



PENGARUH KONSUMSI JUS BUAH NAGA TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN (Hb) PADA IBU HAMIL DI DUSUN OLAS

Siti Rochmaedah¹, Syahfitriah Umamity² Trysna Ayu Sukardi³, Maryati Mardjuky⁴

^{1,2,3,4}Keperawatan, STIKes Maluku Husada

Siti.rochmaedah@gmail.com, Syahfitriah.umamity@gmail.com, ayusukardi88@gmail.com, yatimardjuky123@gmail.com

Abstrak

Ibu hamil dikatakan mengalami anemia apabila kadar hemoglobin ibu kurang dari 11g/dl pada trimester satu dan tiga, serta kurang dari 10,5 g/dl pada trimester kedua. Anemia berdampak juga pada perkembangan anak dan Ibu, penanganan anemia pada ibu hamil sangat penting untuk ditanggulangi. Secara non farmakologi dengan terapi komplementer, salah satunya yaitu jenis terapi komplementer dengan mengonsumsi buah, Contohnya mengonsumsi buah naga. Tujuan Penelitian Untuk mengetahui Pengaruh konsumsi jus buah naga terhadap kadar Hemoglobin (Hb) pada ibu hamil di Dusun Olas. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian desain quasi eksperimental dengan rancangan one group pre-test and post-test. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di Dusun Olas sebanyak 20 orang. Instrumen pada penelitian adalah SOP pemberian jus buah naga dan lembar observasi kadar hemoglobin sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil menunjukkan bahwa Uji statistic Wilcoxon sig rank test menunjukkan nilai $\text{sig} = 0,001 < \alpha = 0,050$ hal ini berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima jadi dapat diartikan hasil uji Wilcoxon pada skor kadar Hb post dan kadar Hb pre menunjukkan ada pengaruh terhadap pemberian jus buah naga pada ibu hamil. Kesimpulan ada pengaruh Konsumsi jus buah naga terhadap kadar Hemoglobin ibu hamil.

Kata Kunci: Jus Buah Naga Merah, Kadar Hemoglobin, Ibu Hamil

Abstract

Pregnant women are said to have anemia if the mother's hemoglobin level is less than 11g/dl in the first and third trimester, and less than 10.5 g/dl in the second trimester. Anemia also has an impact on the development of children and mothers, handling anemia in pregnant women is very important to overcome. Non-pharmacologically with complementary therapy, one of which is a type of complementary therapy by consuming fruit, for example consuming dragon fruit. The purpose of the study was to determine the effect of dragon fruit juice consumption on Hemoglobin (Hb) levels in pregnant women in Olas Hamlet. This research uses a quantitative method with a *quasi-experimental design research* type with a one-group pre-test and post-test design. The population of this study is all pregnant women in Olas Hamlet as many as 20 people. The instruments in the study were SOPs for administering dragon fruit juice and observation sheets for hemoglobin levels before and after treatment. The results show that the Wilcoxon sig rank test statistical test shows a value of $\text{sig} = 0.001 < \alpha = 0.050$, this means that H_0 is rejected and H_1 is accepted, so it can be interpreted that the results of the Wilcoxon test on the Hb post and Hb pre levels score show that there is an influence on the administration of dragon fruit juice to pregnant women. Conclusion there is an effect of dragon fruit juice consumption on Hemoglobin levels of pregnant women.

Keywords: Red Dragon Fruit Juice, Hemoglobin Levels, Pregnant Women

@Jurnal Ners Prodi Sarjana Keperawatan & Profesi Ners FIK UP 2025

✉ Corresponding author :

Address : Jl. Kebun Cengkeh, Batu Merah, Kec Sirimau, Kota Ambon

Email : syahfitriah.umamity@gmail.com

Phone : 082190222561

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses yang normal dan alamiah pada seorang wanita dimana dalam masa kehamilan terjadi perubahan fisik, psikologis dan social. Setiap kehamilan membawa resiko bagi ibu. World Health Organization (WHO) memperkirakan sekitar 15% dari seluruh wanita hamil akan berkembang menjadi komplikasi yang berkaitan dengan kehamilannya serta mengancam jiwa

Salah satu masalah kesehatan pada ibu hamil adalah anemia akibat defisiensi zat besi atau terjadinya penurunan kadar hemoglobin dari batas normal akibat kekurangan asupan zat besi. Anemia disebabkan oleh beberapa faktor seperti defisiensi vitamin B12, defisiensi asam folat, defisiensi besi, penyakit infeksi, faktor bawaan serta perdarahan. Tanda dan gejala terjadinya anemia seperti kadar hemoglobin lebih rendah dari batas normal, lemah, lesu, sakit kepala, telinga mendenging, penglihatan berkunang – kunang, gangguan saluran cerna dan nadi lemah

Upaya dalam memenuhi kebutuhan zat besi pada ibu hamil dalam pencegahan anemia defisiensi zat besi dapat dilakukan dengan dua jenis terapi yaitu secara farmakologi dan non farmakologi, secara farmakologi ibu hamil diberikan 1 TTD setiap hari dan minimal mengonsumsi 90 tablet selama hamil yang dapat dilakukan sedini mungkin sampai masa nifas

Sedangkan secara non farmakologi yaitu dengan terapi komplementer, terapi komplementer adalah terapi yang menunjang pengobatan alternative atau diluar medis. Dalam penerapannya, terdapat beberapa jenis terapi komplementer untuk pencegahan maupun penyembuhan penyakit, salah satunya yaitu jenis terapi komplementer dengan mengonsumsi buah-buahan, Contohnya seperti mengonsumsi buah naga.

Buah naga yang matang banyak mengandung asam organik, protein, mineral seperti potasium, magnesium, kalsium, besi, dan vitamin C. Berdasarkan kandungan kimianya buah naga yang banyak mengandung mineral, zat besi, dan vitamin C, dapat dimanfaatkan untuk pengobatan anemia.

Prevalensi anemia di provinsi Maluku pada tahun 2019 yaitu 19,7%, sedangkan pada tahun 2020 prevalensi anemia mengalami peningkatan yaitu 21,8% dan pada tahun 2021 prevalensi anemia pada ibu hamil masih mengalami peningkatan yaitu 34.11%

Menurut data dinas kesehatan provinsi maluku pada tahun 2020, Pervalensi anemia pada ibu hamil di kabupaten seram bagian barat

mencapai 37,2% jauh diatas angka nasional sebesar 27,7%

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian desain *quasi eksperimental* dengan rancangan one group pre-test and post-test. Penelitian ini dilaksanakan di Dusun Olas dilakukan pada 10 Februari -10 Maret 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di Dusun Olas berjumlah 20 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di dusun olas yang memenuhi kriteria inklusi Hb >8 gr/dl yaitu : Ibu hamil trimester I, II, dan III, Ibu hamil yang mengonsumsi Tablet fe. Instrumen pada penelitian yang di gunakan adalah SOP pemberian jus buah naga, lembar kuesioner (identitas responden) dan lembar observasi kadar hemoglobin sebelum dan sesudah perlakuan.

Tahap pelaksanaannya yaitu, Menjelaskan kepada responden tentang tentang intervensi pemberian jus buah naga merah sebanyak 1 kali sehari sesudah sarapan pagi dalam kurung waktu 7 hari, Pengambilan data pre (pengecekan kadar Hb) dilakukan sebelum memberikan jus buah naga merah, Jus buah naga merah diberikan sesudah pengambilan data pre berkaitan dengan Peningkatan hemaglobin pada ibu hamil Trimester I, II dan III sebanyak 250 cc/7hari, Tahap terakhir data post diambil pada saat sesudah diberikan Jus Buah Naga Selama 7 hari, yaitu pada hari ke 8

Analisa univariat dalam penelitian ini adalah karakteristik responden (ibu hamil, usia ,pekerjaan,pendidikan, kadar Hb pre dan kadar Hb post), sesudah konsumsi jus buah naga merah kemudian ditabulasi dan dikelompokan dalam bentuk tabel.

Sebelum dilakukan analisis bivariat, terlebih dahulu peneliti melakukan uji normalitas data. Jika nilai $p > 0,05$ (berdistribusi normal) maka dilakukan uji statistic menggunakan uji dependen T-test sedangkan jika nilai $p < 0,05$ (berdistribusi tidak normal) maka dilakukan uji Wilcoxon untuk menganalisis perubahan kadar Hb pre dan kadar Hb post konsumsi jus buah naga merah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Dusun Olas merupakan salah satu Dusun dari Desa Lokisi Kecamatan Huamual Kabupaten Seram Bagian Barat yang berada di pesisir pantai. Hasil ulasan data karakteristik berupa tabel adalah sebagai berikut :

Analisi Univariat

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Kelompok Umur, Pendidikan Terakhir Dan Pekerjaan Ibu Hamil di Dusun Olas

Karakteristik	N	%
Umur		
< 20 tahun atau > 35 tahun	6	30
20-35 tahun	14	70
Pendidikan terakhir		
SD	6	30
SMP	5	25
SMA	9	45
Pekerjaan		
IRT	18	90
Pedagang	2	10
Total	20	100

Berdasarkan tabel 1, di atas menunjukan bahwa 20 responden yang diteliti memiliki umur yang berbeda-beda responden dengan umur rentang beresiko < 20 tahun atau > 35 tahun sebanyak 6 (30%) responden dan usia responden sehat 20-35 tahun sebanyak 14 (70%) responden, pendidikan terbanyak adalah SMA 9 (45%) responden sedangkan paling sedikit adalah SMP 5 (25%) responden. Pekerjaan terbanyak adalah IRT yaitu 18 (90%) responden dan Pedagang 2 (10%) responden.

Tabel 2 Distribusi Berdasarkan Usia Kehamilan Trimester I,II,III Di Dusun Olas

No	Usia Kehamilan	Jumlah	%
1	Trimester I	5	25
2	Trimester II	6	30
3	Trimester III	9	45
	Total	20	100

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukan bahwa sebagian besar ibu hamil itu di trimester III berjumlah 9 (45%) responden, dan yang paling sedikit di Trimester I berjumlah 5 (25%) responden.

Tabel 3 Distribusi Berdasarkan nilai mean Pre Test dan Post Test Konsumsi jus buah naga

Kadar Hb	Pre-test		Post-test	
	N	%	n	%
Normal : ≥11 gr/ d	6	30	14	70
Anemia ringan: 9-10 gr%dl	10	50	6	30
Anemia sedang: 7-8 gr % d	4	20	0	0
Anemia Berat: < 7gr%dl	0	0	0	0
Jumlah	20	100	20	100

Berdasarkan tabel 3 menjelaskan bahwa dari 20 responden sebelum pemberian jus buah naga didapatkan ibu yang memiliki anemia sedang 4 (20%) responden, anemia ringan 10 (50%) responden, dan yang tidak memiliki anemia berjumlah 6 (30%) responden sedangkan setelah diberikan jus buah naga ibu dengan kadar Hb normal sebanyak 14 (70%) responden, dan yang mengalami anemia ringan sebanyak 6 (30%) responden.

Analisis Bivariat

Uji normalitas data

Tabel 4. Uji Normalitas Data

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
kadar_Hb_pre	.812	20	.001
kadar_Hb_post	.580	20	.000

Uji normalitas data menggunakan uji *Shapiro wilks* karena sampel < 50, Diketahui nilai sig. pada kolom *Shapiro Wilk* memiliki nilai < 0,005 yaitu kadar Hb pre .001 dan kadar Hb Post .000 sehingga memiliki kesimpulan data telah berdistribusi tidak normal maka dilakukan pengujian menggunakan uji Wilcoxon.

Tabel 5. Analisa perubahan konsumsi Jus buah naga terhadap kadar Hemoglobin (Hb) pada ibu hamill di Dusun Olas.

Kadar Hb	n	Mean	Negatif Rank	Ties	P-Value
Pre-test	20	.00	0	9	0,001
Post-test	20	6.00	11		

Dari tabel diatas menunjukan bahwa Uji statistic Wilcoxon sig rank test menunjukkan nilai sig = 0,001 < α = 0,050 hal ini berarti H0 ditolak dan H1 diterima jadi dapat diartikan hasil uji Wilcoxon pada skor kadar Hb post dan kadar Hb pre menunjukkan ada pengaruh terhadap pemberian jus buah naga pada ibu hamil.

Pembahasan

Pengaruh Konsumsi Jus Buah Naga pada Ibu hamil Di Dusun Olas

Hasil penelitian ini menunjukan bahwa terdapat pengaruh kosumsi jus buah naga merah terhadap kadar Hb pada ibu hamil di Dusun Olas dilihat dari hasil uji Wilcoxon nilai p=0,0001, dikarenakan Buah naga merah banyak mengandung asam organik, protein, mineral seperti potasium, magnesium, kalsium, besi, dan vitamin C.

Asumsi peneliti, buah naga dapat dijadikan alternatif untuk menaikkan kadar haemoglobin

pada ibu hamil tanpa ada efek samping. Naik turunya kadar hemoglobin sesudah pemberian jus buah naga juga dipengaruhi oleh nutrisi yang dikonsumsi ibu hamil, aktivitas fisik serta pola istirahat ibu hamil tersebut. Perbedaan kenaikan kadar haemoglobin pada ibu hamil sebelum dan sesudah mengkonsumsi buah naga disebabkan karena asupan nutrisi yang tidak cukup, bertambahnya zat gizi yang hilang, dan meningkatnya kebutuhan nutrisi ibu selama masa hamil.

Penelitian ini sejalan dengan Penelitian yang telah dilakukan oleh Suhartini dan Mutia (2020) yang menyimpulkan ada pengaruh pemberian buah Naga terhadap Kadar HB pada Ibu hamil di Desa Pakam Kecamatan Medan Deras Kabupaten Batubara Tahun 2020. Begitu pun dengan penelitian yang dilakukan oleh Soleha dkk (2020) yang menyimpulkan ada pengaruh pemberian jus buah Naga terhadap peningkatan Kadar HB pada Ibu hamil.

SIMPULAN

Konsumsi jus buah naga pada ibu hamil di Dusun Olas sangat berpengaruh karena ada peningkatan sebelum dan sesudah konsumsi jus buah naga. Yang berarti terdapat pengaruh pemberian jus buah naga terhadap kadar hamoglobin ibu hamil di Dusun OLas.

DAFTAR PUSTAKA

Amalia Djamil, R., Eko Irianto, S., & Yulia Maritasari, D. (2023). *GHIDZA : JURNAL GIZI DAN KESEHATAN Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Kabupaten Way Kanan Provinsi Lampung Tahun 2022*.
<https://doi.org/10.22487/ghidza.v7i1.750>

Astriana, W., Folendra Rosa, E., Puspitasari, Y., Studi DIII Kebidanan STIKes Al-Ma, P., Baturaja, arif, & Studi DIII Keperawatan Baturaja Poltekkes Kemenkes Palembang, P. (2023). *Lentera Perawat Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil*. 4(1).

Chendriany, E. B., Kundaryanti, R., & Lail, N. H. (2021a). 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>

Eka Bintari Chendriany., (2021). Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Anemia Di UPTD Puskesmas Taktakan Serang – Banten.

Journal for Quality in Women's Health Vol. 4 No. 1 Maret 2021..

Fadila, I. 2022. 15 manfaat buah naga yang mungkin belum Anda ketahui. Diakses dari <https://hellowealth.com/nutrisi/fakta-gizi-/manfaat-buah-naga>

Ginting, D. Y., Tarigan, L., & Endriyana, S. (2021). Pengaruh Pemberian Buah Naga Terhadap Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Bidan Sri Wahyuni kecamatan Ujung Pandang Kabupaten Simalungun Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Masyarakat & Gizi*, 3(2), 188- 201.

Mutiariami Dahlan, F. (2022). *pengaruh pemberian jus buah naga terhadap kadar haemoglobin pada ibu hamil trimester III the effect of administration of dragon fruit juice on haemoglobin levels among trimester III pregnant women i n f o a r t i k e l abstrak*. 11(2).Ode Salma, W., Tosepu,

Nurhasanah, R., & Astuti, I.(2019). Pengaruh Pemberian Buah Naga Merah Terhadap Kadar Hb Ibu Hamil Trimester II dan III di Puskesmas Batujajar. *Jurnal Kesehatan Kartika*, 14(3), 173-177.

Prabawati, G. 2022. 10 Manfaat buah naga bagi kesehatan tubuh dan kulit. Diakses dari <https://m.tribunnews.com/amp/regional/2022/05/13/berikut-10-manfaat-buah-naga-bagi-kesehatan-tubuh-dan-kulit>.

Soleha, N., Amirus, K., & Kesehatan Masyarakat Universitas Malahayati, F. (2020). pemberian jus buah naga mempengaruhi kadar hemoglobin pada ibu hamil. in *jurnal kebidanan* (Vol. 6, Issue 3).

Tusiana, Y., Febriyanti, H., & Andika, T. H. (2021). Pengaruh Jus Buah Naga Merah Terhadap Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja UPT Puskesmas Tri Karya Mulya Kabupaten Mesuji Tahun 2021. *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)*. 2(2). 99-108.

Villalva-Luna, Jose L., and Jhonattan J. Villena-Prado 2020 “Relationship between Pregnant Women with Anemia at Risk Maternal Age and Low Birth Weight in a Social Security Hospital in Peru ” *Revista de La Facultad de Medicina Humana* 20(4):581–88. doi: 10.25176/RFMH.v20i4.3192.