamilan (8% anemia pada 3 bulan pertama, 12% anemia pada 3 bulan kedua, dan 29% anemia pada 3 bulan terakhir) (WHO, 2019).

Hampir sebagian ibu hamil di Indonesia mengalami anemia atau kekurangan darah. Menurut Kemenkes RI (2021), sebanyak 48,9% ibu hamil di Indonesia mengalami anemia, sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun. Persentase ibu hamil yang mengalami anemia di Indonesia meningkat dibandingkan dengan data Riskesdas 2018 yaitu 37,1%. Prevalensi anemia di Jawa Barat (2017) sebesar 97% atau sebanyak 942,077 ibu hamil mengalami anemia. Sedangkan di Di Kabupaten Garut prevalensi anemia pada ibu hamil tahun 2020 sebanyak 5901 orang (Kemenkes RI, 2019).

Faktor penyebab anemia di Indonesia sebagian besar diyakini disebabkan oleh kekurangan zat besi (Fe) yang diperlukan untuk pembentukan hemoglobin. Oleh karena itu pemerintah Indonesia mengatasi permasalahan tersebut dengan memberikan suplemen zat besi pada ibu hamil namun hasilnya tidak positif (Sulictioningsih, 2018). Anemia pada kehamilan dapat disebabkan oleh beberapa faktor antara lain kepatuhan minum tablet Fe, paritas, usia ibu, status gizi, frekuensi pemeriksaan kehamilan (ANC), aspek lain status sosial ekonomi, pengetahuan, pendidikan, budaya, dukungan suami, dan infeksi. Status (Chendriany et al., 2021).

Anemia pada trimester terakhir kehamilan merupakan manifestasi dari kekurangan zat

besi yang parah yang menetap sepanjang kehamilan dan merupakan tanda kekurangan zat besi, yang akan mempengaruhi risiko kematian prenatal (IUFD) dan bayi dalam kandungan dapat tumbuh dan berkembang. gangguan perkembangan, ketidakmampuan mencapai ukuran optimal. dan anak kurang cerdas, saat melahirkan bisa menimbulkan gangguan, kala satu bisa berkepanjangan. serta risiko berat badan lahir rendah (BBLR), risiko perdarahan sebelum dan saat melahirkan yang dapat mengakibatkan kematian ibu (AKI) dan kematian neonatal (AKB). Pada kondisi ini banyak ibu yang meninggal karena infeksi sehingga akan meningkatkan angka kematian ibu (MMR) dan angka kematian bayi (IMT). Anemia adalah gejala kondisi seperti hilangnya komponen darah, kekurangan mineral, atau kekurangan nutrisi yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah, yang menyebabkan berkurangnya kemampuan darah untuk membawa oksigen (Sinuraya & Lismayanur, 2020).

Sumber pangan kaya zat besi dan asam folat banyak terdapat pada sumber protein hewani seperti hati, ikan, dan daging yang harganya relatif mahal dan belum sepenuhnya terjangkau oleh sebagian besar masyarakat Indonesia. Pemberian suplemen darah merupakan salah satu upaya penting dalam mencegah dan mengendalikan anemia, hal ini merupakan cara yang efektif karena dapat mencegah dan mengatasi anemia yang disebabkan oleh kekurangan zat besi dan/atau kekurangan asam folat. Pil suplemen darah adalah pil untuk wanita usia subur dan ibu hamil. Bagi wanita usia subur obat disuntikkan 1 (satu) kali seminggu dan 1 (satu) kali sehari pada saat haid dan bagi ibu hamil obat disuntikkan setiap hari selama kehamilan dengan jumlah minimal 90 (sembilan puluh) tablet (Peraturan Menteri Kesehatan No. 88) (Puspita, 2019).

Salah satu cara mengatasi anemia dalam kehamilan adalah dengan mengonsumsi buah naga secara teratur. Buah naga mengandung vitamin C sehingga dapat membantu mengoptimalkan penyerapan zat besi melalui saluran cerna. Hal ini tentunya secara langsung dapat meningkatkan kadar hemoglobin (Chendriany, 2020).

Survey pendahuluan yang peneliti lakukan pada bulan September 2023 dari hasil observasi di Puskesmas Cikajang garut pada buku register ANC diketahui 167 ibu hamil yaitu TM I (49 orang), TM II (53 orang) dan TM III (65 orang). Dari 65 orang ibu hamil trimester III 70% (45 orang) diantaranya mengalami anemia. Alasan peneliti mengambil penelitian tentang buah naga dan buah jambu biji merah 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 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. Selain itu, di Puskesmas Cikajang karena ibu hamil disana belum banyak mengetahui manfaat buah naga serta belum pernah dilakukan observasi penyuluhan untuk meningkatkan kadar hb pada ibu hamil, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Perbandingan Konsumsi Buah Jambu Biji dan Buah Naga terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Cikajang”.

METODOLOGI

Desain penelitian merupakan hal yang mencakup proses penelitian yang terdiri dari proses perencanaan penelitian, dan proses penatalaksanaan penelitian. Desain penelitian yang penulis gunakan yaitu penelitian *Quasy experimental* dengan rancangan *two group pre-test and post-test* untuk mengetahui pengaruh konsumsi buah jambu biji dengan buah naga terhadap kadar hemoglobin ibu hamil trimester III. Pada penelitian ini menggunakan 2 kelompok yaitu kelompok intervensi yang diberikan buah naga dan kelompok perlakuan yang diberikan buah jambu biji, diberikan selama 14 hari.

	Pretest		Posttest
Intervensi	O1	X	O2
Intervensi	O3	–	O4

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan terhadap 32 responden, responden dalam penelitian ini dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 16 responden pada kelompok intervensi yang diberikan tablet fe dan buah jambu biji dan 16 responden pada kelompok perlakuan yang diberikan tablet fe dan buah naga dilakukan selama 14 hari.

1) Analisis Univariat

- 1) Rata – Rata Kadar Hb Sebelum Dan Sesudah Diberikan Perlakuan Pada Kelompok Intervensi Buah Jambu Biji Merah dan Kelompok Intervensi Buah Naga

Tabel 1. Rata – Rata Kadar Hb Ibu \Hamil

		N	Std. Deviniation	Mean	Selisih Mean
Kelompok Intervensi					
Buah Jambu Biji Merah	Sebelum	16	0,4588	10,687	0,98
	Sesudah	16	0,4906	11,675	
Kelompok Intervensi					
Buah Naga	Sebelum	16	0,4004	10,681	1,18
	Sesudah	16	0,3538	11,863	

Berdasarkan hasil analisis didapatkan bahwa selisih mean pada kelompok intervensi dengan buah jambu biji merah hanya naik sebesar 0,98 g/dL dan pada kelompok intervensi dengan buah naga naik sebesar 1,18 g/dL.

- 2) Klasifikasi Anemia Ibu Hamil

Tabel 2. Klasifikasi Anemia Ibu Hamil

Buah Jambu Biji Merah					Buah Naga				
Anemia	Kadar Hemoglobin				Anemia	Kadar Hemoglobin			
	Sebelum	%	Sesudah	%		Sebelum	%	Sesudah	%
Normal	0	0%	13	81,25%	Normal	0	0%	14	87,5%
Ringan	16	100%	3	18,75%	Ringan	16	100%	2	12,5%
Berat	0	0%	0	0%	Berat	0	0%	0	0%

Berdasarkan table 2. menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi dengan buah jambu biji merah sebelum dilakukan intervensi terdapat 0 orang yang memiliki kadar Hemoglobin normal, 16 orang yang mengalami anemia ringan, dan 0 orang yang mengalami anemia berat. Kemudian, setelah diberikan intervensi maka terdapat 13 orang memiliki kadar hemoglobin normal, 3 orang anemia ringan dan 0 orang yang anemia berat. Adapun

pada kelompok intervensi dengan buah naga sebelum dilakukan intervensi terdapat 0 orang yang memiliki kadar Hemoglobin normal, 16 orang yang mengalami anemia ringan, dan 0 orang yang mengalami anemia berat. Kemudian, setelah diberikan intervensi maka terdapat 14 orang memiliki kadar hemoglobin normal, 2 orang anemia ringan dan 0 orang yang anemia berat.

Dari data diatas dapat dilihat bahwa terdapat selisih kenaikan dari kategori anemia ringan ke normal setelah dilakukan intervensi, pada kelompok buah jambu biji menunjukkan bahwa yang masih mengalami anemia ringan terdapat 3 orang sedangkan pada kelompok buah naga menjadi 2 orang.

3) Analisis Bivariat

B. Hasil Uji Normalitas

Tabel 3. Uji Normalitas

<i>P-value shapiro wilk</i> Kadar Hemoglobin		
	Buah Naga	Buah Jambu Biji
<i>Pre test</i>	0,281	0,492
<i>Post test</i>	0,398	0,446

Berdasarkan tabel di atas uji normalitas kadar hemoglobin ibu hamil berdistribusi normal dengan nilai $P\text{-value} > 0,05$ maka uji yang akan digunakan yaitu *paired t-test*.

C. Kadar hemoglobin ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah pada kelompok Konsumsi Buah Jambu Biji Merah

Tabel 4. Kadar Hemoglobin Ibu pada Kelompok Konsumsi Buah Jambu Biji Merah

		N	Std. Deviation	Mean (Rata-rata g/dL)	P value
Kelompok Intervensi Buah Jambu Biji Merah	Sebelum	16	0,4588	10,687	0,001
	Sesudah	16	0,4906	11,675	

Berdasarkan hasil uji *paired t test* tabel 4. di atas diketahui bahwa mean kadar hemoglobin sebelum mengkonsumsi buah jambu biji sebesar 10,687 g/dL setelah mengkonsumsi buah jambu biji naik menjadi 11,675 g/dL.

D. Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Sebelum Dan Sesudah Pada Kelompok Konsumsi Buah Naga

Tabel 5. Kadar Hemoglobin Ibu pada Kelompok Konsumsi Buah Naga

		N	Std. Deviation	Mean (Rata - rata g/dL)	P value
Kelompok Intervensi Buah Naga	Sebelum	16	0,4004	10,681	0,001
	Sesudah	16	0,3538	11,863	

Berdasarkan hasil uji *paired t test* tabel 5. di atas diketahui bahwa mean kadar hemoglobin sebelum mengkonsumsi buah naga sebesar 10,681 g/dL setelah mengkonsumsi buah naga naik menjadi 11,863 g/dL.

E. Perubahan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Pada Kelompok Konsumsi Buah Jambu Biji Dan Kelompok Konsumsi Buah Naga

Tabel 6. Perubahan kadar hemoglobin ibu hamil pada kelompok konsumsi buah jambu biji dan buah naga

Kadar Hemoglobin		N	Mean (rata – rata g/dL) Sebelum Sesudah		Selisih (Mean g/dL)	Std. Deviation	P
Buah Jambu Biji		16	10,687	11,675	0,98	0,4906	0.002
Buah Naga		16	10,681	11,863	1,18	0,3538	

Berdasarkan hasil analisis uji *independent t test* didapatkan hasil hemoglobin ibu hamil yang mengkonsumsi buah naga sebesar 11,863 g/dL dan yang mengkonsumsi buah jambu biji sebesar 11,675 g/dL dengan nilai p value 0,002 (<0,05) yang artinya peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia lebih tinggi secara signifikan pada yang konsumsi buah naga dibandingkan dengan yang konsumsi buah biji merah.

F. Pembahasan

1. Kadar hemoglobin ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah pada kelompok konsumsi buah jambu biji.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebelum konsumsi buah jambu biji mean kadar hemoglobin ibu sebesar 10,687 g/dL setelah mengkonsumsi buah jambu biji selama 14 hari kadar hemoglobin ibu naik sebesar 11,675 g/dL. Selisih rata – rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum dan sesudah mengkonsumsi buah jambu biji yaitu sebesar 0,988 g/dL. Dari hasil tersebut terdapat perbedaan yang signifikan pemberian konsumsi buah jambu biji terhadap kadar hemoglobin ibu hamil.

Anemia merupakan penurunan jumlah masa eritrosit (red cell mass), sehingga darah tidak dapat memenuhi fungsinya untuk membawa oksigen dalam jumlah yang cukup ke jaringan perifer. Secara praktis, anemia ditunjukkan oleh perubahan hemoglobin, hematokrit dan hitung eritrosit. Tetapi yang paling lazim dipakai adalah kadar hemoglobin dan hematokrit (Ulya, 2018). Anemia pada kehamilan tidak dapat dipisahkan dengan perubahan fisiologis yang terjadi selama proses kehamilan, umur janin, dan kondisi ibu hamil sebelumnya. Pada saat hamil, tubuh akan mengalami perubahan yang signifikan, jumlah darah dalam tubuh meningkat sekitar 20 - 30 %, sehingga memerlukan peningkatan kebutuhan pasokan besi dan vitamin untuk membuat hemoglobin (Hb). Saat hamil, tubuh ibu akan membuat lebih banyak darah untuk berbagi dengan bayinya. Tubuh memerlukan darah hingga 30 % lebih banyak dari pada sebelum hamil (Astriana, 2012, Astriana, 2017).

Berdasarkan penelitian Yuli Tahun 2018 bahwa setelah diberikan jambu biji merah selama 14 hari mengalami peningkatan kadar hemoglobin sebesar 2,89 g/dl. Diketahui bahwa jambu biji merah mengandung zat besi, vitamin C dan asam amino. Jambu biji merah merupakan salah satu buah yang memiliki banyak manfaat, manfaat jambu biji merah antara lain mengandung vitamin C 228 mg/100 gramnya, kaya akan asam folat, menjaga sistem kekebalan tubuh, dan mencegah anemia. Jambu biji juga mengandung mineral yang dapat memperlancar pembentukan hemoglobin sel darah merah. Vitamin C memiliki peran dalam membantu mereduksi besi ferri (Fe³⁺) menjadi ferro (Fe²⁺) dalam usus halus sehingga mudah diabsorpsi 3-6 kali, proses reduksi tersebut akan semakin besar bila pH didalam lambung semakin asam. Vitamin C dapat menambah keasaman sehingga dapat meningkatkan penyerapan zat besi hingga 30% Sehingga vitamin C.

Menurut asumsi peneliti bahwa pemberian buah naga ada ibu hamil yang mengalami anemia sangat efektif untuk peningkatan kadar Hemoglobin ibu. Berdasarkan yang telah peneliti lakukan didapatkan selisih rata – rata peningkatan Hb sebesar 0,988 g/dL.

Jambu biji juga mengandung mineral yang dapat memperlancar pembentukan hemoglobin sel darah merah.

2. Kadar hemoglobin ibu hamil trimester III sebelum dan sesudah pada kelompok konsumsi buah naga

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebelum konsumsi buah naga mean kadar hemoglobin ibu sebesar 10,681 g/dL setelah mengkonsumsi buah naga selama 14 hari kadar hemoglobin ibu naik sebesar 11,863 g/dL. Selisih rata – rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum dan sesudah mengkonsumsi buah jambu merah yaitu sebesar 1,182 g/dL. Dari hasil tersebut terdapat perbedaan yang signifikan pemberian konsumsi buah jambu merah terhadap kadar hemoglobin ibu hamil. Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian (Olii, 2020) yang menunjukkan bahwa kadar hemoglobin ibu hamil sebelum diberikan buah naga adalah 10,9 dan sesudah diberikan buah naga rata-rata kadar hemoglobin ibu meningkat menjadi 11,17 dengan rata-rata peningkatan sebesar 0,73 g/dL.

Anemia pada trimester terakhir kehamilan merupakan manifestasi dari kekurangan zat besi yang parah yang menetap sepanjang kehamilan dan merupakan tanda kekurangan zat besi, yang akan mempengaruhi risiko kematian prenatal (IUFD) dan bayi dalam kandungan dapat tumbuh dan berkembang. Sumber pangan kaya zat besi dan asam folat banyak terdapat pada sumber protein hewani seperti hati, ikan, dan daging yang harganya relatif mahal dan belum sepenuhnya terjangkau oleh sebagian besar masyarakat Indonesia. Pemberian suplemen darah merupakan salah satu upaya penting dalam mencegah dan mengendalikan anemia, hal ini merupakan cara yang efektif karena dapat mencegah dan mengatasi anemia yang disebabkan oleh kekurangan zat besi dan/atau kekurangan asam folat. Pil suplemen darah adalah pil untuk wanita usia subur dan ibu hamil. Bagi wanita usia subur obat disuntikkan 1 (satu) kali seminggu dan 1 (satu) kali sehari pada saat haid dan bagi ibu hamil obat disuntikkan setiap hari selama kehamilan dengan jumlah minimal 90 (sembilan puluh) tablet (Peraturan Menteri Kesehatan No. 88) (Puspita, 2019).

Menurut asumsi peneliti salah satu cara mengatasi anemia dalam kehamilan adalah dengan mengonsumsi buah naga secara teratur karena buah naga mengandung vitamin C sehingga dapat membantu mengoptimalkan penyerapan zat besi melalui saluran cerna. Hal ini tentunya secara langsung dapat meningkatkan kadar hemoglobin (Chendriany, 2020).

3. Perubahan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III yang mengkonsumsi buah jambu biji merah dan buah naga.

Berdasarkan hasil analisa menggunakan *independen T-test* dapat dilihat bahwa ada perbedaan kenaikan kadar hb pada kelompok buah jambu merah dan buah naga yang dimana nilai rata-rata selisih kadar hb sebelum pada kelompok perlakuan yang di berikan buah naga lebih banyak yaitu 1,182 g/dL di bandingkan dengan kelompok intervensi yang di berikan buah jambu merah dimana perubahan nilai rata-rata yaitu 0,988 g/dL sehingga nilai p-value = 0,02.

Kedua kelompok intervensi memiliki kenaikan yang hampir sama tetapi buah naga sedikit lebih efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin dibandingkan jambu biji. Dengan demikian, buah dari kedua kelompok dapat digunakan sebagai alternatif untuk meningkatkan kadar hemoglobin, yang dapat disesuaikan dengan selera atau preferensi individu. Kandungan Fe pada tablet zat besi, Vitamin C dan kandungan gizi lainnya pada masing-masing buah mempengaruhi kenaikan kadar hemoglobin dalam darah. Kandungan 100 gr buah naga terdiri atas 0.55-0.65 mg Fe dan 8-9 mg Vitamin C. Sedangkan dalam 100 gr buah jambu biji merah mengandung 0,31mg Fe dan 183,5 mg Vitamin C. Kandungan Fe dalam buah naga sedikit lebih tinggi dibandingkan jambu biji, akan tetapi kandungan vitamin C pada jambu biji merah lebih tinggi dibandingkan buah naga juga mempengaruhi perbedaan hasil kenaikan kadar hemoglobin. Kandungan Vitamin C pada jambu biji merah

membantu meningkatkan penyerapan Fe pada usus halus sehingga meningkatkan kadar hemoglobin. Buah naga dan jambu biji merah dapat dijadikan pilihan dalam Upaya meningkatkan kadar hemoglobin yang dapat disesuaikan dengan selera dan keinginan masing-masing (Rahmalia Dkk., 2022).

Menurut asumsi peneliti konsumsi tablet Fe dengan vitamin C yang diberikan dalam bentuk buah sangat membantu dalam proses absorpsi karena penyerapannya lebih cepat dibanding konsumsi Fe secara tunggal. Hal ini sejalan dengan ungkapan Dinkes (2015) bahwa jus, buah maupun sayuran dalam proses absorpsi membutuhkan waktu yang sangat singkat, yaitu hanya 15-30 menit dan keduanya secara cepat diasimilasi ke dalam darah. Dengan demikian terbukti bahwa vitamin C dalam bentuk buah lebih cepat dalam mendorong proses rekonstruksi tubuh. Peneliti melakukan intervensi selama 14 hari secara berturut-turut dengan membandingkan kedua kelompok yaitu kelompok buah jambu biji dengan kelompok buah naga. Dan hasilnya terdapat perubahan yang signifikan pada kelompok yang mengkonsumsi buah naga peningkatan hemoglobin ibu hamil dengan rata-rata 1,182 g/dL dibanding yang mengkonsumsi buah jambu biji yang hanya 0,988 g/dL.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang Perbandingan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Yang Konsumsi Buah Jambu Biji Merah Dengan Buah Naga Di Wilayah Kerja Puskesmas Cikajang maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

- 1) Rata-rata kadar hemoglobin sebelum mengkonsumsi buah jambu biji sebesar 10,687 g/dL setelah mengkonsumsi buah jambu biji 11,675 g/dL, meningkat secara signifikan ($p < 0,05$).
- 2) Rata-rata kadar hemoglobin sebelum mengkonsumsi buah naga sebesar 10,681 g/dL setelah mengkonsumsi buah naga naik menjadi 11,863 g/dL, meningkat secara signifikan ($p < 0,05$).
- 3) Terdapat perbedaan yang signifikan pada peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III dengan anemia. Peningkatan kadar hemoglobin lebih tinggi pada kelompok ibu hamil yang konsumsi buah naga dibandingkan dengan kelompok ibu hamil yang konsumsi buah biji merah ($p < 0,05$).

DAFTAR PUSTAKA

- Agustina, Rina., Indrayani, Triana., & Suralaga, Cholisah. 2020. Pengaruh konsumsi jus jambu biji merah terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di puskesmas saketi. *Asian Research of Midwifery Basic Science Journal*, 1(1)
- Astrianna Willy. 2017 “ Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Ditinjau Dari Paritas Dan Usia”. STIKES Al-Ma'arif Baturaja.
- Aulya, Y., et al. 2021. Efektifitas Jus Buah Naga Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal SMART Kebidanan*, 8(1), 54. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v8i1.430>
- Carolyn, Bunga Tiara., Syamsiah, Siti., & Deresiyana. 2021. Perbedaan pemberian jambu biji merah (*psidium guajava*) dan bit (*beta vulgaris*) terhadap kadar hemoglobin ibu hamil. *Journal of Midwifery Science*, 5(2)
- Chendriany, E. B., Kundaryanti, R., & Lai, N.H. 2021. 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*, 4(1), 56–61. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v4i1.105>
- Dinas Kesehatan Kabupaten Buleleng. (2015). Jus Buah Dan Sayur Untuk Kesehatan.
- Fitriasnani, Meirna Eka, et al. 2020. Pengaruh Konsumsi Buah Naga (*Hylocereus*) terhadap Kadar Hemoglobin pada Siswi dengan Anemia di SMAN 5 Kota Kediri Tahun 2019. *Journal of Issues in Midwifery*, 4(1), 41–53. <https://doi.org/10.21776/ub.joim.2020.004.01.5>

- Ginting, D. Y., Tarigan, L., & Endriyana, S. 2021. Pengaruh Pemberian Buah Naga Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Klinik Bidan Sri Wahyuni Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun Tahun 2020. *Jurnal Kesmas Dan Gizi (Jkg)*, 3(2), 188–201. <https://doi.org/10.35451/jkg.v3i2.643>
- Harahap, R. R. M. 2021. Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Merah Terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin Pada Aktivitas Fisik Maksimal. *Jurnal Pandu Husada*, 2(1), 58. <https://doi.org/10.30596/jph.v2i1.6037>
- KEPPKN. 2021. Pedoman dan Standar Etik Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Nasional. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Novita, H. 2017. Pengaruh Konsumsi Telur Rebus terhadap Percepatan Penyembuhan Luka. *Poltekkes Kemenkes Jakarta I*, 14–19
- Olii, N. (2020). Pengaruh Agar-agar dan buah Naga terhadap Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(2), 15–25.
- Olii, N. 2020. Pengaruh Agar-agar dan Jus buah Naga terhadap Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil. *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 16(2), 153. <https://doi.org/10.30597/mkmi.v16i2.9056>
- Puspita, R. R. 2019. Pengaruh Pemberian Buah Naga Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Sindang Jaya Kabupaten Tangerang. *Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 32. <https://doi.org/10.52031/edj.v3i2.5>
- 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>
- Syamsuryanita, O., & Ikawati, N. (2022). Pengaruh Konsumsi Sari Buah Jambu Biji Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Dengan Anemia Ringan Di Puskesmas Majauleng Kab.Wajo 2020. *Jurnal Ilmiah Hospitality*, 11(2), 2685–5534. <http://stp-mataram.e-journal.id/JIH>
- Ulya Syahidatul. 2018. “ Pengaruh Pemberian Ekstra Daging Buah Kurma Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Mencit Bunting “. *UIN Sunan Ampel Surabaya*.
- Wijayanti, Heni., Wulandari, Dyah Ayu., & Melyani, Mariam. 2021. Perbedaan efektivitas antara pemberian jus tomat dengan jus jambu biji merah terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester iii di puskesmas hilir. *Jurnal Kesehatan*, 14(2)
- Winarni, Lastri Mei., Lestari, Desti Puji., Wibisono, A. Y. G. 2020. Pengaruh pemberian jus jambu biji merah dan jeruk terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia: A literature review. *Jurnal Menara Medika*, 2(2), 101-105