



PENGARUH PEMBERIAN PISANG AMBON TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN ANEMIA DI UPTD PUSKESMAS WAY MILI KABUPATEN LAMPUNG TIMUR

THE EFFECT OF AMBON BANANA CONSUMPTION ON INCREASING HEMOGLOBIN LEVELS AMONG THIRD-TRIMESTER PREGNANT WOMEN WITH ANEMIA AT WAY MILI PUBLIC HEALTH CENTER OF EAST LAMPUNG REGENCY

Septika Yani Veronica¹, Antika Wulandari², Asmawati³, Sukarni⁴, Komalasari⁵
^{1,2,3} Program Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu Lampung
antikaprabu@gmail.com

Abstract

World Health Organization (WHO) data from 2023 reported that the global prevalence of anemia reached 40% among children aged 6–59 months, 37% among pregnant women, and 30% among women aged 15–49 years. According to the 2023 Indonesian Health Survey (SKI), 27.7% of pregnant women in Indonesia suffer from anemia. When categorized by age group, the highest prevalence occurs among pregnant women aged 35–44 years (39.6%), followed by those aged 25–34 years (31.4%). This study aimed to determine the effect of Ambon banana consumption on increasing hemoglobin levels among third-trimester pregnant women with anemia at Way Mili Public Health Center of East Lampung Regency in 2025.

This quantitative study employed a quasi-experimental design using a one-group pretest–posttest approach. The sample consisted of all third-trimester pregnant women with anemia at Way Mili Public Health Center, totaling 20 respondents. Primary data were collected after administering an intervention of 200 grams of Ambon banana daily for 14 days. Bivariate analysis was performed using the Wilcoxon test.

The results indicated a significant effect of Ambon banana consumption on increasing hemoglobin levels among third-trimester pregnant women with anemia, with a p -value of 0.000 (< 0.05). It is recommended that pregnant women with anemia consume Ambon bananas as a complementary nutritional strategy to increase hemoglobin levels, alongside maintaining a balanced diet and continuing to take iron supplementation provided by the health center.

Keywords: Anemia, Hemoglobin Level, Ambon Banana

Abstrak

Data World Health Organization (WHO) tahun 2023 menyebutkan bahwa prevalensi anemia secara global tercatat sebesar 40% terjadi pada anak usia 6 – 59 bulan, 37 % terjadi pada wanita hamil dan 30 % wanita usia 15 – 49 tahun. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menyatakan bahwa di Indonesia sebesar 27,7% ibu hamil mengalami anemia. Bila dilihat berdasarkan kelompok umur, ibu hamil mengalami anemia paling tinggi pada kelompok umur 35- 44 sebesar 39,6%, diikuti kelompok umur 25-34 sebesar 31,4%. Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui pengaruh pemberian pisang ambon terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur Tahun 2025.

Penelitian ini merupakan penelitian *kuantitatif* dengan metode desain penelitian *quasi eksperimen*, menggunakan pendekatan *one group pretest-posttest*. Sampel dalam penelitian yaitu seluruh ibu hamil trimester III yang mengalami anemia di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur yang berjumlah 20 ibu hamil trimester III.

Penelitian menggunakan data primer yang diberi intervensi pisang ambon 200 gram selama 14 hari dengan analisis bivariat *Uji Wilcoxon*.

Hasil penelitian di peroleh ada pengaruh pemberian pisang ambon terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur Tahun 2025 dengan *p-value* $0,000 < 0,05$. Diharapkan ibu hamil yang mengalami anemia disarankan untuk mengonsumsi pisang ambon sebagai bagian dari upaya meningkatkan kadar hemoglobin, namun tetap perlu mengonsumsi makanan bergizi seimbang lainnya dan mengonsumsi suplemen zat besi yang diberikan oleh Puskesmas

Kata Kunci: Anemia, Kadar Hemoglobin, Pisang Ambon

I. PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur, kematian ibu dan anak, serta penyakit infeksi. Anemia defisiensi zat besi pada ibu dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin/bayi saat kehamilan maupun setelahnya. Data *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa prevalensi anemia secara global tercatat sebesar 40% terjadi pada anak usia 6 – 59 bulan, 37 % terjadi pada wanita hamil dan 30 % wanita usia 15 – 49 tahun. Hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menyatakan bahwa di Indonesia sebesar 27,7% ibu hamil mengalami anemia. Bila dilihat berdasarkan kelompok umur, ibu hamil mengalami anemia paling tinggi pada kelompok umur 35- 44 sebesar 39,6%, diikuti kelompok umur 25-34 sebesar 31,4% (Kementrian Kesehatan, 2023)

Anemia adalah suatu kondisi tubuh yang ditandai dengan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal yang akan mengakibatkan terganggunya distribusi oksigen oleh darah ke seluruh tubuh (Kemenkes RI, 2023). Anemia dalam kehamilan yaitu keadaan ibu hamil yang mengalami kekurangan zat besi dalam darah. Anemia dalam kehamilan merupakan kondisi ibu dengan kadar hemoglobin $<11 \text{ gr\%}$ pada trimester 1 dan trimester 3, sedangkan pada trimester 2 kadar hemoglobin $<10 \text{ gr\%}$ (Epdietasari et al., 2024)

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2023, angka kejadian ibu hamil yang mengalami anemia di Provinsi Lampung sebanyak 10,214 (6,46%) dari 158,025 ibu hamil yang ada di Provinsi Lampung. Angka kejadian anemia pada ibu hamil di Kabupaten Lampung Timur sebanyak 739 (40,5%) yang mengalami anemia dari 18,256 ibu hamil (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2023)

Cakupan tablet tambah darah 90 pada ibu Hamil pada tahun 2023 di Provinsi terjadi kenaikan dibandingkan tahun sebelumnya yaitu menjadi 92,4% dimana capaian ini sudah mencapai target

yang diharapkan yaitu 82%. Hal ini dikarenakan banyak faktor yang mempengaruhi kesehatan ibu hamil dalam kejadian anemia. Capaian tambah darah 90 tertinggi di Provinsi Lampung dari 15 Kabupaten ada di Kabupaten Pesawaran (97%) dan Way Kanan (97%). Capaian terendah berada di Kabupaten Lampung Tengah (89,4%), Lampung Timur berada di urutan ke- 8 dengan 93,2 %. Jika di suatu kabupaten / wilayah terdapat banyak ibu hamil yang menerima pemberian tablet tambah darah 90, ini artinya menunjukkan tingginya prevalensi anemia, giatnya upaya pencegahan anemia, atau tingginya kesadaran ibu hamil (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2023)

Program pemberian suplementasi besi / Tablet Tambah Darah (TTD) menjadi salah satu komponen penting dalam upaya pencegahan anemia defisiensi besi (Firza Novilia Tono, 2022). Dimana ibu hamil sudah diberikan 90 tablet zat besi selama kehamilan, akan tetapi tablet fe belum dapat mencukupi kebutuhan zat besi selama hamil. Pada kenyataannya, tidak semua ibu hamil yang menerima tablet zat besi meminumnya secara teratur, mungkin disebabkan karena faktor ketidaktahuan akan pentingnya tablet zat besi dalam kehamilan. ketidakpatuhan ibu hamil terhadap konsumsi tablet Fe minimal 90 tablet selama kehamilan masih sangat rendah hal ini dikarenakan alasan efek samping yang tidak menyenangkan. Berbagai efek samping seperti mual bahkan muntah, konstipasi dan nyeri ulu hati dapat terjadi pada ibu hamil yang mengonsumsi zat besi (Nurislamiyah et al., 2023)

Keadaan anemia pada ibu hamil harus dideteksi sedini mungkin dan diberikan penatalaksanaan yang tepat. Upaya yang dilakukan dalam pencegahan dan penanggulangan anemia ada dua yaitu farmakologi dengan mengonsumsi tablet Fe, selain terapi farmakologi dapat juga diberikan terapi non farmakologi. Secara non farmakologi untuk menangani anemia dapat dilakukan dengan mengonsumsi buah bit, buah pisang ambon buah

pisang mas, jus bayam, rebusan kacang panjang dan wortel (Safitri et al., 2021)

Pisang ambon merupakan salah satu jenis pisang yang banyak dikonsumsi masyarakat Indonesia. Selain itu pisang ambon juga mengandung asam amino esensial yang spesifik yaitu histidin dan arginin. Kandungan nutrisi inilah yang bermanfaat untuk pembentukan dan penyempurnaan otak. Tiap 100 gram saji pisang ambon (1 buah) mengandung 73,8 gr air, zat besi 0,5 mg, B1 0,05 mg, B2 0,08 mg, B6 0,1 mg dan fosfor 28 mg yang baik bagi tubuh (Hertati et al., 2024)

Kebutuhan zat besi pada ibu hamil selama hamil yaitu rata-rata 800 mg – 1040 mg. Sampai saat melahirkan, wanita hamil butuh zat besi sekitar 40 mg per hari atau dua kali lipat kebutuhan kondisi tidak hamil (Mardianti et al., 2022). Tablet tambah darah mengandung *ferrous fumarate* 183 mg setara dengan zat besi sebanyak 60 mg dan *folic acid* 400 mg. Tiap 100 gram saji pisang ambon (1 buah) mengandung zat besi 0,5 mg.

Pemenuhan gizi pada ibu hamil untuk kecukupan besi dibutuhkan asupan zat besi yang cukup, zat besi ini bisa didapatkan 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. Pemberian tablet zat besi (Fe) dan pisang ambon lebih efektif meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil dibandingkan hanya pemberian tablet Fe saja (Kurnis & Setyarini, 2024)

Dampak buruk anemia jangka panjang yaitu morbiditas dan mortalitas ibu maupun bayi. Dampak anemia jangka pendek yaitu dapat terjadi pada janin diantaranya adalah *Intra Uterine Growth Retardation* (IUGR), bayi lahir prematur, bayi dengan cacat bawaan, Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) dan peningkatan risiko kematian janin dalam kandungan. Dampak anemia pada ibu hamil adalah sesak napas, kelelahan, palpitasi, hipertensi, gangguan tidur, preeklamsia, abortus dan meningkatkan risiko perdarahan sebelum dan saat persalinan bahkan sampai pada kematian ibu (Epdietasari et al., 2024)

Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sinaga et al., 2023) yang berjudul Hubungan Pemberian Pisang Ambon Dengan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Anemia Ringan Di TPMB Susi Di Dolok Merawan Kabupaten Serdang Bedagai. Hasil analisis menggunakan uji statistik *Chi Square* diketahui hasil p value bernilai 0.000 (<0,05).

Data UPTD Puskesmas Way Mili pada bulan April 2025 melalui data ANC di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur diketahui, pada tahun 2024 dari 327 ibu hamil yang melakukan pemeriksaan HB terdapat 24 (17,24%) ibu yang mengalami anemia. Pada bulan Januari - April 2025 dari 142 ibu hamil terdapat 25 (24,6%) ibu yang mengalami anemia yang terdiri dari 6 (24%) ibu hamil dengan anemia sedang dan 21 (84%) ibu hamil dengan anemia ringan.

Dan berdasarkan dari hasil wawancara secara langsung yang peneliti lakukan terhadap 10 ibu hamil di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur, terdapat 4 (40%) ibu hamil yang tidak patuh minum tablet Fe, 4 (40%) ibu hamil mengatakan rasanya pahit dan 2 (20%) ibu tidak memiliki uang untuk membeli susu sehingga ibu hamil mengalami anemia dikarenakan kekurangan zat besi. Berdasarkan masalah tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Anemia di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur Tahun 2025”.

II. METODE

Jenis Dan Desain Penelitian

Jenis penelitian *quasi eksperimen* dengan pendekatan penelitian *one group pretest-posttest*. Pada penelitian ini hanya menggunakan satu kelompok perlakuan di mana perlakuannya sebelum diberikan pisang ambon dan tablet Fe dilakukan cek Hb, setelah itu peneliti memberikan pisang ambon dan tablet Fe selama 14 hari berturut turut. Pada hari ke 15 peneliti melakukan cek Hb kembali.

Populasi Dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III yang mengalami anemia berjumlah 20 ibu hamil trimester III yang diberikan tablet Fe dan pemberian pisang ambon

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian dilaksanakan di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur yang tercatat pada bulan Juli - Agustus 2025. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester III yang mengalami anemia berjumlah 20 ibu hamil trimester III yang diberikan tablet Fe dan pemberian pisang ambon di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur yang tercatat pada bulan Juli - Agustus 2025. Sampel dalam penelitian ini menggunakan 20 ibu hamil

yang mengalami anemia. Uji analisa data yang digunakan adalah *Wilcoxon*.

Instrumen Penelitian

Data dalam penelitian ini menggunakan data primer yaitu data yang langsung diperoleh dari responden. Pemeriksaan dilakukan dengan memberi lembar persetujuan terlebih dahulu kepada ibu hamil yang mengalami anemia untuk menjadi responden. Peneliti melakukan pemeriksaan kadar Hb ibu hamil dengan menggunakan alat *Easy Touch*. Hasil kadar Hb diperiksa, apabila ibu memenuhi kriteria inklusi, selanjutnya ibu hamil mengkonsumsi 2 buah pisang tiap hari selama 14 hari. Setelah 14 hari mengkonsumsi ibu hamil yang mengalami anemia dilakukan pemeriksaan kadar Hb kembali

Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan tahapan berikut :

1. Peneliti mengajukan permohonan izin kepada Program Studi SI Kebidanan Universitas Aisyah Pringsewu untuk mendapatkan surat izin pelaksanaan penelitian.
2. Setelah mendapatkan surat izin peneliti menyerahkan surat izin penelitian kepada kepala UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur dan menjelaskan tujuan penelitian untuk mendapatkan izin melakukan penelitian di tempat tersebut dan menunggu surat balasan dari UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur.
3. Setelah surat balasan dari UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur diterima, peneliti menemui bidan koordinator untuk mendapatkan data pasien ibu hamil trimester III yang mengalami anemia
4. Peneliti dan bidan koordinator mengumpulkan ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur
5. Peneliti memperkenalkan diri dan memaparkan tujuan dan maksud di kumpulkan ibu hamil trimester III di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur
6. Peneliti menjelaskan hak-hak sebagai responden termasuk hal untuk menolak mengkonsumsi pisang ambon
7. Peneliti meminta ibu hamil yang bersedia untuk menjadi responden mengisi lembar *inform consent*
8. Kriteria responden pada penelitian ini adalah ibu hamil trimester III yang bersedia menjadi responden selama 14 hari yang mengalami anemia dan tidak alergi pisang ambon
9. Setelah ibu hamil menyetujui dan mengisi lembar *inform consent*, peneliti melakukan cek Hb menggunakan alat digital *Easy Touch* GCHb sebelum pemberian pisang ambon
10. Pemeriksaan dilakukan dengan cara memasukkan lancet steril ke ujung jari tangan untuk memperoleh darah kapiler, kemudian darah tersebut diteteskan ke strip pengujian yang dimasukkan ke dalam alat yang sudah dikalibrasi.
11. Kalibrasi alat *Easy Touch* biasanya dilakukan dengan menggunakan chip kalibrasi khusus yang sesuai dengan jenis strip test yang digunakan (gula darah, kolesterol, asam urat).
12. Chip kalibrasi ini digunakan untuk membandingkan hasil pengukuran dengan nilai yang sudah ditentukan, sehingga alat dapat dikoreksi jika diperlukan.
13. Setelah mendapatkan hasil, peneliti langsung memberikan pisang ambon selama 14 hari dengan dosis 200 gram per hari dikonsumsi ibu hamil pada pagi dan sore hari
14. Ketika memberikan intervensi pisang ambon, peneliti melakukan *dor to dor* dengan bantuan 3 enumerator dengan tenaga kesehatan bidan / kader
15. Sebelum pemberian pisang ambon kepada ibu hamil trimester III, peneliti melakukan persamaan persepsi terhadap 3 enumerator terkait dengan teknik pelaksanaan penelitian yaitu berupa jadwal konsumsi, cara pemberian dan cara konsumsi
16. Setelah peneliti dan 3 enumerator sepakat dalam teknik pelaksanaan, peneliti dan enumerator mengeksekusi ibu hamil trimester III yang mengalami anemia
17. Peneliti dan enumerator melakukan pembagian kelompok menjadi 4 kelompok sesuai dengan jumlah sampel sebanyak 20 ibu hamil trimester III yang mengalami anemia.
18. Peneliti dan 3 enumerator masing – masing bertanggung jawab atas 5 ibu hamil trimester III yang mengalami anemia
19. Peneliti dan 3 enumerator bertanggung jawab terhadap jadwal pemberian pisang ambon terhadap ibu hamil selama 14 hari
20. Setelah 14 hari intervensi pemberian pisang, peneliti dan bidan koordinator mengumpulkan ibu hamil trimester III yang mengalami anemia di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur untuk pengukuran Hb pada hari ke 15 dengan prosedur yang sama menggunakan *Easy Touch*. Nilai ini dicatat sebagai data posttest

21. Pada tahap ini peneliti sudah mendapatkan data *pre* dan *post* yang sudah terkumpul dan peneliti mengolah data untuk dijadikan pembahasan, hasil, kesimpulan dan saran

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisa Univariat

1. Tingkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III sebelum pemberian pisang ambon di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur Tahun 2025

Tabel 4.1

Tingkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Sebelum Pemberian Pisang Ambon di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur Tahun 2025

No	Anemia	Frekuensi	Persentase
1	Ringan	12	60 %
2	Sedang	8	40 %
	Jumlah	20	100 %

Berdasarkan tabel 4.1 dapat terlihat hasil *pre test* (sebelum mengkonsumsi pisang ambon) diperoleh dari 20 ibu hamil yang mengalami anemia terdapat 8 (40%) ibu dengan anemia sedang dan 12 (60%) ibu dengan anemia ringan. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kurnis & Setyarini, 2024) yang berjudul Pengaruh Pemberian Tablet Fe Dan Pisang Ambon Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia Trimester III di Polindes Mondokan Kabupaten Tuban. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar kadar hemoglobin ibu hamil trimester III mengalami anemia ringan sebanyak 7 responden (87,5%) dan sebagian kecil kadar hemoglobin ibu hamil trimester III mengalami anemia sedang sebanyak 1 responden (12,5%). Menurut peneliti, berdasarkan hasil penelitian dari wawancara ibu hamil, ibu dengan anemia ringan lebih banyak daripada ibu dengan anemia sedang disebabkan ibu yang mengalami, anemia ringan seringkali tidak menunjukkan gejala sehingga banyak ibu mungkin tidak menyadari bahwa mereka mengalami anemia dan tidak mencari pengobatan. Sedangkan ibu yang mengalami anemia sedang menunjukkan gejala seperti kelelahan, lemas, sesak napas, pucat, pusing atau sakit kepala. Apabila anemia tidak diatasi dengan baik maka dapat mengakibatkan menurunnya produktifitas, kebugaran dan daya tahan tubuh sedangkan jangka panjang menyebabkan risiko

perdarahan, melahirkan bayi BBLR dan prematur yang selanjutnya meningkatkan risiko terjadinya stunting, AKI dan AKB.

2. Tingkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III sesudah pemberian pisang ambon di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur Tahun 2025.

Tabel 4.2

Tingkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Sesudah Pemberian Pisang Ambon Di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur Tahun 2025

No	Anemia	Frekuensi	Persentase
1	Tidak Anemia	13	65 %
2	Ringan	7	35 %
	Jumlah	20	100 %

Berdasarkan tabel 4.2 dapat terlihat hasil *post test* (sesudah mengkonsumsi pisang ambon) diperoleh dari 20 ibu hamil yang mengalami anemia terdapat 7 (35%) ibu dengan anemia ringan dan 13 (65%) ibu dengan tidak anemia. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kurnis & Setyarini, 2024) yang berjudul Pengaruh Pemberian Tablet Fe Dan Pisang Ambon Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia Trimester III di Polindes Mondokan Kabupaten Tuban. Hal ini sesuai dengan studi yang didapat pasien I semula Hb 9,7 g/dl dan sesudah pemberian menjadi 11,3 g/dl dengan selisih kenaikan 1,6 g/dl, dan pasien II Hb semula 8,8 g/dl dan sesudah pemberian menjadi 9,9 g/dl dengan selisih kenaikan 1,1 g/dl. Menurut peneliti, berdasarkan hasil penelitian ibu yang mengalami anemia ringan dikarenakan beberapa faktor yaitu ibu hamil diketahui ada yang merasa mual akibat kehamilannya sehingga pisang ambon tidak dihabiskan, ibu merasa kenyang sehingga ibu hanya mengkonsumsi sebagian pisang ambon. Meskipun konsumsi pisang dapat membantu, ibu hamil tetap perlu mengkonsumsi pisang ambon dan melanjutkan terapi tablet Fe sesuai anjuran dokter untuk memastikan kadar Hb kembali normal dan mencegah anemia berlanjut. Sedangkan ibu yang tidak anemia / Hb ibu hamil normal dikarenakan konsumsi buah pisang ambon secara rutin (100 gram, dua kali sehari selama 14 hari) sehingga dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III yang

mengalami anemia ringan. Peningkatan ini disebabkan oleh kandungan vitamin C dalam pisang ambon yang membantu penyerapan zat besi dalam tubuh. Selain itu, beberapa faktor lain seperti asupan gizi, kebutuhan zat besi, metabolisme zat besi, dan pola makan ibu hamil juga turut memengaruhi kadar hemoglobin.

3. Uji Normalitas Data

Tabel 4.3
Uji Normalitas Data

Kadar Hemoglobin	Shapiro-Wilk		
	Statistik	df	Sig.
Sebelum Pemberian Pisang Ambon	0.626	20	0.00
Setelah Pemberian Pisang Ambon	0.608	20	0.00

Berdasarkan tabel hasil uji normalitas di atas, di dapatkan bahwa hasil uji *Shapiro-Wilk* terhadap pengaruh pemberian pisang ambon terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia menunjukkan angka Sig <0,05 maka dapat menunjukan bahwa data terdistribusi tidak normal. Berdasarkan hasil uji normalitas di atas dapat disimpulkan bahwa untuk menguji perbedaan kelompok sebelum dan sesudah dengan data yang tidak terdistribusi normal dapat dilakukan menggunakan *Uji Wilcoxon*

b. Analisa Bivariat

1. Pengaruh pemberian pisang ambon terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur Tahun 2025.

Tabel 4.4
Pengaruh Pemberian Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Anemia Di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur Tahun 2025

		N	Z	p-value
HB Sebelum – HB	HB Sesudah < HB Sebelum	20	-4.379	0.000

Sesudah	HB Sesudah > HB Sebelum	0		
	HB Sesudah = HB Sebelum	0		

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa hasil uji *Wilcoxon* menunjukkan nilai Z sebesar -4.379 dan ρ value sebesar 0.000 ($\rho < 0.05$) yang artinya H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian pisang ambon terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur Tahun 2025. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (Kurnis & Setyarini, 2024) yang berjudul Pengaruh Pemberian Tablet Fe Dan Pisang Ambon Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia Trimester III di Polindes Mondokan Kabupaten Tuban. Hasil penelitian dengan mengkonsumsi 2 buah pisang (200 gram) tiap hari pagi dan sore dalam 14 hari menunjukkan bahwa nilai p value = 0,031. Disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian tablet Fe dan pisang ambon terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia trimester III. Menurut peneliti, berdasarkan hasil penelitian yang sudah didapat dari data ibu hamil yang anemia sebelum diberikan pisang Hb ibu hamil lebih banyak kategori ringan yaitu sebanyak 12 (60%) ibu dengan anemia ringan dan setelah dilakukan intervensi 14 hari didapatkan perubahan di mana anemia ringan menjadi 7 (35%) ibu. Dari hasil penelitian di dapatkan nilai p value 0.000 ($\square \square 0.05$) yang artinya ada pengaruh pemberian pisang ambon terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia. Hal ini disebabkan oleh kadar hemoglobin dipengaruhi oleh kecukupan zat besi dan metabolisme besi dalam tubuh. Untuk memenuhi kebutuhan zat besi pada ibu hamil diperlukan asupan zat besi yang cukup yang bisa didapatkan dari buah pisang ambon. Pisang Ambon mengandung zat besi dan vitamin C, di mana vitamin C penting untuk penyerapan zat besi dan pembentukan hemoglobin, sehingga dapat membantu menyembuhkan anemia. Selain itu, pisang juga kaya akan folat (vitamin B9) dan vitamin B6 yang diperlukan untuk produksi asam nukleat dan hemoglobin dalam sel darah merah. Konsumsi buah pisang ambon secara rutin (200 gram, dua kali sehari selama 14 hari) dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III yang mengalami anemia ringan.

Peningkatan ini disebabkan oleh kandungan vitamin C dalam pisang ambon yang membantu penyerapan zat besi dalam tubuh. Selain itu, beberapa faktor lain seperti asupan gizi, kebutuhan zat besi, metabolisme zat besi, dan pola makan ibu hamil juga turut memengaruhi kadar hemoglobin. Sehingga pisang ambon menjadi alternatif untuk membantu / mengatasi anemia pada ibu hamil.

IV. KETERBATASAN PENELITIAN

Keterbatasan dalam penelitian kurang kondusif di karenakan masih ada beberapa ibu yang harus ditemani saat mengkonsumsi kurma sehingga waktu jam pemberian dan konsumsi berbeda – beda.

V. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa tingkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III sebelum pemberian pisang ambon diperoleh 8 (40%) ibu dengan anemia sedang dan 12 (60%) ibu dengan anemia ringan. Sedangkan tingkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III setelah pemberian pisang ambon diperoleh yang 7 (35%) ibu dengan anemia ringan dan 13 (65%) ibu dengan tidak anemia. Hasil uji wilcoxon menunjukkan ada pengaruh pemberian pisang ambon terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia di UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur Tahun 2025 dengan *p-value* 0,000 < 0,05. Saran dari penelitian antara lain, bagi ibu hamil diharapkan ibu hamil yang mengalami anemia disarankan untuk mengonsumsi pisang ambon sebagai bagian dari upaya meningkatkan kadar hemoglobin, namun tetap perlu mengonsumsi makanan bergizi seimbang lainnya dan mengonsumsi suplemen zat besi yang diberikan oleh Puskesmas. Bagi UPTD Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur, diharapkan penelitian ini dapat memberikan inovasi berupa pemberian pisang ambon bagi bidan di Puskesmas Way Mili Kabupaten Lampung Timur dalam mencegah dan mengatasi anemia pada ibu hamil dan mudah didapat sehingga dapat mengurangi risiko komplikasi kehamilan dan persalinan. Bagi Universitas Aisyah Pringsewu, diharapkan dapat menambah literatur di perpustakaan dan dapat memberikan edukasi kepada mahasiswa Universitas Aisyah Pringsewu mengenai

pentingnya konsumsi makanan bergizi termasuk pisang ambon untuk mencegah dan mengatasi anemia. Bagi Peneliti Selanjutnya, diharapkan penelitian selanjutnya dapat meneliti berbagai macam makanan selain pisang ambon untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia, serta membandingkan efektivitas pisang ambon dengan intervensi makanan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Aisah, S. (2024). Efektifitas Pisang Ambon (Musa Acuminata Cavendish) Dan Jus Stroberi Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Ibu Hamil Trimester II Dengan Anemia Ringan Di UPT Puskesmas Mandalawangi Tahun 2024. 4, 9731–9742.
- Devi, N. K. Y., Yanti, N. L. G. P., & Prihatiningsih, D. (2023). Perbedaan Kadar Hemoglobin Sebelum Dan Sesudah Pemberian Tablet Fe Pada Ibu Hamil Trimester Iii. Jurnal Riset Kesehatan Nasional, 7(2), 140–149. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v7i2.514>
- Dewi, I. M., Purwandari, A., Chasanah, S. U., & Basuki, P. P. (2021). Bahan Ajar Anemia Pada Ibu Hamil. In STIKes Wira Husada Kemenristek Dikti.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2023). Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2023.
- Epdietasari, P., Munawaroh, M., & Nency, A. (2024). Perbedaan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia Yang Mengonsumsi Pisang Ambon Dengan Mengonsumsi Madu. Jurnal Kesehatan Mercusuar, 7(1), 018–027. <https://doi.org/10.36984/jkm.v7i1.444>
- Fauziah, L. . F., Duwairoh, A. . M., & Kurnia, D. P. (2023). the Effect of Giving Fe Tablet and Ambon Banana on Increasing Hemoglobin Levels of Third Trimester Pregnancy Woman With Anemia. Int. J. Nutrition and Health Administrations, 2(2), 9–21.
- Firza Novilia Tono, S. (2022). Pemberian Terong Belanda Dan Tablet Fe Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil.
- Hertati, D., Pratiwi, A. P., & Tarnoto, T. (2024). Studi Kasus Anemia Sedang pada Kehamilan Trimester III dengan Terapi Non Farmakologi Konsumsi Buah Pisang Ambon (Musa Paradisiaca Var Sapientum Linn) di Daerah Aliran Sungai (DAS) Kota Palangka Raya Tahun 2024 Case Study of Moderate Anemia in the Thir.

- Kemenkes RI. (2023). Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja Putri. In Kemenkes RI. Kementerian Kesehatan RI.
- Kementrian Kesehatan. (2023). Profil Kesehatan Indonesia 2022. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kurnis, D., & Setyarini. (2024). Pengaruh Pemberian Tablet Fe Dan Pisang Ambon Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia Trimester III di Polindes Mondokan Kabupaten Tuban yang terjadi secara alami , menghasilkan janin yang tumbuh di dalam rahim ibu . 15, 192–210.
- Mardianti, P., Windiyati, & Evi. (2022). Suplementasi Zat Besi dan Asam Folat Pada Ibu Hamil di Klinik Windiyati Tahun 2022. *Jurnal PKM Kebidanan Komunitas*, 6(1), 266–270.
<https://stipaba.ac.id/pkml/index.php/pkm/article/view/79>
- Mulyandari, A., Setya, F., Kebidanan, A., & Bintan, A. (2021). Pengaruh Pemberian Buah Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil Dengan Anemia. *Jurnal Cakrawala Kesehatan*, XII(02), 2087–4944.
- Notoadmodjo, S. (2018). Metodologi Penelitian Kesehatan (PT. Rineka Cipta (ed.)).
- Nurislamiyah, N., Handayani, L., & Noval, N. (2023). Pengaruh Pemberian Konsumsi Tablet Tambah Darah (Fe) Dan Buah Kurma Terhadap Peningkatan Hb Ibu Hamil Anemia Diwilayah Kerja Puskesmas Panaan. *Jurnal Anestesi*, 2(1), 118–136.
<https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i1.776>
- Priyanti, S., Irawati, D., & Syalfina, A. (2020). ANEMIA DALAM KEHAMILAN (E. D. Kartiningrum (ed.); 1st ed., Vol. 1). Penerbit Stikes Majapahit.
- Rismawati, Kartika, I., Triwidiyanti, D., Herawati, Y., & Nurlatifah, T. (2023). Efektivitas Pisang Ambon Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Desa Balegede Naringgul Kabupaten Cianjur. 1–6.
- Ruspita, R., Rahmi, R., & Nurlela. (2024). The Effect of Consuming Dates on Increasing Hemoglobin Levels in Pregnant Women. *Nurul Ilmi : Journal of Health Sciences and Midwifery*, 2(1), 20–25.
<https://doi.org/10.52221/nuri.v2i1.547>
- Safitri, M. D., Windayanti, H., & Ernawati, S. (2021). Literature Review: Penanganan Non Farmakologi dengan Buah dan Sayur untuk Anemia pada Ibu Hamil. Call for Paper ..., 233–241.
<http://jurnal.unw.ac.id:1254/index.php/semnasbidan/article/view/1367>
- Sari, P., Dian, I., & Agustin Dwi, S. (2020). Anemia Dalam Kehamilan. In E. D. Kartiningrum (Ed.), STIKES Majapahit Mojokerto (I). STIKes Majapahit Mojokerto.
<https://ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/EBook/article/download/696/700/>
- Sinaga, F., Banyuwangi, S., & Primayanti, M. (2023). Hubungan Pemberian Pisang Ambon Dengan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I Dengan Anemia Ringan Di Tpmbs Susi Di Dolok Merawan Kabupaten Serdang Bedagai Erlin Novitasari. *Jurnal Mahasiswa Ilmu Farmasi Dan Kesehatan*, 1(3), 210–217.
- Siregar, N. Y., Noya, F., & Candriasih, P. (2022). Pengaruh Konsumsi Buah Pisang Ambon (Musa Paradisiaca var Sapientum Linn) terhadap Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kayamanya. *Poltekita : Jurnal Ilmu Kesehatan*, 16(2), 157–163.
<https://doi.org/10.33860/jik.v16i2.919>
- Taslim, R., & Fatmawati. (2021). Solusi Tepat Meningkatkan Hemoglobin (Hb) Tanpa Transfusi Darah (Berdasarkan Evidence Based Practice). CV.Media Sains Indonesia.