

**PENGARUH KONSUMSI BUAH PISANG AMBON (*Musa Accuminata*)
DITAMBAH TABLET FE DI BANDINGKAN TABLET FE UNTUK
MENGATASI ANEMIA PADA IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS GUGUK PANJANG KOTA BUKITTINGGI TAHUN 2018**

Risna Aulia*

DIV Kebidanan, Stikes Fort De Kock Bukittinggi Indonesia
Jl. Soekarno Hatta No.11 Kel. Manggis Ganting, Kecamatan Mandiangin Koto
Selayan, Bukittinggi, Indonesia
Email : risna.auliya@gmail.com

Abstrak

Anemia dalam kehamilan adalah suatu keadaan adanya penurunan kadar Hemoglobin (Hb). Pada Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi Tahun 2018 didapat ibu hamil dengan anemia sebanyak 45 kasus. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh konsumsi buah Pisang Ambon ditambah Tablet Fe dibandingkan Tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi tahun 2018. Jenis penelitian *True-Eksperimen* dengan rancangan *pre-post test* dengan kelompok kontrol. Penelitian ini telah dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi pada tanggal 26 April – 2 Mei 2018 dengan 20 responden yaitu 10 responden kelompok kontrol dan 10 responden kelompok eksperimen dengan teknik *purposive sampling*. Uji statistik dilakukan dengan uji *T-Test Independent*. Uji statistik yang telah dilakukan menunjukkan bahwa rata-rata kadar Hemoglobin ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi sebesar 1.15. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0.000 (<0.05)$, maka disimpulkan pemberian konsumsi buah Pisang Ambon ditambah Tablet Fe efektif meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil, sedangkan kelompok kontrol juga menunjukkan peningkatan rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum dan sesudah intervensi sebesar 0.29. Hasil uji statistic didapatkan nilai $p = 0.000 (p<0,05)$ maka disimpulkan pemberian tablet Fe efektif meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil. Pemberian konsumsi buah Pisang Ambon ditambah tablet Fe efektif meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. Untuk itu diharapkan kepada ibu hamil agar dapat memperbaiki pola makan dengan meningkatkan nutrisi selama kehamilan, sehingga tidak terjadi anemia yang dapat berpengaruh pada saat persalinan nanti.

Kata Kunci : Anemia, Hemoglobin, Pisang Ambon, Zat Besi (Fe)

Abstract

Anemia is a decreasing the levels of hemoglobin (Hb). There were 45 cases of pregnant women who suffer from anemia in Community Health Center of Guguk Panjang Bukittinggi in 2018. This study aims to determine the effect of consumption of Ambon Bananas with Fe tablets and Fe tablets in increasing Hb levels in pregnant women with anemia in Community Health Center Guguk Panjang Bukittinggi in 2018. The type of this research was true-experimental study with pre-post test design with control group. This research was conducted in Community Health Center Guguk Panjang Bukittinggi on 26 April –to 2 May 2018. There were 20 respondents with 10 respondents as control group and others as experimental group. It was taken from with purposive sampling technique. Then, the data was analyzed by statistical test by using independent T-Test. The statistical test showed that the average Hemoglobin level of pregnant women before and after intervention was 1.15 with P value = 0.000 (<0.05). It means that, Ambon Banana fruit and Fe tablet was effective to increase hemoglobin level of pregnant women. Meanwhile, the average hemoglobin level of pregnant women before and after intervention in control group was 0.29 with the value of P = 0.000 (p <0.05). In short, Fe tablet consumption was effective to increase hemoglobin level of pregnant mother. Finally, Ambon Bananas and Fe tablets were effective to increases hemoglobin levels in pregnant women with anemia. Then, it is expected to pregnant women to improve their diet by consuming some nutrition food during pregnancy. By doing that, they will not suffer from anemia when their baby born.

Keywords : Anemia, Hemoglobin, Ambon Banana, Iron (Fe)

Pendahuluan

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah kurang dari normal. Menurut *World Health Organization* (WHO) dikatakan anemia jika kadar hemoglobin <11 gr/dl pada ibu hamil. Badan kesehatan dunia WHO melaporkan prevalensi ibu hamil yang mengalami defisiensi besi sekitar 35-75% semakin meningkat seiring dengan pertambahan usia kehamilan dan diperkirakan 30-40% penyebab anemia karena kekurangan zat besi (Manuaba, 2014).

Kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan lunar atau 9 bulan menurut kalender internasional. Kehamilan terbagi dalam 3 trimester, dimana trimester kesatu berlangsung dalam

12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke-13 hingga ke-27), dan trimester ketiga 13 minggu (minggu ke-28 hingga ke-40) (Prawirohardjo, 2010 p. 213).

Anemia pada kehamilan adalah anemia karena kekurangan zat besi, dan merupakan jenis anemia yang pengobatannya relative mudah bahkan murah. Anemia pada kehamilan merupakan masalah nasional karena mencerminkan nilai kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat, dan pengaruhnya sangat besar terhadap kualitas sumber daya manusia. Anemia kehamilan disebut "*potential danger to mother and child*" (potensi membahayakan ibu dan anak), karena itulah anemia memerlukan perhatian serius dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan pada lini terdepan (Manuaba, 2014 p. 237).

Wanita hamil dikatakan mengidap penyakit anemia jika kadar hemoglobin (Hb) atau darah merahnya kurang dari 10 gram %. Penyakit ini disebut anemia berat jika hemoglobinya kurang dari 6 gram %. Jumlah normal hemoglobin wanita hamil adalah 12-15 gram % dan hemotokritnya adalah 35-54 %. Sebaiknya pengawasan terhadap hemoglobin dan hemotokrit dilakukan pada trimester I dan trimester III karena pengenceran darah sudah mencapai puncaknya (Rahmawati, 2011 p. 45). Selama kehamilan terjadi peningkatan volume darah total, peningkatan sebagian besar terjadi pada volume plasma, sedangkan volume sel darah merah tidak sebanding dengan peningkatan volume plasma. Hal tersebut berakibat terjadinya hemodilusi atau pengenceran darah meningkat sehingga kadar hemoglobin menurun.

Menurut WHO (2008), secara global prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah sebesar 41,8 %. Prevalensi anemia pada ibu hamil diperkirakan di Asia sebesar 48,2 %, Afrika 57,1 %, Amerika 24,1 %, dan Eropa 25,1 %. (Salmarianty, 2012).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1 %. Pemberian tablet Fe di Indonesia pada tahun 2012 sebesar 85 %. Presentase ini mengalami peningkatan dibandingkan pada tahun 2011 yang sebesar 83,3 %. Meskipun pemerintah sudah melakukan program penanggulangan anemia pada ibu hamil yaitu dengan memberikan 90 tablet Fe kepada ibu hamil selama periode kehamilan dengan tujuan menurunkan angka anemia ibu hamil, tetapi kejadian anemia masih tinggi (Kementerian Kesehatan RI, 2013).

Sementara itu data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada ibu hamil berdasarkan Survei Pemantauan Gizi (PSG) di Sumatera Barat tahun 2015 adalah sebesar 43,1%. Hal ini menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat di Indonesia, termasuk di Sumatera Barat (Dinkes Provinsi Sumbar, 2015).

Di Kota Bukittinggi kejadian anemia tahun 2016 tercatat sebanyak 19,8% dan mengalami penurunan pada tahun 2017 menjadi 12,1%. Hal ini bertolak belakang

dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi. Pada tahun 2016 angka kejadian ibu hamil dengan anemia di Puskesmas Guguk Panjang sebanyak 2,84%, dan meningkat pada tahun 2017 menjadi 19,9% (Dinkes Kota Bukittinggi, 2018).

Dari data Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi didapatkan data ibu hamil dengan anemia pada tahun 2016 sebanyak 10 kasus, dan meningkat pada tahun 2017 menjadi 45 kasus. Pada periode bulan Januari sampai dengan Maret tahun 2018 kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Guguk Panjang terdapat 21 kasus (Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi, 2018).

Anemia karena kurangnya zat besi adalah masalah utama yang terjadi pada ibu hamil dan merupakan salah satu penyebab utama kematian ibu hamil dan merupakan salah satu penyebab utama kematian ibu saat melahirkan (Suwanto, 2010). Upaya untuk mencegah dan penanggulangan anemia dapat dilakukan dengan pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Dalam pengobatan farmakologi pada ibu hamil dengan anemia diberikan suplemen tablet Fe sebanyak 90 tablet selama kehamilan. Sedangkan pengobatan non farmakologi dapat dilakukan dengan istirahat yang cukup, transfusi darah, mengubah kebiasaan hidup sehat, dan ditambah makanan dengan zat besi seperti konsumsi pangan buah dan sayur. Buah-buahan seperti pisang menawarkan manfaat kesehatan yang besar karena pisang banyak mengandung asam folat atau vitamin B₆ yang larut dalam air yang diperlukan untuk membuat asam nukleat dan hemoglobin dalam sel darah merah (Dewi, 2017). Selain untuk meningkatkan hemoglobin dalam darah pisang juga diperkaya vitamin B₆ dapat menetralkan asam lambung dan meningkatkan pencernaan.

Pisang merupakan buah yang mudah ditemukan dan dikonsumsi pada semua umur. Penelitian menunjukkan bahwa mengkonsumsi pisang Ambon dapat mencegah dan menanggulangi anemia dengan merangsang hemoglobin dalam darah. Pisang Ambon memiliki kadar 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 (Mahardika, 2016). Menurut USDA Nutrient data base (2007) kandungan vitamin C dalam 100 gram buah Pisang Ambon sebesar 8,7 mg, dan zat besi sebesar 5 mg.

Konsumsi buah Pisang bisa meningkatkan kadar hemoglobin karena buah Pisang mengandung mikronutrien lengkap seperti zat besi, folat, vitamin B₆ yang merupakan elemen dalam pembentukan hemoglobin. Hasil penelitian Maesaroh (2014) pisang Ambon dapat meningkatkan hemoglobin pada mencit jantan. Dengan dosis pemberian 0,4 gr/ 20gr bb tikus selama 14 hari dapat meningkatkan kadar hemoglobin sebanyak 15,6%, kadar hematokrit dan sel darah merah hitungan juga meningkat.

Menurut hasil penelitian Dewi (2017) pada pengukuran sesudah pemberian buah Pisang Ambon didapatkan sebagian responden mengalami peningkatan dari anemia ringan menjadi tidak anemia. Hal ini menunjukkan bahwa sesudah mengkonsumsi buah Pisang Ambon dibandingkan sebelum mengkonsumsi buah Pisang Ambon mengalami peningkatan dari pada sebelum mengkonsumsi buah Pisang Ambon.

Mengkonsumsi pisang dapat menjadi solusi anemia bagi ibu hamil yang mengalami hal tersebut. Mengkonsumsi dua buah pisang sehari sudah cukup untuk memenuhi asupan zat besi bagi pasien anemia. Pisang merupakan makanan terbaik karena mengandung vitamin yang diperlukan oleh ibu hamil. Buah pisang cukup memenuhi asupan zat bagi pasien anemia. Pisang banyak mengandung asam folat atau vitamin B₆ yang larut dalam air, yang diperlukan untuk membuat asam nukleat dan hemoglobin dalam sel darah merah. Pisang yang diperkaya vitamin B₆ dapat menetralkan asam lambung dan meningkatkan pencernaan. Dengan mengkonsumsi 2 buah pisang setiap hari sangat bermanfaat bagi ibu hamil, dan berguna untuk membantu mengatasi anemia (Sunarjono, 2008).

Penelitian ini menggunakan pisang yang kaya nutrisi. Selain zat besi dan asam folat, pisang juga mengandung nutrisi lain yang berperan dalam meningkatkan hemoglobin dan zat besi yaitu vitamin B kompleks, khususnya B₆ dan vitamin C. Makanan dan minuman yang mengandung vitamin C dan beberapa vitamin B dapat mempercepat penyerapan. Satu buah pisang dengan berat 100 gram atau berukuran sedang mengandung 10 mg vitamin C, sehingga konsumsi tablet zat besi dan pisang memiliki efek penyerapan yang baik (Ummah, 2017).

Berdasarkan hal tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dalam bentuk eksperimen untuk mengetahui pengaruh konsumsi buah Pisang Ambon (*Musa Accuminata*) ditambah tablet Fe dibandingkan tablet Fe untuk mengatasi anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Guguk Panjang Kota Tanjungpinang Kota Bukittinggi tahun 2018.

Metode Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini membahas tentang pengaruh konsumsi buah Pisang Ambon di tambah tablet Fe dibandingkan tablet Fe untuk mengatasi anemia pada ibu hamil yang telah dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi pada tanggal 26 April – 2 Mei tahun 2018. Jenis penelitian ini adalah *true experiment* dengan pendekatan *pretest-posttest with control group*. Pengambilan tempat dan variabel penelitian didasari oleh Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi merupakan salah satu puskesmas dengan jumlah kunjungan kehamilan yang cukup tinggi serta belum pernah dilakukan intervensi konsumsi tablet Fe ditambah buah Pisang Ambon dalam penatalaksanaan anemia pada ibu hamil. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang mengalami anemia yang

berkunjung ke Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* sebanyak 10 orang ibu hamil dengan anemia yang dibagi menjadi 2 (dua) kelompok, yaitu 5 orang kelompok intervensi konsumsi tablet Fe dan 5 orang kelompok intervensi konsumsi tablet Fe ditambah buah Pisang Ambon.

Hasil dan Pembahasan

A. Gambaran Umum

Puskesmas Guguk Panjang merupakan salah satu Puskesmas yang terletak di Kecamatan Guguk Panjang, mempunyai wilayah kerja seluas 2,82 Km² yang terdiri dari 3 kelurahan yakni Kelurahan Tarok Dipo, Pakan Kurai dan Kelurahan Bukit Cangang Kayu Ramang.

Wilayah kerja Puskesmas mempunyai batas – batas yaitu sebelah Utara dengan Kecamatan Mandiangin Koto Selayan, sebelah Selatan dengan Kecamatan ABTB, sebelah Barat dengan Kecamatan IV Koto Kabupaten Agam, Sebelah Timur dengan Kec. ABTB dan Mandiangin Koto Selayan.

Terletak pada ketinggian 700 – 850 dpl, menyebabkan udara yang relatif sejuk karena suhu sekitar 18 – 23 derajat celcius dengan kelembaban relatif 97 – 99% dan mempunyai curah hujan rata – rata 1789 mm.

B. Analisa Univariat

1. Rata – rata kadar Hb sebelum diberikan buah Pisang Ambon di tambah tablet Fe pada ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi tahun 2018

Rata – rata kadar Hb sebelum di beri buah Pisang Ambon di tambah tablet Fe pada Ibu Hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi tahun 2018 dapat dilihat pada tabel 5.1.

Tabel 5.1

Rata – rata kadar Hb sebelum diberikan buah Pisang Ambon di tambah Tablet Fe pada Ibu Hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi Tahun 2018.

	F	Mean	SD	Min	Max
Pre Test	10	9.560	0.3406	9.1	10.1

Hasil analisis mengenai rata – rata kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia sebelum diberikan buah Pisang Ambon ditambah tablet Fe diperoleh sebanyak 10

responden dengan mean 9.560 dan SD sebesar 0.3406. Nilai Minimum sebesar 9.1 dan nilai maksimum adalah 10.1.

Pencegahan anemia defisiensi besi dapat dilakukan dengan suplementasi besi dan asam folat. *World Health Organization* (WHO) menganjurkan untuk memberikan 60 mg besi selama 6 bulan untuk memenuhi kebutuhan fisiologis selama kehamilan. Namun, banyak literatur menganjurkan dosis 100 mg besi setiap hari selama 16 minggu atau lebih pada kehamilan. Di wilayah-wilayah dengan prevalensi anemia yang tinggi dianjurkan untuk memberikan suplementasi sampai tiga bulan *postpartum* (Sarwono, 2011).

Seorang ibu yang sering hamil memiliki resiko mengalami anemia pada kehamilan berikutnya apabila tidak memperhatikan kebutuhan nutrisi. Seorang ibu dengan kehamilan pertama juga dapat beresiko mengalami anemia karena belum memiliki pengalaman sehingga berdampak pada perilaku yang berkaitan dengan asupan nutrisi (Madhavi & Singh, 2011).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tsani Sekar Anggini di Tasikmalaya pada tahun 2016 tentang Konsumsi Tablet Fe Dengan Jambu Biji Dibandingkan Konsumsi Tablet Fe Dengan Pisang Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil, diketahui bahwa nilai rata – rata (*mean*) sebelum pemberian konsumsi buah Pisang Ambon ditambah Tablet Fe adalah 10,5 dan yang tertinggi 10,8.

Menurut asumsi peneliti rendahnya kadar hemoglobin pada ibu hamil bisa disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi dan protein dari makanan, adanya gangguan absorpsi di usus, perdarahan akut maupun kronis, meningkatnya kebutuhan zat besi pada wanita hamil.

Anemia yang sering terjadi pada ibu hamil adalah anemia yang disebabkan karena ibu hamil tidak memenuhi kebutuhan nutrisinya. Salah satu penyebabnya adalah sebagian ibu hamil yang anemia adalah ibu hamil yang memiliki pendidikan rendah sehingga ibu hamil tidak tau apa saja makanan yang harus dikonsumsi saat kehamilan, dan apa saja makanan dan minuman yang bisa meningkatkan kadar Hb nya.

2. Rata – rata kadar Hb sesudah diberikan buah Pisang Ambon di tambah tablet Fe pada ibu hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi Tahun 2018

Tabel 5.2

Rata – rata kadar Hb sesudah diberikan buah Pisang Ambon di tambah tablet Fe pada ibu hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi Tahun 2018

	F	Mean	SD	Min	Max
Post	10	10.71	0.3315	10.1	11.2

Test

Hasil analisis mengenai rata – rata kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia sesudah diberikan konsumsi buah Pisang Ambon diperoleh sebanyak 10 responden dengan rata – rata 10.710 dan SD sebesar 0.3315. Nilai Minimum sebesar 10.1 dan nilai maksimum adalah 11.2.

Pisang merupakan makanan terbaik karena mengandung vitamin yang diperlukan oleh ibu hamil. Buah pisang cukup memenuhi asupan zat besi pasien anemia. Pisang banyak mengandung asam folat atau vitamin B6 yang larut dalam air, yang diperlukan untuk membuat asam nukleat dan hemoglobin dalam sel darah merah. Pisang yang diperkaya vitamin B6 dapat menetralkan asam lambung dan meningkatkan pencernaan. Selain itu, pisang juga mengandung 467 mg kalium, dan ibu hamil perlu 2000 mg kalium setiap harinya. Kram kaki salah satu gejala yang paling tidak menyenangkan selama kehamilan, dapat diredakan dengan meningkatkan asupan kalium. Dengan mengonsumsi 2 buah pisang tiap hari sangat bermanfaat bagi ibu hamil, gunanya untuk membantu mengatasi anemia (Sunarjono, 2008).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tsani Sekar Anggini di Tasikmalaya pada tahun 2016 tentang Konsumsi Tablet Fe Dengan Jambu Biji Dibandingkan Konsumsi Tablet Fe Dengan Pisang Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil, dimana hasil analisa diperoleh $p = 0,000$ dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) dapat dikatakan bahwa $p \text{ value} < \alpha$ yang berarti H_0 ditolak maka ada pengaruh pemberian konsumsi buah Pisang Ambon ditambah Tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia.

Buah Pisang Ambon memiliki kandungan zat besi yang dapat membantu merangsang produksi Hemoglobin dalam tubuh. Pisang juga dapat membantu tubuh untuk bertahan melawan infeksi, memudahkan penyerapan zat besi, dan meningkatkan system kekebalan tubuh (Yahya, 2013).

Menurut asumsi peneliti anemia yang sering terjadi pada ibu hamil adalah anemia yang disebabkan karena kekurangan zat besi. Anemia defisiensi besi adalah anemia yang timbul akibat kosongnya cadangan besi tubuh, sehingga penyediaan besi untuk eritropoesis berkurang yang pada akhirnya pembentukan hemoglobin berkurang.

Selama kehamilan bagian cairan darah wanita (plasma) membutuhkan peningkatan jumlah sel darah merah dengan lebih cepat. Ini dapat mengencerkan darah dan dapat menjadi penyebab Hb rendah pada ibu hamil menjadi menurun. Seorang ibu yang sering hamil memiliki resiko mengalami anemia apabila tidak memperhatikan kebutuhan nutrisi. Seorang ibu dengan kehamilan pertama juga dapat beresiko mengalami anemia karena belum memiliki pengalaman sehingga berdampak pada perilaku yang berkaitan dengan asupan nutrisi.

3. Rata – rata kadar Hb sebelum diberikan tablet Fe pada ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi tahun 2018 Rata – rata kadar Hb sebelum di beri tablet Fe pada Ibu Hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi tahun 2018 dapat dilihat pada tabel 5.3.

Tabel 5.3

Rata – rata kadar Hb sebelum diberikan tablet Fe pada Ibu Hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi Tahun 2018

	F	Mean	SD	Min	Max
Pre Test	10	9.710	0.8048	8.5	10.9

Hasil analisis mengenai rata – rata kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia sebelum diberikan Tablet Fe diperoleh sebanyak 10 responden dengan rata – rata 9.710 dan SD sebesar 0.8048. Nilai minimum sebesar 8.5 dan nilai maksimum adalah 10.9.

Hasil penelitian ini dikuatkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Rini Hariani Ratih di Pekanbaru Riau pada tahun 2017 tentang Pengaruh Pemberian Zat Besi (Fe) Terhadap Peningkatan Hemoglobin Ibu Hamil Anemia, diketahui bahwa nilai rata – rata (*mean*) sebelum pemberian konsumsi Tablet Fe saja adalah 8,81 gr/dl, sesudah pemberian Tablet Fe adalah 12,58 gr/dl. Hasil tersebut menunjukkan ada peningkatan kadar hemoglobin sebesar 3,77 gr/dl.

Menurut asumsi peneliti kadar hemoglobin yang rendah dapat dipengaruhi oleh kurangnya mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi dan pola makan yang tidak seimbang. Zat besi merupakan mineral essensial yang berperan dalam pembentukan hemoglobin sel darah merah yang dibutuhkan tubuh untuk menyimpan dan mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh organ tubuh. Selain itu, sel darah merah juga berperan dalam pembuangan karbondioksida dari sel – sel tubuh di paru – paru. Jika tubuh kekurangan sel darah merah, maka penyebaran oksigen akan terganggu.

Zat besi merupakan bagian dari enzim di dalam tubuh yang membantu mencerna makanan dan reaksi-reaksi penting lainnya, sehingga defisiensi mineral ini akan berdampak buruk bagi kesehatan tubuh.

4. Rata – rata kadar Hb sesudah diberikan tablet Fe pada ibu hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi Tahun 2018

Rata – rata kadar Hb sesudah di beri tablet Fe pada Ibu Hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi tahun 2018 dapat dilihat pada tabel 5.4.

Tabel 5.4

Rata – rata kadar Hb sesudah di berikan tablet Fe pada Ibu Hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi Tahun 2018

	F	Mean	SD	Min	Max
Post Test	10	10.00	0.6766	9.0	11.1

Hasil analisis mengenai rata – rata kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia sesudah diberikan Tablet Fe diperoleh sebanyak 10 responden dengan rata – rata 10.000 dan SD sebesar 0.6766. Nilai Minimum sebesar 9.0 dan nilai maksimum adalah 11.1.

Pengaruh suplemen besi pada ibu hamil tidak hanya untuk memenuhi kebutuhan ibu, tetapi juga dapat membantu memaksimalkan pertumbuhan otak dan berat badan bayi. Pertambahan berat badan janin menunjukkan hasil yang lebih rendah pada kelompok ibu hamil. Suplemen zat besi pada ibu hamil dapat menurunkan sebesar 73% insiden anemia pada kehamilan aterm dan 67% insiden anemia defisiensi pada kehamilan aterm. Hal ini bisa dijelaskan bahwa dengan suplemen zat besi dapat meningkatkan antara lain retikulosit, sel darah merah, dan hemoglobin (Farid husin, 2014).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rini Hariani Ratih di Pekanbaru Riau pada tahun 2017 tentang Pengaruh Pemberian Zat Besi (Fe) Terhadap Peningkatan Hemoglobin Ibu Hamil Anemia, dimana hasil analisa diperoleh $p = 0,001$ dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) dapat dikatakan bahwa $p \text{ value} < \alpha$ yang berarti H_0 ditolak maka ada pengaruh pemberian Tablet Fe saja terhadap peningkatan kadar Hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia.

Asupan zat besi harian diperlukan untuk menggantikan zat besi yang keluar baik melalui feses, urin, maupun keringat. Kebutuhan akan zat besi meningkat selama kehamilan Pada masa kehamilan zat besi sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan janin.

Kekurangan mineral ini dapat menyebabkan anemia defisiensi zat besi dengan gejala mulai dari cepat lelah, lemah, lesu, pusing, sakit kepala, penurunan performa dan lain – lain. Hal ini dikarenakan kekurangan zat besi mengakibatkan hemoglobin dalam tubuh akan menurun sehingga oksigen yang diedarkan menjadi terbatas dan energi yang dihasilkan oleh tubuh pun tidak optimal.

C. Analisis Bivariat

- 1. Perbedaan kadar Hb sebelum dan sesudah diberikan buah Pisang Ambon di tambah tablet Fe pada ibu hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi tahun 2018 dapat dilihat pada tabel 5.5 :**

Tabel 5.5
Perbedaan kadar Hb sebelum dan sesudah diberikan buah Pisang Ambon di tambah tablet Fe pada ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi Tahun 2018

Test	N	Mean	SD	Min	Max	Diff ere ce	P Val ue
Pre	10	9.56	0.340	9.1	10.1	1.15	0.00
Post	10	10.71	0.331	10.1	11.2		0

Hasil analisis mengenai kadar Hb sebelum diberikan buah Pisang Ambon ditambah Tablet Fe rata – rata 9.560 dan SD sebesar 0.3406. Sedangkan kadar Hb Sesudah diberikan buah Pisang Ambon ditambah Tablet Fe diperoleh sebanyak 10 orang dengan rata – rata 10.710 dan SD sebesar 0.3315. Perbedaan kedua variable yaitu -1.15. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa p Value sebesar 0,000. Nilai $0,000 < \alpha (0,05)$ artinya H_0 ditolak, yang berarti bahwa ada perbedaan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia sebelum dan sesudah diberikan konsumsi buah Pisang Ambon ditambah Tablet Fe pada ibu hamil.

Besi adalah salah satu nutrien yang tidak dapat diperoleh dalam jumlah yang adekuat dari makanan yang dikonsumsi selama hamil, karena merupakan zat yang sulit diserap oleh tubuh maka dibutuhkan vitamin C agar zat besi dapat diserap secara maksimal. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Zulaekah (2007) yang menyatakan bahwa pemberian suplemen zat besi dan vitamin C lebih efektif meningkatkan kadar hemoglobin dan jumlah sel darah merah dibandingkan pemberian zat besi saja atau vitamin C saja.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahma Kusuma Dewi di Balowerti tahun 2017 tentang pengaruh konsumsi buah Pisang Ambon terhadap anemia pada ibu hamil trimester I, dimana hasil analisa diperoleh $p = 0,001$ dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) dapat dikatakan bahwa $p \text{ value} < \alpha$ yang berarti H_0 ditolak maka ada pengaruh pemberian Buah Pisang Ambon ditambah tablet Fe terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia.

Menurut asumsi peneliti terjadinya peningkatan rata – rata kadar Hb ibu hamil setelah dilakukannya intervensi konsumsi buah Pisang Ambon ditambah tablet Fe yang mengandung zat besi yang dibutuhkan untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah selain itu juga mengandung vitamin C yang dapat membantu penyerapan besi.

Diketahui bahwa setelah mengkonsumsi buah pisang Ambon selama satu minggu terjadi peningkatan kadar hemoglobin. Dalam penelitian ini, menunjukkan H_0 ditolak maka dinyatakan ada pengaruh pemberian Buah pisang ambon terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester I. Beberapa faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin yaitu kecukupan besi dan metabolisme besi dalam tubuh. Oleh karena itu dalam pemenuhan gizi pada ibu hamil untuk kecukupan besi dibutuhkan asupan zat besi yang cukup, zat besi ini bisa di dapatkan dari buah pisang ambon dan untuk metabolisme besi khususnya untuk penyerapan zat besi dibutuhkan buah yang mengandung vitamin C yaitu Buah pisang ambon yang sangat baik untuk membantu meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh sehingga kadar hemoglobin pada ibu hamil akan semakin meningkat. Dan jika konsumsi Buah Pisang Ambon tidak disertai dengan keteraturan konsumsi fe maka memiliki efek yang kurang dalam meningkatkan kadar hemoglobin.

2. Perbedaan kadar Hb sebelum dan sesudah diberikan tablet Fe pada ibu hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi tahun 2018 dapat dilihat pada tabel 5.6 :

Tabel 5.6
Perbedaan kadar Hb sebelum dan sesudah diberikan tablet Fe pada ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi Tahun 2018

Test	N	Mean	SD	Min	Max	Diff ere nce	P Val ue
Pre	10	9.71	0.804	8.5	10.9	0.29	0.01
Post	10	10.00	0.676	9	11.1		

Hasil analisis mengenai kadar Hb sebelum diberikan Tablet Fe rata – rata 9.710 dan SD sebesar 0.8048. Sedangkan kadar Hb Sesudah diberikan Tablet Fe diperoleh sebanyak 10 orang dengan rata – rata 10.000 dan SD sebesar 0.6766. Perbedaan kedua variable yaitu -0.29. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa p Value sebesar 0,0001. Nilai $0,0001 < \alpha (0,05)$ artinya H_0 ditolak, yang berarti bahwa ada perbedaan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia sebelum dan sesudah diberikan konsumsi Tablet Fe pada ibu hamil.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Susilo Wirawan (2015) tentang pengaruh pemberian tablet besi dan tablet besi plus vitamin C terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil, dimana hasil analisa diperoleh $p = 0,000$ dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0,05$) dapat dikatakan bahwa $p \text{ value} < \alpha$ yang berarti H_0 ditolak maka ada pengaruh pemberian tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia.

Menurut asumsi peneliti rendahnya kadar hemoglobin pada ibu hamil bisa disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi dan protein dari makanan, adanya gangguan absorpsi di usus, perdarahan akut maupun kronis, meningkatnya kebutuhan zat besi pada wanita hamil.

Selama 6 bulan pertama kehamilan, bagian cairan darah wanita (plasma) membutuhkan peningkatan jumlah sel darah merah dengan lebih cepat. Ini dapat mengencerkan darah dan dapat menjadi penyebab Hb rendah pada ibu hamil menjadi menurun. Untuk itu sebaiknya ia segera melakukan konsultasi dengan dokter atau tenaga medis untuk mengatasi kondisi tersebut, karena jika tidak hal itu akan mengancam jiwa calon ibu dan juga perkembangan janin.

Meskipun kadar hemoglobin pada perlakuan kontrol juga mengalami peningkatan, tetapi peningkatannya tidak sebesar pada perlakuan pemberian konsumsi buah Pisang Ambon ditambah tablet Fe. Hal ini disebabkan kepatuhan dalam mengonsumsi tablet Fe masih sering diabaikan atau kurang mendapat perhatian serius dari ibu hamil. Untuk mengontrol kepatuhan ibu hamil perlu dilakukan pengawas minum obat.

Suplementasi pemberian tablet Fe dalam program penanggulangan anemia gizi telah diuji secara ilmiah efektivitasnya apabila dilaksanakan sesuai dengan dosis dan ketentuan. Program pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil yang menderita anemia menunjukkan hasil yang nyata. Faktor yang mempengaruhi adalah kepatuhan minum tablet tambah darah yang tidak optimal dan status kadar hemoglobin ibu sebelum hamil yang sangat rendah, sehingga jumlah tablet tambah darah yang dikonsumsi tidak cukup untuk meningkatkan hemoglobin dan simpanan besi.

Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian tentang pengaruh konsumsi buah Pisang Ambon di tambah Tablet Fe dibandingka Tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja Puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi tahun 2018 dengan jumlah sampel 10 responden, maka peneliti menarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Kadar Hb sebelum diberi buah Pisang Ambon ditambah Tablet Fe pada ibu hamil dengan anemia diperoleh sebanyak 10 orang dengan rata – rata 9.560

- dan SD sebesar 0.3406. Nilai Minimum sebesar 9.1 dan nilai maksimum adalah 10.1.
2. Kadar Hb sesudah diberi buah Pisang Ambon ditambah Tablet Fe pada ibu hamil dengan anemia diperoleh sebanyak 10 orang dengan rata – rata 10.710 dan SD sebesar 0.3315. Nilai Minimum sebesar 10.1 dan nilai maksimum adalah 11.2.
 3. Kadar Hb sebelum diberi tablet Fe pada ibu hamil dengan anemia diperoleh sebanyak 10 orang dengan rata – rata 9.710 dan SD sebesar 0.8048. Nilai minimum sebesar 8.5 dan nilai maksimum adalah 10.9.
 4. Kadar Hb sesudah diberi tablet Fe pada ibu hamil dengan anemia diperoleh 10 orang dengan rata – rata 10.000 dan SD sebesar 0.6766. nilai minimum sebesar 9 dan maksimum adalah 11.1.
 5. Kadar Hb sebelum diberikan buah Pisang Ambon di tambah tablet Fe diperoleh sebanyak 10 orang dengan rata – rata 9.560 dan SD sebesar 0.3406. Sedangkan kadar Hb Sesudah diberikan buah Pisang Ambon ditambah Tablet Fe diperoleh sebanyak 10 orang dengan rata – rata 10.710 dan SD sebesar 0.3315. Perbedaan kedua variable yaitu -1,15. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa p Value sebesar 0,0005. Nilai $0,000 < \alpha (0,05)$ artinya H_0 ditolak, yang berarti bahwa ada perbedaan kadar Hb pada sebelum dan sesudah diberikan buah Pisang Ambon ditambah Tablet Fe di wilayah kerja puskesmas Guguk Panjang Bulittinggi tahun 2018.
 6. Kadar Hb sebelum diberikan tablet Fe diperoleh sebanyak 10 orang dengan rata – rata 9.710 dan SD sebesar 0.8048. Sedangkan kadar Hb Sesudah diberikan Tablet Fe diperoleh sebanyak 10 orang dengan rata – rata 10.000 dan SD sebesar 0.6766. Perbedaan kedua variable yaitu -0.29. Hasil uji statistic menunjukkan bahwa p Value sebesar 0,0005. Nilai $0,001 < \alpha (0,05)$ artinya H_0 ditolak, yang berarti bahwa ada perbedaan kadar Hb pada sebelum dan sesudah diberikan Tablet Fe di wilayah kerja puskesmas Guguk Panjang Bukittinggi tahun 2018.

Daftar Pustaka

- Anggini, Tsani Sekar., Wiwin Mintarsih, Yayah Sopianah. 2016. Konsumsi Tablet Fe Dengan Jambu Biji Dibandingkan Konsumsi Tablet Fe Dengan Pisang Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. *Midwifery Journal, Volume 2 Nomor 1, 71 – 75.*
- Anggraini, Yuliza. 2017. Hubungan Faktor Yang Menyebabkan Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Guguk Panjang Kota Bukittinggi Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Kebidanan, Volume 8 Nomor 2, 47-56.*

- Astriana, Willy. 2017. Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Ditinjau Dari Paritas dan Usia. *Jurnal Ilmu Kesehatan, Volume 2 Nomor 2, 123-130.*
- Dewi, Rahma Kusuma. 2017. Pengaruh Konsumsi Buah Pisang Ambon Terhadap Anemia Pada Ibu Hamil Trimester I Di Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Tahun 2016. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA, Vol.4 No.1.*
- Hariyadi, Didik., Syarifah Farida., Marlenywati. 2015. Efektifitas Vitamin C Terhadap Kenaikan Kadar HB Pada Ibu Hamil Di Kecamatan Pontianak Timur. *Jurnal Vokasi Kesehatan, Volume I Nomor 5, 146-153.*
- Fadlun., Achmad Feryanto. 2012. *Asuhan Kebidanan Patologis.* Jakarta: Salemba Medika.
- Hidayat, Aziz Alimul. 2011. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data.* Jakarta : Salemba Medika.
- Kementrian Kesehatan RI. 2013. *Buku Ajar Kesehatan Ibu dan Anak.* Jakarta: Pusat Pendidikan dan Pelatihan Tenaga Kesehatan.
- Mahardika, Nurul Purna., Reni Zuraida. 2016. Vitamin C Pada Pisang Ambon (*Musa Paradisiaca S.*) dan Anemia Defisiensi Besi. *Majority Volume 5 Nomor 4, 124-127.*
- Manuaba, Ida Ayu Chandranita., Ida Bagus Gde Fajar Manuaba., Ida Bagus Gde Manuaba. 2014. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB.* Jakarta : EGC.
- Notoatmodjo. S. (2007). *Kesehatan Masyarakat, Ilmu Seni.* Jakarta : PT Rineka Cipta
- Nurarif, Amin Huda., Hardhi Kusuma. 2016. *Asuhan Keperawatan Praktis.* Yogyakarta: Mediaction Jogja.
- Nurhayati., Halimatusakduah., Asniah. 2014. Pengaruh Asupan Tablet Zat Besi (Fe) Terhadap Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kopelma Darussalam Tahun 2014. *Idea Nursing Journal, Volume 6 Nomor 3, 76-82.*
- Nursalam. 2013. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan.* Jakarta : Salemba Medika.
- Nurul Purna Mahardika dan Reni Zuraida. 2016. *Vitamin C pada Pisang Ambon (Musa paradisiaca S.) dan Anemia Defisiensi Besi. MAJORITY. Volume 5 Nomor 4, 124-127. Maret 22, 2018. juke.kedokteran.unila.ac.id/*
- Pratami, Evi. 2016. *Evidance Based Dalam Kebidanan.* Jakarta: EGC.

- Prawirohardjo, Sarwono. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Pudiasuti, Ratna Dewi. 2012. *Asuhan Kebidanan Pada Hamil Normal dan Patologi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rahmawati, Eni Nur. 2011. *Ilmu Praktis Kebidanan*. Surabaya: Victory Inti Cipta.
- N, Rajesh. 2017. Medicinal Benefits Of *Musa Paradisiaca* (Banana). *International Journal Of Biology Research, Volume 2 Issue 2, 51-54*.
- Ratih, Rini Hariani. 2017. Pengaruh Pemberian Zat Besi (Fe) Terhadap Peningkatan Hemoglobin Ibu Hamil Anemia. *JOMIS (Journal Of Midwifery Science), Volume 1 Nomor 2, 93 – 97*.
- Rival, Abdul., Zainal Abidin., Silvia. 2015. *Asuhan Kebidanan Patologi*. Bukittinggi: STIKes Fort De Kock Press.
- Salmarianty. 2012. *Faktor- faktor yang Berhubungan dengan Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Gajah Mada Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir tahun 2012*. Jakarta: FK UI.
- Swathi, D., B. Jyothi., C. Sravanthi. 2011. A Review : Pharmacognostic Studies and Pharmacological Actions Of *Musa Paradisiaca*. *International Journal Of Innovative Pharmaceutical Research, Volume 2 Issue 2, 122-125*.
- Ummah, Faizatul. 2017. Consumption Of Fe-Folat With Banana To The Haemoglobin Levels And Side Effects Pregnant Woment. *Proceeding Of Surabaya International Health Conference, 125-133*.
- Walyani, Elisabeth Siwi. 2015. *Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Wardhany, Ketty Husnia. 2014. *Khasiat Ajaib Pisang*. Yogyakarta: Andi Offset.
- WHO. 2013. *Pelayanan Kesehatan Ibu di Fasilitas Dasar dan Rujukan*. Jakarta.