

## EFEKTIFITAS PEMBERIAN JUS BUAH NAGA TERHADAP IBU HAMIL DENGAN ANEMIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SELATBARU KECAMATAN BANTAN KABUPATEN BENGKALIS

WISNUTUTI<sup>1</sup>, FATMA NADIA<sup>2</sup>, FAJAR SARI TANBERIKA<sup>3</sup>, WIRA EKDENI AIFA<sup>4</sup>

Program Studi SI Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan,  
Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah Pekanbaru.

E-mail : wisnu.tuti20@gmail.com<sup>1</sup>, fatma.nadia@ikta.ac.id<sup>2</sup>, fajar.sari@ikta.ac.id<sup>3</sup>,  
wira.ekdeni@ikta.ac.id<sup>4</sup>

**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 Efektifitas Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Ibu Hamil Dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Selatbaru Kecamatan Bantan Kabupaten Bengkalis. Jenis penelitian ini adalah *Quasi eksperimental* dengan rancangan *one group pre-test and post-test*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Total Sampel* yaitu pengambilan sampel secara keseluruhan ibu hamil trimester III sebanyak 20 Responden. Instrumen yang digunakan adalah Easy Touch GCHb, SOP, dan Lembar observasi. Intervensi diberikan 2x dalam 1 hari dengan dosis 300 gram buah naga ditambah 100 ml air selama 7 hari. Hasil analisa dengan uji statistic paired t-test didapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$ . Kesimpulannya bahwa ada Pengaruh pemberian jus buah naga terhadap ibu hamil dengan anemia. Saran untuk Ibu hamil diharapkan rajin mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi salah satunya jus buah naga dan patuh dalam mengonsumsi tablet Fe agar dapat meningkatkan kadar Hb dalam darah ibu.

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

**Abstract:** Anemia among 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 potassium and flavonoids that can lower blood pressure. The purpose of this study was to determine the effectiveness of giving dragon fruit juice to pregnant women with anemia in the Selatbaru Health Center Working Area, Bantan District, Bengkalis Regency. This type of research is quasi-experimental with one group pre-test and post-test design. The sampling technique used Total Samples, namely sampling as a whole third trimester pregnant women as many as 20 respondents. The instruments used were the Easy Touch GCHb, SOP, and the observation bar. The intervention was given 2x in 1 day with a dose of 300 grams of dragon fruit plus 100 ml of water for 7 days. The results of analysis with paired t-test statistical test obtained  $p\text{-value} = 0.000 < \alpha = 0.05$ . The conclusion is that there is an effect of giving dragon fruit juice to pregnant women with anemia. Suggestions for pregnant women are expected to diligently consume foods that contain iron, one of which is dragon fruit juice and be obedient in taking Fe tablets in order to increase Hb levels in the mother's blood.

**Keywords:** Giving Dragon Fruit Juice, Hb Levels of Anemic Pregnant Women

### A. Pendahuluan

Masalah kesehatan saat sedang hamil salah satunya adalah anemia. Kekurangan zat besi merupakan penyebab paling umum anemia pada ibu hamil di Indonesia. *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan pemeriksaan kadar HB pada ibu hamil dengan kadar hemoglobin normal lebih dari 11 gr/dL untuk pemeliharaan kesehatan. Kebutuhan zat besi bervariasi menurut trimester, tetapi trimester pertama membutuhkan 0,8 mg/hari. Kebutuhan zat besi mencapai 7,5 mg/hari dimulai pada trimester kedua dan ketiga (Wibowo et al, 2021).

Kehamilan dengan anemia merupakan masalah nasional dan berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia kejadian anemia atau kekurangan darah pada ibu hamil di Indonesia masih tergolong tinggi, yaitu sebanyak 48,9%. 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).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 menyebutkan bahwa 41,8% penyebab kematian ibu di negara berkembang berkaitan dengan anemia dalam kehamilan. Salah satu komplikasi kehamilan yang sering terjadi adalah anemia dimana kisarannya antara 20% - 89% dengan menetapkan Hb 11 gr% sebagai dasarnya. Di Maroko, melalui survei yang dilakukan di tingkat nasional atau regional menunjukkan bahwa anemia masih merupakan masalah kesehatan terutama bagi perempuan. Prevalensi anemia defisiensi besi pada ibu hamil adalah 37,2% dan 32,6% pada wanita usia subur (Kemenkes RI, 2021).

Riskesdas tahun 2022 menyatakan bahwa prevalensi anemia pada Ibu hamil di Indonesia sebesar 48.9 %, angka ini mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan tahun 2013 yaitu 37.1 % (Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2022). Sedangkan di Provinsi Riau kasus anemia tahun 2023 sebesar 34,23%, (Profil Kesehatan Provinsi Riau, 2023).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Bengkalis didapatkan data jumlah ibu hamil dengan HB < 11 gr% periode bulan Januari hingga Desember tahun 2023 sebanyak 980 orang (Dinkes Bengkalis, 2023).

Dampak anemia kehamilan dapat meningkatkan frekuensi komplikasi pada kehamilan dan persalinan. Risiko kematian maternal, angka prematuritas, berat badan bayi lahir rendah, dan angka kematian perinatal meningkat. Di samping itu, perdarahan antepartum dan postpartum lebih sering dijumpai pada wanita yang anemis (Manuaba, 2019). Komplikasi yang dapat muncul akibat dari anemia adalah kelahiran premature, perdarahan, kematian pada ibu dan anak dan penyakit infeksi (Pratami, 2020).

Pencegahan anemia dalam kehamilan selain dengan suplemen Fe juga dapat dilakukan dengan mengonsumsi 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 0,8 mg, sementara kandungan Fe buah naga 0,55 mg/100 gr (Suryana, 2021). Hal tersebut menunjukkan bahwa buah naga memiliki kandungan Fe lebih tinggi dari buah bit. Zat besi penting untuk pembentukan dan mempertahankan kesehatan sel darah merah sehingga bisa menjamin sirkulasi oksigen dan zat gizi yang dibutuhkan ibu hamil (Muzzaki, 2021).

Pengobatan anemia selain dengan cara farmakologi juga dapat dilakukan dengan cara nonfarmakologi atau dengan mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi seperti daging merah, hati, ikan, telur, susu, sayuran berwarna hijau, buah-buahan dan kacang-kacangan (Retnorini, 2019). Salah satu buah yang mengandung nilai zat besi dan vitamin C yaitu buah naga. Buah naga mengandung zat besi yang bermanfaat untuk menambah sel darah, vitamin B yang berguna untuk mencegah demam pada tubuh dan vitamin B12 yang bermanfaat untuk meningkatkan selera makan. Menurut Arya (2020), buah naga merah mengandung zat besi yang tinggi yaitu 3,11 mg, sehingga mampu mengatasi anemia sedangkan menurut (Astawan, 2020), kandungan zat besi dalam kacang hijau paling banyak terdapat pada embrio dan kulit bijinya. Jumlah kandungan zat besi pada kacang hijau sebanyak 6,7 mg per 100 gram kacang hijau. Kebutuhan zat besi dari 100 gram kacang hijau dapat memenuhi kebutuhan ibu hamil sebanyak 25%, dimana kebutuhan zat besi ibu hamil pada trimester II dan III adalah 27 gr setiap harinya mampu mengatasi anemia.

Buah naga yang diberikan dalam bentuk olahan jus efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia. Hal ini disebabkan karena olahan jus sangat membantu mempercepat proses penyerapan absorpsi zat yang terkandung pada buah naga. Selain itu menurut Vinna (2019), mengonsumsi buah-buahan 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. Sejalan dengan penelitian Chendriany (2020), bahwa pemberian jus buah naga efektif untuk meningkatkan kadar Hb ibu hamil.

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

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

Berdasarkan survei pendahuluan yang peneliti lakukan di Puskesmas Selatbaru pada tanggal 30 Agustus 2024, Periode Januari – Agustus 2024 didapatkan 843 Ibu hamil yang melakukan ANC, akan tetapi jumlah ibu hamil anemia pada bulan Agustus 2024 yaitu 20 orang. Hasil wawancara ibu hamil yang anemia tersebut hanya mengonsumsi tablet Fe untuk mengatasi anemianya dan tidak ada mengonsumsi makanan khusus untuk mengatasi anemia yang sedang di alami. Dari hasil wawancara ini dapat dilihat bahwa ibu tidak mengetahui makanan yang baik untuk mengatasi anemia seperti buah naga, sehingga peneliti ingin melakukan penelitian ini untuk membantu ibu yang mengalami anemia tersebut dalam meningkatkan kadar hemoglobin.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian yang lebih mendalam lagi dan mengangkat judul tentang “Efektifitas Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Ibu Hamil Dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Selatbaru Kecamatan Bantan Kabupaten Bengkalis Tahun 2024”.

## **B. Metode Penelitian**

Jenis penelitian ini merupakan penelitian Eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Jenis Quesi Eksperimen atau percobaan (Eksperimen Research), yang bertujuan untuk mengetahui suatu pengaruh yang timbul sebagai akibat dan adanya perlakuan tertentu. Desain penelitian ini menggunakan pengukuran (Observasi) atau Posttest yaitu One Group Pretest Posttest. Penelitian ini dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Selatbaru bulan Agustus – Februari Tahun 2025. Variabel Independen dalam penelitian ini adalah Jus Buah Naga dan variabel dependen Kadar Hemoglobin. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III yang anemia di bulan Agustus 2024 berjumlah 20 orang. Teknik pengambilan Sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan *Total Sampling* yaitu pengambilan sampel secara keseluruhan ibu post partum sesuai dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi penelitian. Jumlah sampel keseluruhan yang diambil adalah 20 ibu hamil trimester III yang anemia.. Instrumen penelitian menggunakan observasi, wawancara, kuesioner. Kemudian hasil data tersebut di analisis menggunakan uji univariat yaitu mendeskripsikan karakteristik masing- masing variabel yang diteliti baik dari jenis data numerik maupun kategori dan bivariat dilakukan untuk melihat pengaruh pemberian jantung pisang terhadap produksi ASI pada ibu post partum menggunakan uji paired T test, jika hasil uji normalitas didapat kan data berdistribusi normal. Jika didapatkan data tidak normal, maka digunakan *Wiloxom Signed Ranks Test*.

## C. Hasil Penelitian

### 1. Analisis Univariat

Tabel 1

Distribusi berdasarkan ibu hamil anemia sebelum (Pretest) dan sesudah (Posttest) diberikan jus buah naga

Anemia	F	%
<b>Pretest</b>		
Anemia Ringan	5	25,0
Anemia Sedang	14	70,0
Anemia Berat	1	5,0
Jumlah	20	100,0
<b>Posttest</b>		
Tidak Anemia /Normal	15	75,0
Anemia ringan	5	35,0
Jumlah	20	100,0

Berdasarkan tabel 1 didapatkan hasil dari 20 responden, sebelum diberikan jus Buah Naga didapatkan ibu yang memiliki anemia berat berjumlah 1 responden (5,0%), anemia ringan berjumlah 5 responden (25,0%) dan anemia sedang 14 responden (70,0%). Sedangkan setelah diberikan jus buah naga ibu dengan kadar HB normal sebanyak 15 responden (75,0%) dan yang anemia ringan sebanyak 5 responden (25,0%).

Tabel 2

Nilai Rata-Rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil dengan Anemia Sebelum Pemberian Jus Buah Naga di Wilayah Kerja Puskesmas Selatbaru.

Kadar Hemoglobin	Rata – rata	Std. Deviasi	Max	Min
Sebelum	9,2	1,0722	10,5	6,9

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia sebelum pemberian jus buah naga rata-rata = 9,2 gr/dl std. deviasi = 1,0722 gr/dl maximum = 10,5 gr/dl dan minimum = 6,9 gr/dl.

Tabel 3

Nilai Rata-Rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil dengan Anemia Sesudah Pemberian Jus Buah Naga di Wilayah Kerja Puskesmas Selatbaru.

Kadar Hemoglobin	Rata – rata	Std. Deviasi	Max	Min
Sesudah	11,5	0,7177	12,5	10,5

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia sesudah pemberian jus buah naga rata-rata = 11,5 gr/dl std. deviasi = 0,7177 gr/dl maximum = 12,5 gr/dl dan minimum = 10,5 gr/dl.

### 2. Analisis Bivariat

Tabel 4

Efektifitas Pemberian Jus Buah Naga terhadap Ibu Hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Selatbaru Kecamatan Bantan Kabupaten Bengkalis.

Variabel	N	Mean	SD	SE	P Value
<i>Pretest</i>	20	9,2	1,0722	0,2397	0,000
<i>Posttest</i>	20	11,5	0,7177	0,1604	

Berdasarkan Tabel 4 Hasil *uji paired simple t test* diketahui nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh pemberian jus buah naga terhadap ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Selatbaru Kecamatan Bantan Kabupaten Bengkalis.

### Pembahasan

Hasil analisis bivariat dengan menggunakan *uji paired simple t test* diketahui nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada Pengaruh pemberian jus buah naga terhadap ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Selatbaru Kecamatan Bantan Kabupaten Bengkalis.

Anemia pada dasarnya disebabkan oleh karena gangguan pembentukan eritrosit oleh sumsum tulang, kehilangan darah keluar dari tubuh (perdarahan) dan proses penghancuran eritrosit dalam tubuh sebelum waktunya (hemolisis). Buah naga merupakan salah satu terapi non farmakologi yang mengandung zat besi yang cukup tinggi dibandingkan dengan buah yang lain. Hal ini dapat dilihat dari pendapat Suryana (2021) menyatakan bahwa kadar zat besi pada buah bit 0,8mg, sementara kandungan Fe buah naga 0,55-0,65 mg/ 100gr. Hal tersebut menunjukkan bahwa buah naga memiliki kandungan Fe lebih tinggi dari buah bit. Zat besi penting untuk pembentukan dan mempertahankan kesehatan sel darah merah sehingga bisa menjamin sirkulasi oksigen dan zat gizi yang dibutuhkan ibu hamil (Muzzaki, 2021). Menurut Lingga (2020), buah naga memiliki beberapa manfaat diantaranya merangsang pembentukan sel darah merah, meningkat kekebalan tubuh, mencegah anemia, menjaga perkembangan otak, menambahkan energi dan mengobati sembelit dan sumber asam omega 3 dan 6 dimana asam lemak omega-3 sangat banyak fungsinya di antara membantu perkembangan otak sehingga janin berpotensi lahir sehat dan cerdas.

Anemia merupakan kondisi berkurangnya sel darah merah (eritrosit) dalam sirkulasi darah atau masa haemoglobin (HB) sehingga tak mampu memenuhi fungsinya sebagai pembawa oksigen ke seluruh tubuh (Dyah & Sulastrri, 2019). Sebanyak 75% anemia yang paling umum selama kehamilan adalah anemia defisiensi besi (Desti & Miratu Megasari, 2022). Faktor penyebab terjadinya anemia diantaranya rendahnya asupan zat besi dan zat lainnya seperti Vitamin A, C, Asam Folat, riboflavin dan vitamin B12 (Mellyani, 2022).

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 (Dyah & Sulastrri, 2019).

Hemoglobin (Hb) merupakan komponen sel darah merah yang berfungsi menyalurkan oksigen ke seluruh tubuh. Jika Hb berkurang, jaringan tubuh kekurangan oksigen yang diperlukan tubuh untuk proses metabolisme. Menurut Manuaba (2017), hemoglobin adalah molekul protein pada sel darah merah yang berfungsi sebagai media transport oksigen dari paru-paru. Kandungan zat besi yang terdapat dalam hemoglobin membuat darah berwarna merah. Hemoglobin merupakan komponen dalam darah yang berfungsi sebagai alat transport dalam pertukaran gas oksigen dan karbondioksida. Apabila dalam tubuh seseorang mengalami kekurangan hemoglobin maka akan mengalami anemia.

Salah satu makanan yang banyak mengandung vitamin dan mineral yaitu buah naga. Buah naga merupakan tanaman jenis kaktus yang menurut beberapa ahli, buah naga bermanfaat bagi kesehatan manusia karena memiliki kandungan gizi cukup lengkap (Usman, 2019).

Penambahan zat besi selama kehamilan kira-kira 1000 mg dan harus dipenuhi untuk kebutuhan janin, plasenta serta penambahan volume darah ibu. Sebagian dari peningkatan ini dapat dipenuhi dari simpanan zat besi dan peningkatan adaptif persentase zat besi yang diserap (Mustika dkk, 2019). Tetapi bila simpanan zat besi rendah atau tidak ada sama sekali dan zat besi yang diserap dari makanan sangat sedikit maka diperlukan suplemen. Program

pemerintah telah memwajibkan mengonsumsi tablet besi sebanyak 90 tablet selama kehamilan untuk mencegah anemia (Azami et al., 2016).

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 sel-sel darah merah. Buah naga mengandung zat besi dan vitamin dalam jumlah tinggi, khususnya vitamin C yang dapat membantu meningkatkan absorpsi zat besi selama kehamilan. Buah naga efektif dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil (Mutoharoh et al., 2022). Buah naga mengandung zat besi yang bermanfaat untuk menambah sel darah merah, vitamin B1 untuk mencegah demam pada tubuh, vitamin B2 untuk meningkatkan selera makan, dan vitamin B3 untuk menurunkan kadar kolesterol dalam darah. Buah naga merupakan salah satu sumber kalsium, magnesium, dan zat besi serta serat. Dimana kalsium dan zat besi ini memiliki kadar yang tinggi dan bermanfaat untuk tulang dan darah dengan 8% dari nilai harian. Kalsium juga diperlukan ibu hamil untuk meningkatkan fungsi otot dan transmisi syaraf.

Buah naga yang diberikan dalam bentuk jus lebih efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia. Intervensi yang diberikan dalam bentuk jus atau dihaluskan proses absorpsi yang dilakukan oleh pencernaan akan lebih cepat sekitar 20 menit. Rata-rata hemoglobin meningkat 0,8 mmHg setelah diberikan buah naga. Penelitian dilakukan dengan nilai sigifikasi 0,004 dimana pemberian jus buah naga dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia (Nurhayati & Fitriani, 2024).

Sesuai dengan hasil penelitian Soleha et al. (2020) menunjukkan hasil bahwa nilai rata-rata kadar hemoglobin sesudah pemberian Jus buah naga 11.583gr/dl. Begitu pula dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Olii (2020) menunjukkan hasil bahwa dengan mengonsumsi jus buah naga kadar hemoglobinnya meningkat, dengan rerata sebesar 11,17 gr/dL.

Hasil penelitian Aulya et al. (2021) didapatkan hasil p value  $0,001 < 0,05$ . Terdapat perbedaan kadar Hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia pada kelompok ntervensi sebelum dan sesudah diberikan jus buah naga. Puspita & Pratiwi (2019), dalam penelitiannya didapatkan hasil p-value 0,005 ( $p < 0,05$ ) dan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Mutoharoh dkk (2022) menunjukkan adanya peningkatan rata-rata kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III setelah diberikan jus buah naga merah dari 10,49 g/dL menjadi 11,66 g/dL dengan nilai p 0,000. Pemberian jus buah naga merah 1 hari sekali sebanyak 250 gram selama 14 hari diberikan pada pagi hari 30 menit sebelum ibu sarapan. Terdapat perubahan kadar hemoglobin ibu sebelum dilakukan perlakuan dan setelah dilakukan perlakuan yaitu kadar hemoglobin ibu mengalami peningkatan kadar hemoglobin yang signifikan dimana nilai rata-rata dan beda mean lebih tinggi setelah dilakukan intervensi.

Penelitian Chendriani (2020) menemukan bahwa ada peningkatan kadar hemoglobin secara bermakna antara sebelum dan sesudah diberikan tablet tambah darah dan tambahan buah naga dimana nilai p 0,000 dengan pengaruh kadar hemoglobin sesudah intervensi dari hasil uji 1,1 kali dengan tingkat kepercayaan 95%. Sementara penelitian sekarang ini berasumsi bahwa anemia terjadi karena tidak terpenuhinya asupan zat besi pada ibu hamil sehingga terjadi penurunan kadar hemoglobin dalam darah. Upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kadar hemoglobin adalah mengonsumsi makanan yang megandung zat besi tinggi. Pemberian jus buah naga sangat dianjurkan untuk membantu meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil salah satunya dengan cara di jus.

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

Hemoglobin antara ibu hamil yang mengkonsumsi jus buah naga dengan ibu hamil yang tidak mengkonsumsi jus buah naga, sehingga ibu yang mengkonsumsi jus buah naga kadar hemoglobin nya lebih meningkat dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak mengkonsumsi jus buah naga.

#### **D. Penutup**

##### **Simpulan**

Hasil penelitian yang dilakukan tentang Efektifitas Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Ibu Hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Selatbaru Kecamatan Bantan Kabupaten Bengkalis didapatkan :

- 1.Kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia sebelum pemberian jus buah naga rata-rata = 9,2 gr/dl std. deviasi = 1,0722 gr/dl maximum = 10,5 gr/dl dan minimum = 6,9 gr/dl.
- 2.Kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia sesudah pemberian jus buah naga rata-rata = 11,5 gr/dl std. deviasi = 0,7177 gr/dl maximum = 12,5 gr/dl dan minimum = 10,5 gr/dl.
- 3.Ada Pengaruh pemberian jus buah naga terhadap ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Selatbaru Kecamatan Bantan Kabupaten Bengkalis dengan nilai *p-value* = 0.000.

##### **Saran**

###### **1. Bagi IKTA Al Insyirah Pekanbaru**

Disarankan agar dapat menjadi referensi ilmu tambahan untuk meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia dapat dilakukan dengan mengkonsumsi jus buah naga.

###### **5.Bagi Puskesmas Selatbaru**

Tenaga kesehatan khususnya bidan diharapkan dapat membantu ibu dalam memotivasi untuk patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe dengan cara memberikan penyuluhan dan memantau kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet Fe, disamping itu dapat menerapkan pada ibu hamil untuk mengkonsumsi tablet Fe dan makanan yang mengandung zat besi salah satunya jus buah naga agar dapat mengurangi efek samping yang dialami pada saat mengkonsumsi tablet Fe.

###### **6.Bagi Responden**

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

###### **7.Bagi Peneliti Selanjutnya**

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

##### **Daftar Pustaka**

- Anita, 2020. *Herbal dan Obat*. Jakarta: Jutaja. Dari : Naskah Publikasi. Falkultas Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Aria, 2021. *Efektivitas Konsumsi Jus Buah Buah naga Terhadap Peningkatan Kadar HB Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Bagan Asahan Pekan*. Jurnal Kebidanan. STIKes Sari Husada.
- Arisman, 2022, *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Pustaka Pelajar. Dari : Naskah Publikasi. Falkultas Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Arya, 2020. *1001 Manfaat Buah Untuk Kesehatan*. Jakarta: Pustaka Pelajar.
- Aulya, Mega, 2021. *Pengaruh Pemberian Buah Naga Merah (Hylocereus polyrhizus) Terhadap Tekanan Darah Pada Penderita Hipertensi di Wilayah RW. 005 Kelurahan Paninggilan Kota Tangerang*. Journal of Nursing and Health Science

- Azami, M., Darvishi, Z., & Sayehmiri, K. 2016. *Systematic Review And Meta-Analiysis of The Prevalence of Anemia Among Pregnant Iranian Women*. Shiraz E Medical Journal, 17, 4–5
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, 2023 .*Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan* (p. 198).*Laporan\_Nasional\_RKD2023\_FINAL.pdf*.[http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan\\_Nasional\\_RKD2018\\_FINAL.pdf](http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf).
- Dinas Kesehatan Kabupaten Bengkalis. 2023. *Cakupan Anemia di kabupaten Bengkalis Periode Bulan Januari hingga Desember tahun 2023*.
- Direktorat Gizi Masyarakat. 2023. *Program Penanggulangan Anemia Gizi Pada Wanita Usia Subur (WUS) (Safe Mother Project: A Partnership and Family Approach Kesehatan Ibu: Kemitraan dan Pendekatan Keluarga)*. Jakarta: Direktorat Jendral Bina Gizi Masyarakat Departemen Kesehatan.
- Dyah, P. A., & Sulastri, E. (2019). *Peningkatan Pengetahuan Kehamilan, Persalinan Dan Nifas Yang Sehat Melalui Kelas Ibu Hamil*. The 9th University Research Colloquium 2019, 7–10.
- Kemenkes RI. 2022. *Strategi Penurunan AKI dan Neonatal*. Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta Kemenkes RI. 2022. *Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja dan WUS*.
- Kemenkes RI. 2023. *Program Penanggulabgan Anemia Gizi pada wanita usia subur (WUS); (Safe Motherhood Project: A Partnership and Family Approach)*. Direktorat Gizi Masyarakat. Jakarta: Direktorat Jenderal. Bina Kesehatan Masyarakat.
- Manuaba, 2019. *Kesehatan Reproduksi Wanita*, Jakarta : RGC
- Maskey, M., et all . 2019. *Anemia in pregnancy and its associated factors: A study from Eastern Nepal*. *Nepal Journal of Epidemiology*, 4(4), 386–392. <https://doi.org/10.3126/nje.v4i4.11358>.
- Meliyani, A. et al. 2022. *Hubungan Asupan Fe Dengan Kejadian Anemia Defisiensi Besi Pada Ibu Hamil Di Kabupaten Seluma*. *Journal of Nursing and Public Health*. 10(2): 225–232. doi: 10.1371/journal.pone.024 8754.
- Megawati, M. S, 2020. *Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Defisiensi Besi Trimester II Dan III Di Wilayah Kerja Puskesmas Ambarawa Kabupaten Semarang* .
- Muaris, H. 2022. *Buah Naga Buah Sehat Kaya Khasiat*. Jakarta: Books
- Mustika, I., Hidayati L, S., Kusumawati, E., & Lusiana, N. 2019. *Anemia Defisiensi Besi Dan Indeks Massa Tubuh Terhadap Siklus Menstruasi Remaja Putri*. *Jurnal Kesehatan*, 12(1), 30–40.
- 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, S. 2022. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : EGC. *Dari : Naskah Publikasi*. Fakultas Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- Rihama Proverawati, 2023. *Perawatan Ibu Hamil*. Jakarta: Duajaya. *Selatbaru 2023. Jumlah Kasus Anemia pada Ibu Hamil Periode Bulan Januari hingga Desember tahun 2023*.
- Retnorini, 2019. *Atasi Anemia Ibu Hamil Dengan Buah Naga*. *Tersedia dalam* : <http://medicastore.com/569/html>.
- Riau, D. K. P. (n.d.). *Profil Kesehatan Riau Tahun 2023* (Issue 0761).
- Sugiyono. 2023. *Metodologi Peneltian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Afabeta.
- Tasalim, 2021. *Solusi Tepat Meningkatkan Hb Tanpa Tranfusi Darah (Berdasarkan Evidence Bades Practice)*. Jakarta : Media Sains Indonesia.
- Ulani, 2019. *Pengobatan Anemia*. Jakarta : *Trans Info Media Vinna*, 2019, *Cara Mudah Mengatasi Problem Anemia*. Yogyakarta: Bangkit.
- Usman, M., Arman and Kurnaesih, E. (2019) ‘*Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Peningkatan Hemoglobin pada Ibu Hamil yang Mengalami Anemia di Puskesmas*

- Pangkep*’, Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis, 13(6), pp. 643–649. Available at:  
<http://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/110>
- Wasnidar, 2020. *Dokumentasi Proses Keperawatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- WHO, 2022. *Rekapitulasi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil*. <http://www.komdat.com>.  
diakses 10 Januari 2022