

Original Article



Efektifitas Jus Stroberi dan Pisang Ambon terhadap Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil

The Effectiveness of Strawberry Juice and Ambon Banana on Hemoglobin Levels in Pregnant Women

Dewi Kartika Sari^{1*}, Eva Dianing A², Sudirman³

^{1, 2, 3} Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kediri. dewikartika@unk-kediri.ac.id

Informasi Artikel

Submit: 26 – 01 – 2024

Diterima: 11 – 02 – 2024

Dipublikasikan: 15 – 02 – 2024

ABSTRACT

Anemia is a common disorder that often occurs during pregnancy. It is a condition in which the body has a lower number of red blood cells (erythrocytes) than required. A preliminary survey in Blitar Regency in October 2023 found that out of 10 pregnant women with anemia, 4 individuals (40%) showed a high incidence of anemia. The aim of this study is to determine the effectiveness of strawberry juice and Ambon banana on hemoglobin levels in pregnant women. The statistical test using paired T-Test showed that there is an influence of strawberry juice on hemoglobin levels in pregnant women with a p-value of 0.002. There is an influence of Ambon banana on hemoglobin levels in pregnant women with a p-value of 0.000. The Independent Sample T-Test with a p-value of 0.038 and $\alpha = 0.05$. With the positive effects of both strawberry juice and Ambon banana, they can be used as daily food to increase hemoglobin levels.

Keywords: anemia, pregnant, banana, strawberry

ABSTRAK

Anemia adalah gangguan umum yang sering terjadi selama kehamilan. Anemia adalah kondisi di mana tubuh memiliki jumlah sel darah merah (eritrosit) yang kurang dari kebutuhan. Survei pendahuluan di Kabupaten Blitar pada bulan Oktober 2023 menemukan bahwa dari 10 ibu hamil yang mengalami anemia, sebanyak 4 orang (40%), menunjukkan tingginya angka kejadian anemia pada ibu hamil. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui efektifitas jus stroberi dan pisang ambon terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil. Uji statistik menggunakan paired T Test didapatkan ada pengaruh pemberian Jus Stroberi terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan p value 0,002. Ada pengaruh pemberian pisang ambon terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan p value 0,000. Hasil uji statistik *Independent Sample T Test* dengan nilai $p\text{-value} = 0,038$ dan $\alpha = 0,05$. Dengan adanya pengaruh baik pada jus stroberi dan pisang ambon dapat digunakan sebagai makanan yang bisa dikonsumsi sehari hari untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

Kata kunci: anemia, hamil, pisang, stroberi

*Alamat Penulis Korespondensi:

Dewi Kartika Sari; Jalan Selomangleng No 1 Mojoroto Kediri, Indonesia

Phone: 082228455999.

Email: dewikartika@unk-kediri.ac.id

PENDAHULUAN

Anemia adalah gangguan umum yang sering terjadi selama kehamilan (1,2) Anemia adalah kondisi di mana tubuh memiliki jumlah sel darah merah (eritrosit) yang kurang dari kebutuhan. Sel darah merah mengandung hemoglobin (Hb) yang berfungsi membawa oksigen (O₂) ke seluruh tubuh. Selain itu, kebutuhan zat gizi selama kehamilan meningkat karena pertumbuhan janin, peningkatan volume darah, pembesaran payudara, dan peningkatan metabolisme tubuh. Anemia pada kehamilan didefinisikan sebagai kondisi di mana kadar Hb < 11 g/dl pada trimester I dan III, atau < 10,5 g/dl pada trimester II (1,3)

Prevalensi anemia di Indonesia pada ibu hamil mencapai 50% - 63%. Pada tahun 2016, prevalensi anemia mencapai 37,1%, yang masih jauh dari target nasional sebesar 28%. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan peningkatan prevalensi anemia pada kehamilan menjadi 48,9% (4) Survei pendahuluan di Kabupaten Blitar pada bulan Oktober 2023 menemukan bahwa dari 10 ibu hamil yang mengalami anemia, sebanyak 4 orang (40%), menunjukkan tingginya angka kejadian anemia pada ibu hamil.

Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur, kematian ibu dan anak, serta penyakit infeksi. Anemia defisiensi besi pada ibu dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin/bayi selama kehamilan maupun setelahnya. Terdapat dua jenis pendekatan untuk mengatasi dan mencegah kekurangan zat besi, yaitu pendekatan berbasis medis (*Pharmaceutical based approach*) dengan suplementasi, dan pendekatan berbasis pangan (*Food based approach*) dengan perbaikan makanan (5).

Modifikasi dan diversifikasi pangan merupakan metode paling ideal, termasuk konsumsi buah-buahan dan sayur-sayuran yang mengandung zat besi dan vitamin C. Pemberian suplemen zat besi adalah cara untuk meningkatkan status gizi dan kesehatan pada ibu hamil. Selain suplemen zat besi, pemberian makanan yang mengandung vitamin C, seperti pisang ambon dan buah Stroberi yang dikenal luas di masyarakat setempat, dapat meningkatkan kadar hemoglobin (6). Buah Stroberi memiliki kandungan zat gizi tinggi, termasuk senyawa fitokimia seperti antosianin, ellagic acid, vitamin C, vitamin A, vitamin B1, dan mineral. Vitamin C dalam 100 gram buah Stroberi sebanyak 60,00 mg (7). Konsumsi buah dan sayuran yang mengandung vitamin C berperan penting dalam absorpsi besi dengan meningkatkan absorpsi zat besi hingga empat kali lipat (8).

Stroberi dan pisang ambon mengandung sejumlah zat gizi penting termasuk zat besi, vitamin C, dan asam folat yang dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Zat besi diperlukan untuk produksi hemoglobin, sedangkan vitamin C dapat meningkatkan penyerapan zat besi oleh tubuh (9,10,11). Dengan demikian, menggali lebih dalam tentang potensi efektivitas jus stroberi dan pisang ambon terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil akan memberikan pemahaman yang lebih baik tentang manfaat kesehatan dari konsumsi kedua jenis jus tersebut selama kehamilan. Adapun tujuan peneliti yaitu untuk melakukan penelitian mengenai efektivitas pemberian pisang ambon dan jus buah stroberi terhadap kadar hemoglobin ibu hamil tahun 2023.

METODE

Jenis Penelitian

Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini dijelaskan berdasarkan lingkup penelitian termasuk jenis penelitian *inferensial kuantitatif*, berdasarkan tempat penelitian termasuk jenis rancangan penelitian lapangan, berdasarkan cara pengumpulan data termasuk jenis penelitian observasi, berdasarkan ada tidaknya perlakuan termasuk jenis rancangan penelitian *pre eksperiment* dengan *two group pretest-posttest*, berdasarkan waktu pengumpulan data termasuk jenis rancangan penelitian *cross sectional*, berdasarkan sumber data termasuk jenis rancangan data primer.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober - November 2023 di Kabupaten Blitar

Target/Subjek Penelitian

Sampel dan populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil TM II & III yang mengalami anemia . Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling

Prosedur

Prosedur yang pertama melakukan perizinan kemudian koordinasi dengan pihak terkait, tahap selanjutnya adalah pelaksanaan penelitian. Data yang sudah terkumpul kemudian di analisis.

Data, Instrumen dan Teknik Pengumpulan data

Tahap pengumpulan data pertamadengan melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin untuk *pretest* selanjutnya memberikan perlakuan dengan pemberian jus Stroberi pada kelompok perlakuan 1 dan pemeberian pisang ambon selama 7 hari lalu melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin untuk *posttest*. Data yang sudah terkumpul kemudian di analisis.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data mencakup analisis univariat dan bivariat. Analisis bivariat dengan *mean*, *median*, *modus* dan *standart deviasi* sedangkan uji bivariat yaitu dengan Uji statistic yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Paired T Test* untuk uji pengaruh dan *Independent T Test* untuk uji beda. Analisis data univariat dan bivariat menggunakan komputer dan aplikasi SPSS versi 17.

HASIL

Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Karakteristik responden berdasarkan umur ibu hamil Tahun 2023 dapat dilihat pada Tabel 1. Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Ibu Hamil Trimester II dan III Tahun 2023

Umur	Frekuensi	Prosentase (%)
Resiko tinggi (<20 atau > 35 tahun)	9	28,1
Tidak resiko tinggi (20-35 tahun)	23	71,9
Jumlah	32	100

Sumber: Data Primer Penelitian (2023)

Berdasarkan Tabel 1 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (71,9%) responden dengan umur tidak resiko tinggi (20-35 tahun).

Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan ibu hamil Tahun 2023 dapat dilihat pada Tabel 2. Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu Hamil Trimester II dan III Tahun 2023

Pendidikan	Frekuensi	Prosentase (%)
Pendidikan dasar (SD-SMP)	6	18,8
Pendidikan menengah (SMA-sederajat)	23	71,9
Perguruan tinggi	3	9,4
Jumlah	32	100

Sumber : Data Primer Penelitian (2023)

Berdasarkan Tabel 2 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (71,9%) responden dengan pendidikan menengah (SMA- Sederajat).

Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan ibu hamil Tahun 2023 dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu Hamil Trimester II dan III Tahun 2023

Pekerjaan	Frekuensi	Prosentase (%)
IRT	25	78,1
Wiraswasta	0	0
Swasta	7	21,9
PNS	0	0
Jumlah	32	100

Sumber: Data Primer Penelitian (2023)

Berdasarkan Tabel 3 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (78,1%) responden dengan pekerjaan IRT.

Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas

Karakteristik responden berdasarkan paritas ibu hamil Tahun 2023 dapat dilihat pada Tabel 4. Tabel 4. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas Ibu Hamil Trimester II dan III Tahun 2023

Paritas	Frekuensi	Prosentase (%)
1-2	25	78,1
≥ 3	7	21,9
Jumlah	32	100

Sumber: Data Primer Penelitian (2023)

Berdasarkan Tabel 4. dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (78,1%) responden dengan paritas 1-2.

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Kehamilan

Karakteristik responden berdasarkan usia kehamilan ibu hamil Tahun 2023 dapat dilihat pada Tabel 5.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Kehamilan Ibu Hamil Trimester II dan III Tahun 2023

Usia Kehamilan	Frekuensi	Prosentase (%)
Trimester II (13-28 minggu)	20	62,5
Trimester III (28-40 minggu)	12	37,5
Jumlah	32	100

(Sumber : Data Primer Penelitian, 2023)

Berdasarkan Tabel 5 dapat diinterpretasikan bahwa sebagian besar (62,5%) responden dengan usia kehamilan trimester II (13-28 minggu).

Pengaruh Pisang Ambon terhadap Kadar Hemoglobin Tahun 2023

Pengaruh Pisang Ambon terhadap Kadar Hemoglobin Tahun 2023 dapat dilihat pada Tabel 6, sebagai berikut:

Tabel 6. Pengaruh Pisang Ambon terhadap Kadar Hemoglobin Tahun 2023

Kadar Hemoglobin	n	Mean	Standar Deviasi
Sebelum Konsumsi Pisang Ambon	16	10,32	,528
Sebelum Konsumsi Pisang Ambon	16	11,74	1,193

P value : 0,000

Sumber: Data Primer Penelitian (2023)

Berdasarkan Tabel 6 dapat diinterpretasikan bahwa ada pengaruh pemberian pisang ambon terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan p value 0,000. Rata rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum mengkonsumsi pisang ambon tahun 2023 adalah 10,32 dan bahwa rata rata kadar hemoglobin ibu hamil setelah mengkonsumsi pisang ambon tahun 2023 adalah 11,74.

Pengaruh Jus Stroberi terhadap Kadar Hemoglobin Tahun 2023

Pengaruh Jus Stroberi terhadap Kadar Hemoglobin Tahun 2023 dapat dilihat pada Tabel 7, sebagai berikut:

Tabel 7. Pengaruh Jus Stroberi terhadap Kadar Hemoglobin Tahun 2023

Kadar Hemoglobin	n	Mean	Standar Deviasi
Sebelum Konsumsi Jus Stroberi	16	10,16	,586
Sebelum Konsumsi Jus Stroberi	16	10,99	,724

P value : 0,000

Sumber : Data Primer Penelitian (2023)

Berdasarkan Tabel 7 dapat diinterpretasikan bahwa ada pengaruh pemberian Jus Stroberi terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan p value 0,002. Rata rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Sebelum mengkonsumsi Jus Stroberi Tahun 2023 adalah 10,16 dan bahwa rata rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Setelah mengkonsumsi Jus Stroberi Tahun 2023 adalah 10,99.

Efektifitas Pemberian Pisang Ambon dan Jus Stroberi terhadap Kadar Hemoglobin Tahun 2023

Efektifitas Pemberian Pisang Ambon dan Jus Stroberi terhadap Kadar Hemoglobin Tahun 2023 dapat diketahui dengan melakukan uji parametrik *Independent Sample T Test*. Hasil uji dapat terlihat pada Tabel 8.

Tabel 8. Efektifitas Pemberian Pisang Ambon dan Jus Stroberi terhadap Kadar Hemoglobin Tahun 2023

Kelompok	n	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pisang Ambon	16	11.74	1.1927	.2982
Jus Stroberi	16	10.99	.7238	.1809

p-value: 0,038

Sumber : Data Primer Penelitian (2023)

Berdasarkan Tabel 8 diatas menunjukkan bahwa nilai rata-rata (*mean*) (Kelompok Jus Stroberi) adalah 10,99 sedangkan nilai rata-rata (*mean*) kadar hemoglobin (Kelompok Pisang Ambon) adalah 11,74. Hasil uji statistik *Independent Sample T Test* dengan nilai *p-value* = 0,038 dan $\alpha = 0,05$ maka p value < α , yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara kadar hemoglobin pada pemberian pisang ambon dan pemberian jus Stroberi.

PEMBAHASAN

Pengaruh Pemberian Pisang Ambon terhadap Kadar Hemoglobin Tahun 2023

Berdasarkan Tabel 6, dapat disimpulkan bahwa pemberian pisang ambon berpengaruh signifikan terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil, yang ditunjukkan oleh nilai p-value sebesar 0,000. Rata-rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil sebelum mengonsumsi Pisang Ambon pada tahun 2023 adalah 10,32, sementara rata-rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil setelah mengonsumsi Pisang Ambon pada tahun 2023 meningkat menjadi 11,74.

Temuan ini konsisten dengan penelitian Ummah (2013) berjudul "*Consumption Of Fe-Folat With Banana To The Haemoglobin Levels And Side Effects On Pregnant Woman.*" Penelitian tersebut melibatkan 24 responden ibu hamil yang diberikan pisang ambon selama 15 hari dengan dosis 100 gram setiap hari, menghasilkan peningkatan signifikan dalam kadar hemoglobin. Rata-rata kadar hemoglobin mencapai 12,66 g/dl setelah konsumsi pisang ambon, dengan peningkatan sebesar 0,95 g/dl. Pengukuran kadar hemoglobin dilakukan menggunakan Metode Hemoglobin Digital, dan uji statistik Paired T-Test menunjukkan bahwa pemberian pisang ambon memiliki efek yang signifikan terhadap peningkatan kadar hemoglobin (1).

Dari hasil penelitian ini, terlihat bahwa konsumsi buah pisang ambon selama 7 hari dengan dosis 100 gram per hari memberikan dampak positif terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Peningkatan tersebut dapat dijelaskan oleh peningkatan penyerapan zat besi dalam tubuh ibu yang disebabkan oleh kandungan vitamin C dalam buah pisang ambon. Secara keseluruhan, penelitian ini tidak mencatat adanya responden yang tidak mengalami peningkatan kadar Hb, menunjukkan bahwa beberapa faktor, seperti asupan zat gizi, pemenuhan kebutuhan zat besi, metabolisme besi, dan pola konsumsi makanan ibu hamil, dapat memengaruhi kadar Hb.

Pengaruh Pemberian Jus Stroberi terhadap Kadar Hemoglobin Tahun 2023

Berdasarkan Tabel 7, dapat disimpulkan bahwa pemberian jus stroberi memiliki pengaruh signifikan terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil, dengan nilai p-value sebesar 0,002. Rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum mengonsumsi jus stroberi pada tahun 2023 adalah 10,16, sedangkan rata-rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil setelah mengonsumsi Jus Stroberi pada tahun 2023 meningkat menjadi 10,99.

Temuan ini sejalan dengan penelitian Wulandari dkk yang menyatakan bahwa vitamin C dapat meningkatkan keasaman dan meningkatkan penyerapan zat besi hingga 30% (2). Penelitian ini juga mendapat dukungan dari penelitian Gratia dan Kartika (2018), yang menunjukkan peningkatan kadar Hb pada ibu hamil setelah pemberian Jus Stroberi (3).

Kebutuhan vitamin C bagi ibu hamil meningkat dibandingkan dengan wanita yang tidak hamil, dengan seorang wanita hamil membutuhkan 70 mg vitamin C per hari. Buah stroberi, dengan kandungan 60 mg vitamin C per 100 gram, juga mengandung asam folat, vitamin B2, vitamin B1, vitamin A, selenium, kalium, magnesium, riboflavin, zat besi, fosfor, kalsium, energi, karbohidrat, lemak, dan protein. Oleh karena itu, buah Stroberi sangat dianjurkan untuk dikonsumsi oleh wanita

hamil, karena dapat membantu dalam pembentukan hemoglobin dalam darah (2).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saroh (2023) yang melaporkan bahwa dengan pemberian jus strawberry dengan dosis 240 cc/hari selama tujuh hari dapat kadar hemoglobin pada mahasiswi (12). Hasil penelitian Astuti *et al* (2023) membuktikan bahwa pemberian jus jambu biji merah dan jus strawberry efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada mahasiswi anemia di STIKES William booth di kota Surabaya. Selain itu, pemberian intervensi jus strawberry lebih efektif dari jus jambu biji merah dalam membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada mahasiswi dengan anemia (13). Zat-zat yang terdapat dalam stroberi akan berperan dalam pembentukan sel darah merah dan sel darah putih, serta meningkatkan penyerapan zat besi dan mencegah anemia. Stroberi memiliki kandungan asam folat dan vitamin C yang tinggi (14,15).

Menurut peneliti, monitoring kadar hemoglobin pada ibu hamil penting dilakukan. Anemia selama kehamilan dapat memiliki dampak negatif, seperti risiko abortus, persalinan prematur, dan perdarahan bagi ibu. Sedangkan bagi bayi, dampaknya meliputi risiko cacat bawaan, kelainan kongenital, dan rentan terhadap infeksi. Oleh karena itu, ibu hamil disarankan untuk rutin memeriksakan kadar hemoglobin mereka agar dapat mendeteksi anemia secara dini. Pencegahan anemia juga dapat dilakukan dengan mengonsumsi makanan atau buah-buahan yang kaya akan vitamin C, asam folat, dan zat besi

Efektifitas Pemberian Pisang Ambon dan Jus Stroberi terhadap Kadar Hemoglobin Tahun 2023

Berdasarkan Tabel 8, terlihat bahwa nilai rata-rata (*mean*) kadar hemoglobin pada kelompok jus stroberi adalah 10,99, sedangkan pada kelompok pisang ambon adalah 11,74. Hasil uji statistik Independent *Sample T-Test* dengan nilai *p-value* = 0,038 dan $\alpha = 0,05$ menunjukkan bahwa *p-value* < α , yang mengindikasikan adanya perbedaan signifikan antara kadar hemoglobin pada kelompok yang diberi pisang ambon dan kelompok yang diberi jus Stroberi. Dari analisis selisih peningkatan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian, dapat disimpulkan bahwa pemberian pisang ambon menghasilkan peningkatan kadar hemoglobin yang lebih besar dibandingkan dengan pemberian jus Stroberi, yakni sebesar 1,42 g/dl.

Temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Kabupaten Tanah Bumbu, di mana pisang ambon terbukti meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil 45, Hal ini juga konsisten dengan penelitian di Kota Palu tahun 2022, yang menunjukkan adanya pengaruh konsumsi buah pisang ambon (*Musa Paradisiaca var Sapientum Linn*) terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil (6). Proses ini terkait dengan perubahan besi feri menjadi fero di dalam lambung, yang kemudian mudah diserap oleh tubuh. Di sirkulasi darah, besi tersebut akan diikat menjadi transferin, kemudian bersenyawa dengan profirin membentuk heme, yang selanjutnya bersenyawa dengan globulin dan membentuk hemoglobin (7). Penelitian yang dilakukan oleh Lutbis dan ratnasari (2020) melaporkan bahwa dengan pemberian pisang ambon selama 7 hari sejumlah 320 gram dapat mempengaruhi peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia (16).

Beberapa faktor yang memengaruhi tingkat hemoglobin adalah cukupnya asupan besi dan metabolisme besi dalam tubuh (17). Oleh karena itu, untuk memastikan kecukupan gizi pada ibu hamil terutama dalam hal asupan besi, penting untuk mengonsumsi buah pisang ambon. Buah ini kaya akan zat besi yang diperlukan oleh tubuh. Selain itu, untuk meningkatkan metabolisme besi, terutama penyerapan zat besi, dibutuhkan konsumsi buah yang mengandung vitamin C seperti pisang ambon. Hal ini akan membantu peningkatan penyerapan zat besi dalam tubuh dan secara langsung meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil (18).

Zat besi dapat ditingkatkan penyerapannya, pemberian harus disertai dengan sumber makanan yang mengandung vitamin C, seperti buah pisang ambon. Kandungan vitamin B6, vitamin C, dan zat besi pada buah pisang ambon dapat mendukung produksi antibodi, metabolisme lemak, sel-sel darah merah, serta merangsang produksi hemoglobin dalam darah pada penderita anemia (19,20, 21). Menurut peneliti, pisang ambon memiliki kandungan vitamin C yang lebih tinggi dibanding Stroberi, sehingga lebih efektif dalam mendukung penyerapan zat besi.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa buah stroberi dan pisang ambon sama-sama berpengaruh terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil. Namun dari hasil penelitian didapatkan bahwa pisang ambon didapatkan lebih banyak menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

SARAN

Hal ini dapat digunakan sebagai alternatif pencegahan anemia pada ibu hamil dengan mengonsumsi buah lokal seperti Stroberi dan pisang ambon.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu jalannya proses penelitian sehingga penelitian dapat berjalan dengan lancar.

KONFLIK KEPENTINGAN

Penulis dalam artikel ini tidak memiliki konflik dan kepentingan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ummah, F. Consumption of Fe-Folat With Banana To The Haemoglobin Levels and Side Effects on Pregnant Woman. *Proceeding Surabaya Int. Heal. Conf. July 13-14, 2017* 125–133 (2017).
2. Wulandari, S. strawberry juice & Hb bumil. 3, 76–82 (2016).
3. Gratia Karolin Iravati Jemali, D. K. S. Pengaruh Pemberian Jus Strawberry Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. *J. Bidan Pint.* (2019).
4. Jaspers, L., Budiningsih, S., Wolterbeek, R., Henderson, F. C. & Peters, A. A. W. Parental acceptance of human papillomavirus (HPV) vaccination in Indonesia: A cross-sectional study. *Vaccine* 29, 7785–7793 (2011).
5. Triana A, Saputri EM. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Pembaruan Kesehatan Indonesia*. 2024 Feb 2;1(1):81-6.
6. Siregar, N. Y., Noya, F. & Candriasih, P. Pengaruh Konsumsi Buah Pisang Ambon (*Musa Paradisiaca* var *Sapientum* Linn) terhadap Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kayamanya. *Poltekita J. Ilmu Kesehat.* 16, 157–163 (2022).
7. Bakta, I. . Hematologi Klinik Ringkas. in (EGC, 2015).
8. Kumar, K. P. S., Bhowmik, D., Duraivel, S. & Umadevi, M. Traditional and Medicinal Uses of Banana. 1, 51–63 (2012).
9. Yosali MA, Girsang E, Suryaman R, Irawan D, Amilia N, Devayanti R. The Effect of Banana and Strawberry Juice in Increasing Hemoglobin Levels in Pregnant Women with Anemia. *Indian Journal of Public Health Research & Development*. 2022 Apr 12;13(2):230-5. DOI: 10.37506/ijphrd.v13i2.17941.
10. Wulandari S, Amlia Dewi N, Dwi Afriliana F, *et al.* Comparison of Effectivity From Consumption Tomato Juice and Strawberry Juice against Level of Haemoglobin in Third Trimester of Pregnant Woman. *Int J Med Res Pharm Sci*. 2017;4(1):42-54. DOI: 10.5281/zenodo.264019.
11. Andina FD, Nirmasari C, Widayati W. Perbedaan Kadar HB Sebelum dan Sesudah Pemberian Pisang Ambon pada Ibu Hamil dengan Anemia. *Indonesian Journal of Midwifery (IJM)*. 2018 Dec 4;1(2).
12. Saroh D. Pengaruh Pemberian Jus Stroberi terhadap Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswa. *Jurnal Farmasi (Journal of Pharmacy)*. 2023 Dec 5;12(2):17-24. DOI: <https://doi.org/10.37013/jf.v12i2.260>.
13. Astuti E, Santiasari RN, FS PH. Pemberian Jus Jambu Biji Merah Dan Jus Strawberry Efektif

- Dalam Menaikkan Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswi Anemia Di Stikes William Booth Surabaya. *Jurnal Kebidanan*. 2023 Nov 20;12(2):61-7. DOI: <https://doi.org/10.47560/keb.v12i2.533>.
14. Sari WY. Perbandingan Kandungan Kadar Vitamin C Antara Ekstrak Etanol 70% Buah Stroberi (*Fragaria X Ananassa*) Dan Ekstrak Etanol 70% Daging Buah Pepaya (*Carica papaya L*) Dengan Metode Spektrofotometri Uv-Visibel. *Jurnal Farmagazine*. 2018 May 15;5(2):6-11. DOI: 10.47653/farm.v5i2.95
 15. Fazry FN, Nurhayatin T, Herawati E. Pengaruh Penambahan Stroberi (*Fragaria ananassa*) Terhadap pH Dan Tingkat Kesukaan Yoghurt Susu Sapi Friesian Holstein. InGunung Djati Conference Series 2023 Dec 13 (Vol. 33, pp. 416-421).
 16. Lutbis AA, Ratnasari F. Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil. *Jurnal Kesehatan*. 2020 May 30;9(1):1-1. DOI: 10.37048/kesehatan.v9i1.128.
 17. Wijayanti E, Fitriani U. Profil konsumsi zat gizi pada wanita usia subur anemia. *Media Gizi Mikro Indonesia*. 2019 Dec 12;11(1):39-48.
 18. Hardiani H, Choirunissa R, Rifiana AJ. Pengaruh Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil di Klinik FS Munggaran Kabupaten Garut. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*. 2020 Sep 30;12(2):149-58. DOI: 10.37012/jik.v12i2.252
 19. Handayani L, Sulistiawati R, Siahaan VR. The Effects of Fe Tablets and Ambon Banana towards Hemoglobin Levels to Female Teenagers. *Jurnal Kebidanan*. 2022 Dec 28;12(2):124-9. DOI: 10.31983/jkb.v12i2.8917.
 20. Nugraheni MA, Indarto D, Pamungkasari EP. Uji Organoleptik Jeli dengan Substitusi Tepung Biji Salak (*Salacca edulis Reinw.*) sebagai Makanan Tambahan untuk Defisiensi Anemia Besi. *Jurnal Pembaruan Kesehatan Indonesia*. 2024 2 Februari;1(1):64-71
 21. Siregar NY, Noya F, Candriasih P. Pengaruh Konsumsi Buah Pisang Ambon (*Musa Paradisiaca var Sapientum Linn*) terhadap Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kayamanya. *Poltekita: Jurnal Ilmu Kesehatan*. 2022 Aug 29;16(2):157-63. DOI: 10.33860/jik.v16i2.919