

Pengaruh Konsumsi Buah Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto

¹Masmuni Wahda Aisyah, ²Susanti Pakaya, ³Tria Tamara

^{1,2,3}Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gorontalo
Gorontalo, Indonesia, 96181

E-mail: ¹masmuniwahdaaisyah@umgo.ac.id

Abstract

This study conducted in PuskesmasLimboto, district of Gorontalo. The purpose of this study is to determine the effect of Pisang Ambon on anemia in pregnant women at PuskesmasLimboto area. This study used Quasy Experiment inform of Pretest-posttest with control group design. The populations are all pregnant women in the area of Puskesmas Limboto. Purposive sampling was chosen to conduct this research. Purposive sampling is the determination of special characteristics that suited with the objectives of the study. After conducting this study, there was a significant difference between hemoglobin level before and after treatment with Pisang Ambon toward pregnant women in the control group and intervention group with p value = 0.000.

Keywords: *Banana ambon, hemoglobin, anemic, Pregnant Women*

Abstrak

Pengaruh Konsumsi Buah Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Haemoglobin pada Ibu hamil Anemia diwilayah Kerja Puskesmas Limboto. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh konsumsi buah pisang ambon terhadap anemia pada Ibu Hamil diwilayah Kerja Puskesmas Limboto. Desain penelitian menggunakan metode Quasy Eksperimen dengan Pre test-post test with control group design. Populasi adalah semua ibu hamil yang ada diwilayah kerja Puskesmas Limboto. Teknik Sampling yang digunakan adalah pusposive sampling adalah penetapan ciri-ciri khusus yang sesuai dengan tujuan penelitian. Kesimpulan penelitian ini ada terdapat perbedaan yang signifikan antara kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian buah pisang ambon terhadap ibu hamil pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi dengan nilai p value = 0.000.

Kata Kunci: Pisang ambon, hemoglobin, ibu hamil, anemia

PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah gizi utama yang terjadi diseluruh dunia. Prevalensi anemia di Asia pada wanita usia 15-45 Tahun mencapai 191 juta orang¹. Anemia dalam kehamilan yang disebabkan karena kekurangan zat besi adalah masalah utama yang terjadi pada ibu hamil dan merupakan salah satu penyebab kematian ibu saat melahirkan²

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar haemoglobin dibawah 11 gr% pada trimester I dan III atau kadar <10,5 gr% pada trimester II. Sebagian besar anemia dalam kehamilan disebabkan oleh defisiensi zat besi dan perdarahan akut, bahkan tidak jarang keduanya saling berinteraksi. Anemia defisiensi zat besi adalah anemia yang terjadi akibat kekurangan zat besi dalam darah. Anemia ini terjadi pada sekitar 62,3% pada kehamilan, merupakan anemia yang sering dijumpai pada kehamilan³.

Pada wanita hamil, anemia meningkatkan frekuensi komplikasi pada kehamilan dan persalinan, seperti peningkatan resiko terjadinya kematian janin didalam kandungan, melahirkan secara premature, atau bayi lahir dengan berat badan lahir rendah, selain itu perdarahan sebelum dan sesudah melahirkan lebih sering dijumpai pada wanita yang anemia dan hal ini dapat berakibat fatal, sebab wanita yang anemia tidak dapat menoleransi kehilangan darah⁴

WHO menyatakan kejadian anemia pada ibu hamil berkisar antara 20%-89% dengan menetapkan kadar Hb 11 gr% sebagai dasarnya. Menurut laporan pembangunan tahun 2013 tercatat angka kematian ibu di beberapa negara ASEAN (Assosiation of south east asia nations) seperti di Vietnam 18 per 100.000 kelahiran hidup, di Malaysia 55 per 100.000 kelahiran hidup, Filiphina 26 per 100.000 kelahiran hidup dan Singapura 3 per 100.000 angka kelahiran hidup. Sedangkan mencapai 248

per 100.000 kelahiran hidup. Di Negara ASEAN pada tahun 2013 angka kejadian anemia bervariasi, di Indonesia berkisar 70% di Filipina berkisar 55%, Thailand 45%, Malaysia 30%, dan Singapura 7% yang menderita anemia (WHO, 2014).

Berdasarkan Data Survei Kesehatan Nasional 2013, angka anemia pada ibu hamil sebesar, 40,1% kondisi ini menunjukkan bahwa anemia cukup tinggi di Indonesia. Bila diperkirakan dari tahun 2007-2013 prevalensi anemia masih tetap 40% maka akan terjadi kematian ibu sebanyak 18 ribu per tahun yang disebabkan perdarahan setelah melahirkan. Berdasarkan Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2013. Angka kematian ibu (AKI) di Indonesia sangat tinggi yaitu 30/100.000 kelahiran hidup, tingginya angka tersebut disebabkan antara lain oleh keadaan kesehatan dan gizi ibu yang rendah selama masa hamil (Depkes RI, 2014)

Situasi derajat kesehatan masyarakat Provinsi Gorontalo 2014 dapat dilihat dari capaian angka kematian ibu (AKI) yang masih tinggi yakni 194,7/100.000KH. jumlah kematian ibu di Provinsi Gorontalo 2014 mencapai 39 ibu meninggal tertinggi pada kelompok umur 20-34 tahun sebanyak 32 kematian ibu. kematian ibu terbanyak terjadi di Kabupaten Gorontalo sebanyak 11 ibu meninggal dan terendah di Kabupaten Pohuwato dan Gorontalo Utara (Profil Kesehatan, 2014).

Angka kematian Ibu (AKI) di kabupaten Gorontalo pada tahun 2015 terjadi kasus 20 kematian ibu, pada tahun 2016 terjadi 17 kasus kematian ibu, dan pada tahun 2017 terdapat 10 kematian ibu. dari data yang telah didapatkan terjadi penurunan AKI di Kabupaten Gorontalo namun ini masih cukup tinggi⁵.

Berdasarkan data penyebab kematian ibu terdapat tiga faktor utama penyebab kematian ibu yakni perdarahan, hipertensi saat hamil atau preeklamsi dan infeksi. Pendarahan menempati presentasi tertinggi penyebab kematian ibu (25,6%), anemia

dan kekurangan energi kronis (KEK) pada ibu hamil menjadi penyebab utama terjadinya perdarahan yang merupakan faktor utama kematian ibu (Profil Kesehatan, 2014).

Dari studi pendahuluan Data ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto pada tahun 2018 bulan Juni sebanyak 95 orang, dan yang mengalami anemia sebanyak 36 orang (Data Puskesmas, 2018). Berdasarkan latar belakang diatas saya tertarik untuk meneliti pengaruh Pemberian buah pisang Ambon Terhadap Peningkatan Haemoglobin pada Ibu Hamil Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto.

Adapun penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Rahma⁶, Perbedaan dari penelitian terdahulu dengan penelitian yang sekarang yaitu pada metode yang digunakan. Peneliti terdahulu menggunakan analisis Uji Shapiro wilk. Dan pada penelitian sekarang sampel yang di teliti yaitu pada ibu hamil Trimester I dan II dengan hasil yang didapatkan lebih kecil.

Anemia dalam kehamilan yang disebabkan karena kurangnya zat besi dapat dilakukan pengobatan relatif secara mudah dan murah. Salah satunya adalah mengkonsumsi buah pisang setiap harinya untuk memenuhi asupan zat besi bagi pasien anemia karena mengandung asam folat (Vitamin B6) yang merupakan jenis vitamin yang larut dalam air diperlukan untuk membuat asam nukleat dan haemoglobin dalam sel darah merah. Dengan mengkonsumsi dua buah pisang ambon setiap harinya dapat meningkatkan kadar Hb sangat bermanfaat bagi ibu hamil, guna untuk membantu mengatasi anemia dalam kehamilan⁷.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh Pemberian buah pisang Ambon Terhadap Peningkatan Haemoglobin pada Ibu Hamil Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, desain penelitian yang digunakan yaitu quasi eksperimen yaitu belum merupakan eksperimen sungguhan dan sampel tidak dipilih secara random Sugiyono 8 dengan pre test-post test with control group design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang ada di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto berjumlah 96 orang. Tehnik pengambilan sampel ini melalui pendekatan Purposive sampling dengan pertimbangan bahwa peneliti telah menentukan criteria subjek yang akan diteliti yaitu ibu hamil anemia pada trimester I dan II, sehingga sampel pada penelitian ini yaitu 20 orang ibu hamil anemia dibagi menjadi 10 ibu hamil kelompok kontrol dan 10 I bu hamil kelompok intervensi. Tehnik pengambilan sampel di ambil dengan memperhatikan dua criteria yaitu criteria inklusi dan eksklusi.

Kriteria inklusi yaitu ; ibu hamil trimester I dan II yang mengkonsumsi tablet Fe, mengalami anemia Trimester I < 11 gr/dl dan trimester II < 10,5 gr/dl, merupakan pasien wilayah kerja Puskesmas Limboto , responden yang mau diteliti.

Kriteria eksklusi : yaitu ibu hamil yang tidak bersedia menjadi responden, ibu hamil yang tidak mengalami anemia, ibu hamil Trimester III, ada penyakit menyerta, bukan pasien wilayah kerja puskesmas limboto.

HASIL

Umur

Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia Responden pada kelompok kontrol pada usia kurang dari 20 tahun sebanyak 2 Orang (20%), dan pada usia 20-35 tahun sebanyak 6 Orang (60%), dan pada usia

lebih dari 35 tahun sebanyak 2 orang (20%). Jadi pada kelompok kontrol responden terbanyak ada pada usia 20-35 tahun.

Frekuensi sampel kelompok intervensi dengan usia ibu kurang dari 20 tahun sebanyak 1 orang (10%), usia 20-35 tahun sebanyak 8 orang (80%), dan lebih dari 35 tahun sebanyak 1 orang (10%). Bisa dilihat menurut tabel pada kelompok Intervensi responden terbanyak pada kelompok umur 20-35 tahun.

Tabel 1. Distribusi frekuensi berdasarkan Usia

Usia	Kelompok Kontrol		Kelompok Intervensi	
<20	2	20%	1	10%
20-35	6	60%	8	80%
>35	2	20%	1	10%
Total	10	100%	10	100%

Sumber : Olahan Data Primer 2018 Pendidikan

Berdasarkan tabel 2. Distribusi frekuensi responden pendidikan terakhir responden pada kelompok kontrol dengan pendidikan Sekolah Dasar (SD) sebanyak 4 orang (40%), pada Sekolah Menengah Pertama (SMP) sebanyak 3 orang (30%), pada Sekolah Menengah pertama sebanyak 3 orang (30%). Dapat dilihat pada kelompok kontrol pendidikan responden terbanyak ada pada kategori Sekolah Dasar (SD).

Frekuensi pendidikan terakhir pada kelompok intervensi dengan pendidikan terendah yakni pada Perguruan Tinggi (PT) hanya ada 1 orang (10%), dan tertinggi pada Sekolah Menengah Atas (SMA) sebanyak 5 orang (50%), Sekolah menengah Pertama (SMP) berjumlah 1 orang, dan pendidikan sekolah dasar (SD) 3 orang (30%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Kelompok Kontrol		Kelompok Intervensi	
	N	%	n	%
SD	4	40%	3	30%
SMP	3	30%	1	10%
SMA	3	30%	5	50%
PT	0	0%	1	10%
Total	10	100%	10	100%

Sumber : Olahan Data Primer 2018

Paritas

Berdasarkan tabel 3. Menunjukkan frekuensi paritas responden pada kelompok kontrol yaitu Primipara berjumlah 4 orang (40%), Multipara sebanyak 5 orang (50%), dan grandemultipara 1 orang (10%), dari tabel diatas pada karakteristik responden berdasarkan paritas terbanyak pada kelompok Multipara. Datas juga menjelaskan pada kelompok intervensi primipara berjumlah 4 orang (40%), Multipara sebanyak 6 orang (60%). Sama halnya pada kelompok Kontrol, terbanyak pada kelompok intervensi yaitupada kriteria multipara.

Tabel 3. Distribusi frekuensi berdasarkan paritas

Paritas	Kelompok Kontrol		Kelompok Intervensi	
	N	%	N	%
Primipara	4	40%	4	40%
Multipara	5	50%	6	60%
Grandemultipara	1	10%	0	0%
Total	10	100%	10	100%

Trimester

Berdasarkan tabel 4. Menunjukkan frekuensi trimester responden pada kelompok kontrol yaitu Trimester I berjumlah 5 orang (0%), Trimester II sebanyak 5 orang (50%), Diatas juga menjelaskan pada kelompok intervensi Trimester I berjumlah 4 orang (40 Trimester II sebanyak 6 orang (60%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Trimester

Paritas	Kelompok Kontrol		Kelompok Intervensi	
	n	%	n	%
Trimester I	5	50%	4	40%
Trimester II	5	50%	6	60%
Total	10	100%	10	100%

Sumber : Olahan Data Primer 2018

Kadar Hb Sebelum Mengonsumsi Tablet Fe dan Buah Pisang Ambon pada kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi

Berdasarkan Tabel 5. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kadar Hb saat pretest dimana responden pada kelompok kontrol yang masuk dalam kategori anemia ringan berjumlah 10 orang (100%). Sedangkan pada kelompok intervensi yang masuk dalam kategori anemia ringan sebanyak 9 orang (90%), dan yang mengalami anemia sedang berjumlah 1 orang (10%).

Tabel 5. Kadar Hb sebelum pada kelompok kontrol dan Eksperimen

Kadar Hb	Kelompok Kontrol	Kelompok Intervensi
----------	------------------	---------------------

	Frekuensi N	Presentase (%)	Frekuensi n	Presentase (%)
Normal	0	0%	0	0%
Ringan	10	10%	9	90%
Sedang	0	0%	1	10%
Total	10	100%	10	100%

Sumber : Olahan Data Primer 2018

Kadar Hb setelah mengonsumsi Tablet Fe dan Pisang Ambon pada kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi

Berdasarkan Tabel 6. Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat kadar Hb saat posttest dimana responden pada kelompok kontrol yang masih dalam kategori anemia ringan masih terdapat 3 orang (30%), dan 7 orang (70%) sudah mengalami peningkatan menjadi Hb normal. Sedangkan pada kelompok intervensi yang mengalami peningkatan sebanyak 10 orang (100%) dimana tidak lagi mengalami anemia. Sehingga sudah masuk pada kategori Hb normal.

Tabel 6. Kadar Hb setelah mengonsumsi Tablet FE dan Pisang ambon pada kelompok kontrol dan intervensi

Kadar Hb	Kelompok Kontrol		Kelompok Intervensi	
	Frekuensi ensi	Presentase (%)	Frekuensi ensi	Presentase (%)
Normal	7	70%	10	100%
Ringan	3	30%	0	0%
Sedang	0	0%	0	0%

Tota	10	100%	10	100%
l				

Sumber : Olahan Data Primer 2018

Analisis Bivariat

Uji T-Test

Perbedaan kadar Hb ibu Hamil Anemia Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Kontrol

Berdasarkan Tabel 7. Hasil penelitian diketahui bahwa rata-rata nilai kadar Hb responden pada pre kontrol sebesar 10.23, kemudian pada post kontrol hanya mengalami sedikit kenaikan menjadi 11.22. Berdasarkan uji *Paired T-Test*, di dapatkan nilai t hitung -4.076 dengan p-value $0.003 < \alpha (0,05)$, ini menunjukkan bahwa ada perbedaan secara bermakna antara kadar Hb sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol diwilayah kerja Puskesmas Limboto.

Tabel 7. Perbedaan kadar kadar Hb sebelum dan sesudah pada kelompok Kontrol

Variabel	N	Mean	SD	SE	P Value
Sebelum	1	10.23	0.2	0.9	0.003
Konsumsi Tablet Fe	0		9	4	
Setelah	1	11.22	0.8	0.2	
Konsumsi Tablet Fe	0		3	6	

Sumber : Olahan Data Primer 2018

Perbedaan kadar Hb ibu Hamil Anemia Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Intervensi

Berdasarkan Tabel 8. Hasil penelitian diketahui bahwa rata-rata nilai

kadar Hb responden pada pre intervensi sebesar 10.02, kemudian pada post intervensi mengalami kenaikan yang signifikan menjadi 12.38. Berdasarkan uji *paired t-test*, di dapatkan nilai t hitung -13.467 dengan p-value $0.000 < \alpha (0,05)$, ini menunjukkan bahwa ada perbedaan secara bermakna antara kadar Hb sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi diwilayah kerja Puskesmas Limboto.

Tabel 8. Perbedaan Kadar Hb Ibu Hamil Anemia Sebelum dan Sesudah Pada kelompok Intervensi. Sumber : Olahan Data Primer 2018

Pengaruh Pemberian Buah Pisang Ambon terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil Anemia pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi

Berdasarkan tabel 9. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kadar Hb pada responden sesudah diberikan perlakuan yaitu diberikan pisang ambon pada kelompok kontrol sebesar 11.22 sedangkan pada kelompok intervensi sebesar 12.38. berdasarkan uji *independent t-test*. Terlihat bahwa p-value $0.003 < \alpha (0,05)$, ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan rata-rata kadar Hb antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol diwilayah kerja Puskesmas Limboto. Kelompok intervensi dan kelompok kontrol di analisis menggunakan uji *independent t-test*.

Tabel 9. Perbedaan kadar Haemoglobin konsumsi buah pisang ambon pada kelompok Intervensi dan kontrol di Puskesmas Limboto

Variabel	N	Me an	SD	SE	P Valu e
Sebelum Konsums i Buang P isang Ambon	10	11. 22	0.8 3	0.2 6	0.003
Setelah Konsums i Buang Pisang Ambon	10	12. 38	0.6 9	0.2 1	

Sumber : Olahan Data Primer 2018

Gambaran Kadar Hb Ibu hamil Anemia Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi sebelum di berikan Tablet fe dan Buah Pisang Ambon

PEMBAHASAN

Dengan hasil yang didapatkan bahwa pada kelompok kontrol sebelum(*Pretest*) diberikan tablet Fe, sebesar responden mengalami anemia dalam kategori anemia ringan sebanyak 10 orang (100%). Sedangkan Pada kelompok intervensi didapatkan responden yang masuk dalam kategori anemia ringan sebanyak 9 orang (90%) dan anemia sedang berjumlah 1 orang (10%).

Untuk lebih memperjelas selain dilakukan pemeriksaan Hb menggunakan alat *Easy touch* peneliti juga melakukan pemeriksaan fisik untuk melihat tanda-tanda anemia terhadap responden yaitu seperti melakukan pemeriksaan pada conjungtiva, mukosa bibir serta menanyakan keadaan responden apakah responden mudah merasa lelah, lemah, letih, mata berkunang-kunang, dan nafsu makan menurun.

Karena ibu hamil sangat rentan untuk mengalami anemia, dikarenakan selama kehamilan ibu hamil pada satu periode mengalami haemolisis yaitu penghancuran sel darah karena gangguan integritas. Berdasarkan penelitian responden mengalami anemia defisiensi zat besi atau anemia akibat kekurangan zat besi dalam darah, Adapun sebagian responden yang kurang tertarik untuk mengkonsumsi tablet fe karena efek samping yang ditimbulkan oleh tablet Fe tersebut sehingga mereka tidak patuh untuk mengkonsumsi tablet tersebut, dan faktor usia responden juga dapat mengakibatkan anemia yang sudah masuk dalam resiko tinggi dan kurangnya memahami kebutuhan ibu hamil dan bahayanya anemia.

Gambaran Kadar Hb Ibu hamil Anemia Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi sesudah di berikan Tablet fe dan Buah Pisang Ambon

Berdasarkan hasil peneliti pada kelompok kontrol 7 orang mengalami kenaikan karena adanya pemberian tablet fe yang rutin dikonsumsi responden, selain itu pasokan nutrisi yang baik yang dikonsumsi oleh responden, sebagian responden yang mengkonsumsi sayuran, telur, ikan sehingga dapat mempercepat proses penyerapan dan aktivitas responden dimana responden dengan pola hidup yang baik yaitu tidur yang cukup dan istirahat yang cukup.

Adapun beberapa faktor penyebab dari tidak naiknya kadar hb dari ketiga responden ini. Faktor pertama disebabkan oleh pengaruh efek samping dari tablet Fe, sehingga responden kurang tertarik untuk mengkonsumsi tablet fe tersebut, salah satu

efek samping dari tablet fe itu sendiri yaitu adanya rasa mual muntah dan terjadi konstipasi yang membuat responden tidak nyaman sehingga kurang tertarik mengkonsumsi tablet Fe.

Selain itu dilihat juga dari faktor makanan atau nutrisi yang kurang baik dari responden sehingga penyerapan zat besi tidak maksimal. Seperti responden yang sering mengkonsumsi susu, teh dan zat yang mengandung kafein lainnya sehingga memperlambat penyerapan zat besi. Selain itu kurangnya asupan makanan yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi seperti makanan kaya akan Vitamin C, makanan yang tinggi akan kandungan zat besi seperti (sayuran hijau, daging, telur, dan buah-buahan). Penelitian ini sejalan dengan teori Permono (2012)

Faktor tingkat pendidikan juga bisa menjadi salah satu faktor penyebabnya, karena tingkat pendidikan memberikan gambaran dan pengetahuan oleh responden. Kurangnya keinginan untuk mencari tahu bahaya kehamilan dan kebutuhan ibu hamil sehingga responden kurang memahami pentingnya tablet Fe dan bahaya dari anemia.

Selain itu penyebab tidak naiknya kadar Hb pada responden terjadi karena faktor usia responden yang sudah 35 tahun bahkan sudah lebih dari 35 tahun yang sudah termasuk pada kehamilan tua yang sudah masuk dalam resiko tinggi. Karena pada usia tua terjadi perubahan pada darah yaitu penurunan cairan elektrolit tubuh yang dapat menyebabkan volume darah menurun. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aulia⁹, pada usia tua akan terjadi penurunan Total Body Water sehingga volume darah

menurun dan jumlah darah menurun sehingga jumlah sel darah merah (Hb) menurun.

Pada kelompok intervensi berdasarkan tingkat kadar Hb saat *posttest* dimana yang mengalami peningkatan kadar Hb menjadi normal sebanyak 10 orang (100%) terjadi perubahan yang signifikan. Berdasarkan kenaikan Hb pada ibu hamil anemia ini disebabkan oleh pemberian buah pisang yang dikonsumsi ibu hamil secara rutin selama 14 hari, dalam sehari sebanyak 3 buah pisang. Selain itu juga responden mengkonsumsi tablet fe, dan mengkonsumsi pisang ambon yang mengandung vitamin C dimana vitamin C dapat mempercepat penyerapan besi dalam tubuh. Penyerapan berjalan dengan baik sehingga kadar Hb meningkat.

Hasil Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Erni (2017) terdapat peningkatan kadar haemoglobin sebesar 3,3 g/dl setelah pemberian tablet Fe yang mengandung 300 mg zat besi, 2 mg asam folat dan 1 buah (100 gram) pisang ambon yang diberikan pada siswi anemia dua kali perminggu selama 28 hari. Perbedaan kadar Hb ibu Hamil Anemia Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Kontrol

Hasil penelitian diketahui bahwa rata-rata nilai kadar Hb responden pada pre kontrol sebesar 10,23, kemudian pada post kontrol hanya mengalami sedikit kenaikan menjadi 11,22. Berdasarkan uji *Paired T-Test*, di dapatkan nilai t hitung -4,076 dengan p-value $0.003 < \alpha (0,05)$, ini menunjukkan bahwa ada perbedaan secara bermakna antara kadar Hb sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol di wilayah kerja Puskesmas Limboto.

Berdasarkan penelitian responden mengkonsumsi tablet Fe namun ada beberapa responden yang tidak patuh mengkonsumsi tablet fe, sehingga mengakibatkan tidak naiknya kadar Hb selain itu sering mengkonsumsi makanan yang kurang akan zat besi, vitamin C dan asam folat sehingga kadar Hb hanya mengalami sedikit kenaikan. Hasil Penelitian terdahulu terdapat peningkatan kadar haemoglobin sebesar 3,3 g/dl setelah pemberian tablet Fe yang mengandung 300 mg zat besi, 2 mg asam folat dan 1 buah (100 gram) pisang ambon yang diberikan pada siswi anemia dua kali perminggu selama 28 hari. Tablet Fe merupakan salah satu penanganan dan pencegahan anemia pada farmakologi ibu hamil. Tetapi masih banyak ibu hamil yang kurang tertarik mengkonsumsi tablet fe karena efek samping yang ditimbulkan.

Perbedaan kadar Hb ibu Hamil Anemia Sebelum dan Sesudah pada Kelompok Intervensi

Ada perbedaan yang signifikan pemberian buah pisang ambon terhadap perubahan kadar hb ibu hamil anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto. Dimana dapat dilihat adanya perbedaan antara kelompok kontrol dan kelompok intervensi pada hasil akhirnya yaitu pada *posttest* yaitu adanya peningkatan kadar Hb pada kelompok intervensi yang diberikan buah pisang ambon dan pada kelompok kontrol yang mengkonsumsi tablet Fe. Nilai $p\text{ value} = 0,000 < \alpha (0,05)$. Maka dapat disimpulkan ada perbedaan yang signifikan kenaikan kadar Hb sebelum dan setelah mengkonsumsi buah pisang ambon Kenaikan sebesar 2,38 dimana nilai

rata rata sebelum diberikan pisang ambon 10,02 dan setelah 14 hari mengkonsumsi buah pisang ambon Hb meningkat menjadi menjadi 12.38

Pisang ambon yang digunakan dalam penelitian yaitu pisang ambon yang diperoleh peneliti dari membeli buah pisang ambon di pasaran. Dengan menetapkan pisang ambon yang berukuran 100gr. Pisang ambon kemudian diberikan kepada responden yang telah diukur terlebih dahulu yaitu dengan berat 100gr dan dimakan langsung tanpa diolah. Setelah itu diantarkan kepada rumah masing-masing tiap responden setiap hari selama 2 minggu. Pengukuran kadar Hb dilakukan dengan menggunakan alat *Easy Touch* sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan.

Berdasarkan penelitian pisang ambon dapat mempengaruhi kadar hb pada ibu hamil anemia, bersamaan dengan tablet fe karena pisang ambon yang kaya akan Vitamin C dan asam folat yang dapat membantu penyerapan zat besi dapat meningkatkan Haemoglobin, sehingga anemia dapat dicegah atau diobati. Konsumsi tablet fe bersamaan pisang ambon lebih efektif dibandingkan dengan tablet fe saja. Karena kenaikan tablet fe dan pisang ambon mencapai 2,38gr/dl sedangkan konsumsi tablet fe hanya sekitar 1,2 gr/dl. Hasil ini sejalan dengan penelitian Erni (2017) tablet Fe dan buah pisang ambon lebih efektif dibandingkan dengan kelompok yang hanya diberikan tablet Fe yaitu 1,2 g/dl pada kelompok tablet Fe dan 3,3 g/dl pada kelompok tablet Fe dan buah pisang ambon.

Pisang ambon memiliki kandungan yang sangat baik untuk peningkatan Hb yaitu kalori 99 kkal, kalsium 8 mg, protein 1,2 gram, fosfor 28 mg, Vitamin 146 SI, Vitamin B1 0,08 mg, lemak 0,2 gram, karbohidrat 26 gram, zat besi 0.5 mg, vitamin C 3 mg, air 72 gram. (Bambang 2017). Peneliti sepakat bahwa pemberian tablet Fe dan Pisang ambon lebih efektif meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil dibandingkan hanya pemberian tablet Fe saja.

Pengaruh Pemberian Buah Pisang Ambon terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil Anemia pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kadar Hb pada responden sesudah diberikan perlakuan yaitu diberikan pisang ambon dan tablet Fe pada kelompok kontrol sebesar 11.22 sedangkan pada kelompok intervensi sebesar 12.38. berdasarkan uji *independent t-test*. Terlihat bahwa $p\text{-value } 0.003 < \alpha (0,05)$, ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan rata-rata kadar Hb antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol di wilayah kerja Puskesmas Limboto. Kelompok intervensi dan kelompok kontrol di analisis menggunakan uji *independent t-test*.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu oleh Erni (2017) menunjukkan bahwa kelompok yang diberikan tablet Fe dan buah pisang ambon lebih efektif dibandingkan dengan kelompok yang hanya diberikan tablet Fe dalam meningkatkan kadar haemoglobin siswi anemia di SMA 1 Nguter Kabupaten Sukoharjo yaitu 1,2 g/dl pada kelompok

tablet Fe dan 3,3 g/dl pada kelompok tablet Fe dan buah pisang ambon.

Dalam beberapa kasus, penanganan anemia kekurangan zat besi memerlukan suplemen zat besi (tablet Fe). Namun konsumsi suplemen zat besi harus berhati-hati sesuai dengan dosis yang dianjurkan. Saat minum suplemen zat besi terkadang timbul rasa mual, nyeri lambung, konstipasi, maupun diare sebagai efek samping. Memaksimalkan penyerapan Besi adalah hal penting. mengkonsumsi makanan yang kaya akan vitamin C bersama dengan zat besi akan meningkatkan penyerapan dan sangat penting bagi produksi haemoglobin.

Pisang ambon dalam hal ini bisa menjadi solusi tambahan agar kadar Hb pada ibu hamil dapat meningkat atau dalam batas normal. Kandungan zat besi dan vitamin C yang dapat membantu meningkatkan dan absorpsi zat besi dalam tubuh. Makin tinggi kandungan vitamin C dalam makanan makin tinggi absorpsi dan penggunaan zat besi dalam tubuh. Kandungan yang dimiliki ini tidak menimbulkan efek mual pada setiap pengonsumsi karena rasa manis dari buah pisang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

- Kadar haemoglobin pada Ibu Hamil anemia sebelum konsumsi pisang ambon pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi di wilayah Kerja Puskesmas Limboto 2018 rata-rata 10.23 mg/dl dalam kategori anemia ringan

- b. Kadar haemoglobin pada Ibu Hamil anemia setelah konsumsi pisang ambon pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi di wilayah Kerja Puskesmas Limboto 2018 rata-rata 12.38 mg/dl dalam kategori normal
- c. Dari hasil olahan terdapat perbedaan yang signifikan antara kadar haemoglobin sebelum dan sesudah pemberian buah pisang ambon terhadap ibu hamil pada kelompok kontrol dan kelompok intervensi, berdasarkan tingkat anemia pada saat pretest didapatkan rata-rata anemia ringan, dan saat posstest kadar hb dalam tingkat normal.

Saran

- a. diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dalam rangka implementasi hasil penelitian di masyarakat.
- b. untuk peneliti selanjutnya semoga dapat dijadikan bahan informasi, pengembangan, pembandingan serta sebagai acuan untuk penelitian lebih lanjut tentang pengaruh konsumsi buah pisang ambon terhadap anemia pada Ibu Hamil.
- c. Bagi Puskesmas
Diharapkan bahan acuan untuk prioritas program tentang peningkatan kadar HB pada anemia Ibu hamil.
- d. Bagi Institusi pendidikan
Penelitian ini dapat dijadikan bahan referensi tambahan untuk Institusi Kampus Khususnya Universitas Muhammadiyah gorontalo.
- e. Bagi Masyarakat
Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan informasi baru bagi masyarakat terkait dengan peningkatan kadar HB Ibu

hamil melalui konsumsi Buah Pisang Ambon.

DAFTAR PUSTAKA

1. Muslikah, Erni. 2017. *Efektifitas pemberian tablet Fe dan Buah pisang Ambon (Musa Paradisiaca Var. Sapientum (L) Kunt) dengan tablet Fe dalam meningkatkan kadar haemoglobin siswi anemia di SMA 1 Nguter. Kabupaten Sukoharjo. Skripsi*
2. Suwanto. 2010. *Buah dan Sayur Sakti Tangkal Penyakit. Jogyakarta : Liberplus*
3. Soebroto, Ikhsan. 2015. *Cara Mudah mengatasi Problem Anemia. Bantul. Penerbit Bangkit.*
4. Soebroto, Ikhsan. 2015. *Cara Mudah mengatasi Problem Anemia. Bantul. Penerbit Bangkit.*
5. Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo. 2018. *Laporan Ibu Hamil Dinas kesehatan Provinsi Gorontalo tahun 2015-2017. Gorontalo : Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo*
6. Dewi, Rahma. 2017. *Pengaruh konsumsi Buah Pisang Ambon Terhadap Anemia pada Ibu Hamil Trimester I di Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti. Jurnal Imu Kesehatan MAKIA, Vol.4 No.1 Februari 2017. Balowerti*
7. Suwanto. 2010. *Buah dan Sayur Sakti Tangkal Penyakit. Jogyakarta : Liberplus*
8. Aulia, Rizkiawati, 2012. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kadar Haemoglobin Hb dalam darah Pada Tukang Becak di Pasar Mranggen Demak. . Journal. Volume1*

9. Sugiyono. 2016. Metode Penelitian Manajemen. Bandung. Penerbit Alfabeta
10. Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta. Penerbit aneka Cipta.
11. Notoatmodjo, Soekidjo. 2014. Metodologi penelitian kesehatan. Jakarta. Penerbit aneka Cipta.
12. Proverawati, Atikah. 2011. Anemia dan Anemia kehamilan. Jogjakarta. Penerbit Nuha Medika.
13. Ariani. 2017. Ilmu Gizi. Yogyakarta: Nuha Medika