



Artikel

Pengaruh Kombinasi Fe dan Pisang Ambon terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia di Klinik Dafa Husada Malang

Reshinta Dwi Sumbawati^{1✉}, Rosyidah Alfitri²

^{1,2} Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen

Article History

Submit 09 Juli 2025

Revised 15 November 2025

Accepted 22 Desember 2025

Kata kunci

Anemia;
Kadar Hb;
Pisang Ambon.

Keywords

Anemia;
Hb Level;
Ambon bananas;

Abstrak

Latar Belakang: Upaya untuk meningkatkan kadar Hb dengan mengonsumsi pisang ambon yang memiliki kandungan vitamin C, vitamin B6 dan zat besi dapat membantu menstimulasi produksi kadar hemoglobin dalam darah pada penderita anemia.

Tujuan penelitian: ini untuk mengetahui pengaruh kombinasi Fe dan pisang ambon terhadap kadar Hemoglobin ibu hamil anemia.

Metode: Desain quasi eksperimen *pretest–posttest with control group*. Penelitian dilakukan di Klinik Dafa Husada Malang. Teknik sampel menggunakan *purposive sampling*. Jumlah sampel sebanyak 15 ibu hamil yang mengalami anemia dan dibagi dalam 2 kelompok yaitu eksperimen dan kelompok kontrol. Analisis data menggunakan uji Paired T-test dan Independent Samples T-Test.

Hasil: Rata-rata kadar Hb pada kelompok eksperimen sebelum diberikan pisang ambon sebesar 10,687 gr/dL sesudah diberikan pisang ambon sebesar 12,313 gr/dL. Sedangkan pada kelompok kontrol sebelum intervensi sebesar 10,720 gr/dL dan setelah diberikan tablet Fe saja sebesar 11,648 gr/dL. Uji t independen menunjukkan p-value sebesar 0,000 < 0,05. Terdapat pengaruh kombinasi Fe dan pisang ambon terhadap kadar Hemoglobin ibu hamil anemia serta terdapat perbedaan kadar hemoglobin ibu hamil pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan intervensi.

Saran: Kepada ibu hamil untuk menambah pengetahuan tentang cara peningkatan kadar hemoglobin sehingga ibu hamil dapat mengatasi anemia secara mandiri dengan cara mengonsumsi pisang ambon secara rutin.

Abstract

Background: Efforts to increase Hb levels by consuming Ambon bananas, which contain vitamin C, vitamin B6, and iron, can help stimulate hemoglobin production in the blood of people with anemia.

Objective: This study aimed to determine the effect of the combination of Fe and Ambon bananas on hemoglobin levels in anemic pregnant women.

Method: A quasi-experimental pretest–posttest design with a control group. The study was conducted at the Dafa Husada Clinic in Malang. The sampling technique used purposive sampling. A total of 15 pregnant women with anemia were sampled, divided into two groups: the experimental group and the control group. Data analysis used paired t-tests and independent samples t-tests.

Results: The average Hb level in the experimental group before being given Ambon bananas was 10.687 g/dL, and after being given Ambon bananas, it was 12.313 g/dL. Meanwhile, in the control group, before the intervention, it was 10.720 g/dL, and after being given Fe tablets alone, it was 11.648 g/dL. The independent t-test showed a p-value of 0.000 < 0.05. The combination of Fe and Ambon bananas significantly affected hemoglobin levels in anemic pregnant women, and there was a difference in hemoglobin levels between the experimental and control groups after the intervention.

Recommendation: Pregnant women should increase their knowledge about how to increase hemoglobin levels so they can manage anemia independently by regularly consuming Ambon bananas

PENDAHULUAN

Masalah gizi yang banyak terjadi pada ibu hamil adalah kurangnya zat gizi besi atau anemia. Anemia adalah gejala kekurangan (defisiensi) sel darah merah karena kadar hemoglobin yang rendah (Ummah et al., 2024). Kekurangan sel darah merah akan membahayakan tubuh, sebab sel darah merah berfungsi sebagai sarana transportasi zat gizi dan oksigen yang diperlukan pada proses fisiologis dan biokimia dalam setiap jaringan tubuh (Ummah & Ningrum, 2022). Anemia masih merupakan salah satu masalah gizi yang prevalensinya paling tinggi dibandingkan dengan masalah kurang gizi lainnya. Kurang darah yang terjadi pada anak-anak dapat mengganggu proses tumbuh kembangnya, bahkan perkembangan berpikir juga bisa terganggu dan mudah terserang penyakit (Ummah & Utami, 2022).

Anemia adalah keadaan menurunnya kadar hemoglobin (Hb), hematokrit, dan jumlah sel darah merah di bawah nilai normal. Hemoglobin adalah metal protein (protein yang mengandung zat besi) di dalam sel darah merah yang berfungsi sebagai pengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh (Endang Wahyuningsih et al., 2023). Ibu hamil dinyatakan anemia jika kadar hemoglobinnya di bawah ambang batas normal yaitu jika $< 11\text{gr}\%$ (Yanti et al., 2023).

Secara umum tingginya prevalensi anemia gizi besi pada ibu hamil antara lain disebabkan oleh beberapa faktor yaitu: kehilangan darah secara kronis, asupan zat besi tidak cukup, penyerapan yang tidak adekuat dan peningkatan kebutuhan akan zat besi. Ibu hamil memiliki risiko tinggi terhadap kejadian anemia terutama anemia gizi besi. Hal itu terjadi karena pada saat hamil memerlukan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi untuk Ibu dan janin. Ibu hamil memiliki yang lebih tinggi dibandingkan saat tidak hamil, hal ini dikarenakan janin juga membutuhkan zat besi (Riana et al., 2024). Dampak anemia pada ibu hamil dapat menyebabkan mudah lelah/ letih, lesu, tidak bersemangat, kepala terasa pening terutama pada perubahan posisi duduk ke posisi berdiri. Anemia menyebabkan darah tidak cukup mengikat dan mengangkat oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh, jika oksigen yang diperlukan tidak cukup, maka akan berakibat pada sulitnya berkonsentrasi, daya tahan fisik rendah dan mudah lelah, aktivitas menurun, mudah sakit karena daya tahan tubuh rendah (Dahlan & Aulia, 2023).

Zat besi bisa didapatkan dari buah pisang ambon untuk metabolisme dan penyerapan zat besi dibutuhkan buah yang mengandung vitamin C adalah pisang ambon yang dapat membantu meningkatnya penyerapan zat besi sehingga kadar hemoglobin dalam tubuh akan meningkat. Adanya pengaruh terhadap pemberian buah pisang ambon terhadap perubahan tingkat anemia (Wulansari et al., 2024). Pemberian pisang ambon terhadap kenaikan hemoglobin akan lebih cepat bertambah dibanding yang tidak diberi pisang ambon. Ada pengaruh terhadap pemberian pisang ambon terhadap hemoglobin pada ibu anemia (Hardiani et al., 2020). Kandungan dalam pisang ambon B6, Vitamin C dan zat besi dapat membantu menghasilkan antibodi, metabolisme lemak, sel-sel darah merah, dan menstimulasi hemoglobin dalam darah pada penderita anemia. Buah pisang ambon efektif terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada penderita anemia (Andina et al., 2019).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Muslikah, 2019) kadar hemoglobin meningkat sebesar 3,3 g/dL setelah dilakukan atau pemberian terapi tablet Fe yang mengandung 300 mg zat besi, 2 mg asam folat dan 100gram (1 buah) pisang ambon diberikan kepada ibu hamil yang mengalami anemia sebanyak tiga kali seminggu selama 21 hari. Penyerapan zat besi diberikan bersamaan dengan sumber makanan yang mengandung vitamin C seperti pisang ambon. Kandungan yang ada dalam pisang ambon vitamin C, vitamin B6 dan zat besi dapat membantu produksi antibodi, metabolisme lemak, sel darah merah dan menstimulasi produksi kadar hemoglobin dalam darah pada penderita anemia. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Fe dan Pisang Ambon terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil yang Mengalami Anemia di Klinik Dafa Husada tahun 2025”.

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian quasi eksperimen dengan pre test - post test with control group design. Quasi eksperimen merupakan jenis penelitian yang dilakukan untuk mengetahui akibat yang ditimbulkan dari suatu perlakuan (treatment) yang diberikan secara sengaja oleh peneliti. Penelitian dilakukan di Klinik Dafa Husada Malang. Teknik sampel menggunakan *purposive sampling*. Jumlah sampel sebanyak 15 ibu hamil yang mengalami anemia dan dibagi dalam 2 kelompok yaitu eksperimen dan kelompok kontrol. Analisis data menggunakan uji Paired T-test dan Independent Samples T-Test.

Penelitian ini dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Pada kelompok intervensi akan dilakukan observasi pemeriksaan kadar hemoglobin dan diberikan pisang ambon dan tablet Fe sebagai upaya untuk meningkatkan kadar hemoglobin yang selanjutnya akan di observasi kembali sesuai waktu penelitian. Sedangkan pada kelompok kontrol akan dilakukan observasi pemeriksaan kadar hemoglobin dan akan diberikan tablet Fe saja yang selanjutnya akan di observasi kembali sesuai waktu penelitian. Bentuk rancangan *quasi eksperimen pre test-post test with control design* sebagai berikut.

Tabel 1. Desain Penelitian

Kelompok	Pre-Tes	Perlakuan	Post-Tes
Kelompok Eksperimen	O ₁	X ₁	O ₂
Kelompok Kontrol	O ₃	X ₂	O ₄

Keterangan :

O1: Rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan pisang ambon dan tablet Fe (pre-test)

O2: Rata-rata kadar hemoglobin setelah diberikan pisang ambon dan tablet Fe (post-test)

X1: Pemberian pisang ambon dan tablet Fe

O1: Rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan tablet Fe (pre-test)

O2: Rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan tablet Fe (post-test)

X2: Pemberian tablet Fe

HASIL PENELITIAN

Rerata Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Kelompok Eksperimen

Penelitian ini melibatkan 30 responden yang terdiri dari 15 ibu hamil pada kelompok eksperimen (Fe + pisang ambon) dan 15 ibu hamil pada kelompok kontrol (Fe saja). Karakteristik responden meliputi usia dan tingkat pendidikan sebagaimana disajikan pada Tabel berikut.

1. Tingkat Usia Responden

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia (tahun)	Jumlah (orang)	Persentase (%)
20-35	8	53,3
36-40	4	26,7
>40	3	20,0
Jumlah	15	100,0

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat diketahui bahwa dari 15 orang responden, 8 orang diantaranya berusia 20-35 tahun, 4 orang (26,7%) berusia 36-40 tahun, dan sisanya sebanyak 3 orang (20,0%) berusia > 40 tahun.

2. Tingkat Pendidikan Responden

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Jumlah (orang)	Persentase (%)
SD	9	60,0
SMP	4	26,6
SMA	2	13,4
Jumlah	15	100,0

Berdasarkan tabel 3 di atas dapat diketahui bahwa responden yang menempuh pendidikan sampai SD sebanyak 9 orang (60,0%), SMP sebanyak 4 orang (26,6%), SMA sebanyak 2 orang (13,4).

3. Kelompok eksperimen tablet Fe dan Pisang Ambon

Rerata kadar hemoglobin pada kelompok eksperimen dan kontrol diukur sebelum dan sesudah intervensi selama 14 hari. Hasil disajikan pada Tabel 4.

Tabel 4. Rerata Kadar Hemoglobin Pada Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Hasil	Kelompok			Eksperimen		
	N	Min	Max	Mean	SD	Selisih Mean
pre-test	15	10,2	11,3	10,687	0,3962	1,626
Post-test	15	11,8	13,2	12,313	0,4103	

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa dari 15 responden pada kelompok eksperimen sebelum diberikan intervensi berupa pemberian tablet Fe dan pisang ambon diperoleh hasil kadar hemoglobin rendah sebesar 10,2 gr/dL, jumlah paling besar 11,3 gr/dL, dan jumlah rata-rata sebesar 10,687 gr/dL dengan standar deviasi 0,3962. Setelah diberikan tablet Fe dan pisang ambon diperoleh hasil pemeriksaan kadar hemoglobin dengan jumlah paling rendah sebesar 11,8 gr/dL, jumlah paling besar 13,2 gr/dL, dan jumlah rata-rata sebesar 12,313 gr/dL dengan standar deviasi 0,4103 dan terdapat selisih rata-rata antara sebelum dan sesudah intervensi sebesar 1,626.

4. Kelompok eksperimen Tablet Fe

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa dari 15 responden pada kelompok kontrol sebelum diberikan tablet Fe saja diperoleh kadar hemoglobin rendah sebesar 10,2 gr/dL, jumlah paling besar 11,6 gr/dL, dan jumlah rata-rata sebesar 10,720 gr/dL dengan standar

deviasi 0,5088. Setelah diberikan tablet Fe diperoleh hasil pemeriksaan kadar hemoglobin dengan jumlah paling rendah sebesar 11,0 gr/dL, jumlah paling besar 12,4 gr/dL, dan jumlah rata-rata sebesar 11,648 gr/dL dengan standar deviasi 0,4824 dan terdapat selisih rata-rata antara sebelum dan sesudah diberikan Fe sebesar 0,928.

Tabel 5 Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Pada Kelompok Kontrol Sebelum Dan Sesudah Diberikan Tablet Fe Saja

Hasil	N	Kelompok		Eksperimen		Selisih Mean
		Min	Max	Mean	SD	
Pre-Test	15	10,2	11,6	10,720	0,5088	0,928
Post-Test	15	11,0	12,4	11,648	0,4824	

Hasil Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan hasil *pre test* dan *post test* antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, serta perbedaan *post test* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

Tabel 6. Pengaruh Pemberian Fe dan Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Kadar Hb ibu hamil Yang Mengalami Anemia Ringan di Klinik Dafa Husada.

Kelompok	N	Pre-Test		Pre-Test		<i>P- value</i>
		Mean	SD	Mean	SD	
Eksperimen	15	10,687	0,3962	12,313	0,4103	0,000
kontrol	15	10,687	0,5088	11,648	0,4824	0,000

Hasil Analisis Uji Paired T-test diperoleh *p-value* pada kelompok eksperimen sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian Fe dan pisang ambon terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil yang mengalami anemia ringan. Sedangkan pada kelompok kontrol juga diperoleh *p-value* sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian Fe saja terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil yang mengalami anemia.

Hasil Analisis Uji *Independent Samples Test*

Berdasarkan tabel 7 diperoleh nilai *signifikansi* pada *posttest* kelompok eksperimen dan kontrol $> 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa varian semua kelompok data adalah sama (homogen). Berdasarkan tabel 7 diperoleh nilai *p-value* sebesar $0,000 < 0,05$ maka dapat

disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kadar Hb ibu hamil yang mengalami anemia pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol di Klinik Dafa Tahun 2025.

Tabel 7 Perbedaan Kadar Hb Ibu Hamil Yang Mengalami Anemia Ringan Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol di Klinik Dafa Husada

Kelompok	N	mean	Std. Dev	<i>p-value</i>
Eksperimen	15	12,313	0,4103	0.000
Kontrol	15	11,648	0,4824	0,000

PEMBAHASAN

Mengidentifikasi kadar hemoglobin ibu hamil sebelum diberikan intervensi pemberian tablet Fe dan pisang ambon pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Berdasarkan hasil pemeriksaan hemoglobin pada ibu hamil menunjukkan bahwa dari 15 responden pada kelompok eksperimen sebelum diberikan intervensi berupa pemberian tablet Fe dan pisang ambon diperoleh hasil kadar hemoglobin rendah sebesar 10,2 gr/dL, jumlah paling besar 11,3 gr/dL, dan jumlah rata-rata sebesar 10,687 gr/dL dengan standar deviasi 0,3962. Sedangkan pada kelompok kontrol sebelum diberikan tablet Fe saja diperoleh kadar hemoglobin rendah sebesar 10,2 gr/dL, jumlah paling besar 11,6 gr/dL, dan jumlah rata-rata sebesar 10,720 gr/dL dengan standar deviasi 0,5088.

Anemia sangat berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi terutama pada wanita. Jika wanita mengalami anemia maka akan menjadi sangat berbahaya pada waktu dia hamil dan melahirkan. Karena hamil membutuhkan lebih banyak jumlah zat besi untuk pertumbuhan dan perkembangan bayinya. Hal tersebut bisa menyebabkan bayi lahir dengan berat badan rendah (kurang dari 2500 gram). Di samping itu, anemia juga dapat mengakibatkan kematian baik ibu maupun bayi pada waktu proses persalinan.

Penyebab anemia dipengaruhi status gizi yang dipengaruhi oleh pola makan, sosial ekonomi, lingkungan dan status kesehatan. Menurut hasil penelitian Zhou (2024) bahwa penyebab utama anemia selama kehamilan di seluruh dunia adalah kekurangan zat besi sekunder karena asupan makanan kronis yang tidak memadai, diperkuat oleh tuntutan fisiologis dari janin dan ekspansi volume darah ibu selama kehamilan. Anemia sangat ditentukan oleh absorpsi zat besi, diet yang mengandung zat besi, kebutuhan zat besi yang meningkat dan jumlah zat besi yang hilang (Zhou et al., 2024). Salah satu upaya yang dilakukan pemerintah dalam penanggulangan anemia adalah dengan suplementasi tablet Fe, hal ini

dianggap hal yang paling efektif karena kandungan zat besinya padat (Musammah, 2023). Pada program pemerintah ibu hamil diwajibkan mengonsumsi Fe setiap hari selama masa kehamilan (Kemenkes RI, 2020).

Proses penyerapan zat besi ke dalam tubuh juga dipengaruhi oleh vitamin C. Zat besi dan vitamin C sangatlah berhubungan, dimana zat besi merupakan komponen dari darah sedangkan vitamin C berfungsi untuk mengoptimalkan proses terserapnya zat besi ke dalam pencernaan. Makanan yang mengandung vitamin C bahan makanan lainnya selain pisang ada pada buah pepaya, pir, jeruk, kiwi, kelengkeng, nanas, melon, markisa, mangga, tomat, apel. Tetapi kandungan dalam pisang ambon selain vitamin C terdapat kandungan zat besi yang tinggi (Bansal et al., 2024). Pencegahan anemia selama kehamilan dilakukan dengan pemberian tablet Fe selama 90 hari dengan dosis 60 mg dari pemerintah. Tetapi pemenuhan kebutuhan zat besi dengan zat besi oral banyak menimbulkan efek samping, seperti mual, dyspepsia, dan konstipasi yang menimbulkan rasa tidak nyaman pada wanita hamil (Sani et al., 2024).

Mengidentifikasi kadar hemoglobin ibu hamil setelah diberikan intervensi pemberian tablet Fe dan pisang ambon pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol

Berdasarkan hasil pemeriksaan hemoglobin pada ibu hamil menunjukkan bahwa dari 15 responden pada kelompok eksperimen setelah diberikan tablet Fe dan pisang ambon diperoleh hasil pemeriksaan kadar hemoglobin dengan jumlah paling rendah sebesar 11,8 gr/dL, jumlah paling besar 13,2 gr/dL, dan jumlah rata-rata sebesar 12,313 gr/dL dengan standar deviasi 0,4103 dan terdapat selisih rata-rata antara sebelum dan sesudah intervensi sebesar 1,626.

Sedangkan pada kelompok kontrol setelah diberikan tablet Fe diperoleh hasil pemeriksaan kadar hemoglobin dengan jumlah paling rendah sebesar 11,0 gr/dL, jumlah paling besar 12,4 gr/dL, dan jumlah rata-rata sebesar 11,648 gr/dL dengan standar deviasi 0,4824 dan terdapat selisih rata-rata antara sebelum dan sesudah diberikan Fe sebesar 0,928. Menurut penelitian kadar hemoglobin meningkat sebesar 3,3 g/dL setelah dilakukan atau pemberian terapi tablet Fe yang mengandung 300 mg zat besi, 2 mg asam folat dan 100gram (1 buah) pisang ambon diberikan kepada ibu hamil yang mengalami anemia sebanyak dua kali seminggu selama 28 hari. Penyerapan zat besi diberikan bersamaan dengan sumber makanan

yang mengandung vitamin C seperti pisang ambon. Kandungan yang ada dalam pisang ambon vitamin C, vitamin B6 dan zat besi dapat membantu produksi antibodi, metabolisme lemak, sel darah merah dan menstimulasi produksi hemoglobin dalam darah pada penderita anemia (Sari et al., 2021).

Buah Pisang Ambon memiliki banyak kelebihan yang menguntungkan bagi manusia. Buah yang paling populer di seluruh dunia setelah apel dan jeruk dan banyak ditemukan di kawasan Asia, Termasuk Indonesia. Pisang ambon adalah pisang yang paling banyak disukai karena memiliki rasa yang lebih manis, tekstur yang lebih enak dan aroma yang lebih tajam jika dibandingkan dengan pisang yang dapat dimakan secara langsung lainnya. Pisang ambon telah banyak dikonsumsi oleh masyarakat tanpa memiliki efek samping, selain itu pisang ambon memiliki kandungan kalium lebih tinggi dan natrium lebih rendah dibandingkan dengan buah pisang lainnya. Pisang ambon merupakan salah satu jenis makanan yang dapat dikonsumsi karena kaya akan zat besi dan juga vitamin C. Vitamin C diperlukan dalam penyerapan zat besi, dengan demikian vitamin C berperan dalam pembentukan Hemoglobin, sehingga mempercepat penyembuhan anemia (Wulansari et al., 2024).

Asumsi peneliti bahwa anemia yang terjadi pada ibu hamil banyak disebabkan oleh asupan nutrisi yang kurang baik hal ini karena banyak ibu hamil yang tidak mau terlihat gemuk sehingga sangat menjaga asupan makanan. Upaya yang diberikan pemberian pisang ambon secara rutin dan tablet Fe dapat membantu ibu hamil dalam meningkatkan kadar hemoglobin hal ini terlihat dari hasil pemeriksaan kadar hemoglobin yang meningkat setelah diberikan secara rutin selama dua minggu. Pemberian tablet zat besi (Fe) dan buah pisang ambon secara bersamaan dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin (Hb) pada ibu hamil yang mengalami anemia. Pisang ambon mengandung vitamin C yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi dari makanan, termasuk tablet Fe.

Menganalisis pengaruh pemberian Fe dan pisang ambon terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh p-value pada kelompok eksperimen sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian Fe dan pisang ambon terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil yang mengalami anemia ringan. Sedangkan pada kelompok kontrol juga diperoleh p-value sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat

disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian Fe saja terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil yang mengalami anemia ringan.

Pemberian tablet Fe dan pisang ambon kepada kelompok eksperimen dan pemberian tablet Fe saja kepada kelompok kontrol keduanya memberikan pengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil, namun dalam jumlah peningkatannya berbeda, hal ini terlihat dari hasil uji beda kedua kelompok sampel tersebut dimana hasil uji statistik menunjukkan $p\text{-value} < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kadar Hb ibu hamil yang mengalami anemia ringan pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol di Klinik Dafa Husada Tahun 2025.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Enny Widayati tahun 2021 tentang “Pemberian Pisang Ambon Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Anemia” dengan metode deskriptif penerapan Evidence Based Nursing (EBN). Diperoleh hasil studi kasus ini mengalami kenaikan kadar Hb, pasien I Hb semula 9,7 g/dl menjadi 11,3 g/dl dan pasien II Hb semula 8,8 g/dl menjadi 9,9 g/dl. Pemberian buah pisang ambon 2 kali sehari pagi dan sore selama 7 hari bersamaan dengan mengonsumsi tablet Fe mampu menaikkan kadar Hb ibu hamil trimester III. Kenaikan kadar Hb antara responden yang diberikan perlakuan pisang ambon dengan responden yang diberikan tablet Fe saja mengalami perbedaan percepatan kenaikan Hb. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Hardiani tahun 2020 tentang “Pengaruh Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil di Klinik FS Munggaran Kabupaten Garut” dengan metode penelitian quasy eksperimental dengan desain two group pretest posttest control. Hasil sebelum diberikan pisang ambon pada kelompok kontrol 9,240 gr/dl, sedangkan pada kelompok eksperimen 9,193 gr/dl. Rata-rata kadar hemoglobin setelah diberikan pemberian pisang ambon pada kelompok kontrol 10,14 gr/dl, sedangkan pada kelompok eksperimen 11,56 gr/dl. Hasil Analisis bivariat uji T independen menghasilkan nilai $P = 0,000$ ($P < 0,05$), ada perbedaan kenaikan kadar hemoglobin antara kelompok eksperimen dengan kelompok kontrol di Klinik FS Munggaran dimana kelompok yang diberikan perlakuan pisang ambon mengalami kenaikan hemoglobin yang lebih signifikan. Sehingga antara hasil penelitian yang dilakukan penulis dengan penelitian yang dilakukan sebelumnya ada kesesuaian hasil yang di dapat setelah dilakukan intervensi.

Zat besi bisa didapatkan dari buah pisang ambon untuk metabolisme dan penyerapan zat besi dibutuhkan buah yang mengandung vitamin C adalah pisang ambon yang dapat membantu meningkatnya penyerapan zat besi sehingga kadar hemoglobin dalam tubuh akan meningkat. Adanya pengaruh terhadap pemberian buah pisang ambon terhadap perubahan tingkat anemia (Dewi, 2019). Pemberian pisang ambon terhadap kenaikan hemoglobin akan lebih cepat bertambah dibanding yang tidak diberi pisang ambon. Ada pengaruh terhadap pemberian pisang ambon terhadap hemoglobin pada ibu anemia (Hardiani et al., 2020). Kandungan dalam pisang ambon B6, Vitamin C dan zat besi dapat membantu menghasilkan antibodi, metabolisme lemak, sel-sel darah merah, dan menstimulasi hemoglobin dalam darah pada penderita anemia. Buah pisang ambon efektif terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada penderita anemia (Andina et al, 2019).

KESIMPULAN DAN SARAN

Rata-rata kadar hemoglobin remaja putri pada kelompok eksperimen sebelum diberikan intervensi sebesar 10,687 gr/dL dan sesudah diberikan intervensi sebesar 12,313 gr/dL. Rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil pada kelompok kontrol sebelum diberikan intervensi sebesar 10,720 gr/dL dan sesudah diberikan intervensi sebesar 11,648 gr/dL. Terdapat pengaruh pemberian Fe dan pisang ambon terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil yang mengalami anemia ringan dengan p-value sebesar 0,000. Terdapat perbedaan kadar hemoglobin remaja putri pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan intervensi dengan p-value sebesar 0,000. Diharapkan peneliti dapat melakukan kerja sama dengan pihak puskesmas khususnya dengan pemegang program PKPR untuk lebih meningkatkan pemberian penyuluhan kepada ibu hamil tentang cara penanganan anemia menggunakan pisang ambon sebagai pengobatan komplementer dalam mengatasi dan mencegah anemia sehingga kegiatan dapat membantu dalam program menurunkan angka kejadian anemia pada ibu hamil di Klinik Dafa Husada.

DAFTAR PUSTAKA

Andina, F. D., Nirmasari, C., & Widayati. (2019). Perbedaan Kadar Hb Sebelum Dan Sesudah Pemberian Pisang Ambon Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas

- Sumowono. Indonesian Journal of Midwifery (IJM), 1(2), 78–84.
<https://jurnal.unw.ac.id:1254/index.php/ijm/article/view/104>
- Bansal, A., Suri, V., Sikka, P., Attri, S. V., Varma, N., Saini, S. S., Goyal, A., & Malhotra, P. (2024). B12 Deficiency is the Commonest Cause of Anaemia During Pregnancy in Northern India: Study from a Tertiary Care Institute. *Indian Journal of Hematology and Blood Transfusion*, 40(1), 78–82. <https://doi.org/10.1007/s12288-023-01682-x>
- Dahlan, F. M., & Aulia, Y. (2023). Penyuluhan Dampak Anemia dan Pemberian Sari Kacang Hijau pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Peduli Masyarakat*, 5(1), 95–100. <https://doi.org/10.37287/jpm.v5i1.1521>
- Dewi, R. K. (2019). Pengaruh Konsumsi Buah Pisang Ambon Terhadap Anemia Pada Ibu Hamil Trimester 1 Di Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Tahun 2019. *Jurnal Ilmu Kesehatan MAKIA*, 4(1), 14–18. <https://jurnal.istekicsadabjn.ac.id/index.php/jmakia/article/view/57>
- Endang Wahyuningsih, Hartati, L., & Dewi Puspita, W. (2023). Analisis Resiko Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *Professional Health Journal*, 4(2), 303–313. <https://doi.org/10.54832/phj.v4i2.388>
- Hardiani, Choirunissa, R., & Rifiana, A. J. (2020). Pengaruh Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Klinik Fs Munggaran Kabupaten Garut. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 12(2), 149–158. <https://journal.thamrin.ac.id/index.php/jikmht/article/view/252>
- Kemendes RI, D. K. (2020). *Laporan Nasional Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) Tahun 2020*.
- Musammah, A. (2023). Hubungan Total Intake Zat Besi Dan Asam Folat Terhadap Kadar Hemoglobin (Hb). *Indonesian Journal of Midwifery*, 3(1), 13–20. <https://doi.org/10.30587/ijmt.v3i1.6669>
- Riana, R. E., Nursucahyo, E., Srihartati, E., & Anas, M. (2024). Hubungan Anemia Dalam Kehamilan Terhadap Terjadinya Pendarahan Postpartum Di Rsi Kalianget. *JurnalMU: Jurnal Medis Umum*, 1(2), 1–10. <https://doi.org/10.30651/jmu.v2i02.23052>
- Sani, R. M., Safitri, A., & Haeriyanty. (2024). Pengaruh asam folat terhadap kejadian anemia pada ibu hamil. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5, 860–864. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jkt/article/view/25706>
- Sari, Y. O., Darmayanti, D., & Ulfah, M. (2021). Pengaruh Pemberian Zat Besi Dan Sayur Bayam

- Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura I. *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 6(1), 19–26. <https://doi.org/10.51143/jksi.v6i1.265>
- Ummah, W., Kuswandari, E., & Utami, W. T. (2024). Penyuluhan dan Pemeriksaan Kadar Hemoglobin dengan Metode POCT (Point of Care Testing) Sebagai Upaya Pencegahan Anemia bagi Masyarakat. *Jurnal JAMAS*, 2(1), 326–331. <https://jurnal.forindpress.com/index.php/jamas/article/view/72>
- Ummah, W., & Ningrum, N. B. (2022). *Penanganan Anemia Dan Percepatan Luka Post Sectio Cesarea (SC) Studi Ekstrak Ikan Gabus (Channa Striata)*. Forind. <https://forindpress.com/index.php/forind/catalog/download/33/2/12?inline=1>
- Ummah, W., & Utami, W. T. (2022). Hubungan Pola Makan dan Kualitas Tidur dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. *Journal Nursing Care and Biomolecular (JNC)*, 7(2). <https://jnc.stikesmaharani.ac.id/index.php/JNC/article/view/284>
- Wulansari, D., Rayani, T., & Wijayanti, A. (2024). Pengaruh Pemberian Pisang Ambon Terhadap Kenaikan Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester 3 Di Polindes Kecamatan Krejengan Kabupaten Probolinggo. *Afiasi: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 118–123. <https://afiasi.unwir.ac.id/index.php/afiasi/article/view/505>
- Yanti, V. D., Dewi, N. R., & Sari, S. A. (2023). Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Anemia untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Purwosari Metro Tahun 2022. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(4), 603–609. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/view/510>
- Zhou, Y., Lyu, Y., Ye, W., Shi, H., Peng, Y., Wen, Z., Narayan, A., Huang, X., Chang, S., Yang, Y., & Xu, Y. (2024). The Prevalence of Anemia among Pregnant Women in China: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Nutrients*, 16(12). <https://doi.org/10.3390/nu16121854>