

**PERBEDAAN ANTARA JUS TERONG BELANDA DENGAN JUS NAGA
TERHADAP KENAIKAN KADAR HB PADA IBU HAMIL
ANEMIA DI POSYANDU SM**

Omega DR. Tahun^{1*}, Nur Laelatul Badriyah²

¹⁻²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta

Email Korespondensi: omegadr54@gmail.com

Disubmit: 24 Januari 2025 Diterima: 29 Agustus 2025 Diterbitkan: 01 September 2025
Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i9.19310>

ABSTRACT

Anemia is a medical condition characterized by a low red blood cell count or low levels of hemoglobin in the body. Red blood cells and hemoglobin play an important role in transporting oxygen from the lungs to the rest of the body. When a person is anemic, the oxygen supply carried by red blood cells becomes limited, which can lead to symptoms such as fatigue, weakness, paleness, and difficulty breathing. Anemia can be caused by a variety of factors, including iron deficiency, vitamin B12 deficiency, impaired red blood cell production, or damage to red blood cells (WHO, 2022). To find out the difference between Dutch eggplant juice and dragon fruit juice on the increase in HB levels in anemia pregnant women at the SM posyandu in 2024. Research design is the whole of planning to answer research questions and anticipate some difficulties that may arise during the research process (Novita Lusiana et al., 2021). The research design used was a Quasi experimental design, and the design used was a Non-equivalent Control Group Design. The administration of Dragon Fruit Juice is more effective and efficient than the administration of Dutch Eggplant Juice on the increase in HB levels of pregnant women who experience anemia. It can be concluded that there is a difference between Dutch eggplant juice and dragon juice on the increase in Hb levels in anemia pregnant women at the SM Posyandu in 2024.

Keywords: *Dragon Juice, Dutch Eggplant, Hb Levels, Anemia*

ABSTRAK

Anemia adalah kondisi medis yang ditandai dengan jumlah sel darah merah yang rendah atau kadar hemoglobin yang rendah dalam tubuh. Sel darah merah dan hemoglobin berperan penting dalam mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Ketika seseorang mengalami anemia, pasokan oksigen yang dibawa oleh sel darah merah menjadi terbatas, yang dapat menyebabkan gejala seperti kelelahan, lemas, pucat, dan kesulitan bernapas. Anemia dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk defisiensi zat besi, kekurangan vitamin B12, gangguan produksi sel darah merah, atau kerusakan pada sel darah merah (WHO, 2022). Untuk mengetahui perbedaan antara jus terong belanda dengan jus buah naga terhadap kenaikan kadar HB pada ibu hamil anemia di posyandu SM Tahun 2024. Desain penelitian adalah keseluruhan dari perencanaan untuk menjawab pertanyaan penelitian dan mengantisipasi beberapa kesulitan

yang mungkin timbul selama proses penelitian (Novita Lusiana et al., 2021). Desain penelitian yang digunakan adalah Quasi experimental design, dan rancangan yang digunakan adalah Non-equivalent Control Group Design. pemberian Jus Buah Naga lebih efektif dan efisien di bandingkan dengan pemberian Jus Terong Belanda terhadap peningkatan kadar HB ibu hamil yang mengalami anemia. Dapat disimpulkan bahwa, terdapat adanya Perbedaan Antara Jus Terong Belanda Dengan Jus Naga Terhadap Kenaikan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Anemia Di Posyandu SM Tahun 2024.

Kata Kunci: Jus Naga, Terong Belanda, Kadar Hb, Anemia

PENDAHULUAN

Angka kematian Ibu (AKI) yang disebabkan oleh anemia masih merupakan masalah serius dalam kesehatan reproduksi. Anemia pada ibu hamil dapat mengakibatkan kekurangan zat besi yang penting untuk pembentukan sel darah merah dan oksigenasi tubuh. Ketika seorang ibu mengalami anemia selama kehamilan, risiko komplikasi seperti kelahiran prematur, pertumbuhan janin terhambat, dan tingkat keguguran meningkat. Selain itu, anemia juga dapat mengganggu kemampuan ibu untuk pulih setelah melahirkan, meningkatkan risiko perdarahan postpartum, serta menyebabkan kelelahan yang berkepanjangan dan penurunan kualitas hidup ibu (Liananiar et al., 2020)

Tingginya angka kematian Ibu karena anemia menunjukkan pentingnya upaya pencegahan dan pengobatan yang tepat. Pencegahan anemia pada ibu hamil melibatkan peningkatan akses terhadap makanan bergizi yang kaya zat besi, seperti daging merah, ikan, dan sayuran hijau. Suplemen zat besi dan asam folat juga sering direkomendasikan untuk mencegah anemia pada ibu hamil. Selain itu, penyuluhan tentang pentingnya pola makan sehat dan pemantauan kesehatan ibu hamil secara rutin dapat membantu mendeteksi anemia sedini mungkin. Dalam kasus anemia yang sudah terjadi, pengobatan yang tepat,

seperti pemberian suplemen yang kaya akan zat besi atau transfusi darah, dapat membantu memulihkan kadar hemoglobin dan mencegah komplikasi yang lebih serius (Cahya et al., 2021)

Angka kematian ibu (AKI) dan angka kematian bayi (AKB) merupakan indikator pembangunan kesehatan dalam RPJM (Rencana Pembangunan Jangka Menengah) dan SDGs 2015-2019. Menurut data SDKI (Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia), angka kematian ibu menurun sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2015, dan angka kematian bayi sebesar 2.223 per 1.000 kelahiran hidup. Hasil penelitian menemukan bahwa 33,07% ibu mengalami tekanan darah tinggi, 27,03% mengalami perdarahan, 15,7% mengalami defisiensi zat besi dan komplikasi, 19% melahirkan dengan berat badan rendah dan prematur, 6,06% mengalami infeksi, dan penyebab lainnya 8,2% (Rohmah, 2019)

Ibu hamil adalah seorang wanita yang mengalami keadaan di mana janin berkembang dalam rahimnya. Kehamilan merupakan proses alami di mana sel telur yang telah dibuahi oleh sperma berkembang menjadi janin yang tumbuh dan berkembang selama periode tertentu. Selama kehamilan, tubuh seorang ibu mengalami perubahan hormonal dan fisik yang signifikan. Hormon-hormon khusus,

seperti hormon kehamilan progesteron dan estrogen, berperan dalam mempersiapkan tubuh ibu untuk mendukung pertumbuhan janin. Fisik ibu hamil juga mengalami perubahan, termasuk peningkatan ukuran perut karena pertumbuhan janin, perubahan pada payudara, peningkatan aliran darah, serta perubahan pada organ dan sistem tubuh lainnya. Selain itu, kehamilan juga melibatkan perubahan emosional dan psikologis yang dapat berdampak pada suasana hati dan perasaan seorang ibu. Ibu hamil perlu menjaga kesehatan dan kesejahteraannya dengan mengikuti perawatan prenatal yang tepat, termasuk kunjungan rutin ke dokter kandungan, pemantauan perkembangan janin, pemenuhan nutrisi yang seimbang, dan menghindari faktor risiko yang dapat memengaruhi kehamilan (Aisyah, 2020)

Anemia adalah kondisi medis yang ditandai dengan jumlah sel darah merah yang rendah atau kadar hemoglobin yang rendah dalam tubuh. Sel darah merah dan hemoglobin berperan penting dalam mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Ketika seseorang mengalami anemia, pasokan oksigen yang dibawa oleh sel darah merah menjadi terbatas, yang dapat menyebabkan gejala seperti kelelahan, lemas, pucat, dan kesulitan bernapas. Anemia dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk defisiensi zat besi, kekurangan vitamin B12, gangguan produksi sel darah merah, atau kerusakan pada sel darah merah (WHO, 2022)

Menurut World Health Organization, anemia adalah salah satu masalah kesehatan utama di dunia, terutama di negara-negara berkembang. WHO mendefinisikan anemia sebagai kadar hemoglobin kurang dari 12 g/dL pada perempuan

dewasa dan kurang dari 13 g/dL pada pria dewasa. Anemia dapat berdampak negatif pada kualitas hidup, kinerja fisik, serta kesehatan ibu dan bayi selama kehamilan. Pencegahan dan pengobatan anemia melibatkan peningkatan asupan zat besi dan vitamin B12 melalui makanan atau suplemen, serta penanganan kondisi medis yang mendasarinya. Menurut World Health Organization (WHO) prevalensi anemia di Dunia mencapai 41% dan sebagian besar (75%) ada dinegara-negara berkembang (WHO, 2022)

Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1% jumlah tertinggi di wilayah pedesaan yaitu 37,8% dan terendah di wilayah perkotaan sebesar 36,4%. Data ini memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang tingkat anemia pada ibu hamil di negara ini (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Berdasarkan hasil data Dinas Kesehatan Jawa Barat tahun 2022, kasus anemia pada ibu hamil di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2021 melebihi angka 80.000 ibu hamil/tahun dan angka tersebut turun di tahun berikutnya, yaitu pada tahun 2022 sekitar 60.000 ibu hamil/tahun (Profil Dinas Kesehatan Jawa Barat, 2022).

Jumlah ibu hamil yang mengalami anemia di Kabupaten Bekasi tahun 2022 dengan kadar hb <8gr/dl sebanyak 631 kasus, Hb 9-10gr/dl sebanyak 7389 kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi, 2022). Berdasarkan data puskesmas Cilipung jumlah ibu hamil pada bulan Juli 2023 sebanyak 195 ibu hamil, dan jumlah ibu hamil yang mengalami anemia sebanyak 92 orang. Selain terapi farmakologi, terapi non-farmakologi juga dapat digunakan untuk mempercepat peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Salah satu pendekatan

non-farmakologi yang dapat dilakukan adalah dengan mengonsumsi buah Naga. Buah naga diketahui mengandung tingkat zat besi yang tinggi, mencapai 3,11 mg, sehingga dapat membantu mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil (Kemenkes RI, 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Posyandu SM Desa Kertajaya Kabupaten Bekasi Tahun 2023, menunjukkan bahwa prevalensi Anemia di Posyandu SM sebesar 47 (30%) dengan jumlah keseluruhan Ibu Hamil sebanyak 155 Ibu Hamil, sedangkan ditahun 2024 prevalensi Anemia pada bulan Mei-Oktober sebesar 30 (25%) dengan jumlah Ibu hamil 120 sebanyak ibu hamil. Menurut *World Health Organization*, faktor yang berperan dalam peningkatan prevalensi anemia pada ibu hamil meliputi defisiensi zat besi, kekurangan asupan nutrisi, infeksi parasit, dan kondisi kesehatan yang mendasari. Defisiensi zat besi merupakan penyebab utama anemia pada ibu hamil. Ibu hamil membutuhkan asupan zat besi yang lebih tinggi untuk mendukung pertumbuhan janin dan kebutuhan darah yang meningkat. Jika tidak ada cukup zat besi yang tersedia, tubuh tidak dapat memproduksi hemoglobin dengan cukup, yang menyebabkan anemia. (WHO, 2022).

TINJAUAN PUSTAKA

Hemoglobin (Hb) merupakan protein yang mengikat besi (Fe) sebagai komponen utama dalam eritrosit dengan fungsi transportasi O₂ dan CO₂ serta memberi warna merah dalam darah. Pada saat darah mengalir ke tubuh, hemoglobin

akan melepaskan oksigen ke sel dan mengikat karbon dioksida. Pemeriksaan kadar Hb dilakukan untuk mengetahui kadar Hb seseorang kemudian dapat dilakukan pencegahan apabila hasilnya rendah. Pemeriksaan Hb pada ibu hamil seharusnya dilakukan minimal dua kali, yaitu pada saat trimester I dan trimester III. Apabila ibu hamil memiliki kadar Hb rendah, maka dilakukan pencegahan dengan pemberian Fe sebanyak 90 tablet di Puskesmas (Layuk, 2025).

Buah terong telanda memiliki kandungan yang bermanfaat bagi tubuh. Menurut Astawan dan Andreas dalam Sembiring dkk, buah terong belanda kaya akan vitamin E, vitamin B₆, vitamin A yang baik untuk kesehatan mata, vitamin C untuk mengobati sariawan, panas dalam dan meningkatkan daya tahan tubuh serta serat yang bermanfaat untuk mencegah kanker dan sembelit. Kulit buah terong belanda mengandung zat yang rasanya pahit, tetapi zat ini dapat dihilangkan dengan cara menyeduhnya menggunakan air panas setelah dikupas. Jika dikonsumsi secara langsung harus dipastikan kulitnya terkelupas sempurna agar tidak menimbulkan rasa pahit (Situmorang, 2012).

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian adalah keseluruhan dari perencanaan untuk menjawab pertanyaan penelitian dan mengantisipasi beberapa kesulitan yang mungkin timbul selama proses penelitian (Novita Lusiana et al., 2021). Desain penelitian yang digunakan adalah Quasi experimental design, dan rancangan yang digunakan adalah Non-equivalent Control Group Design.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

No	Kategori	Frekuensi	Persentase (100%)
1	Usia		
	<20 tahun	3	10
	20-35 tahun	25	83.3
	> 35 tahun	2	6.7
2	Pendidikan		
	SD - SMP	9	30
	SMA	20	66.7
	PT	1	3.3.
3	Paritas		
	Primigravida	19	63.3
	Multigravida	11	36.7
4	Pekerjaan		
	Bekerja	9	30
	Tidak Bekerja	21	70

Berdasarkan tabel 1 bahwa Ibu hamil mayoritas berusia 20-35 tahun yaitu sebanyak 25 responden (83.3%), usia <20th sebanyak 3 responden (10%) dan usia >35th sebanyak 2 responden (6.7%). Mayoritas pendidikan SMA sebanyak 20 responden (66.7%), SD - SMP sebanyak 9 responden (30%) dan PT

sebanyak 1 responden (3.3%). Ibu hamil mayoritas Tidak Bekerja sebanyak 21 responden (70%) dan Bekerja sebanyak 9 responden (30%). Ibu hamil dengan kategori paritas mayoritas Primigravida sebanyak 19 responden (63.3%) dan Multigravida sebanyak 11 responden (36.7%).

Tabel 2. Sebelum Dan Setelah Diberikan Jus Buah Naga

	Sebelum		Sesudah	
Anemia Ibu	F	%	F	%
Anemia	15	100	2	13.3
Tidak Anemia	0	0	13	86.7
Total	15	100	15	100

Berdasarkan tabel 2 bahwa mayoritas ibu hamil sebelum diberikan jus buah naga mengalami anemia sebanyak 15 responden (100%) sedangkan sesudah diberikan

jus mayoritas tidak mengalami anemia sebanyak 13 responden (86.7%) dan mengalami anemia sebanyak 2 responden (13.3%).

Tabel 3. Sebelum dan Sesudah diberikan Jus Terong Belanda

	Sebelum		Sesudah	
Anemia Ibu	F	%	F	%
Anemia	15	100	5	33.3
Tidak Anemia	0	0	10	66.7
Total	15	100	15	100

Berdasarkan tabel 3 bahwa mayoritas ibu hamil sebelum diberikan jus terong belanda mengalami anemia sebanyak 15 responden (100%) sedangkan sesudah

diberikan jus mayoritas tidak mengalami anemia sebanyak 10 responden (66.7%) dan mengalami anemia sebanyak 5 responden (33.3%).

Tabel 4. Uji Normalitas

Variabel	Shapiro Wilk	
	P	Normalitas
Jus Buah Naga	.385	Normal
Jus Terong Belanda	.025	Normal

Berdasarkan tabel 4 hasil Uji Normalitas data dengan Shapiro Wilk di dapatkan nilai P- Value >0.005.

Artinya data tersebut berdistribusi Normal sehingga dilakukan Uji Independent T Test.

Tabel 5. Uji Independent T Test

Variabel	Group Statistics			
	N	Mean	Std. Deviation	Sig.
BUAH NAGA	15	12.253	.7918	<.001
TERONG BELANDA	15	11.067	.5367	<.001

Berdasarkan tabel 5 hasil Uji Independent T Test pada kelompok Buah Naga di dapatkan nilai rata-rata (Mean) 12.253 dan Std. Deviasi .7918 dengan P-Value <.001 <0,005. Sedangkan pada kelompok Jus Terong Belanda di dapatkan nilai rata-rata (Mean) 11.067 dan Std. Deviasi .5367 dengan P-Value <.001 <0,005. Hasil ini menunjukkan bahwa pemberian Jus Buah Naga lebih efektif dan

efisien di bandingkan dengan pemberian Jus Terong Belanda terhadap peningkatan kadar HB ibu hamil yang mengalami anemia. Sehingga dapat disimpulkan bahwa, terdapat adanya Perbedaan Antara Jus Terong Belanda Dengan Jus Naga Terhadap Kenaikan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Anemia Di Posyandu SM Tahun 2024.

PEMBAHASAN

Peningkatan Kadar Hemoglobin Sebelum Dan Sesudah Diberikan Jus Buah Naga Pada Ibu Hamil.

Penelitian mengenai peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan jus buah naga menunjukkan perubahan yang signifikan. Sebelum pemberian jus buah naga, seluruh responden, yaitu 15 ibu hamil (100%), mengalami anemia. Kondisi ini mencerminkan prevalensi anemia yang tinggi pada ibu hamil, yang

dapat meningkatkan risiko komplikasi pada kehamilan, seperti kelahiran prematur dan pertumbuhan janin yang terhambat.

Namun, setelah pemberian jus buah naga, mayoritas responden, yaitu 13 ibu hamil (86,7%), mengalami peningkatan kadar hemoglobin dan tidak lagi terdiagnosis anemia. Hanya 2 ibu hamil (13,3%) yang masih mengalami anemia meskipun telah mengonsumsi jus buah naga. Hasil ini menunjukkan

bahwa jus buah naga memiliki potensi untuk meningkatkan kadar hemoglobin dan mengurangi prevalensi anemia pada ibu hamil, meskipun efeknya dapat bervariasi antar individu. Oleh karena itu, jus buah naga bisa menjadi alternatif yang bermanfaat sebagai upaya pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil.

Peneliti berasumsi bahwa kandungan nutrisi dalam buah naga, seperti vitamin C, zat besi, dan antioksidan, berperan penting dalam meningkatkan produksi sel darah merah dan mengoptimalkan penyerapan zat besi dalam tubuh. Selain itu, diketahui bahwa jus buah naga dapat menjadi alternatif yang lebih alami dan mudah diakses bagi ibu hamil untuk mengatasi anemia, mengingat buah naga memiliki kandungan gizi yang cukup tinggi dan rendah efek samping. Peneliti juga menganggap bahwa faktor-faktor lain, seperti pola makan ibu hamil dan tingkat keparahan anemia, dapat mempengaruhi hasil penelitian, meskipun pemberian jus buah naga memberikan kontribusi signifikan dalam peningkatan kadar hemoglobin.

Peningkatan Kadar Hemoglobin Sebelum Dan Sesudah Diberikan Jus Terong Belanda.

Penelitian mengenai peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan jus terong belanda menunjukkan hasil yang signifikan. Sebelum pemberian jus terong belanda, seluruh responden, yaitu 15 ibu hamil (100%), mengalami anemia, yang menunjukkan tingginya prevalensi anemia pada ibu hamil yang dapat berdampak pada kesehatan ibu dan janin. Setelah pemberian jus terong belanda, terjadi perbaikan yang signifikan, di mana mayoritas responden, yaitu 10 ibu hamil (66,7%), tidak lagi

mengalami anemia. Hanya 5 responden (33,3%) yang masih mengalami anemia meskipun sudah mengonsumsi jus terong belanda. Hal ini mengindikasikan bahwa jus terong belanda memiliki potensi dalam meningkatkan kadar hemoglobin dan mengurangi prevalensi anemia pada ibu hamil. Meskipun demikian, masih terdapat sebagian ibu hamil yang belum sepenuhnya terhindar dari anemia, yang kemungkinan dipengaruhi oleh faktor-faktor lain seperti pola makan, kondisi kesehatan individu, atau tingkat keparahan anemia sebelum intervensi.

Terong belanda, atau yang dikenal juga dengan nama tamarillo, mengandung berbagai nutrisi yang dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia. Salah satu kandungan utama yang berperan dalam meningkatkan kadar hemoglobin adalah zat besi, yang merupakan komponen penting dalam pembentukan sel darah merah. Selain itu, terong belanda juga kaya akan vitamin C, yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh. Vitamin C berperan penting dalam mengubah zat besi non-heme yang terdapat dalam makanan nabati menjadi bentuk yang lebih mudah diserap oleh tubuh. Terong belanda juga mengandung sejumlah vitamin B, terutama asam folat, yang mendukung proses produksi sel darah merah dan penting dalam mencegah anemia megaloblastik pada ibu hamil. Selain itu, kandungan antioksidan dalam terong belanda, seperti vitamin A dan polifenol, membantu melindungi sel-sel darah merah dari kerusakan akibat radikal bebas. Dengan berbagai kandungan gizi tersebut, terong belanda dapat menjadi alternatif yang efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin, sehingga membantu mengatasi anemia pada ibu hamil dan

mendukung kesehatan ibu serta janin (Tono, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Rakhmawati, 2024) penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan jus terong Belanda yang artinya, terdapat peningkatan kadar Hb ibu hamil setelah diberikan jus terong Belanda, diketahui nilai p value $0,000 < 0,05$ dan diperkuat dengan hasil mini riset yang dilakukan oleh (Tono, 2022) terdapat peningkatan kadar HB pada ibu hamil sebelum dan setelah diberikan perlakuan dari katagori anemia ringan menjadi normal sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh minuman jus terong belanda terhadap peningkatan kadar HB pada ibu hamil.

Peneliti berasumsi bahwa kandungan zat besi, vitamin C, dan asam folat dalam terong belanda dapat berkontribusi dalam meningkatkan pembentukan sel darah merah dan memperbaiki kadar hemoglobin. Vitamin C, yang berperan dalam meningkatkan penyerapan zat besi, diperkirakan akan membantu tubuh ibu hamil dalam mengatasi defisiensi zat besi yang menjadi salah satu penyebab utama anemia. Selain itu, asam folat dalam terong belanda dipercaya dapat mendukung produksi sel darah merah yang sehat.

Perbedaan Antara Jus Terong Belanda Dengan Jus Naga Terhadap Kenaikan Kadar HB Pada Ibu Hamil Anemia Di Posyandu SM

Perbedaan antara jus terong belanda dan jus buah naga terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia terletak pada kandungan gizi yang dimiliki kedua jenis jus tersebut. Jus buah naga diketahui kaya akan vitamin C, yang berfungsi untuk meningkatkan penyerapan zat besi

dalam tubuh, serta mengandung zat besi dan antioksidan yang mendukung pembentukan sel darah merah yang sehat. Selain itu, buah naga juga mengandung sejumlah vitamin dan mineral penting yang dapat meningkatkan kualitas darah secara keseluruhan. Sebaliknya, jus terong belanda mengandung vitamin C, zat besi, dan asam folat, yang juga berperan penting dalam mengatasi anemia, namun dalam beberapa kasus, respon terhadap penyerapan zat besi dan peningkatan kadar hemoglobin cenderung lebih rendah dibandingkan jus buah naga. Hal ini mungkin disebabkan oleh perbedaan dalam komposisi dan bioavailabilitas nutrisi yang terdapat pada masing-masing buah. Meskipun jus terong belanda memberikan manfaat dalam meningkatkan kadar hemoglobin, jus buah naga lebih terbukti efektif dalam memberikan hasil yang lebih cepat dan signifikan, sehingga dapat disimpulkan bahwa jus buah naga lebih unggul dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia (Auliyah, 2022).

Hasil penelitian mengenai perbedaan antara jus terong belanda dan jus naga terhadap kenaikan kadar hemoglobin (HB) pada ibu hamil anemia di Posyandu SM tahun 2024. Menunjukkan bahwa pemberian jus buah naga memiliki dampak yang lebih signifikan dalam meningkatkan kadar HB dibandingkan jus terong belanda. Berdasarkan hasil uji Independent T Test, kelompok ibu hamil yang mengonsumsi jus buah naga menunjukkan nilai rata-rata (Mean) sebesar 12,253 dengan Std. Deviasi 0,7918 dan p -value $< 0,001$. Sementara itu, kelompok ibu hamil yang mengonsumsi jus terong belanda memiliki rata-rata (Mean) 11,067 dengan Std. Deviasi 0,5367 dan p -value $< 0,001$. P -value yang lebih kecil dari 0,005 pada kedua kelompok menunjukkan bahwa hasil penelitian

ini signifikan secara statistik. Namun, perbandingan antara kedua kelompok menunjukkan bahwa jus buah naga lebih efektif dalam meningkatkan kadar HB ibu hamil anemia, hal ini ditunjukkan dengan nilai rata-rata HB yang lebih tinggi pada kelompok jus naga. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara jus terong belanda dan jus naga dalam meningkatkan kadar HB pada ibu hamil anemia, dengan jus naga memberikan efek yang lebih baik.

Berdasarkan penelitian (R. Y. Yanti, 2024) menunjukkan hasil dari mean rank pada kelompok jus terong belanda sebesar 0,378 gr/dL dan pada kelompok jus buah naga sebesar 0,683 gr/dL, sedangkan hasil analisis menggunakan uji Independent T Test diperoleh nilai p value sebesar 0,116 > α 0,05 dan hasil perhitungan t diperoleh $t_{tabel} < t_{hitung}$ atau 1,613 < 2,028 maka dapat disimpulkan bahwa jus terong belanda tidak lebih efektif terhadap kadar hemoglobin ibu hamil dibandingkan jus buah naga.

Sejalan dengan penelitian tersebut yaitu penelitian yang dilakukan oleh (R. Y. Yanti, 2024) diketahui kadar Hb ibu hamil sebelum pemberian buah terong belanda rata-rata = 10.247 gr/dl dan sesudah pemberian buah terong belanda rata-rata = 10.627 gr/dl. Kadar Hb ibu hamil sebelum pemberian buah naga rata-rata = 10.187 gr/dl dan sesudah pemberian buah naga rata-rata = 11.133 gr/dl. Hasil penelitian bivariat diperoleh nilai p = 0,000. Terdapat perbedaan pengaruh pemberian buah terong belanda dan buah naga terhadap kadar Hb ibu hamil. Ibu hamil diharapkan untuk rajin mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi, salah satunya buah terong belanda dan buah naga, serta patuh dalam mengonsumsi tablet Fe untuk meningkatkan kadar Hb dalam darah ibu.

Di perkuat dengan penelitian (Nurjanah, 2024) hasil penelusuran literatur review menunjukkan bahwa anemia pada ibu hamil dapat ditanggulangi dengan cara non farmakologi. Cara non farmakologi ini seperti mengonsumsi buah naga, terong belanda, daun kelor, buah kurma, madu, bayam merah, bayam hijau, bit, buah tamarillo, jambu biji dan kacang merah. Buah dan sayur dapat dikonsumsi ibu dengan cara dimakan langsung, diolah seperti jus atau sayur, dapat dijadikan powder, dan diekstrak agar mudah dikonsumsi. Dari penelitian ini dapat diketahui bahwa sayur/ buah yang dapat menanggulangi anemia memiliki kandungan gizi seperti zat besi, asam folat dan vitamin C. Zat besi, asam folat dan vitamin C dapat membantu memproduksi dan mempercepat penyerapan Fe pada tubuh. Terapi non farmakologi dilakukan dengan tetap mengonsumsi tablet Fe yang diprogramkan pemerintah agar lebih efektif.

Peneliti berasumsi bahwa jus buah naga mengandung kandungan zat besi, vitamin C, dan antioksidan yang lebih optimal dalam mendukung peningkatan produksi sel darah merah dan penyerapan zat besi, yang sangat berperan dalam mengatasi anemia. Selain itu, vitamin C dalam jus buah naga dipercaya dapat meningkatkan efektivitas penyerapan zat besi dalam tubuh, yang berpotensi menjadikan jus buah naga lebih efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin dibandingkan jus terong belanda. Meskipun jus terong belanda juga mengandung zat besi, vitamin C, dan asam folat yang mendukung pembentukan darah, peneliti mengasumsikan bahwa kandungan-kandungan tersebut mungkin tidak seefektif jus buah naga dalam meningkatkan kadar hemoglobin secara signifikan.

KESIMPULAN

Hasil Uji Independent T Test pada kelompok Buah Naga di dapatkan nilai rata-rata (Mean) 12.253 dan Std. Deviasi .7918 dengan P-Value <.001 <0.005. Sedangkan pada kelompok Jus Terong Belanda di dapatkan nilai rata-rata (Mean) 11.067 dan Std. Deviasi .5367 dengan P-Value <.001 <0.005. Hasil ini menunjukkan bahwa pemberian Jus Buah Naga lebih efektif dan efisien di bandingkan dengan pemberian Jus Terong Belanda terhadap peningkatan kadar HB ibu hamil yang mengalami anemia. Sehingga dapat disimpulkan bahwa, terdapat adanya Perbedaan Antara Jus Terong Belanda Dengan Jus Naga Terhadap Kenaikan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Anemia Di Posyandu SM Tahun 2024.

SARAN

1. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan bisa menjadi sumber referensi bagi mahasiswa yang ingin melakukan penelitian tentang pengaruh jus buah naga dan jus terong Belanda.

2. Bagi Posyandu SM

Posyandu SM perlu memperkuat upaya pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil melalui beberapa langkah konkret.

- a) Rutin mengadakan pendidikan kesehatan dan penyuluhan tentang pentingnya konsumsi makanan kaya zat besi, seperti jus buah naga, serta cara meningkatkan penyerapan zat besi dengan vitamin C
- b) Melaksanakan Program KIE (Komunikasi, Informasi, Edukasi) yang melibatkan ibu hamil, keluarga, dan masyarakat untuk

meningkatkan kesadaran tentang pencegahan anemia.

- c) Menyediakan informasi terkait pembuatan dan konsumsi jus buah naga sebagai alternatif bergizi yang dapat meningkatkan kadar HB.
- d) Memastikan ketersediaan suplemen zat besi serta memantau kadar HB ibu hamil secara rutin, agar ibu hamil yang berisiko anemia dapat segera mendapatkan penanganan yang tepat. Dengan pendekatan ini, Posyandu SM diharapkan dapat menurunkan angka anemia pada ibu hamil dan meningkatkan kesehatan ibu serta janin.

DAFTAR PUSTAKA

- auliyah, A. S. (2022). Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Anemia Pada Ibu Hamil. *Mega Buana Journal Of Midwifery*, 1(2), 50-55.
- Awaliyah, N. R. (2018). Etnobotani Tanaman Obat Dan Pemanfaatannya Di Kecamatan Banyuasin Iii Serta Sumbangsihnya Pada Pelajaran Biologi Materi Plantae Sma Kelas. Uin Raden Fatah Palembang.
- Cahya, W. E., Fitriani, A. L., Mandaty, F. A., & Rizqitha, R. (2021). Efektivitas Buah Kurma Dan Buah Bit Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Ii Di Wilayah Puskesmas Karangawen Ii Kabupaten Demak. *Jurnal Surya Muda*, 3(2), 65-75. <https://doi.org/10.38102/Jsm.V3i2.86>
- Depkes Ri. (2022). Data Anemia Pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*.

- Deprika, C. E. (2019). Faktor-Faktor Yang Berhubungandengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Mantrijeron Yogyakarta. 274-282.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi. (2022). Kejadian Anemia Kabupaten Bekasi. Kebidanan.
- Fadli, F., & Fatmawati, F. (2020). Analisis Faktor Penyebab Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan Aisyiyah*, 15(2), 137-146.
<https://doi.org/10.31101/jkk.988>
- Farhati, F., & Resmana, R. (2021). Monograf: Mengatasi Anemia Dengan Mixed Juice Kurma Dan Terong Belanda.
- Gustina, I., Yuria, M., & Dita, P. S. (2020). Manfaat Pemberian Jus Buah Bit Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Di Wilayah Kerja Puskesmas Kec. Jatinegara Dan Puskesmas Kec. Kramat Jati Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Bidan*, V(1), 36-44.
- Ikawati, K. & R. (2018). Pengaruh Buah Bit Terhadap Indeks Eritrosit Pada Remaja Putri Dengan Anemia. *Journal Of Nursing And Public Health*, 6(2), 60-66.
<https://jurnal.unived.ac.id/index.php/jnph/article/view/659>
- Kemkes Ri. (2020). Pedoman Bagi Ibu Hamil, Ibu Nifas Dan Bayi Baru Lahir Selama Covid-19.
- Kemkes Ri. (2021a). Buku Kesehatan Ibu Dan Anak 2020.
- Kemkes Ri. (2021b). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2021. In Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (Vol. 42, Issue 4). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kuantitas, S., Care, A., Sosial, D. A. N., Yanti, N., Dewi, O., & Marlina, H. (2021). Dengan Risiko Anemia Pada Kehamilan The Standard Of Antenatal Care Quantity And Social Culture With Anemia Risk During Pregnancy E-Mail : Mitra@Htp.Ac.Id Pendahuluan Anemia Pada Kehamilan Merupakan Kondisi Ibu Dengan Kadar Hemoglobin (Hb) Kurang Dari 11. 12(1), 51-63.
<https://doi.org/10.22435/Kespro.V12i1.4386.51-63>
- Layuk, A., Kailola, I. N., & Bukorpioper, I. I. (2025). Uji Fitokimia Ekstrak Kasar Buah Terong Belanda (Solanum Betaceum) Dari Distrik Bokondini Kabupaten Tolikara Papua. *Sinergi: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(2), 767-771.
- Liananiar, Harahap, F. S. D., & Liesmayani, E. E. (2020). Analisis Pengaruh Konsumsi Buah Bit Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Iii. *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 9(1), 1-8.
<https://doi.org/10.36763/Healthcare.V9i1.49>
- Manuaba, I. A. C. (2018). Buku Ajar Patologi Obstetri.
- Maula, K. S. (2022). Hubungan Faktor Ibu Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Remaja Di Puskesmas Saptosari Tahun 2014-2015. Skripsi, 1-45.
- Mutia, J. S., & Kunci, K. (2020). Pengaruh Pemberian Buah Naga Terhadap Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Menurunkan Angka Anemia Pada Balita, Peningkatan Hamil Tidak Hanya Dipengaruhi Oleh Konsumsi Makanan Yang Mengandung Zat Berdasarkan Penelitian Ratu Puspita Tahun 2019 Dengan Judul Pe. 14(2), 49-59.
- Novita Lusiana, Rika Andriyani, & Miratu Megasari. (2021). Buku Ajar Metodologi Penelitian Kebidanan. Deepublish.

- Nurjanah, F. W. (2024). Literature Review: Terapi Non Farmakologi Pada Ibu Hamil Dengan Anemia. *Jurnal Keperawatan Gsh*, 13(1), 56-64.
- Octavia, E., & Wardani, I. K. F. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Cara Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Rumah Bersalin Rhaudatunnadya Tahun 2020.
- Prawirohardjo, S. (2018). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal Dan Neonatal*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.
- Radono, P., Tanggu, F. L., & Wulandari, A. (2021). Kejadian Anemia Ditinjau Dari Pola Makan Dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Bpm Rosa Siskawati Plosoklaten Kabupaten Kediri. *Journal For Quality In Women's Health*, 4(2), 202-209.
- Rakhmawati, S. (2024). Pengaruh Jus Terong Belanda Terhadap Anemia Pada Ibu Hamil Trimester Ii Di Tpm Sumiati, Amd. Keb. Cipayung Kabupaten Bekasi Tahun 2024.
- Rosilawati, R., & Barus, D. T. (2023). The Effect Of Giving Dutch Eggplant Juice On Hemoglobin Levels Of Pregnant Women With Anemia At The Taman Sari Pratama Clinic, Pekanbaru City In 2022. *Jhmhs: Journal Of Hospital Management And Health Science*, 4(2), 27-31.
- Santy, E. (2019). Hemoglobin Dengan Metode Eksperiment (Experiment Method Of Dragon Fruit Intervention In Increasing Hemoglobin Level). 2(1), 8-13.
- Situmorang, D. R. (2012). *Kualitas Minuman Serbuk Instan Buah Terong Belanda (Solanum Betaceum Cav.) Dengan Variasi Kadar Maltodekstrin* (Doctoral Dissertation, Uajy).
- Sarwono. (2021). Ilmu Kebidanan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 3.
- Setyianingsih, S., Widayati, W., & Kristiningrum, W. (2020). Keefektifan Jus Buah Bit Dan Lemon Dalam Kenaikan Kadar Hb Pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(1), 71-76.
- Simanjuntak, H. (2018). Motivasi Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 12.
- Sjahrani, T., & Faridah, V. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia. *Jurnal Kebidanan*, 5(2), 106-115. [Http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/viewfile/1253/pdf](http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/viewfile/1253/pdf)
- Sulistiyani, E. F., Pku, S., & Surakarta, M. (2021). Pengaruh Pemberian Kombinasi Jus Jambu Biji Merah (Psidium Guajava L) Dan Buah Naga Merah (Hylocereus Costaricensis) Terhadap Kadar Hb Pada.
- Suryandari, A. E., & Happinasari, O. (2019a). Efektivitas Buah Kurma Dan Buah Bit Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Ii Di Wilayah Puskesmas Karangawen Ii Kabupaten Demak. Perbandingan Kenaikan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Yang Diberi Fe Dengan Fe Dan Buah Bit Di Wilayah Kerja Puskesmas Purwokerto Selatan, Vii(01), 36-47.
- Suryandari, A. E., & Happinasari, O. (2019b). Perbandingan Kenaikan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Yang Diberi Fe Dengan Fe Dan Buah Bit Di Wilayah Kerja Puskesmas Purwokerto Selatan. *Jurnal Kebidanan*, 7(01).
- Tono, S. F. N. (2022). Mini Riset: Pemberian Terong Belanda Dan

- Tablet Fe Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan*, 11(2), 8-13.
- Wahyuni, Y. (2019). Hubungan Pola Makan Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kecamatan Pulo Gadung Jakarta Timur. In *Skripsi*. Universitas Binawan.
- Who. (2022). Kejadian Anemia Di Dunia. *Kebidanan*, 3.
- Wibowo, N., Irwinda, R., & Rabbania, H. (2021). Anemia Defisiensi Besi Pada Kehamilan. In *Ui Publishing* (Vol. 1).
- Widaningsih, I. (2018). Pemberian Asi Eksklusif Pada Ibu Yang Mempunyai Bayi Di Desa Sukalaksana Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 12(1).
- Yanti, M. D., Barus, D. T., Siagian, N. A., Manalu, A. B., Siregar, G. F. G., & Faddilah, S. N. (2021). Perbedaan Efektivitas Pemberian Tablet Fe Dan Vitamin C Dengan Tablet Fe Dan Jus Buah Jambu Biji Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Ii. *Jurnal Doppler*, 5(1), 14-19.
- Yanti, R. Y. (2024). Perbandingan Pemberian Buah Naga Dan Buah Bit Terhadap Kadar Hb Ibu Hamil Di Pmb Ry Kecamatan Panongan Kabupaten Tangerang: Comparison Of Dragon Fruit And Beetroot Administration On Hb Levels Of Pregnant Women At Pmb Ry, Panongan District, Tangerang Regency. *Indonesian Scholar Journal Of Nursing And Midwifery Science (Isjnms)*, 3(10), 1451-1458.
- Yuniarti, A. (2022). Studi Literatur Pengaruh Pemberian Buah Naga Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Skripsi.