

Pengaruh Buah Naga Merah Terhadap Kadar HB Ibu Hamil Trisemester II dan III di Puskesmas Batujajar

Rika Nurhasanah¹, Indria Astuti²

^{1,2}Program Studi Kebidanan Stikes Jenderal A. Yani Cimahi

Email : Rika_dot@yahoo.com.au

ABSTRAK

Anemia pada ibu hamil merupakan masalah bagi kesehatan ibu. Anaemia dapat menimbulkan komplikasi pada ibu maupun bayi. Salah satu upaya yang dilakukan untuk mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil adalah dengan mengkonsumsi buah naga. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh buah naga terhadap kadar HB ibu hamil trisemester II dan III.

Desain penelitian menggunakan quasi eksperimen dengan rancangan *posttest only group design*. Populasi dalam penelitian adalah ibu hamil trisemester II dan III yang berjumlah 30 orang yang terbagi dalam 2 kelompok, yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan Uji T.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan kadar HB ibu yang mengkonsumsi buah naga dengan yang tidak mengkonsumsi. Disarankan bagi petugas kesehatan untuk memberikan sosialisasi kepada ibu hamil untuk mengkonsumsi buah naga merah sebagai alternatif dalam meningkatkan kadar HB.

Kata kunci: Kadar HB, Ibu Hamil, Buah Naga Merah

ABSTRACT

The Effect of Red Dragon Fruit on HB Levels of Pregnant Women in Trisemester II and III in Batujajar Health Center

Anemia in pregnant women is a problem for maternal health. Anemia can cause complications for mother and baby. One of the efforts made to prevent anemia in pregnant women is to consume dragon fruit. This study aims to determine the effect of dragon fruit on HB levels of second and third trimester pregnant women.

The research design uses quasi-experimental design with posttest only group design. The population in this study were mothers of Trisemester II and III, amounting to 30 people, divided into 2 groups, namely the treatment group and the control group. Data analysis was performed univariately and bivariately by T test.

The results showed there were significant differences in HB levels of mothers who consumed dragon fruit with those who did not consumed. It is recommended for health workers to provide socialization to pregnant women to consume red dragon fruit as an alternative in increasing HB levels.

Keywords: *HB levels, Pregnant women, Red dragon fruit.*

PENDAHULUAN

Perubahan fisik pada wanita hamil akan mengakibatkan perubahan pada sistem hematologi, diantaranya menurunkan kejadian anemia. Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah berkurang dan konsentrasi hemoglobin dalam sel berkurang dengan hasil bahwa

transfortasi oksigen ke seluruh tubuh juga berkurang (Seller, 1993).

Berdasarkan data Riskesdas (2016), prevalensi anemia ibu hamil di Indonesia sebesar 37.1% dan prevalensi anemia ibu hamil provinsi Jawa Barat adalah melebihi angka kejadian yaitu 78.2% dan di Kabupaten Bandung 41.0%. Tingginya angka kejadian anemia dapat menimbulkan komplikasi pada ibu maupun bayi. Komplikasi pada ibu dapat

mengakibatkan persalinan prematuritis, terhambatnya tumbuh kembang janin dalam rahim, mudah terkena infeksi, ancaman dekomkompensasi kordis (HB < 6 gr%), mola hidatisoda, hyperemesis gravidarum, pendarahan antepartum, dan ketuban pecah dini (KPD) (Saminem, 2008; Varney, 2008) .

Kriteria anemia pada kehamilan menurut World Health Organization (WHO) adalah Hb kurang dari 11 gr/dl untuk trimester I dan III serta Hb kurang dari 10,5 gr/dl untuk trimester II. Kejadian anemia pada ibu hamil terjadi karena peningkatan kebutuhan sel darah merah untuk pertumbuhan janin dan plasenta (Manuaba, 2010; Cunningham, 2006). Kebutuhan zat besi ibu hamil dapat dipenuhi dengan pemberian zat besi dan pemberian makanan yang mengandung zat besi. Sumber makanan yang banyak mengandung zat besi salah satunya adalah buah naga.

Buah naga merupakan salah satu buah yang dibudidayakan di Indonesia, buah naga memiliki empat jenis yaitu buah naga daging putih (*Hylocereus undatus*), buah naga daging merah (*Hylocereus polyrhizus*), buah naga daging super merah (*Hylocereus costaricensis*) dan buah naga kuning daging putih (*Selenicereus megalanthus*) (Ashari, 2011). 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 (Usman, 2019). Selain itu, Buah naga banyak mengandung zat gizi, diantaranya adalah iron (mg) 30,2-36,1 dalam 100 gr (Widyaningsih, 2017).

Berdasarkan latar belakang diatas, tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Perbedaan kadar Hb ibu hamil trimester II dan III yang diberikan buah naga merah di wilayah Puskesmas Batujajar 2019.

METODE

Desain penelitian ini menggunakan eksperimen semu dengan rancangan *non equivalent control group desain*.

(Notoatmojo, 2005). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu bersalin primigravida dalam kala I fase aktif. Tehnik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling dengan kriteria inklusi ibu hamil primigravida trisemster II dan III, dan kriteria eksklusi adalah adanya kegawatdaruratan pada ibu dan bayi. Besar sampel dalam penelitian adalah 30 orang yang terbagi dalam 2 kelompok, yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

Data dikumpulkan dengan melakukan pengukuran HB pada ibu hamil dan dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji T dependent.

HASIL dan PEMBAHASAN

Gambaran Karakteristik Responden

Distribusi frekuensi karakteristik responden ditentukan berdasarkan usia, pekerjaan, dan pendidikan dapat dilihat pada tabel 1 berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden berdasarkan usia, pendidikan, dan pekerjaan

Variabel	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol	
	F	%	F	%
Usia				
18	1	6.7	2	13.3
19	2	13.3	2	13.3
20	1	6.7	2	13.3
21	1	6.7	3	20.0
22	3	20.0	1	6.7
23	3	20.0	1	6.7
24	2	13.3	2	13.3
25	1	6.7	1	6.7
26	0	0	1	6.7
27	1	6.7	0	0
Pendidikan				
D3	0	0	1	6.7
SMA	12	8	8	53.3
SMP	3	2	6	40
Pekerjaan				
Ibu RT	11	73.3	11	73.3
Karyawan	4	26.7	3	20.0
PNS	0	0	1	6.7
Total	15	100	15	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa sebagian besar responden berada dalam kategori usia reproduksi sehat yaitu 20-35 tahun. Pada kelompok kontrol diketahui usia responden memiliki usia < 20 tahun yaitu 26,6% sedangkan pada kelompok intervensi 20%. Berdasarkan pendidikan, ssebagain

besar responden untuk di 2 kelompok adalah SMA. Sedangkan responden sebagian besar merupakan ibu rumah tangga dan sisanya adalah karyawan.

Kadar HB Ibu Hamil Trisemester II dan III Pada Kelompok Intervensi dan Kontrol

Tabel 2. Perbedaan Kadar HB pada Ibu Hamil pada kelompok intervensi dan kontrol

Kelompok	Mean	SD	95% CI		Pvalue
			Lower	Upper	
Intervensi	Sebelum	10.73	11.11		
	Setelah	10.80	11.10	-0,549	-0,198
Kontrol	Sebelum	10.54	10.72		
	Setelah	10.70	10.70	-0,295	-0,065

Berdasarkan analisis data diketahui bahwa perbedaan mean kadar HB sebelum dan sesudah intervensi adalah -0.373 dengan SD 0.317. sedangkan pada kelompok kontrol adalah -0.180 dengan SD 0.208.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara Hb dengan pemberian jus naga merah dengan p Value 0.000, ibu hamil pada kelompok kontrol maupun intervensi berjumlah 30 ibu hamil. Pemberian jus pada ibu hamil dilakukan 3 kali dalam satu minggu, jumlah jus yang diberikan pada ibu hamil sebanyak 100 gram buah naga yang diblender dan dicampur dengan air. Ibu hamil diberikan jus naga selama 3 minggu dengan pemberian setiap minggu pemberian jus naga adalah 3 kali/minggu.

Ibu hamil pada kelompok kontrol maupun intervensi diberikan tablet Fe setiap sehari sekali, observasi konsumsi tablet Fe dilakukan dengan cara setiap ibu hamil diberikan chek list. Seluruh ibu hamil mengkonsumsi tablet Fe setiap hari selama 3 minggu.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan kadar Hb pada kelompok

intervensi dan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi mengalami peningkatan rata-rata sebelum dan sesudah diberikan jus buah naga dan tablet Fe yaitu sebesar 0,07, sedangkan kelompok kontrol mengalami peningkatan rata-rata sebelum dan sesudah diberikan tablet Fe saja sebesar 0,16. Ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Widyaningsih yang menunjukkan bahwa ada peningkatan kadar Hb pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi mengalami peningkatan rata-rata pada hari ke 7 setelah diberikan buah naga sebesar 0,68, sedangkan pada kelompok kontrol mengalami peningkatan rata-rata pada hari ke 7 setelah diberikan edukasi menu gizi seimbang sebesar 0,07.

Hasil statistik menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian jus buah naga dan tablet Fe pada kelompok intervensi terhadap kadar Hb dengan p=0,000 , dan juga terdapat pengaruh pemberian tablet Fe saja pada kelompok kontrol terhadap kadar Hb ibu hamil dengan p=0,005. Hal ini sejalan dengan penelitian Widyaningsih yang mengungkapkan bahwa terdapat pengaruh

pemberian jus buah naga terhadap kadar Hb pada hari ke 7 intervensi dengan $p=0,037$. Anemia dapat dicegah dengan mengkonsumsi buah naga selama masa kehamilan, karena dalam buah naga terkandung zat besi. Zat besi ini akan berubah menjadi sel darah merah di dalam tubuh sehingga bermanfaat bagi ibu hamil yang cenderung mengalami anemia.

Penelitian Arifin (2012) secara signifikan juga menunjukkan bahwa buah naga dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada menciit putih betina, namun tidak berpengaruh terhadap lamanya waktu pemberian buah naga pada menciit putih betina. Penelitian Usman juga menunjukkan bahwa pada kelompok intervensi yang diberi jus buah naga memiliki pengaruh antara pemberian buah naga terhadap peningkatan hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia di SMAN 4 Pangrep. Secara teori, buah naga adalah buah yang banyak mengandung zat gizi seperti protein, zat besi, vitamin A, B2, dan vitamin C yang

berperan dalam metabolisme tubuh sehingga dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Khalil, et. al menyebutkan bahwa konsumsi buah naga dapat mengurangi risiko terkena penyakit seperti diabetes mellitus, jantung, hipertensi, hiperkolesterolemia, mencegah anemia dan mampu meningkatkan penglihatan (Khalili, 2012)

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan kadar HB ibu yang mengkonsumsi buah naga dengan yang tidak mengkonsumsi.

SARAN

Disarankan bagi petugas kesehatan untuk memberikan sosialisasi kepada ibu hamil untuk mengkonsumsi buah naga merah sebagai alternatif dalam meningkatkan kadar HB

DAFTAR PUSTAKA

- Cunningham, G. Obstetri; williams. watihartanto h, Jakarta; buku kedokteran EGC; 2006
- Manuaba S. Ilmu Kebidanan penyakit kandungan dan KB. Jakarta buku kedokteran EGC; 2010.
- Notoatmojo, Metodologi Penelitian Kesehatan Jakarta, PT Rieneka Cipta. 2005
- Prada J, B. Ilmu kebidanan jurnal ilmiah kebidanan 2012 ;03 No (2) Edisi Desember
- Reskidas Indonesia, Profil Kesehatan Indonesia, 2016
- Seller P, M. Midwifery Afrika creda pres. 1993.
- Varney. H. Buku Ajar Asuhan kebidanan Wahyuningsih. E. EGC: Jakarta 2008.
- Widyaningsih, A., Setiyani, O., Umaroh, U., Sofro, M. A. U., & Amri, F. (2017). Effect of consuming red dragon fruit (*Hylocereus costaricensis*) juice on the levels of hemoglobin and erythrocyte among pregnant women. *Belitung Nursing Journal*, 3(3), 255-64.
- Arifin, H., Nofiza, W. & E., 2012. Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga

- (*Hylocereus undatus*) terhadap Jumlah Hemoglobin, Eritrosit dan Hematokrit Pada Mencit Putih Betina. *Jurnal Sains dan Teknologi Farmasi*, Volume 17, pp. 118-125.
- Usman, M., Arman, A., & Kurnaesih, E. (2019). Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Peningkatan Hemoglobin Pada Remaja Putri yang Mengalami Anemia di SMAN 4 Pangrep. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 13(6), 643-649.
- Khalili RMA, Norhayati A, Rokiah M, Asmah R, Nasir MM, Muskinah MS. Proximate Composition and Selected Mineral Determination in Organically Grown Red Pitaya (2012)