

PENGARUH PEMBERIAN BUAH NAGA (*Hylocerres polyrhizus*) TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS NARAS

THE EFFECT OF GIVING DRAGON FRUIT (*Hylocerres polyrhizus*) ON INCREASING HEMOGLOBIN LEVELS IN PREGNANT WOMEN AT NARAS COMMUNITY HEALTH CENTER

Rika Astria Rishel¹, Rika Armalini¹, Prasetyaningsih¹, Miftakhul Zanah¹, Sri Rizki Shalihah*

¹ STIKes Pila Sakti Pariaman

Jl. Diponegoro, Kp. Pd., Pariaman Tengah, Kota Pariaman, Sumatera Barat 25512 HP: 0812374499579

*Email: shalihah rizki11@gmail.com

Naskah Masuk: 02-06-2024

Naskah Diterima: 03-06-2024

Naskah Disetujui: 03-06-2024

ABSTRACT

*Anemia in pregnancy is a problem that requires special treatment because its prevalence is still high. According to WHO 2017, anemia in pregnancy is a condition in which a mother has a hemoglobin level of <11 gr% in the first and third trimesters, while in the second trimester the hemoglobin level of pregnant women is <10.5 gr. The purpose of the study was to determine the effect of giving dragon fruit (*hylocerres polyrhizus*) on increasing hemoglobin levels in pregnant women in the Naras Health Center Work Area. This type of research uses an experimental method with a one group pre-test and post-test design. The sample in the study was 15 pregnant women who had anemia. Statistical tests using the Paired Sample Test. The results of the study were obtained before giving dragon fruit to pregnant women in the Naras Health Center Work Area, Pariaman City 2023 with a moderate anemia category, namely 8 respondents (53.0%). After giving dragon fruit with a mild anemia category, namely 11 respondents (73.3%). In conclusion, there is a significant effect on increasing hemoglobin (HB) levels in pregnant women with anemia after being given dragon fruit in the Naras Health Center work area, Pariaman City, with a P value of 0.001 ($p < 0.05$).*

Keywords: Anemia, Pregnant Women, Dragon Fruit

ABSTRAK

Kementerian Kesehatan telah menetapkan target cakupan pemberian ASI Eksklusif sebesar Anemia dalam kehamilan merupakan masalah yang perlu mendapat penanganan khusus karena prevalensinya yang masih tinggi. Menurut WHO 2017, anemia dalam kehamilan adalah kondisi Ibu dengan kadar haemoglobin <11 gr% pada trimester I dan III, sedangkan pada trimester II kadar haemoglobin ibu hamil <10,5 gr. Tujuan penelitian mengetahui pengaruh pemberian buah naga (*hylocerres polyrhizus*) terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Naras. Jenis penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain one group pre test and post tes. Sampel pada penelitian yaitu 15 orang Ibu hamil yang mengalami Anemia. Uji statistik menggunakan Paired Sampel Test. Hasil penelitian didapatkan sebelum pemberian buah naga pada ibu hamil di Wilayah kerja Puskesmas Naras Kota Pariaman 2023 dengan kategori anemia sedang, yaitu 8 responden (53.0%). Sesudah pemberian buah naga dengan kategori anemia ringan, yaitu 11 responden (73.3%). Kesimpulannya, terdapat pengaruh yang signifikan

pada peningkatan kadar hemoglobin (HB) ibu hamil yang mengalami anemia sesudah pemberian buah naga di Wilayah kerja Puskesmas Naras Kota Pariaman, diperoleh nilai $P=0,001$ ($p<0,05$).

Kata Kunci: *Anemia, Ibu Hamil, Buah Naga*

PENDAHULUAN

Anemia adalah keadaan tubuh memiliki jumlah sel darah merah (eritrosit) yang terlalu sedikit, yang mana sel darah merah itu mengandung hemoglobin yang berfungsi untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh (Proverawati, 2013). Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2017 anemia dalam kehamilan adalah kondisi Ibu dengan kadar haemoglobin <11 gr% pada trimester I dan III, sedangkan pada trimester II kadar haemoglobin ibu hamil $<10,5$ gr%. Anemia didefinisikan sebagai penurunan jumlah sel darah merah atau penurunan konsentrasi Hb di dalam sirkulasi darah. Anemia adalah kadar turunya haemoglobin kurang dari 12 gr/dl untuk wanita tidak hamil dan kurang dari 10gr/dl untuk wanita hamil (Varney, 2020).

Buah naga merupakan salah satu jenis buah yang banyak dimanfaatkan di Indonesia, Selain karena rasanya yang enak, buah ini cukup digemari masyarakat. Buah naga termasuk dalam famili Cactaceae. *Hylocereus* adalah

salah satu genus penting yang menghasilkan buah yang dapat dimakan. Buah ini berasal dari Meksiko Tropis dan Subtropis di Amerika Selatan, dan juga terdapat di dua puluh negara tropis seperti Indonesia, Australia, Malaysia, Kamboja. Tanaman buah naga awalnya hanya sebagai tanaman hias tetapi kini mempunyai nilai ekonomi yang tinggi dan bermanfaat untuk pengobatan berbagai jenis penyakit.

Menurut *World health Organization* (WHO) diperkirakan sebanyak 52,5% wanita di asia tenggara mengalami Anemia. Hasil riset kesehatan dasar (riskesdes) tahun 2018 bahwa sekitar 21,7% penduduk indonesia mengalami, 48,9% terjadi pada ibu hamil, meningkat dibandingkan di tahun 2013 sebesar 37,1%. Kejadian pada ibu hamil di provinsi Sumatera Barat juga mengalami peningkatan dari tahun 2017 yakni 34,8% menjadi 37,1% pada tahun 2018.

Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI (2018) angka kejadian anemia di dunia mencapai 23,2% pada tahun 2015 dan pada tahun 2017 prevalensi anemia

mengalami penurunan yang kurang signifikan yaitu hanya 22,2% setengah dari angka anemia ini, 55% berasal dari Asia dan sepertiganya berasal dari Afrika 39%. Terdapat 83,6 juta balita yang mengalami anemia di Asia, proporsi tertinggi terdapat pada Asia selatan yaitu 58,7% dan proporsi terendah pada Asia tengah 0,9%.

Negara berkembang seperti Indonesia memiliki masalah yang kompleks, dari mulai angka kemiskinan yang tinggi hingga ibu hamil Anemia yang tinggi. Menurut Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI (2018), masalah anemia menjadi salah satu faktor kurangnya darah ibu hamil. Hal ini berdampak pada angka kejadian statistik di Indonesia.

Sedangkan menurut laporan dinas kesehatan provinsi Sumatera Barat 2022-2023 ibu hamil di salah satu Kota Pariaman ada 8.220 orang yang ada di Provinsi Sumatera Barat, yang terdiri dari 4 Kecamatan. Pariaman Utara adalah salah satu Kecamatan di Kota Pariaman dengan jumlah ibu hamil terbanyak yaitu 576 orang (Dinkes, Sumatera Barat, 2022).

Puskesmas Naras adalah salah satu Puskesmas yang terletak di Puskesmas Naras Kecamatan Pariaman

Utara, Kota Pariaman Sumatera Barat. Selain itu, belum pernah ada yang melakukan penelitian tentang Pengaruh Pemberian Buah naga terhadap Kadar hemoglobin HB pada ibu hamil.

Kesehatan ibu hamil adalah salah satu aspek yang penting untuk diperhatikan dalam siklus kehidupan seorang perempuan karena sepanjang masa kehamilannya dapat terjadi komplikasi yang tidak di harapkan. Angka kematian ibu (AKI) di Indonesia masih tinggi yaitu 305/1000 k. Kelahiran hidup dari hasil survei demografi dan kesehatan Indonesia (SKDI). Penyebab kematian ibu ada 2, yaitu secara langsung dan tidak langsung. penyebab langsung kematian maternal antara lain perdarahan pasca postpartum, eklamsi, penyakit infeksi, dan plasenta yang semua bersumber pada defisiensi besi (SDKI, 2018).

Peningkatan Kadar hemoglobin hemoglobin dapat dilakukan dengan menggunakan suplemen dan juga dari makanan. Suplemen yang dapat meningkatkan Kadar hemoglobin hemoglobin yaitu tablet besi, asam folat dan suplemen vitamin C. Selain dari suplemen, makanan juga dapat meningkatkan Kadar hemoglobin hemoglobin salah satunya adalah kacang

hijau. Kacang hijau mengandung vitamin dan mineral yang dibutuhkan oleh tubuh. Mineral seperti kalsium, fosfor, besi, natrium dan kalium yang banyak terdapat pada kacang hijau (Astawan, 2019).

Selain dapat dimanfaatkan sebagai bahan dasar makanan dan minuman, kacang hijau dapat digunakan sebagai tambahan asupan zat besi untuk mencegah . Kandungan besi yang terdapat di dalam kacang hijau sebesar 6,7 mg/100 g. Unsur besi yang tergolong mineral mikro merupakan komponen utama dari sintesis hemoglobin. Kekurangan besi dalam tubuh akan mempengaruhi pembentukan hemoglobin jika terjadi terus menerus akan mengakibatkan tubuh kekurangan hemoglobin atau disebut dengan (Rositawaty, 2009).

Zat besi (Fe) dengan konsentrasi tinggi yang terdapat dalam sel darah merah yaitu hemoglobin. Hemoglobin akan membawa oksigen ke sel-sel yang membutuhkannya untuk metabolisme glukosa, lemak, dan protein menjadi energi (ATP). Pembentukan hemoglobin memerlukan beberapa zat gizi dalam pembentukan sel darah merah, diantaranya adalah zat besi, vitamin B12, asam folat dan vitamin C. Tanpa zat gizi

tersebut, pembentukan sel darah merah tidak akan mencukupi Kadar hemoglobin hemoglobin dalam tubuh (Agustina, 2019).

Penanganan Hb rendah dapat dilakukan dengan memperbanyak konsumsi zat besi, mengkonsumsi suplemen zat besi, dan transfusi sel darah merah. Selama ini berkembang dimasyarakat tentang peran fungsional kelakai terhadap Hb rendah karena zat besi (Fe) yang dikandungnya (Ariani, 2018). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Maulina dan Sitepu (2014) menyatakan bahwa pemberian kacang hijau dengan dosis 18 g/kgBB/hari dan 36 g/kg BB/hari efektif terhadap peningkatan Kadar hemoglobin hemoglobin pada tikus putih. Peningkatan Kadar hemoglobin hemoglobin tertinggi pada kelompok dosis 18 g/kgBB/hari sebanyak 4,09 g/dl. Tingginya kandungan Fe dalam kacang hijau dan adanya kaitan antara Fe dengan Kadar hemoglobin hemoglobin membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Pengaruh Pemberian Buah naga terhadap Kadar hemoglobin. Buah naga telah diketahui mampu meningkatkan Kadar hemoglobin. Hal ini telah dibuktikan dengan penelitian tentang pemberian

buah naga pada ibu hamil yang pernah anemia/HB rendah dilakukan oleh Nagara (2015) dan Maulina (2015) yang dilakukan pada dengan hasil ekstrak buah naga dapat meningkatkan Kadar hemoglobin.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Raima Rahmi Muzhiroh (2020) tentang pengaruh pemberian jus buah naga merah terhadap perubahan kadar hemoglobin pada aktivitas fisik maksimal Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh pemberian jus buah naga merah terhadap perubahan kadar hemoglobin pada aktivitas fisik maksimal pada kelompok responden yang diberi intervensi ($p = 0.008$). Kesimpulan: Terdapat pengaruh pemberian jus buah naga merah terhadap perubahan kadar hemoglobin pada aktivitas fisik maksimal di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Tujuan penelitian adalah menganalisis Pengaruh pemberian buah naga (*Hylocerres polyrhizus*) terhadap peningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil di Puskesmas Naras.

METODOLOGI

Penelitian ini adalah Quasy Eksperiment, dengan in one group pre

test dan post test, dimana variable dependen dan variable independen diteliti secara bersamaan. Di dalam in penelitian ini observasi dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum dan sesudah perlakuan. Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Pasia Nareh, Naras Hilir, Kec. Pariaman Utara, Kota Pariaman, Sumatera Barat. Populasi pada penelitian ini adalah semua ibu hamil yang berkunjung ke Puskesmas Naras yang memiliki kadar hemoglobin $< 11\text{gr/dl}$. Teknik pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian secara Simple random sampling artinya pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu. oleh demikian pada penelitian ini peneliti menetapkan sampel sebanyak 15 orang ibu hamil dengan kadar hb < 11 gr atau ibu hamil dengan anemia. Pengukuran kadar hemoglobin ibu hamil dilakukan sebelum dan setelah diberikan buah naga. Responden diberikan buah naga 2 kali dengan volume 100 ml selama 14 hari. Analisis univariat pada penelitian ini adalah untuk mengetahui distribusi frekuensi rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan buah naga (*Hylocerres polyrhizus*).

Analisis bivariat menggunakan paired sample T-test pada $\alpha = 0.05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Distribusi frekuensi kadar hemoglobin responden sebelum diberikan buah naga dapat terlihat pada Tabel 1.

Tabel 1 Rerata Kadar Hb Ibu Hamil sebelum Pemberian Buah Naga di Wilayah Kerja Puskesmas Naras

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Min	Max	Std. Deviation
Sebelum	15	9.22	8.4	9.9	0.552

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa dari 15 responden sebelum mengkonsumsi buah naga terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil nilai minimal (nilai kadar hemoglobin terendah) 8.4 dan nilai maksimal (nilai kadar hemoglobin tertinggi) 9.9 dengan nilai rata-rata sebelum pemberian buah naga 9.22 dan standar deviasi 0.552. dapat disimpulkan bahwa rata-rata kadar HB Ibu hamil sebelum mengkonsumsi Buah Naga mengalami Anemia Sedang di Wilayah Kerja Puskesmas Naras. Sedangkan kadar hemoglobin setelah diberikan buah naga terlihat pada Tabel 2 berikut.

Tabel 2 Rerata Kadar Hb Ibu Hamil setelah Pemberian Buah Naga di Wilayah Kerja Puskesmas Naras

Descriptive Statistics					
	N	Mean	Min	Max	Std. Deviation
Sebelum	15	10.28	8.9	11.2	0.664

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan bahwa dari 15 responden sesudah mengkonsumsi buah naga terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil nilai minimal (nilai kadar hemoglobin terendah) 8.9 dan nilai maksimal (nilai kadar hemoglobin tertinggi) 10.28 dengan nilai rata-rata sebelum pemberian buah naga 10.28 dan standar deviasi 0.664 dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini rata-rata kadar HB Ibu hamil sesudah mengkonsumsi Buah Naga mengalami Anemia ringan di Wilayah Kerja Puskesmas Naras. Hasil analisis bivariat terhadap kadar hemoglobin ibu hamil dapat terlihat pada Tabel 3.

Tabel 3 Pengaruh kenaikan kadar hemoglobin ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian buah naga di Wilayah Puskesmas Naras

Kadar Hemoglobin	n	Mean	P Value
Sebelum Perlakuan	15	8.89	0.001
Sesudah Perlakuan	15	10.61	

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa hemoglobin (HB) pada ibu hamil sebelum mengkonsumsi Buah Naga

memiliki rerata hanya sebesar 9.22 gr, kemudian setelah mengkonsumsi Buah Naga hemoglobin (HB) ibu hamil meningkat menjadi rerata sebesar 10.61 gr. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon Test diperoleh nilai $P=0,001$ ($p<0,05$), maka dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian Buah Naga terhadap kadar kenaikan hemoglobin ibu hamil.

Hasil penelitian yang dilakukan tentang kadar hemoglobin pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Naras Tahun 2023 sebelum pemberian Buah Naga memiliki nilai rerata 9.22 pada kategori anemia sedang. Hasil Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Putri Handayani (2022) dengan judul pengaruh konsumsi jus buah naga terhadap parameter hemoglobin pada kehamilan trimester ketiga di PMB S Tangerang” menunjukkan nilai rerata Hb sebelum mengonsumsi jus buah naga adalah 9,761 gr% pada kategori ringan. Penelitian lain yang dilakukan Nani Soleha (2020) tentang pemberian Jus Buah Naga mempengaruhi kadar hemoglobin pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Liwa Lampung Barat. Hasil analisis didapatkan dari 18 responden, diketahui bahwa pemberian Jus buah naga terhadap kenaikan kadar

hemoglobin pada ibu hamil memiliki nilai rata-rata sebelum pemberian Jus buah naga 9.761 dengan kategori anemia sedang.

Hasil penelitian ini diketahui sebelum mengkonsumsi Buah Naga Kadar Hb ibu hamil rata-rata 9.22 pada kategori anemia sedang, dimana anemia ibu hamil paling banyak ditemukan pada usia 30-35 tahun, yaitu sebanyak 8 (87.5%) dan 1 (12.5%) responden berusia < 30 tahun. Menurut Manuaba dan Rahmawati (2017), Umur ibu yang ideal dalam kehamilan yaitu pada kelompok umur 20-35 tahun dan pada umur tersebut kurang beresiko komplikasi kehamilan serta memiliki reproduksi yang sehat. Hal ini terkait dengan kondisi biologis dan psikologis dari ibu hamil.

Menurut Citra dalam Dini Hayati (2021), rendahnya kadar Hb disebabkan oleh asupan gizi yang tidak mencukupi. Asupan zat gizi sehari-hari sangat dipengaruhi oleh kebiasaan makan. Salah satu penyebab turunnya kadar hemoglobin ialah kurangnya kecukupan makan dan kurangnya mengkonsumsi sumber makanan yang mengandung zat besi dan mengkonsumsi makanan cukup tetapi makanan yang dikonsumsi memiliki bioavailabilitas zat besi yang

rendah sehingga jumlah zat besi yang diserap oleh tubuh kurang.

Menurut analisis peneliti, kadar hb ibu hamil yang mengalami penurunan pada sebelum diberikan perlakuan diakibatkan dari proses hemodilusi, sehingga ibu hamil membutuhkan kandungan fe dalam membantu meningkatkan kadar Hb. Selain itu, Rendahnya kadar Hb ibu hamil disebabkan karena ibu mayoritas kehamilan trimester III yaitu sebanyak 14 (46,7%). Dimana pada usia kehamilan trimester III sangat membutuhkan Kadar HB yang banyak untuk arkulasi jantung janin.

Hasil penelitian yang dilakukan tentang kadar hemoglobin pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Naras Tahun 2023 diketahui bahwa hari ke 15 pemberian sesudah pemberian buah naga mengalami kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan nilai rerata 10.28 kategori anemia ringan.

Hasil Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Vitria Meilinda (2023) dengan judul pengaruh pemberian jus buah naga (*hylocereus polyrhizus*) dan madu dengan kombinasi tablet fe terhadap peningkatan kadar hemoglobin di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Kota

Pekanbaru” menunjukkan nilai rerata Hb sesudah mengonsumsi buah naga adalah 11,3 gr% pada kategori ringan. Penelitian lain yang dilakukan Putri Handayani (2022) dengan judul pengaruh konsumsi jus buah naga terhadap parameter hemoglobin pada kehamilan trimester ketiga di PMB S Tangerang” menunjukkan nilai rerata Hb sebelum mengonsumsi buah naga adalah 11,9 gr%.

Buah naga sangat bermanfaat untuk ibu hamil, itu karena di dalam buahnya terkandung nutrisi seperti vitamin C, vitamin B1, vitamin B2, vitamin B3, protein, dan sebagainya. Tentunya kandungan ini membuat buah naga memiliki manfaat, antara lain menguatkan ginjal, menyeimbangkan gula darah, membersihkan darah, kesehatan hati, menurunkan kolesterol, mencegah pendarahan, dan sebagai obat keputihan (Tusiana, 2021). Zat besi merupakan mikroelemen yang esensial bagi tubuh. Zat ini terutama diperlukan dalam hemopoboesis (pembentukan darah) yaitu sintesis hemoglobin (Hb). Hemoglobin (Hb) yaitu suatu oksigen yang mengantarkan eritrosit berfungsi penting bagi tubuh. Hemoglobin terdiri dari Fe (zat besi), protoporfirin, dan globin (1/3 berat Hb terdiri dari Fe).

Penambahan zat besi selama kehamilan kira-kira 1000 mg, karena mutlak dibutuhkan untuk janin, plasenta dan penambahan volume darah ibu. Sebagian dari peningkatan ini dapat dipenuhi oleh simpanan zat besi dan peningkatan adaptif persentase zat besi yang diserap (Putri, S., & Lathifah, N. S. 2019).

Asumsi peneliti ternyata masih ada responden mengalami anemia sedang walaupun sudah diberikan Buah Naga, hal dikarenakan Kurangnya pendapatan keluarga untuk memenuhi status gizi akhirnya berdampak pada penurunan status gizi. Dimana ketahu asupan gizi merupakan faktor yang sangat memengaruhi kadar hemoglobin sehingga dibutuhkan zat gizi yang adekuat agar pembentukan hemoglobin dan produksi sel darah merah berjalan dengan baik. Zat besi dalam tubuh berperan penting sebagai bahan utama dalam sintesis hemoglobin.

Berdasarkan tabel 4.7 menunjukkan bahwa hemoglobin (HB) pada ibu hamil sebelum mengkonsumsi tablet kapsul daun kelor memiliki rerata hanya sebesar 9.22 gr, kemudian setelah mengkonsumsi Buah Naga hemoglobin (HB) ibu hamil meningkat menjadi rerata sebesar 10.61 gr. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon Test diperoleh nilai

$P=0,001$ ($p<0,05$), maka dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian Buah Naga terhadap kadar kenaikan hemoglobin ibu hamil.

Hasil Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Vitria Meilinda (2023) dengan judul pengaruh pemberian jus buah naga (*hylocereus polyrhizus*) dan madu dengan kombinasi tablet fe terhadap peningkatan kadar hemoglobin di Wilayah Kerja Puskesmas Harapan Raya Kota Pekanbaru” menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata kadar hemoglobin sebelum dan sesudah dilakukan pemberian jus buah naga (*Hylocereus Polyrhizus*) dengan selisih rata-rata sebesar 1,2182 dan diperoleh nilai p-value ($0,000(< 0,05)$)

Buah naga merah merupakan salah satu buah yang telah banyak diteliti manfaatnya dalam meningkatkan kadar hemoglobin. Buah naga merah kaya akan antosianin yang dibutuhkan oleh tubuh manusia. Kadar antosianin berkisar 8,8 mg/100gr buah naga. Antosianin diketahui memiliki efek protektif terhadap eritrosit. Proses ini identik dengan fisiologi yang terjadi pada tubuh manusia yaitu proses pengurangan radikal bebas, termasuk bentuk reaktif oksigen. Itulah sebabnya mereka

dianggap sebagai antioksidan (Tusiana, 2021).

Buah naga dapat berperan dalam pembentukan sel darah merah dan mencegah anemia karena kandungan fitokimia dalam buah naga sangat lengkap sehingga dapat membantu proses hematopoiesis (Stefani dan Soleha 2020); Buah naga mengandung zat prebiotic yang membantu proses metabolisme usus besar dan membunuh bakteri jahat (Al-Mekhlafi, et. al., 2021; Khuituan, et.al., 2019) sehingga penyerapan nutrisi dalam tubuh menjadi lebih baik.

Menurut analisis peneliti, 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 mengkonsumsi makanan yang kaya zat besi. Pemberian buah naga dapat meningkatkan kadar hemoglobin responden, dilihat dari rata-rata kadar hemoglobin pre-test sebelum pemberian buah naga dengan rentang waktu 14 hari terjadi peningkatan kadar hemoglobin post-test setelah dilakukan pemberian buah naga. terjadinya peningkatan kadar hb juga disebabkan ibu hamil rutin mengkonsumsi buah naga dan didukung

pula karena pekerjaan ibu, dimana didapatkan pekerjaan ibu hamil paling banyak adalah IRT (Ibu Rumah Tangga) yaitu sebanyak 7(46,7%) sehingga mudah dan banyak waktu untuk mengkonsumsi buah naga.

KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian ini yaitu ada pengaruh yang signifikan peningkatan kadar hemoglobin (HB) pada ibu hamil yang mengalami anemia sesudah pemberian buah naga di Wilayah kerja Puskesmas Naras.

REKOMENDASI

Rekomendasi peneliti terhadap responden yaitu diharapkan sebagai bahan masukan dan informasi untuk dapat memberikan dan bahan perhitungan untuk menaggualangi kejadian anemia terutama pada ibu hamil. Selain itu penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai acuan untuk meningkatkan kadar Hemoglobin ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

Azwar, Saifuddin. (2018). *Sikap Manusia: Teori dan*

Pengukurannya. Yogyakarta:
Pustaka Pelajar.

Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta.
(2017). Profil Kesehatan Tahun
2016 Kota Yogyakarta: Data tahun
2015. Yogyakarta: Dinkes Kota
Yogyakarta.

Triatmi Andri., DKK (2020) : Hubungan
pengetahuan dengan sikap ibu
dalam pemberian ASI Eksklusif di
Wilayah Kerja Puskesmas
Pranggang Kabupaten Kediri.

Budiman dan Agus Riyanto.2013.
*Kapita Selekta kuesioner
Pengetahuan dan sikap dalam
kesehatan.* Jakarta: Salemba
Medika.

Wawan, A dan Dewi M. 2017.*Teori &
Pengukuran Pengetahuan,sikap
dan Perilaku Maanusia.*
Yogyakarta: Nuha Medika.

Sistianti, Yorri, Yulli Trisnawati. 2012.
Hubungan pengetahuan dan sikap
ibu Hamil Trimester 1 dengan
minat melakukan inisiasi
Menyusui Dinu (IMD) di RSUD
dr.R.Goetheng Taroena Dibrata
Tahun 2011. *Jurnal Involusi
Kebidanan.*Vol 2(3).