



# Hubungan Pemberian Pisang Ambon Dengan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Anemia Ringan Di Tpmbsusi Di Dolok Merawan Kabupaten Serdang Bedagai

**Friska Sinaga**

STIKes Banyuwangi

**Erlin Novitasari**

STIKes Banyuwangi

**Maya Primayanti**

STIKes Banyuwangi

Korespondensi penulis: [erlynnovita44@gmail.com](mailto:erlynnovita44@gmail.com)

**Abstract:** Anemia in pregnancy is characterized by a condition in which the body has few red blood cells or the cells cannot carry oxygen throughout the body. it is estimated that the prevalence of anemia in pregnant women in Indonesia in 2019 is 48.9%. Bananas are the best food because they contain vitamins needed by pregnant women. Bananas are sufficient to meet the substance intake of anemic patients. The aim of the study was to determine the relationship between Ambon Banana Administration and Hemoglobin Levels in Pregnant Women with Mild Anemia in the First Trimester. This research was carried out using quantitative analytic research with a cross sectional approach by collecting secondary data from medical records. from April 2021 to June 2022 . This research was conducted at TPMB Susi in Dolok Merawan District, Serdang Bedagai Regency in February 2023. The sampling technique used total sampling with a total sample of 42 pregnant women in the first trimester with mild anemia who met the inclusion and exclusion criteria. Analysis using the Chi Square statistical test shows that the p value is 0.000 (<0.05). So that the hypothesis can be accepted, then there is a "Relationship between Giving Ambon Bananas and Hemoglobin Levels in Pregnant Women with Mild Anemia in the First Trimester. The results of this study indicate that there is a relationship between giving Ambon bananas and hemoglobin levels of pregnant women after being given Ambon bananas. Giving ambon bananas can be suggested as an alternative complement of vitamins to increase hemoglobin levels.

**Keywords:** pregnant women, Trimester I. mild anemia, Ambon banana, hemoglobin

**Abstrak:** Anemia pada kehamilan ditandai dengan kondisi dimana tubuh memiliki sedikit sel darah merah atau sel tidak dapat membawa oksigen kesuluruh anggota tubuh. diperkirakan Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia pada tahun 2019 sebesar 48,9 %. Pisang merupakan makanan terbaik karena mengandung vitamin yang diperlukan oleh ibu hamil. Buah pisang cukup memenuhi asupan zat pasien anemia. Tujuan Penelitian adalah untuk mengetahui adanya Hubungan Pemberian Pisang Ambon Dengan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Ringan Pada Trimester I. Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan penelitian analitik kuantitatif dengan pendekatan cross sectional dengan pengambilan data sekunder dari rekam medis mulai april 2021 sampai juni 2022 . Penelitian ini dilaksanakan di TPMB Susi di Kecamatan Dolok Merawan Kabupaten Serdang Bedagai pada february 2023. Teknik pengambilan sampel menggunakan *Total sampling* dengan jumlah sampel 42 ibu hamil pada trimester I dengan anemia ringan yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Analisis menggunakan uji statistik Chi Square diketahui hasil p value bernilai 0.000 (<0,05). Sehingga hipotesis dapat diterima maka ada "Hubungan Pemberian Pisang Ambon Dengan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Ringan Pada Trimester I. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan pemberian pisang ambon terhadap kadar hemoglobin ibu hamil setelah diberikan pisang ambon. Pemberian pisang ambon dapat disarankan sebagai alternative pelengkap dari vitamin untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

**Kata kunci :** ibu hamil, Trimester I. anemia ringan , pisang ambon , hemoglobin

## PENDAHULUAN

Anemia bisa terjadi sepanjang daur kehidupan wanita, mulai masa bayi, masa remaja, masa hamil, masa nifas dan masa lansia. Anemia pada kehamilan ditandai dengan kondisi dimana tubuh memiliki sedikit sel darah merah atau sel tidak dapat membawa oksigen kesuluruh anggota tubuh. Selama masa kehamilan kebutuhan oksigen dibutuhkan untuk

Received Mei 30, 2023; Revised Juni 28, 2023; Accepted Juli 31, 2023

\* Friska Sinaga, [erlynnovita44@gmail.com](mailto:erlynnovita44@gmail.com)

meningkatkan eritoprotein yang akan menyebabkan volume plasma meningkat.<sup>1</sup> Selain itu status gizi yang kurang pada ibu hamil akan dapat menyebabkan anemia dan dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin.<sup>2,3</sup>

Anemia merupakan masalah kesehatan secara global baik pada negara berkembang maupun Negara maju.<sup>3</sup> Pada tahun 2019 diperkirakan prevalensi anemia didunia pada ibu hamil sebesar 41,8%. Selain itu prevalensi anemia ibu hamil dibeberapa negara terjadi di afrika dengan tingkat kejadian sebesar 57,1%, Asia 48,2 %, Eropa 25,2 % dan Amerika 24,1 persen. Seseorang disebut anemia jika kadar hemoglobin dibawah 11 gram/dl pada trimester I.<sup>4</sup>

Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia tahun 2019 sebesar 48,9 % dan angka ini mengalami peningkatan dibandingkan dengan hasil riskeddas pada tahun 2013 yaitu sebesar 37,1 %. Berdasarkan dinas kesehatan provinsi Sumatera 2019 prevalensi di sumatera utara ibu hamil mengalami anemia sebanyak 40,5 persen.<sup>3,5</sup> Berdasarkan dinas kesehatan kabupaten serdang bedagai, Kabupaten serdang bedagai 2018 memiliki angka anemia yang cukup tinggi dibanding kabupaten lain yaitu 37,6 persen. Kondisi ini tentu membutuhkan perhatian khusus untuk menurunkan angka kematian ibu dan anak di kabupaten serdang bedagai.<sup>3,5,6</sup>

Anemia dalam kehamilan sering terjadi di indonesia yang disebabkan oleh defisiensi zat besi sebanyak 62,3 %. Anemia akan dapat menyebabkan terjadinya perdarahan, kekurangan gizi, penyakit kronik, kelainan darah, ketidakmampuan sumsum tulang membentuk sel darah, malabsorpsi. selain itu anemia juga dapat menyebabkan peningkatan angka kematian janin, kematian perinatal, dan kematian neonatal.<sup>5</sup>

Upaya yang dilakukan dalam pencegahan dan penanggulangan anemia ada dua yaitu secara farmakologi dan non farmakologis. Terapi farmakologis dapat dilakukan dengan cara pemberian 90 tablet Fe kepada ibu hamil selama periode kehamilan, dimana sebenarnya hal ini cukup untuk memenuhi kebutuhan zat besi bagi ibu hamil dan janin.<sup>4</sup> Dalam upaya meningkatkan perilaku ibu hamil dalam konsumsi tablet Fe, maka perlu kiranya dilakukan pendidikan kesehatan yang berkesinambungan seperti kelas ibu hamil, melakukan skrining atau deteksi pada ibu hamil untuk memantau konsumsi tablet Fe dengan melibatkan kader kesehatan. Hasil penelitian wisdayana 2018 menunjukkan bahwa tidak semua ibu hamil patuh atau rutin mengkonsumsi tablet Fe dengan berbagai alasan diantaranya mual saat mengkonsumsi tablet Fe, malas, lupa dan lain sebagainya sehingga menyebabkan ibu tetap anemia dan berdampak bagi ibu saat persalinan nanti.<sup>5</sup>

Selain terapi farmakologi, pencegahan dan penanggulangan anemia pada ibu hamil dapat juga melalui terapi non farmakologi. Pisang ambon merupakan salah satu jenis buah yang dapat digunakan sebagai terapi non farmakologi untuk anemia. Setiap 100 gram pisang ambon mengandung zat besi (Fe) sebesar 0,5 mg dan 9 mg vit C. Jumlah kandungan besi ini efektif untuk mengendalikan kekurangan zat besi dan hampir seluruhnya dapat diserap tubuh. Vitamin C akan dapat meningkatkan absorbs Fe karena mereduksi besi dalam bentuk ferri menjadi ferro. Kombinasi 200 miligram asam askorbat dengan garam besi dapat meningkatkan penyerapan besi sebesar 25 sampai 50 %.<sup>6</sup>

Kasus anemia dalam kehamilan juga terjadi di TMPB Susi di Kecamatan Dolok Merawan Kabupaten Serdang Bedagai. Pada tahun 2021 prevalensi anemia terjadi sebanyak 36% dari total ibu hamil yang melakukan kunjungan dan jumlah ini menurun menjadi 34% pada tahun 2022. Bidan mengatakan bahwa selama ini bidan menganjurkan ibu hamil dengan anemia ringan untuk mengkonsumsi tablet Fe dan pisang ambon selama 7 hari secara rutin dan bidan belum pernah melakukan penelitian sebelumnya.

Daerah dolok merawan kabupaten serdang bedagai merupakan daerah dengan pisang ambon yang mudah di dapatkan karena hampir setiap rumah menanam tanaman pisang ambon. Maka penulis ingin meneliti lebih lanjut mengenai tentang hubungan pemberian Ambon dan Kadar Hemoglobin Ibu.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian akan menggunakan penelitian analitik kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Penelitian dilakukan pada bulan Januari-Februari 2023 di TMPB Susi di Kecamatan Dolok Merawan Serdang Bedagai dengan menggunakan jenis data sekunder yang diperoleh dari rekam medis.

Jumlah sampel didapatkan sejumlah 42 yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini terdiri dari ibu hamil dengan anemia ringan pada trimester 1, ibu hamil yang tidak alergi/dapat mengkonsumsi pisang, tidak dalam keadaan sakit berat dalam kehamilan, dan ibu hamil dengan anemia ringan yang tidak bersedia mengkonsumsi Fe. Sedangkan kriteria eksklusi dalam penelitian ini yaitu ibu hamil dengan atau tanpa anemia pada TM 2 dan 3, serta ibu hamil anemia ringan pada TM 1 tetapi hanya bersedia mengkonsumsi Fe.

Pemberian pisang ambon telah diawasi oleh bidan selama 7 hari dengan dosis pemberian 2x 1 buah pisang/hari dengan pisang berukuran sedang (100-110 gram). Pemberian pisang dikatakan sesuai apabila responden mengkonsumsi pisang sesuai dengan anjuran bidan

dan dikatakan tidak sesuai apabila melewati 1x konsumsi pisang atau 1 hari tanpa makan pisang. Kenaikan hemoglobin (Hb) diuji 1 minggu/7 hari atau ketika ibu telah selesai mengkonsumsi pisang ambon. Ibu dikatakan mengalami kenaikan Hb apabila status anemi ibu dari anemia ringan berubah menjadi normal atau tidak anemi

Analisis data penelitian menggunakan uji statistik ChiSquare. Tujuannya adalah untuk melihat adanya hubungan yang signifikan antara variabel independen dan dependen. Peneliti ini telah melewati kode etik penelitian melalui komisi etik penelitian kesehatan Stikes Banyuwangi dengan nomor 078/01/KEPK-STIKESBWI/IV/2023.

## HASIL PENELITIAN

Beberapa karakteristik responden yang dikaji dalam penelitian ini dan kemungkinan dapat berhubungan atau berkaitan dalam penelitian antara lain meliputi:

**Tabel 1.1 Karakteristik responden berdasarkan usia**

Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
< 20 Th	3	7.1
21 -35 Th	36	85.7
>35 Th	3	7.1
<b>Total</b>	<b>42</b>	<b>100.0</b>

Sumber: Rekam medis TMPB Susi Th 2022

Sebesar 85,7% responden ibu hamil yang mengalami anemia ringan pada kehamilan TM 1 diketahui merupakan pasien usia reproduktif dengan rentang usia 21-35 tahun. Sedangkan 7,1% diantaranya masing-masing2 merupakan pasien dengan usia yang beresiko yaitu <20 tahun dan > 35 tahun.

**Tabel 1.2 Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan**

Pendidika n	Frekuensi (n)	Persentase (%)
SD	3	7.1
SMP	7	16.7
SMA	25	59.5
PT	7	16.7
<b>Total</b>	<b>42</b>	<b>100.0</b>

Sumber: Rekam medis TMPB Susi Th 2022

Tingkat pendidikan responden dalam penelitian ini sebesar 59,5% merupakan ibu hamil yang telah menyelesaikan pendidikan SMA dan 16,7% merupakan ibu dengan pendidikan SMP dan PT atau D3 dan Sarjana.

**Tabel 1.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan**

Pekerjaa n	Frekuensi (n)	Persentase (%)
IRT	17	45.2
Karyawan n Swasta	12	26.2
Buruh Harian Lepas	13	28.2
<b>Total</b>	<b>42</b>	<b>100.0</b>

Sumber: Rekam medis TMPB Susi Th 2022

Hampir sebagian responden yaitu 17 orang (45.2%) merupakan Ibu Rumah Tangga, 12(26.2%) diantara ibu yang bekerja sebagai karyawan swasta di toko, bank, dan perusahaan swasta lainnya, sedangkan 13 (28.2%) ibu lainnya merupakan ibu yang bekerja sebagai buruh harian lepas di sektor pertanian.

Analisis hubungan antara konsumsi pisang ambon dan Kenaikan Hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia ringan diuji menggunakan uji statistik Chi Square dan disajikan pada tabel berikut:

**Tabel 1.4 Hubungan antara konsumsi pisang ambon dan Kenaikan Hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia ringan**

Konsumsi Pisang Ambon	Kadar Hemoglobin						Total	P VALUE
			Meningkat		Tidak Meningkat			
(n %)	(n)	%	(n)	%	(n)	%	(n)	%
Sesuai	38	90.5	38	90.5	0	0	38	90.5
Tidak Sesuai	4	9.5	0	9.5	4	9.5	4	9.5
Jumlah	42	100	38	100	4	9.5	42	100

Sumber: Rekam medis TMPB Susi Th 2022

Tabel 1.4 menunjukkan bahwa terdapat hampir semua responden yaitu 38 ibu hamil (90.5%) dengan anemia ringan yang mengkonsumsi Fe bersama dengan pisang ambon sesuai anjuran yaitu 2x1 pisang ambon ukuran sedang selama 7 hari berturut-turut mengalami kenaikan haemoglobin. Ibu yang awalnya mengalami anemia ringan dan mengkonsumsi pisang ketika diperiksa kadar Hbnya telah berubah menjadi normal (11gr/dl).

Sedangkan pada ibu hamil dengan anemia ringan yang mengkonsumsi pisang ambon namun tidak sesuai hal ini dikarenakan ibu lupa atau melewatkan konsumsi pisang ambon 1x atau lebih. Ketika dilakukan pemeriksaan kadar Hb diketahui Kadar Hb tetap atau ibu mengalami kenaikan Hb namun status anemia ibu tetap pada anemia ringan.

Hasil uji statistik dengan Chi Square menunjukkan bahwa nilai P (p value ) yaitu sebesar 0.000. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara pemberian pisang ambon dengan kadar Hb ibu hamil Trimester 1 dengan anemia ringan.

## **PEMBAHASAN**

Responden yang tidak mengalami peningkatan kadar hemoglobin sebanyak 4 ibu hamil (9.5%) dimana keempat responden ini berusia 21-35 tahun, 2 diantaranya memiliki pekerjaan sebagai buruh harian lepas, dan salah satu diantaranya berpendidikan rendah (SD). Dari hasil penelitian ini peneliti berasumsi bahwa ibu hamil yang mengalami anemia ringan disebabkan oleh beberapa faktor, misalnya dari pendidikan terendah yang mengalami anemia ringan yaitu tingkat SD, sehingga peneliti berasumsi pentingnya pengetahuan bagi ibu hamil dengan cara rajin untuk melakukan pemeriksaan kehamilan, sehingga ibu hamil tersebut memiliki banyak informasi tentang efek dari anemia tersebut.

Uji chi square menunjukkan hasil  $p$  value 0.000 ( $<0.05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan pemberian pisang ambon dengan kadar hemoglobin ibu hamil trimester I dengan anemia ringan di Tpmbsi Dolok Merawan Kabupaten Serdang Bedagai.

Berdasarkan penelitian Widyawati (2021) diketahui bahwa terdapat hubungan antara pemberian pisang ambon dengan peningkatan kadar Hb pada ibu hamil trimester 3 dengan anemia. Penelitian ini menunjukkan bahwa dengan mengkonsumsi pisang ambon 2 kali sehari pagi dan sore haari selama 7 hari mampu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.<sup>7</sup> Penelitian lain yang dilakukan oleh Alisyia (2021) juga menunjukkan bahwa pisang ambon terbukti secara signifikan berpengaruh dalam meningkatkan kadar Hb pada Ibu hamil di wilayah kerja puskesmas Limboto.<sup>8</sup>

Pisang merupakan makanan terbaik yang 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 air, yang diperlukan untuk membuat asam nukleat dan hemoglobin dalam sel darah merah. Pisang yang diperkaya akan vitamin B6 dapat menetralkan asam lambung dan meningkatkan pencernaan. Selain itu, pisang juga mengandung 467 miligram kalium, dan ibu hamil perlu 2000 miligram 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.<sup>9</sup>

Hemoglobin atau sel darah merah yang disingkat dengan Hb adalah metaloprotein atau protein yang mengandung zat besi dalam sel darah merah yang berfungsi mengangkut oksigen dari paru – paru keseluruh tubuh. Selain itu hemoglobin juga memainkan peran penting dalam menjada bentuk sel darah merah. Kadar hemoglobin wanita sehat seharusnya punya kadar Hemoglobin sekitar 11 miligram per dl.<sup>10</sup>

## KESIMPULAN

Terdapat hubungan antara Pemberian Pisang Ambon Dengan kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Anemia Ringan di Dolok Merawan Kabupaten Serdang Bedagai dengan p value 0.000 ( $<0.05$ ). Ibu hamil dengan anemia ringan yang mengonsumsi pisang ambon secara teratur selama 7 hari dengan jumlah konsumsi pisang 2x1 dengan ukuran pisang sedang menunjukkan adanya perubahan kadar hb yaitu yang awalnya mengalami anemia ringan menjadi normal.

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi inovasi bagi bidan terutama yang berada di daerah pedesaan atau terpencil dalam membantu mencegah dan mengatasi anemia dalam kehamilan, mengingat pisang ambon merupakan jenis buah yang mudah untuk ditanam atau di budidayakan. Pada masyarakat dengan status ekonomi rendah pisang ambon juga dapat dijadikan sebagai tambahan nutrisi yang ekonomis untuk mengatasi anemia agar resiko terjadi komplikasi kehamilan dan persalinan dapat dikurangi dan dicegah sejak dini.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan RI, “Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas): Status Gizi hasil utama Riskesdas 2018,” Jakarta: <https://www.depkes.go.id>, 2018.
2. Fahmi, F., Sianipar, I. (2018). “Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester I Di Desa Sukawening Kecamatan Ciwidey”. Prosiding Pertemuan Ilmiah Nasional Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat (PINLITAMAS I), 1 (1), Oktober 2018. ISSN 2654-5411.

3. Purba, M. E., Nurazizah. (2019). “Prevalensi Anemia Pada Ibu Hamil Dengan Menggunakan Metode Sahli Dan Metode Cyanmethemoglobin Di Wilayah Kerja Puskesmas Sialang Buah Tahun 2019”. *Excellent Midwifery Journal*, 2 (2), Oktober 2019. P-ISSN: 2620-8237. E-ISSN: 26209829
4. Dewi SSS, Hasibuan DA, Aswan Y, Harahap M, Anggraini W. Relationship Between Diet and Physical Activity with the Event of Anemia in Pregnant Women. *Int J Public Heal Excell*. 2022;1(2):87-92. doi:10.55299/ijphe.v1i2.36
5. Wisdayana, “Cavendish dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil,” *Jurnal Ilmiah Umum Dan Kesehatan Aisyah*, vol. Vol.3, no. STIKES Jendral Achmad Yani Cimahi, 2018.
6. Nurul, 1001 Khasiat Buah-Buahan. Yogyakarta: Andi, 2016.
7. Widayati E, Aisah S. Pemberian Pisang Ambon Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Anemia. *Ners Muda*. 2021;2(2):73. doi:10.26714/nm.v2i2.7143
8. Aisyah MW, Pakaya S, Tamara T. Pengaruh Konsumsi Buah Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Limboto. *Madu J Kesehat*. 2021;8(2):45-56. <https://journal.umgo.ac.id/index.php/Madu/article/view/742>
9. Siregar NY, Noya F, Candriasih P. Pengaruh Konsumsi Buah Pisang Ambon ( Musa Paradisiaca var Sapientum Linn ) terhadap Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kayamanya The effect of Consumption of Ambon Banana ( Musa Paradisiaca var Sapientum Linn ) o. 2022;16(2):157-163
10. Oktaviani dan dkk, “Profil Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dilihat Dari Beberapa Faktor Pendukung,” *JIDAN Jurnal Ilmiah Bidan*, vol. Vol 4 No1., 2016