

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL MENGENAI MANFAAT
BUAH NAGA GUNA MENINGKATKAN KADAR HEMOGLOBIN
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANGETAYU**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana
Kebidanan Program Pendidikan Sarjana Kebidanan**



Disusun Oleh :
FARIKHATUL AMALIA
NIM. 32102100056

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA DAN
PENDIDIKAN PROFESI BIDAN
FAKULTAS FARMASI UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG**

2025

PERSETUJUAN PEMBIMBING KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL MENGENAI MANFAAT BUAH NAGA GUNA
MENINGKATKAN KADAR HEMOGLOBIN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS
BANGETAYU

Disusun Oleh :

FARIKHATUL AMALIA

NIM. 32102100056

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

16 Mei 2025

Menyetujui,

Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping,



Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb

NIDN. 0603058705



Rr. Catur Leny Wulandari, S.SiT., M.Keb

NIDN. 0619079003

**PERSETUJUAN PEMBIMBING PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL MENGENAI MANFAAT BUAH
NAGA GUNA MENINGKATKAN KADAR HEMOGLOBIN DI PUSKESMAS
BANGETAYU**

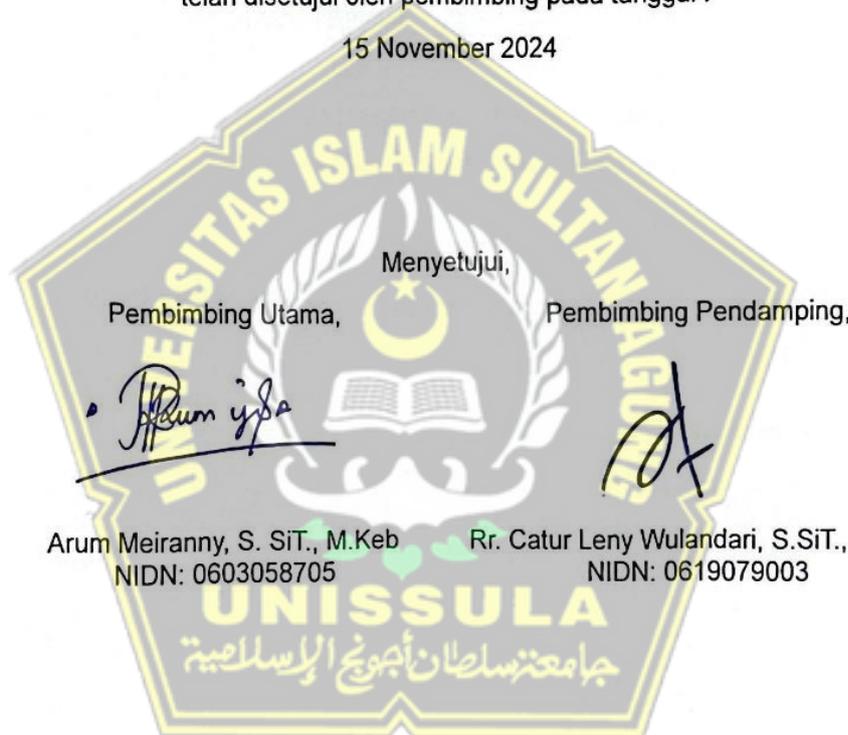
Disusun oleh :

FARIKHATUL AMALIA

NIM. 32102100056

telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal :

15 November 2024



HALAMAN PENGESAHAN

GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL MENGENAI MANFAAT BUAH NAGA GUNA MENINGKATKAN KADAR HEMOGLOBIN DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BANGETAYU

Disusun Oleh :

FARIKHATUL AMALIA
NIM. 32102100056

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Tim Penguji

Pada Tanggal 21 Mei 2025

SUSUNAN TIM PENGUJI

Ketua,
Muliatul Jannah, S.ST.,M.Biomed
NIDN 0616068305

Anggota,
Arum Meiranny, S. SiT., M.Keb
NIDN 0603058705

Anggota,
Rr. Catur Leny Wulandari, S.
SiT., M.Keb
NIDN 0626067801

Mengetahui,

Dekan Fakultas Farmasi
UNISSULA Semarang,

Ka. Prodi Sarjana Kebidanan
FF UNISSULA Semarang,



Dr. Apt. Rina Wijayanti, M.Sc
NIDN. 0618018201

Rr. Catur Leny Wulandari, S.SiT., M.Keb
NIDN. 0626067801

HALAMAN PENGESAHAN PROPOSAL

**GAMBARAN PENGETAHUAN IBU HAMIL MENGENAI MANFAAT BUAH NAGA GUNA
MENINGKATKAN KADAR HEMOGLOBIN DI PUSKESMAS BANGETAYU**

Disusun Oleh :

FARIKHATUL AMALIA

NIM. 32102100056

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Tim Penguji

Pada Tanggal 27 November 2024

SUSUNAN TIM PENGUJI

Ketua,
Muliatul Jannah, S.ST.,M.Biomed
NIDN 06180108201

(.....)

Anggota,
Arum Meiranny, S. SiT., M.Keb
NIDN 0603058705

(.....)

Anggota,
Rr. Catur Leny Wulandari, S.
SiT.,M.Keb
NIDN 0626067801

(.....)

Mengetahui,

Semarang, November 2024

Ketua Program Studi

Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan



Rr. Catur Leny Wulandari, S.SiT., M.Keb.
NIDN. 0626067801

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya Tulis Ilmiah ini adalah asli belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik (Sarjana), baik di Universitas Islam Sultan Agung Semarang maupun perguruan tinggi lain.
2. Karya Tulis Ilmiah ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing.
3. Dalam Karya Tulis Ilmiah ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan naskah pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya ini, serta sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di perguruan tinggi ini.

Semarang, Tgl/bln/thn
Pembuat Pernyataan



Farikhatul Amalia.
NIM. 32102100056

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan hidayah-Nya sehingga pembuatan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Mengenai Manfaat Buah Naga Guna Meningkatkan Kadar Hemoglobin” ini dapat selesai sesuai dengan waktu yang telah ditentukan. Karya Tulis Ilmiah ini diajukan sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Kebidanan (S. Keb.) dari Prodi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan FK Unissula Semarang.

Penulis menyadari bahwa selesainya pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini adalah berkat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Oleh karena itu penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Gunarto, SH., SE., Akt., M. Hum selaku Rektor Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
2. Dr.Apt. Rina Wijayanti, M. Sc., selaku Dekan Fakultas Farmasi Unissula Semarang
3. Rr. Catur Leny Wulandari, S.SiT, M. Keb., selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan Profesi Bidan FF Universitas Islam Sultan Agung Semarang sekaligus dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan hingga penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini selesai.
4. Dr. Ahnaf selaku kepala Wilayah kerja Puskesmas Bangetayu, yang telah memberikan ijin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di tempat praktik tersebut.
5. Arum Meiranny, S.SiT., M.Keb selaku dosen pembimbing, yang dengan penuh kesabaran, perhatian, dan keikhlasan telah meluangkan waktu,

tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan yang sangat berarti. Kehangatan bimbingan Ibu telah menjadi sumber semangat yang membuat peneliti yakin dan kuat dalam menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini .

6. Seluruh Dosen dan Karyawan Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
7. Kedua orang tua penulis, Bapak Sutaman dan Ibu Munawaroh yang selalu memberikan kasih sayang, doa, nasehat serta dukungan materil sehingga penulis dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir ini



Semarang, Mei 2025

Penulis

PERSEMBAHAN

Dengan segala kerendahan hati dan rasa syukur kepada Allah SWT, Karya Tulis Ilmiah ini kupersembahkan untuk :

1. Untuk kedua orang tua penulis, Bapak Sutaman dan Ibu Munawaroh. Terimakasih atas segala pengorbanan dan tulus kasih. Beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan bangku perkuliahan, namun mereka mampu senantiasa memberikan perhatian dan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana. Semoga ibu bapak sehat panjang umur dan bahagia selalu.
2. Kepada partner teman hidup, Bripda Kevin Adhiza Pratama. Terimakasih telah menjadi bagian dari perjalanan hidup. Bekontribusi banyak dalam penulisan karya tulis ini, baik tenaga, waktu, maupun materi kepada penulis. Telah menjadi rumah pendamping dalam segala hal yang menemani, mendukung ataupun menghibur dalam kesedihan , mendengar keluh kesah, sumber semangat untuk pantang menyerah. Semoga Allah selalu memberi keberkahan dalam segala hal yang kita lalui.
3. Teman baik penulis Shinta Dwi Apriliana yang sudah meluangkan waktunya untuk membantu dalam proses pengerjaan Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Teman-teman kebidanan angkatan 2021 yang senantiasa menemani dan memberikan dukungan kepada penulis selama penyusunan Laporan Tugas Akhir ini
5. Semua pihak yang terkait yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Dan yang terakhir diri sendiri, Farikhatul Amalia. Terimakasih tetap memilih berusaha sampai di titik ini, walau sering kali merasa putus asa atas apa

yang di usahakan dan belum berhasil, namun terimakasih tetap menjadi manusia yang selalu mau berusaha dan tidak lelah mencoba. Terimakasih sudah kuat sampai akhir. Terimakasih sudah yakin kalau kamu mampu menyelesaikan skripsi ini dan meraih gelar yang sudah di usahakan selama ini. Ini merupakan pencapaian yang patut di rayakan untuk diri sendiri.



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING KARYA TULIS ILMIAH.....	ii
PERSETUJUAN PEMBIMBING PROPOSAL KARYA TULIS ILMIAH	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN PROPOSAL	v
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	vi
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	vii
PRAKATA	viii
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR GAMBAR.....	xvi
DAFTAR SINGKATAN	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
ABSTRAK.....	xix
ABSTRACT	xx
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	8
A. Landasan Teori.....	8
1. Pengetahuan.....	8
2. Buah naga	12
3. Anemia dalam kehamilan	17
B. Kerangka Teori	26
C. Kerangka konsep.....	26
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	28
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	28
1. Jenis Penelitian	28

2. Rancangan Penelitian	28
B. Subjek Penelitian	28
1. Populasi	29
2. Sampel.....	29
3. Teknik sampling	30
C. Waktu dan Tempat.....	30
1. Waktu penelitian.....	30
2. Tempat.....	30
D. Prosedur Penelitian	31
E. Variabel Penelitian	32
F. Definisi Operasional Penelitian	33
G. Metode Pengumpulan Data	33
1. Jenis Data.....	33
2. Teknik Pengumpulan Data	34
3. Alat ukur/ instrumen Penelitian.....	34
H. Metode Pengolahan Data	39
1. <i>Editing</i> (penyuntingan)	39
2. <i>Coding</i> (<i>pemberian kode</i>)	39
3. <i>Scoring</i>	40
4. Tabulating	40
I. Analisis Data	40
J. Etika penelitian	41
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	44
A. Gambaran Umum Penelitian.....	44
1. Gambaran Tempat Penelitian	44
2. Gambaran Proses Penelitian	45
B. Hasil Penelitian.....	46
1. Karakteristik responden	46
2. Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang manfaat buah naga di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu	47
C. Pembahasan	50
1. Karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu	50

2. Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang manfaat buah naga di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu	53
D. Keterbatasan Penelitian.....	60
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	61
A. Kesimpulan.....	61
B. Saran.....	61
DAFTAR PUSTAKA	62
LAMPIRAN	67



DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 3. 1 Definisi Operasional Penelitian	33
Tabel 3. 2 Kisi - kisi instrumen penelitian	36
Tabel 3. 3 Hasil uji valitas kuesioner.....	37
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden	46
Tabel 4. 2 Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang manfaat buah naga di Wilayah kerja Puskesmas Bangetayu	47
Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Jawaban Ibu Hamil Tentang Manfaat Buah Naga	47



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori	26
Gambar 3. 1 Prosedur Penelitian.....	31



DAFTAR SINGKATAN

ANC : Antenatal Care

BBLR : Berat Badan Lahir Rendah

Hb : Hemoglobin

WHO : World Health Organization



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Penelitian	68
Lampiran 2. Jadwal Penelitian	69
Lampiran 3. Balasan DKK Semarang	70
Lampiran 4. Surat Kesanggupan Pembimbing 1	71
Lampiran 5. Surat Kesanggupan Pembimbing 2	72
Lampiran 6. Inform Consent	73
Lampiran 7. Instrumen Penelitian	74
Lampiran 8. lembar konsultasi	77
Lampiran 9. Lampiran 9 Lembar konsultasi pasca proposal	82
Lampiran 10. Tabel r Hitung	87
Lampiran 11. Data Hasil Responden	90
Lampiran 12. hasil uji validitas	91
Lampiran 13. Hasil Uji Reabilitas	94
Lampiran 14. Hasil Uji Univariat	95
Lampiran 15. Dokumentasi	104



ABSTRAK

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi dan dapat menimbulkan komplikasi kehamilan maupun persalinan. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kadar hemoglobin secara alami adalah dengan mengonsumsi buah naga yang kaya zat besi dan vitamin C. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat buah naga guna meningkatkan kadar hemoglobin di Wilayah kerja Puskesmas Bangetayu. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 46 ibu hamil yang diambil menggunakan teknik total sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis secara univariat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas ibu hamil memiliki pengetahuan yang baik sebanyak 35 orang (76,1%), dan sisanya 11 orang (23,9%) memiliki pengetahuan kurang. Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagian besar ibu hamil memiliki pengetahuan yang baik mengenai manfaat buah naga dalam meningkatkan kadar hemoglobin, namun tetap diperlukan edukasi berkelanjutan agar pengetahuan tersebut dapat diterapkan secara optimal.

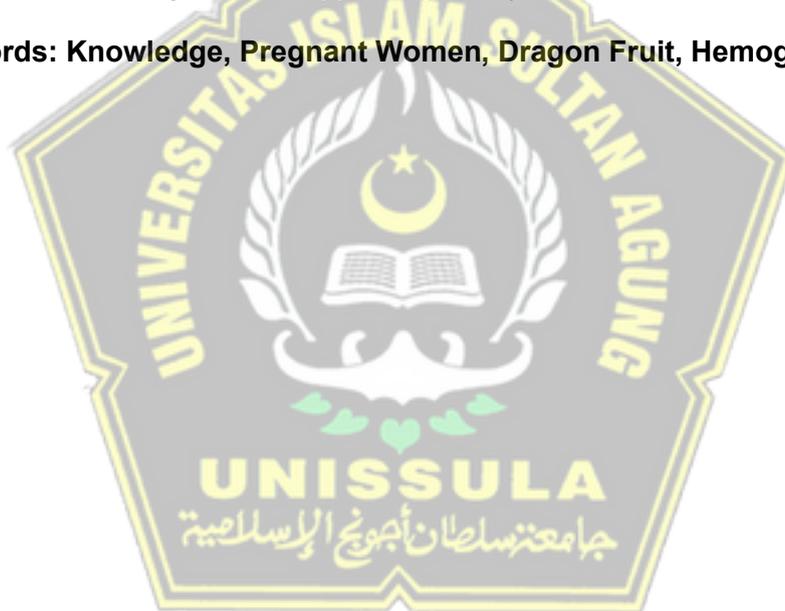
Kata kunci: Pengetahuan, Ibu Hamil, Buah Naga, Hemoglobin



ABSTRACT

Anemia in pregnant women is one of the health problems that often occurs and can cause complications in pregnancy and childbirth. One effort that can be made to increase hemoglobin levels naturally is to consume dragon fruit which is rich in iron and vitamin C. This study aims to determine the description of pregnant women's knowledge about the benefits of dragon fruit to increase hemoglobin levels at the Bangetayu Health Center. This study uses a quantitative descriptive method with a cross-sectional approach. The sample in this study was 46 pregnant women who were taken using the total sampling technique. Data were collected through questionnaires and analyzed univariately. The results showed that the majority of pregnant women had good knowledge, as many as 35 people (76.1%), and the remaining 11 people (23.9%) had poor knowledge. The conclusion of this study is that most pregnant women have good knowledge about the benefits of dragon fruit in increasing hemoglobin levels, but ongoing education is still needed so that this knowledge can be applied optimally.

Keywords: Knowledge, Pregnant Women, Dragon Fruit, Hemoglobin



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Fase krusial pada kehidupan seseorang ialah kehamilan, sehingga menjaga kesehatan tubuh dengan baik sangat diperlukan untuk menghindari risiko yang dapat memengaruhi kesehatan serta kesejahteraan baik ibu dan janin yang dikandungnya. Perubahan fisiologis yang umum selama kehamilan adalah hemodilusi, yaitu kondisi pengenceran darah yang biasanya muncul pada trimester kedua. Proses ini terjadi akibat peningkatan volume plasma yang tidak diimbangi oleh produksi eritrosit yang cukup, sehingga hemoglobin menurun. Hal ini merupakan tanda timbulnya anemia khususnya pada ibu hamil (Prawirohardjo, 2014)

Anemia pada masa kehamilan merupakan suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah ibu hamil berada di bawah nilai normal. Seorang ibu hamil dikatakan mengalami anemia apabila hasil pemeriksaan menunjukkan kadar Hb kurang dari 11g/dl. Hemoglobin memiliki fungsi untuk menghantarkan oksigen ke seluruh tubuh sehingga ketika kekurangan oksigen akan mengakibatkan gangguan jaringan sehingga produktivitas dan daya tahan tubuh menurun (Kemenkes, 2023)

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) menyatakan anemia merupakan problematika yang cukup berat dalam ranah global yakni sebanyak 29,9% wanita usia subur, 36,5% serta 29,6% wanita yang sedang tidak hamil menderita anemia. Prevalensi ini sangat beragam di setiap daerah maupun negara. Data menunjukkan prevalensi tinggi berada pada wilayah Asia Tengah. Asia Tengah serta Afrika sub-Sahara. Wilayah Amerika Utara serta

Eropa dengan prevalensi terendah (World Health Organization, 2021). Survey yang dilakukan oleh Riskeddas menunjukkan bahwa adanya peningkatan dari 37,7% hingga 48,9% pada tahun 2013 - 2018 (Kemenkes RI, 2018). Selain itu, sebesar 57,7% menyerang ibu hamil di Jawa Tengah (Dinkes Jateng, 2019). Sedangkan data yang diperoleh dari Dinkes Kota Semarang kejadian anemia di Kota Semarang sebesar 15,4% (Jateng, 2022). Oleh karena itu anemia berdampak pada ibu hamil dan janin.

Terdapat beberapa dampak yang dialami ketika ibu hamil menderita anemia yakni gangguan gis ketika terjadi persalinan, ketuban pecah dini, keguguran, kelahiran premature, rentan terhadap infeksi, perdarahan prenatal. Jika nifas muncul subinvolisio uteri yang berpotensi memicu perdarahan postpartum, mempermudah peradangan perineum, dan menimbulkan penurunan produksi ASI. Apabila anemia tidak cepat di atasi akan berdampak pada janin seperti BBLR, cacat lahir, terhambatnya tumbuh kembang janin dalam kandungan dan resiko kematian janin dalam kandungan. Kondisi ini sering kali disebabkan oleh berbagai faktor (Kemenkes, 2021)

Kurangnya zat besi karena kehilangan darah dalam tubuh merupakan penyebab anemia, yakni ketika hamil, terjadi pendarahan, makan yang tidak teratur, dan asupan zat besi rendah. Di samping rendahnya kadar zat besi, anemia juga dapat timbul akibat kurangnya asupan gizi, termasuk asam folat, vitamin B12, dan vitamin A. Pemenuhan kebutuhan asupan nutrisi seperti zat besi dan nutrisi yang lain saat hamil sangat penting untuk mencegah terjadinya anemia, saat hamil juga bisa disebabkan minimnya wawasan perempuan hamil. Wawasan yang kurang mengenai anemia akan menyebabkan ibu tidak cukup memenuhi asupan dengan kandungan zat besi ketika pada periode

mengandung (Kiswari, 2014). Hal tersebut dapat diatasi dengan beberapa upaya preventif.

Dengan memberikan edukasi kepada ibu hamil mengenai peningkatan kadar hemoglobin selama kehamilan. Menurut (Notoatmodjo, 2014), Beberapa hal yang menentukan tingkat pemahaman seseorang meliputi jenjang pendidikan, pengalaman hidup, wawasan yang dimiliki, latar belakang budaya, serta kondisi sosial ekonomi. Dalam menangani anemia pada ibu hamil, terdapat dua pendekatan yang bisa diterapkan yaitu pengobatan medis dan pendekatan alami. Pendekatan medis dilaksanakan melalui konsumsi tablet besi dosis 60 mg disertai suplemen asam folat 50 mcg sepanjang masa kehamilan. ((Kemenkes, 2015). Mengonsumsi makanan dengan kandungan zat besi dan nutrisi seperti olahan daging merah, olahan susu sapi maupun hati ayam atau sapi merupakan cara nonfarmakologis dalam mengatasi anemia. Makanan laut dan kacang-kacangan juga menjadi pilihan baik untuk mencukupi kebutuhan nutrisi. Selain itu, konsumsi sayuran berdaun hijau dan berbagai buah-buahan sangat dianjurkan, di mana buah naga khususnya terbukti efektif membantu mencegah anemia berkat kandungan nutrisinya yang lengkap. (Almatsier, 2013) .

Buah naga lebih cocok ditanam pada kondisi kering (daerah dengan tingkat kelembapan rendah), karena kondisi lembab atau basah dapat meningkatkan risiko infeksi jamur dan penyakit tanaman. Selain itu, tanaman ini membutuhkan paparan sinar matahari penuh untuk mendukung pertumbuhan dan produksinya. Beberapa zat penting dalam buah naga adalah zat besi, yang diperlukan dalam rangka menaikkan kadar hemoglobin dalam darah. Vitamin C bahkan terkandung di dalamnya, berperan sebagai antioksidan, bersama

mineral seperti magnesium, kalsium, juga fosfor yang efektif dalam memelihara kondisi tulang serta kerja otot. Buah naga juga mengandung serat, protein, dan sejumlah vitamin B (B1, B2) yang berperan dalam metabolisme tubuh dan meningkatkan energi (Kristanto 2014). Buah naga mengandung antioksidan yang berperan dalam mendukung kesehatan sel darah. Selain itu, buah naga memiliki rasa lembut dan manis sehingga cocok dikonsumsi oleh ibu hamil yang mengalami perubahan selera makan selama kehamilan

Beberapa penelitian membuktikan bahwa kadar hemoglobin dalam tubuh ibu hamil penderita anemia dapat ditingkatkan melalui mengonsumsi buah naga. Studi oleh Nugroho (2021) menemukan bahwa jumlah hemoglobin pada ibu hamil penderita anemia bisa ditingkatkan secara signifikan dengan pemberian jus buah naga merah. Selain itu, Rahmawati (2020) menyebutkan bahwa peningkatan jumlah hemoglobin dalam tubuh ibu hamil trimester kedua dan ketiga pengidap anemia dapat dicapai secara efektif melalui konsumsi rutin jus buah naga. Penelitian serupa dilakukan oleh Sari (2020), dengan temuan bahwasanya konsumsi jus buah naga merah selama dua minggu mampu menaikkan jumlah hemoglobin ibu hamil trimester III. Temuan ini memperlihatkan bahwa buah naga dapat menjadi alternatif alami untuk mengatasi anemia pada ibu hamil.

Mengacu penelitian awal yang dilaksanakan pada area kerja Puskesmas Bangetayu Semarang tahun 2024. Melalui wawancara pada 8 ibu hamil, 6 ibu hamil tidak mengetahui manfaat buah naga guna meningkatkan kadar anemia dan 2 ibu hamil telah mengetahui manfaat buah naga untuk mencegah anemia akan tetapi tidak mengkonsumsinya. Buah naga di Semarang cukup mudah ditemukan, baik di pasar tradisional, supermarket, maupun toko buah. Buah

naga banyak dibudidayakan di berbagai daerah di Jawa Tengah. Kondisi iklim dan tanahnya sangat cocok untuk pertumbuhan buah naga, sehingga produksinya melimpah. Produksi lokal yang melimpah membuat harga buah naga relatif terjangkau.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, permasalahan dirumuskan menjadi “Bagaimana tingkat pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat buah naga guna meningkatkan kadar hemoglobin pada lingkungan kerja Puskesmas Bangetayu ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mendeskripsikan gambaran pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat buah naga guna meningkatkan kadar hemoglobin di Wilayah kerja Puskesmas Bangetayu

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan ibu hamil di Wilayah kerja Puskesmas Bangetayu
- b. Untuk menganalisis tingkat pemahaman ibu hamil mengenai manfaat buah naga di Wilayah kerja Puskesmas Bangetayu

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Sebagai sumber informasi untuk pembinaan serta pemahaman ibu hamil mengenai manfaat buah naga guna meningkatkan kadar hemoglobin di Puskesmas Bangetayu.

2. Manfaat praktis

a. Bagi institusi pendidikan

Dapat digunakan untuk acuan atau literatur yang dapat diberikan kepada mahasiswa untuk meningkatkan kadar hemoglobin bagi ibu hamil serta untuk penelitian selanjutnya.

b. Bagi tempat penelitian atau pemerintah (*stake holder*)

Sebagai informasi bagi ibu hamil tentang penanganan anemia dengan mengkonsumsi buah naga.

c. Bagi responden

Sebagai informasi tentang manfaat buah naga sehingga diharapkan adanya peningkatan pengetahuan responden mengenai manfaat buah naga dalam rangka menaikkan jumlah hemoglobin guna mencegah anemia.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No.	Judul	Peneliti & tahun	Metode penelitian	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1.	Peningkatan Pengetahuan Ibu Hamil Trimester III Melalui Edukasi Manfaat Jus Buah Bit untuk Pencegahan Anemia di Desa Kuala Air Hitam	Julina Br Sembiring 2021	Metode yang digunakan berupa Penyuluhan ibu hamil tentang anemia kehamilan, tanda dan gejala, resiko dan komplikasi , pencegahan serta manfaat Buah Bit .	Hasil pretest menunjukkan bahwa dari 12 ibu hamil, hanya 3 orang (25%) memiliki pengetahuan baik, sedangkan 9 orang (75%) masih memiliki pengetahuan kurang. Namun setelah dilakukan penyuluhan, hasil posttest mengalami peningkatan signifikan dimana 11 orang (91,7%) mencapai pengetahuan baik dan hanya 1 orang (8,3%) yang pengetahuannya masih kurang.	Subjek ibu hamil, tingkat pengetahuan	Lokasi penelitian, tempat dan waktu
2.	Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil	Willy Astriana1 , Eni Folendra Rosa2 , Yeviza Puspitasari3. 2020	Berdasarkan hasil penelitian, terdapat pengaruh signifikan terhadap kadar hemoglobin (Hb) ibu hamil setelah mengonsumsi jus buah naga secara rutin.	Ada pengaruh terhadap kadar Hemoglobin (HB) ibu hamil setelah diberikan jus Buah Naga	Subjek ibu hamil, buah naga untuk peningkatan hemoglobin	Metode penelitian
3.	Efektivitas Jus Buah Naga Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III	Yenny Aulya, Vivi Silawati , Ega Margareta 2021	Penelitian ini menggunakan desain quasi-eksperimen dengan pendekatan control group design. .	ada pengaruh pemberian jus buah naga terhadap kadar Hemoglobin pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Teluk Naga Kabupaten Tangerang Tahun 2021.	Subjek ibu hamil, buah naga untuk peningkatan hemoglobin	Metode penelitian
4.	Pengaruh Pemberian Buah Naga Terhadap Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil	Suhartini ¹ , Julie Susan Mutia. ² 2021	Penelitian ini menggunakan desain pre-eksperimental dengan model one group pretest-posttest, dimana pengukuran dilakukan sebelum dan setelah intervensi pada satu kelompok yang sama.	ada pengaruh pemberian buah Naga terhadap Kadar HB pada Ibu hamil di Desa Pakam Kecamatan Medan Deras Kabupaten Batubara.	Subjek ibu hamil, buah naga untuk peningkatan hemoglobin	Metode penelitian

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Pengetahuan

a. Definisi pengetahuan

Pemahaman yang didapatkan seorang individu pada proses pengamatan terhadap suatu objek menggunakan panca indra disebut pengetahuan. Proses pengamatan ini melibatkan indera penglihatan, pendengaran, penciuman, pengecapan, dan peraba. Kualitas pengetahuan yang bergantung pada tingkat perhatian dan cara individu mempersepsikan objek tersebut. Dalam kehidupan sehari-hari, sumber pengetahuan utama manusia umumnya berasal dari apa yang mereka dengar dan lihat. (Notoatmodjo, 2014).

Definisi konsep pengetahuan dapat ditelusuri melalui beberapa sumber. KBBI (2008) mendefinisikan istilah "tahu" sebagai pemahaman yang diperoleh setelah seseorang melakukan pengamatan, pengalaman, atau interaksi dengan objek tertentu. Sementara itu, Reber (2016) menjelaskan pengetahuan dari dua perspektif: (1) secara kolektif sebagai akumulasi informasi yang dimiliki individu, kelompok, atau masyarakat; dan (2) secara umum sebagai elemen kognitif yang terbentuk baik melalui faktor bawaan maupun pengalaman hidup.

b. Tingkat Pengetahuan

Terdapat sebanyak enam level pengetahuan pada ranah kognitif (Notoatmodjo, 2014), yakni :

1) Tahu (know)

Tahu juga didefinisikan menjadi wawasan yang sebelumnya sudah dipelajari dan diingat kembali. Pada tingkat ini, materi apa pun yang pernah dipelajari bisa diingat. Oleh karena itu, tahu adalah level pengetahuan ter-dasar.

2) Memahami (comprehension)

Pemahaman didefinisikan sebagai kapasitas dalam mengungkapkan suatu objek yang sudah dipahami dengan benar dan menafsirkannya secara tepat. Seseorang yang sudah paham terhadap suatu topik harus bisa menjelaskannya, memberikan contoh, menarik kesimpulan, serta memprediksi hal-hal terkait topik yang sedang dipelajari.

3) Aplikasi (applications)

Aplikasi dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengimplementasikan materi telah dipahami ke kehidupan nyata. Dalam aplikasi ini berarti penerapan hukum, rumus, metode, prinsip, dan sejenisnya pada situasi yang berbeda. Contohnya, rumus statistik bisa digunakan untuk menganalisis data penelitian, sementara metode pemecahan masalah dapat diterapkan untuk menyelesaikan kasus-kasus kesehatan tertentu.

4) Analisis (analysis)

Analisis merujuk pada mengurai materi maupun objek dengan bagian-bagian penyusunnya, namun pada satu kesatuan swrta saling berhubungan. Hal ini bisa diamati dengan penggunaan kata kerja tertentu seperti: kemampuan untuk mendeskripsikan (membuat

diagram), membedakan, memisahkan, mengelompokkan, serta sejenisnya.

5) Sintesis (synthesis)

Sintesis dapat didefinisikan sebagai kapasitas diri dalam mengelola maupun menyatukan bagian menjadi satu kesatuan yang utuh, yakni kemampuan membuat rumusan baru berdasarkan formulasi yang sebelumnya.

6) Evaluasi (evaluation)

Evaluasi diartikan menjadi pertimbangan maupun penilaian pada materi/objek. Evaluasi ini dilakukan berdasarkan skala tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya maupun skala yang bery berkembang.

c. Aspek-aspek yang berpengaruh terhadap pengetahuan

Berdasarkan Yulianto et al., (2014) pengetahuan dipengaruhi oleh aspek-aspek berikut: :

1) Pendidikan

Pengetahuan sering dikaitkan dengan pendidikan formal. Harapannya pengetahuan akan semakin meningkat seiring tingginya tingkan pendidikan individu. Namun, tingkat pengetahuan yang rendah tidak selalu dimiliki oleh orang-orang yang berpendidikan rendah. Pengetahuan ini tidak langsung didapat secara mutlak melalui pendidikan formal, tetapi bisa didapatkan dari pendidikan informal. Terdapat dua faktor yang terdapat pada pengetahuan, yakni sisi positif serta sisi negatif. Jika banyak unsur positif yang ditemukan, berarti semakin positif juga tindakan atas objek tertentu terbentuk (Notoatmodjo, 2014)

2) Media massa/sumber informasi

Pengetahuan didapatkan melalui informasi dari pendidikan baik formal maupun informal dalam bentuk efek langsung (immediate effect) yang dapat mendorong perubahan dan peningkatan pemahaman. Perkembangan teknologi saat ini menyediakan beragam media yang mampu mempengaruhi tingkat pengetahuan masyarakat tentang berbagai informasi terbaru. Opini dan keyakinan masyarakat banyak dibentuk oleh pengaruh sumber informasi misalnya televisi, radio, surat kabar, majalah, penyuluhan, serta berbagai bentuk media lainnya.

3) Sosial budaya dan Ekonomi

Adat istiadat serta budaya dijalankan melalui individu dengan kurangnya pertimbangan lebih jauh mengenai baik atau tidaknya hal tersebut. Adanya fasilitas yang dibutuhkan pada suatu kegiatan tentunya dipengaruhi oleh tingkat ekonomi masing-masing individu. Oleh karena itu, tingkat ekonomi dapat memberikan pengaruh terhadap tingkat pengetahuan.

4) Lingkungan

Lingkungan didefinisikan sebagai hal di sekeliling individu, mencakup aspek fisik, biologis, maupun sosial. Proses penyampaian informasi kepada masyarakat dalam suatu lingkungan dipengaruhi oleh kondisi lingkungan itu sendiri. Fenomena ini muncul akibat adanya komunikasi dua arah yang kemudian diinterpretasikan sebagai sebuah informasi.

5) Pengalaman

Adanya pengalaman diri sendiri maupun pengalaman orang lain didapatkan pengetahuan. Kebenaran pengetahuan pada dasarnya didapatkan melalui proses pengalaman tersebut.

6) Usia

Usia dapat dipengaruhi oleh pengetahuan. Seiring meningkatnya usia dapat mengembangkan cara berfikir serta pemahaman individu sehingga pengetahuan yang diperoleh menjadi semakin banyak.

7) Pekerjaan

Pekerjaan dapat memengaruhi tingkat pengetahuan seseorang melalui akses terhadap informasi, pelatihan, dan pengalaman yang diperoleh di tempat kerja.

2. Buah naga

a. pengertian

Buah naga (*Hylocereus* sp.) atau dragon fruit termasuk dalam golongan tanaman kaktus yang biasanya ditemukan tumbuh di wilayah beriklim tropis dan subtropis. Di daerah dengan iklim tersebut, budidaya buah naga dapat dilakukan dengan mudah karena tanaman ini mampu tumbuh dengan baik. Seperti jenis kaktus lainnya, tanaman buah naga dikenal memiliki ketahanan terhadap kondisi kering dan membutuhkan intensitas cahaya matahari yang cukup. Popularitas buah naga sebagai buah yang relatif baru di pasaran didorong oleh tiga faktor utama, yaitu penampilan fisiknya yang unik, cita rasanya yang manis dan menyegarkan, serta berbagai manfaat kesehatan yang dimilikinya. Asal-usul tanaman buah naga dapat ditelusuri ke

wilayah Meksiko, Amerika Tengah, dan Amerika Selatan, dan masih banyak negara lain salah satunya termasuk Indonesia seiring dengan perkembangan zaman. (Kristanto, 2014)

Buah naga digambarkan sebagai buah pitaya berbentuk bulat lonjong mirip nanas, dengan kulit berwarna merah serta terdapat sulur atau sisik mirip naga. Tanaman ini diklasifikasikan dalam famili kaktus, dengan batang segitiga yang tumbuh secara memanjat. Pada batang tanaman tersebut, terdapat duri-duri kecil yang tumpul. Bunga tanaman buah naga menyerupai terompet berwarna putih bersih, yang terdiri dari beberapa benang sari dengan warna kuning (Hendarto, 2019).

b. Kandungan buah naga

Berikut beberapa komponen buah naga dimana bermanfaat untuk tubuh yaitu : (Fadila et al., 2024)

Kandungan	Jumlah per 100 gram
Air	85,7 g
Energi	71 kal
Protein	1,7 g
Lemak	3,1 g
Karbohidrat	9,1 g
Serat	3,2 g
Kalsium	13 mg
Nutrium	10mg
Magneisum	22, 5 mg
Kalium	128 mg
Fosfor	14 mg
Zat besi	0,16 mg
Vitamin B1	0,5 mg
Vitamin B2	0,3 mg
Vitamin B3	0,5 mg
Vitamin C	1 mg

c. Manfaat buah naga

- 1) Buah naga mengandung zat besi, berfungsi dalam memperbanyak produksi hemoglobin. Buah naga bahkan direkomendasikan untuk memicu meningkatkan kadar hemoglobin pada penderita anemia (Aryanta, 2022).
- 2) Buah naga juga memiliki kandungan serat tinggi sehingga mampu mengatasi sembelit serta fungsi usus secara menyeluruh (Rohanah et al., 2023)
- 3) Kandungan antioksidan yang melimpah pada buah naga, termasuk vitamin C, berperan dalam penanganan radikal bebas dalam tubuh dapat mengurangi berbagai penyakit kronis (Rohanah et al., 2023)
- 4) Kesehatan pencernaan dapat didukung oleh serat yang tinggi pada buah naga, akan mencegah sembelit dan fungsi usus secara keseluruhan dapat diperbaiki. (Aryanta, 2022).
- 5) Filosofi buah naga dalam mengatasi anemia ataupun meningkatkan jumlah hemoglobin (Hb) terletak dalam kandungan gizinya yang kaya kandungan vitamin C, zat besi, serta antioksidan. Buah naga mendorong meningkatkan absorpsi zat besi oleh tubuh, memperbaiki sirkulasi darah, dan merangsang produksi sel darah merah, sehingga berpotensi menjadi solusi alami untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada penderita anemia (Widyastuti, 2020).

d. Pengolahan

- 1) Jus buah naga

Jus atau juice merupakan sari buah yang terbentuk dari olahan buah matang melalui proses pengepresan atau cara mekanis lain untuk diambil cairannya dari bagian buah tertentu (SNI, 2014). Jus buah segar, jika dikonsumsi bermanfaat dalam meningkatkan jumlah hemoglobin ibu hamil, akan tetapi apabila dikonsumsi dengan proses atau pengolahan yang tidak tepat dapat beresiko bagi kesehatan ibu hamil.

Jika ibu hamil mengonsumsi buah naga, maka dapat menangani kejadian anemia, Cara pengolahan yaitu kupas buah naga dan campurkan dengan air matang dengan berat total 200 gram dan diminum bersama dengan tablet Fe. Untuk memperoleh hasil yang efektif dapat dikonsumsi sehari sekali sebanyak 200 gram selama dua minggu. Hal ini sesuai penelitian oleh Soleha, Astriana & Amirus (2020) menyimpulkan bahwa meningkatnya kadar Hb karena konsumsi jus buah naga.

2) Agar-agar Buah Naga

Agar-agar buah naga dianggap sebagai salah satu olahan yang tidak hanya nikmat tetapi juga bermanfaat dalam meningkatkan kadar hemoglobin. Dalam pembuatannya, daging buah naga yang mengandung zat besi tinggi terlebih dahulu dihaluskan, kemudian dicampurkan dengan agar-agar bubuk, air, serta sedikit gula. Proses pembuatan dimulai dengan memblender daging buah naga, kemudian mencampurkannya dengan air dan agar-agar dalam panci yang dipanaskan hingga mendidih. Kemudian, campuran dituangkan ke dalam cetakan dan didinginkan hingga mengeras.

Agar-agar buah naga kaya akan vitamin dan mineral, serta memiliki kandungan serat, sehingga dapat menjadi pilihan camilan sehat yang mendukung peningkatan kadar hemoglobin dalam tubuh (Hartika, 2022)

3) Cookies Kulit Buah Naga

Cookies kulit buah naga dikembangkan sebagai produk inovatif yang tidak hanya menyajikan kenikmatan rasa, tetapi juga memberikan manfaat penting dalam meningkatnya kadar Hb, terutama bagi ibu hamil yang menderita anemia. Kulit buah naga yang biasanya dibuang, ternyata mengandung serat, vitamin, dan mineral dalam jumlah tinggi, termasuk zat besi dibutuhkan pada tahap pembentukan sel darah merah. Tahapan pembuatan cookies ini melibatkan pengolahan kulit buah naga yang sudah dibersihkan serta dihaluskan, yang kemudian dicampurkan dengan bahan-bahan seperti tepung terigu, gula, dan mentega, sehingga menghasilkan tekstur garing juga rasa yang unik. Penelitian oleh Sari dan Widyastuti (2022) dalam jurnal "Pengembangan Cookies dari Kulit Buah Naga Sebagai Sumber Serat dan Zat Besi" menunjukkan bahwa konsumsi cookies dari kulit buah naga dapat berkontribusi dalam peningkatan kadar hemoglobin. Dengan demikian, konsumsi cookies kulit buah naga secara teratur tidak hanya menyajikan alternatif camilan yang nikmat, tetapi juga mendukung kesehatan secara keseluruhan.

3. Anemia dalam kehamilan

a. Pengertian

Anemia berarti menurunnya kadar Hb dibawah normal karena dipengaruhi oleh usia, komposisi tubuh serta jenis kelamin. Anemia pada kehamilan diartikan sebagai kondisi kadar haemoglobin tubuh dibawah 11 gr/dl, hal ini selaras dengan perubahan tubuh ibu hamil. Saat usia kehamilan 24 minggu terjadi puncak hemodilusi dan bisa berlanjut sampai dengan usia kehamilan 37 minggu (Prawiroharjo, 2014). Anemia defisiensi besi sering terjadi dalam kehamilan dan secara global merupakan salah satu penyumbang terbesar kejadian anemia. Anemia defisiensi besi merupakan kondisi tubuh ketika persediaan besi total turun dibawah normal (besi yang diperlukan untuk sintesa haemoglobin) sehingga menyebabkan penurunan kadar feritin serum, anemia jenis ini sering terjadi pada semua kelompok umur (Suddarth, 2014)

b. Etiologi anemia

Anemia berupa gangguan yang terdiri dari berbagai gejala yang muncul akibat berbagai faktor penyebab, secara umum penyebab utama anemia adalah gangguan pola makan seperti kurang mengonsumsi buah-buahan yang berwarna dan sayuran hijau, kondisi malabsorpsi, kehamilan dan juga disebabkan karena perdarahan akibat terlalu sering melahirkan (Manuaba, 2015)

Pada masa kehamilan anemia dapat terjadi karena beberapa faktor seperti; Kurangnya absorpsi zat besi dari makanan dan dalam tubuh, jumlah zat gizi kurang dalam pembentukan darah, vitamin B12

maupun asam folat, ketidakmampuan tubuh untuk menyerap kembali zat besi yang dibutuhkan serta kekurangan zat besi dari konsumsi harian ibu hamil (Prawirohardjo, 2013)

Anemia yang sering terjadi dalam kehamilan disebabkan oleh defisiensi besi, pertumbuhan dan perkembangan janin didalam rahim memerlukan banyak zat besi, sehingga oksigen yang diperlukan meningkat. Hal ini akan meningkatkan produksi eritropoietin.. Peningkatan volume plasma serta sel darah merah (eritrosit) terjadi secara tidak proporsional, dimana volume plasma mengalami kenaikan lebih besar dibandingkan eritrosit. Akibatnya, kadar hemoglobin mengalami penurunan karena terjadinya hemodilusi. Kekurangan kadar hemoglobin menyebabkan eritrosit tidak mampu memenuhi fungsinya mengangkut oksigen dalam memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh (Cunningham, 2014).

c. Klasifikasi anemia

Berdasarkan kadar hemoglobin, (WHO, 2011) mengklasifikasikan anemia menjadi empat kategori, yaitu :

- 1) Hb \geq 11 g/dL : tidak anemia
- 2) Hb 10-10,9g/dL : anemia ringan
- 3) Hb 7-9,9g/dL : anemia sedang
- 4) Hb $<$ 7g/dL : anemia berat

d. Patofisiologi anemia

Berdasarkan opini Sarwono Prawirohardjo (2016) Pada saat kehamilan oksigen yang diperlukan sangat tinggi sehingga kadar eritroprotein juga meningkat yang menyebabkan peningkatan sel darah

merah (eritrosit) serta volume plasma. Kenaikkan volume plasma makin tinggi dibandingkan eritrosit mengakibatkan turunnya kadar Hb karena hemodelusi. Peningkatan volume plasma menyebabkan anemia karena adanya penurunan nilai hematokrit, kadar hemoglobin darah, serta hitung eritrosit, meskipun kadar mutlak Hb ataupun eritrosit pada sirkulasi tidak mengalami pengurangan. Anemia fisiologis selama kehamilan berperan dalam penurunan viskositas darah ibu, yang kemudian menyebabkan peningkatan perfusi plasenta dan memungkinkan pengiriman oksigen serta nutrisi ke janin menjadi lebih optimal.

e. Tanda gejala anemia

Anemia selama kehamilan sering kali tidak menunjukkan gejala dan hanya dapat terdeteksi melalui pemeriksaan laboratorium rutin. Jika terjadi gejala, anemia biasanya menunjukkan manifestasi yang sama, meskipun patofisiologinya berbeda-beda. Gejala yang sering muncul adalah penurunan kapasitas pembawa oksigen, seperti kelemahan, pusing, serta detak jantung yang cepat. Beberapa tanda fisik yang dapat ditemukan meliputi kulit yang pucat, takikardi, dan bunyi jantung murmur (Pratama et al., 2020).

Gejala dan tanda anemia yang spesifik dialami ibu hamil biasanya dikaitkan terhadap jenis anemia tertentu. Dalam pemeriksaan ibu hamil yang menderita anemia didapatkan tekanan darahnya rendah, jantung berdebar lebih cepat, konjungtiva ibu terlihat pucat, telapak tangan pucat, mual muntah semakin sering saat kehamilan muda serta peralihan struktur epitel kuku (Manuaba, 2015).

f. Aspek-aspek penyebab anemia saat kehamilan

1) Usia ibu hamil

Menurut Manuaba (2014) risiko terjadinya patologi selama kehamilan serta persalinan oleh ibu hamil dalam rentang umur kurang dari 20 tahun maupun lebih dari 35 tahun. Pada ibu hamil dengan umur di bawah 20 tahun, potensi anemia dinilai semakin besar karena kematangan organ reproduksi yang belum sepenuhnya tercapai secara biologis, ditambah dengan kondisi psikologis yang cenderung belum stabil. Kondisi mental yang belum matang pada seseorang mudah menimbulkan stress sehingga kurang perhatian terhadap kebutuhan gizi selama kehamilan.

Berdasarkan penelitian (Sari *et al.*, 2021) dibuktikan ibu hamil berumur di bawah 20 tahun maupun di atas 35 tahun terdapat potensi 3,921 kali lebih tinggi mengidap anemia daripada wanita yang mengandung pada umur ideal.

2) Jarak kehamilan

Kehamilan yang terjadi terlalu dekat atau jaraknya dengan interval ≤ 2 tahun membuat ibu lebih beresiko mengalami anemia karena pada tubuh cadangan zat besi belum pulih sepenuhnya dari pemenuhan kebutuhan zat besi pada kehamilan sebelumnya. Tubuh harus memenuhi kebutuhan zat besi lagi untuk janin dan ibu sehingga meningkatkan resiko anemia (Manuaba, 2014).

Kehamilan yang terjadi terlalu dekat atau jaraknya dengan interval ≤ 2 tahun membuat ibu lebih beresiko mengalami anemia

karena pada tubuh cadangan zat besi belum pulih sepenuhnya dari pemenuhan kebutuhan zat besi pada kehamilan sebelumnya. Tubuh harus memenuhi kebutuhan zat besi lagi untuk janin dan ibu sehingga meningkatkan resiko anemia (Manuaba, 2014).

3) Pengetahuan

Tingkat pengetahuan seseorang mempengaruhi kejadian anemia, dapat dikatakan pengetahuan pada ibu hamil berdampak pada pengambilan sikap terhadap kesehatannya. Pengetahuan mempengaruhi sikap dan cara berpikir ibu dalam memutuskan untuk memanfaatkan pelayanan kesehatan sehingga ibu beresiko mengalami anemia. Kurangnya pengetahuan membuat ibu hamil cenderung membatasi makanan karena kepercayaan masyarakat setempat seperti masyarakat pedesaan yang memiliki beberapa pantangan makanan selama hamil berupa makanan yang bersumber gizi tinggi seperti sayur, buah-buahan serta ikan (Manuaba, 2014).

Berdasarkan opini Notoatmodjo (2013) faktor eksternal yang memengaruhi pemerolehan pengetahuan. Pemahaman mengenai anemia dan upaya pencegahannya dapat diperoleh seseorang apabila fasilitas pelayanan kesehatan dimanfaatkan secara optimal. Perilaku sehat ibu hamil terbentuk dari pengetahuan yang dimilikinya dan ibu hamil akan sangat menjaga kandungannya apabila dibekali pengetahuan yang baik.

4) Kunjungan Antenatal Care (ANC)

Kunjungan Antenatal Care (ANC) merupakan upaya preventif dalam rangka melindungi kesehatan ibu sepanjang fase mengandung. Dalam kunjungan tersebut, berbagai tindakan dilaksanakan meliputi pemeriksaan kondisi fisik, pemberian suplemen zat besi, serta penyuluhan medis bagi wanita yang sedang mengandung. Melalui pelaksanaan ANC secara rutin, sebagian aspek potensial kandungan termasuk anemia dapat dideteksi secara dini. (Basith, Agustina, & Diani, 2017).

Pelaksanaan pemeriksaan kesehatan ibu hamil dapat dipantau melalui kunjungan antenatal care (ANC) mulai dari kunjungan pertama (K1) hingga kunjungan keempat (K4) yang dilaksanakan berdasarkan jadwal berdasarkan pembagian trimester. Pada kandungan normal, minimal diperlukan enam kali kunjungan ANC dengan pembagian: dua kali saat trimester pertama, satu kali saat trimester kedua, serta tiga kali saat trimester ketiga. Peninjauan melalui tenaga medis setidaknya wajib dijalanya dua kali, yakni ketika kunjungan awal di trimester pertama dan kunjungan kelima di trimester ketiga. Selain itu, pemeriksaan kadar hemoglobin dianjurkan untuk dijalankan setidaknya dua kali sepanjang fase kandungan, yakni ketika trimester pertama serta ketiga. (Kemenkes RI, 2020).

g. Pencegahan dan Penataksanaan

1) Teknik farmakologi

Zat besi (Fe) merupakan mineral yang diperlukan tubuh dalam produksi hemoglobin. Terlebih lagi, zat besi akan membantu terbentuknya mioglobin (protein yang membawa oksigen ke otot), kolagen (protein yang terdapat pada tulang, tulang rawan, dan jaringan penyambung), serta enzim. Zat besi bisa pula dimanfaatkan sebagai sistem pertahanan tubuh (Kementerian Kesehatan, 2015)

2) Teknik non farmakologi

a) Buah naga

Buah naga diyakini memiliki kemampuan untuk mencegah berbagai penyakit karena kandungan nutrisinya yang melimpah, termasuk vitamin, mineral, serta rendahnya kadar kalori. Pada tiap 100 gram buah naga, dapat ditemukan kandungan 0,4 mg zat besi, 0,50 mg Vitamin B1, 0,30 mg Vitamin B2, dan 1 mg Vitamin C (Kemenkes, 2017). Kebutuhan haemoglobin dalam tubuh dapat terpenuhi melalui asupan vitamin C serta zat besi yang bersumber buah naga, sehingga proses pengangkutan oksigen ke seluruh tubuh dapat berlangsung dengan optimal..

b) Buah kurma

Kurma (*Phoenix dactylifera*) diklasifikasikan sebagai buah yang tumbuh di daerah gurun dengan kandungan serat tinggi. Berbagai manfaat kesehatan dapat diperoleh dari buah ini karena kandungan nutrisinya yang kaya. Dalam setiap 100 gram kurma, terkandung 2,81 gram protein, 7,1 gram serat, 35

mg kalsium, 0,4 mg vitamin C, dan 1,02 mg zat besi (Kemenkes, 2017). Kandungan nutrisi pada buah kurma tersebut merupakan faktor pembentuk haemoglobin pada tubuh sehingga buah ini dapat dijadikan sebagai terapi pendukung anemia. Sebagai usaha preventif anemia defisiensi besi ibu hamil dianjurkan untuk mengonsumsi buah kurma dalam bentuk buah, ekstrak maupun sari kurma (Rahmawati *et al.*, 2019)

c) Sayur bayam

Sayur bayam merupakan golongan sayur berwarna hijau yang memiliki tinggi nutrisi dan dipercaya dapat mengatasi anemia ibu hamil. Setiap 100 gr sayur bayam segar berisi vitamin C sekitar 30-155 mg /100 g, zat besi 4-35 mg serta asam folat 194 µg/100 g. Proses sintesis DNA sel memungkinkan vitamin B9 dalam bayam mengalami transformasi, yang kemudian menyebabkan terbentuknya plasma sel darah merah baru dengan kualitas yang baik. Di sisi lain, penyerapan zat besi dapat ditingkatkan oleh kandungan vitamin C yang terdapat dalam bayam, sehingga peningkatan kadar hemoglobin dapat dicapai secara efektif. (Murcia *et al.*, 2020).

d) Kacang hijau

Kacang hijau dikategorikan menjadi kacang-kacangan tinggi nutrisi. Kadar zat besi dalam kacang hijau dapat dimanfaatkan guna menghindari anemia bagi wanita

mengandung, dimana proses pembentukan heme untuk produksi hemoglobin dibantu oleh zat besi tersebut. Setiap 100 gram kacang hijau mengandung zat besi sejumlah 7,5 mg, 10 mg vitamin C, energi 323 kkal, karbohidrat 56,8 g, lemak rendah sebesar 1,5 g serta protein 22 g (Kemenkes, 2017).

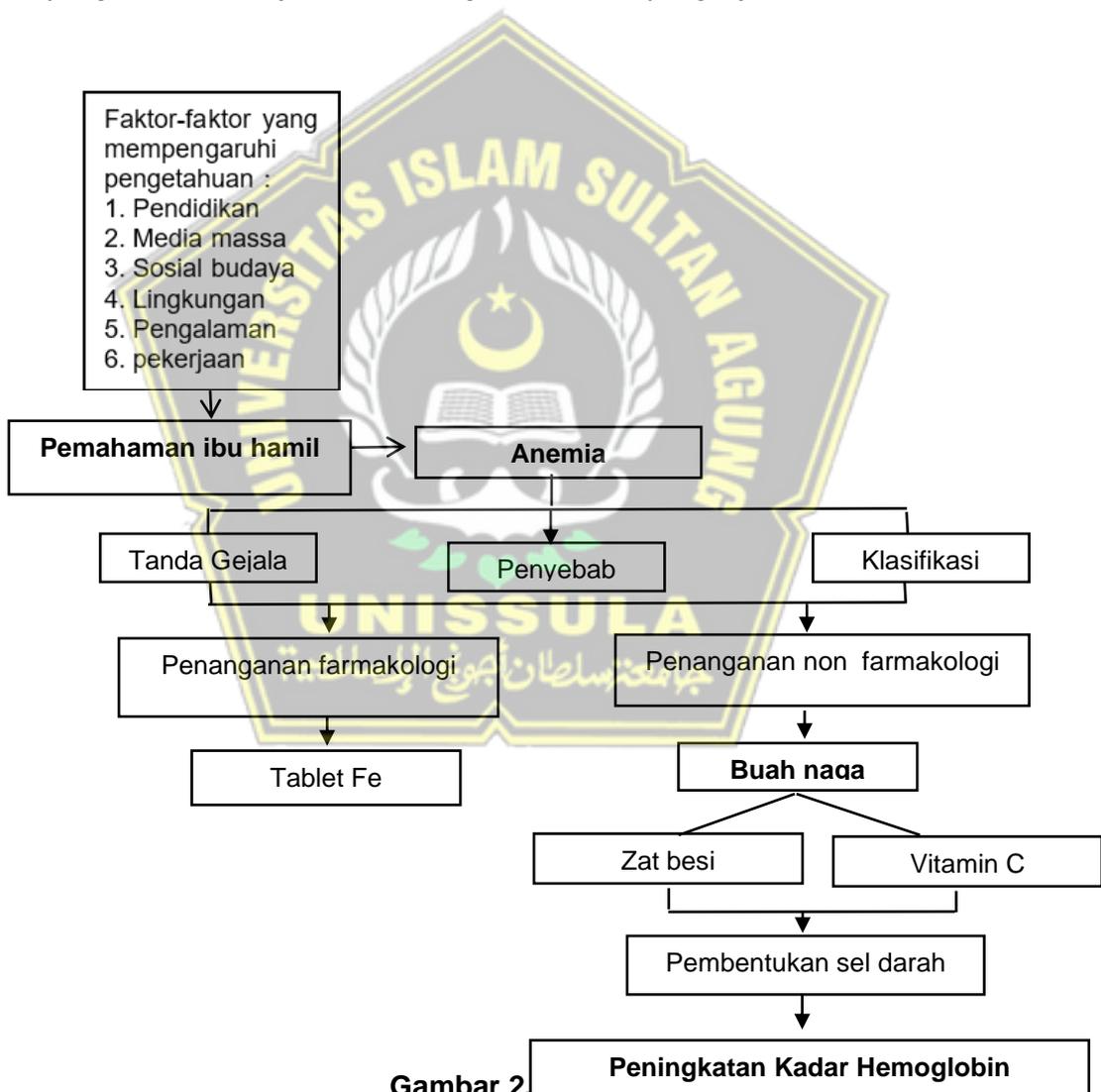
e) Buah bit

Buah bit dikenal sebagai bagian dari tanaman bit yang terdapat pada akar tunggangnya. Berbagai manfaat kesehatan dapat diperoleh dari buah ini karena kandungan nutrisinya yang melimpah. Dalam setiap 100 gram buah bit, dapat ditemukan kandungan 108 mg asam folat, 43,0 mg fosfor, 43 mg vitamin C, 23,0 mg magnesium, 27,0 mg kalsium, serta 1,0 mg zat besi. (Kemenkes, 2017). Tingkat hemoglobin dalam wanita mengandung dengan asupan tablet Fe bersama jus buah bit terbukti lebih tinggi daripada yang hanya menerima tablet Fe (Catur *et al.*, 2020)



B. Kerangka Teori

Kerangka teori berfungsi dalam membantu memahami dan mengorganisasikan suatu informasi yang berkaitan dengan penelitian. Kerangka teori merujuk kepada suatu struktur konseptual atau wadah untuk menjelaskan variabel atau prinsip yang terkait dengan suatu masalah yang dipelajari (Arikunto, 2014). Kerangka teori juga dapat diartikan sebagai gambar yang memuat penjelasan tentang semua item yang dijadikan bahan penelitian.



Gambar 2.

Modifikasi (Budiman, 2013), (Manuaba, 2014) dan (Almatsier, 2013)

C. Kerangka konsep

Kerangka konsep penelitian didefinisikan sebagai sebuah susunan keterkaitan antar konsep yang akan diteliti atau diukur dalam suatu studi yang hendak dilaksanakan (Nursalam, 2015). Kerangka konsep dapat mempermudah pelaksana studi menggabungkan hasil temuan terhadap konsep yang ada. Kerangka konsep dalam studi ini adalah Pengetahuan Ibu Hamil mengenai manfaat buah naga guna meningkatkan kadar hemoglobin.



BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

1. Jenis Penelitian

Studi ini dilakukan dengan metode deskriptif, dimana suatu keadaan subjek dideskripsikan sesuai dengan kondisi yang diamati saat penelitian berlangsung tanpa adanya intervensi atau manipulasi. (Sugiyono, 2019)

Studi ini dilaksanakan bertujuan mendeskripsikan wawasan wanita hamil tentang manfaat buah naga dalam penambahan jumlah Hb. Ibu hamil yang menjadi responden pada studi ini diberikan kuesioner yang harus dijawab untuk mengukur pengetahuannya.

2. Rancangan Penelitian

Rancangan penelitian yakni studi kuantitatif melalui *cross sectional* yakni metode studi dengan mengumpulkan data dalam kurun waktu tertentu guna mengamati keterkaitan antar variabel, tanpa adanya pengukuran berulang (Notoatmodjo, 2018a)

Pada studi ini memiliki tujuan dalam mendeskripsikan ataupun memaparkan karakteristik atau populasi, khususnya tentang level pemahaman ibu hamil mengenai manfaat buah naga dalam meningkatkan kadar hemoglobin

B. Subjek Penelitian

Subjek dalam studi ini yaitu Wanita dalam masa mengandung pada lingkungan kerja Puskesmas Bangetayu Kota Semarang.

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2017) Populasi berti area dengan mencakup objek maupun subjek dengan ciri tertentu yang kemudian dikaji serta ditarik kesimpulannya.

a. Populasi target

Populasi target dapat didefinisikan sebagai populasi sesuai dengan kriteria pengambilan sampel dan ditetapkan sebagai objek akhir penelitian. Populasi target yakni semua ibu hamil dari semua trimester yang ada di puskesmas bangetayu yang memeriksakan kehamilannya pada rentang kurun waktu bulan September 2024-April 2025 yang berjumlah 936 ibu hamil.

b. Populasi terjangkau

Populasi terjangkau merujuk pada kelompok subjek dengan kriteria yang sesuai dan umumnya dapat diakses dengan mudah oleh peneliti dalam lingkup studinya. Populasi terjangkau pada studi ini ialah wanita dalam masa mengandung yang memeriksa kehamilannya di Puskesmas Bangetayu selama periode bulan November 2024-Februari 2025, dengan jumlah sebanyak 46 responden.

2. Sampel

Sampel merupakan beberapa subjek terpilih serta menjadi perwakilan berdasarkan populasi studi. Dalam studi ini, menggunakan semua populasi terjangkau sebagai sampel, yakni wanita hamil dengan anemia yang melakukan pemeriksaan kehamilan pada bulan November

2024-Februari 2025 di Puskesmas Bangetayu yang berjumlah 46 ibu hamil dijadikan sampel penelitian tanpa pengecualian

3. Teknik sampling

Teknik *Non-Probability Sampling* diterapkan dengan penggunaan metode *Total Sampling*. *Total Sampling* didefinisikan sebagai metode pemungutan sampel dengan semua anggota populasi ikut serta dalam penelitian (Sugiyono, 2017). Dalam penelitian ini, seluruh populasi yang terdiri dari 46 ibu hamil dengan anemia yang memeriksa kehamilannya di Puskesmas Bangetayu selama periode November 2024-Februari 2025 di jadikan sampel. Dengan menggunakan teknik ini, penelitian dapat mencakup semua karakteristik yang ada pada populasi tanpa harus melakukan seleksi berdasarkan kriteria tertentu.

C. Waktu dan Tempat

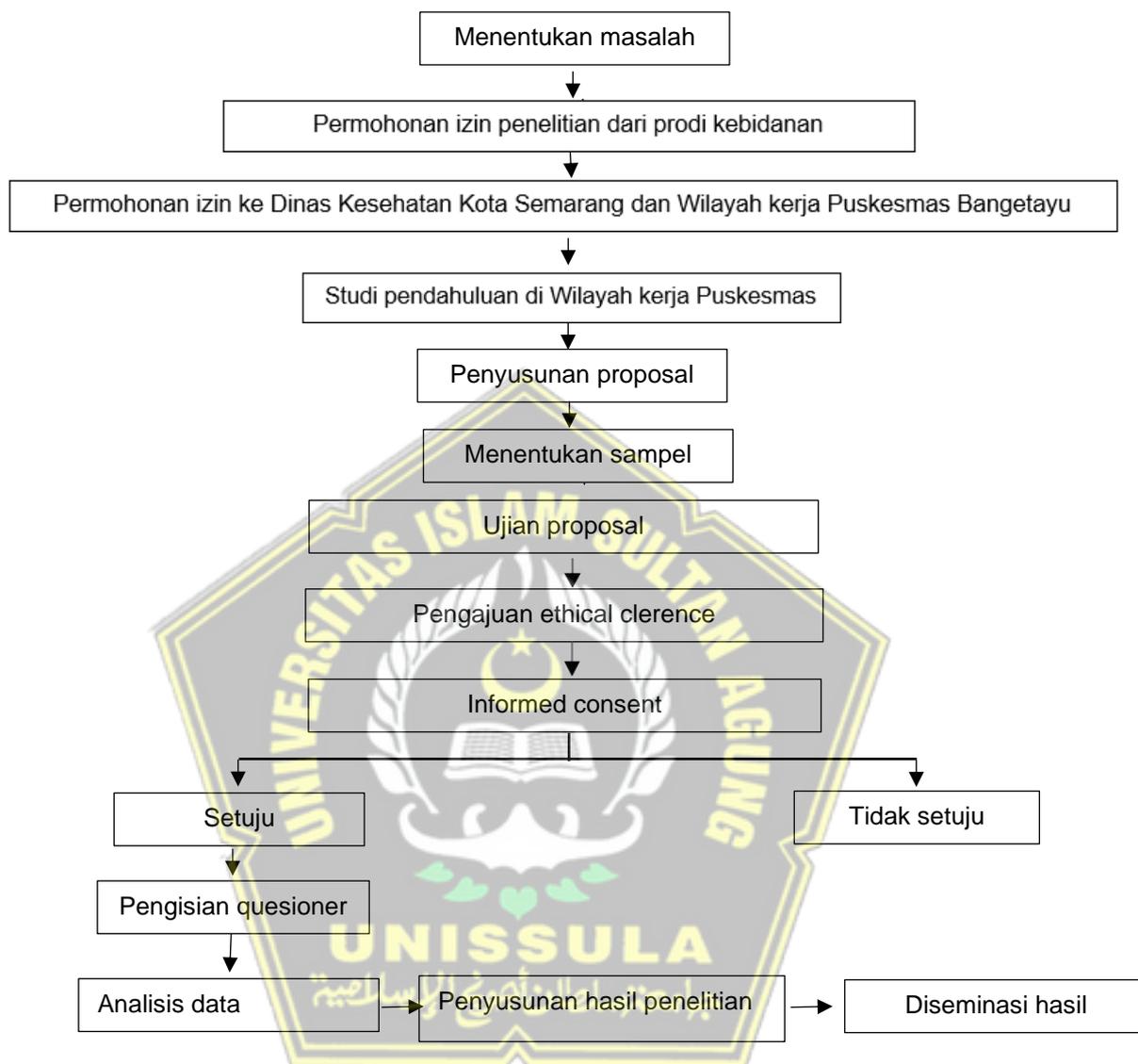
1. Waktu penelitian

Studi dilaksanakan sejak September - April 2025, sedangkan waktu pengambilan data dimulai dari bulan Februari – April 2025

2. Tempat

Studi dilakukan di lingkungan kerja Puskesmas Bangetayu Kota Semarang.

D. Prosedur Penelitian



Gambar 3. 1 Prosedur Penelitian

Dalam studi tersebut dilakukan sebagian langkah kegiatan yaitu :

1. Peneliti mengidentifikasi masalah yang ingin dikaji
2. Peneliti meminta surat pengantar permohonan izin penelitian dari prodi S1 Kebidanan Universitas Islam Sultan Agung Semarang
3. Peneliti melakukan pengajuan izin penelitian kepada Dinas Kesehatan Kota Semarang dan Wilayah kerja Puskesmas Bangetayu

4. Kepala puskesmas memberikan persetujuan dan izin pelaksanaan penelitian
5. Studi pendahuluan di Wilayah kerja Puskesmas Bangetayu
6. Peneliti mengajukan permohonan ethical clearance ke Komisi Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
7. Peneliti mendatangi responden dan memberikan penjelasan tentang tujuan, manfaat, serta prosedur penelitian, lalu memberikan lembar informed consent.
8. Responden diberikan kesempatan untuk bertanya sebelum mengisi kuesioner.
9. Responden yang bersedia diberi durasi 10–15 menit dalam pengisian kuesioner secara mandiri dan jujur.
10. Kuesioner yang sudah dijawab partisipan dikumpulkan lalu dianalisis menggunakan metode statistik deskriptif.
11. Peneliti menyusun laporan hasil penelitian sesuai data yang telah dianalisis.
12. Peneliti melakukan diseminasi hasil dengan menyerahkan laporan ke institusi terkait dan mempublikasikan dalam bentuk artikel ilmiah.

E. Variabel Penelitian

Variabel penelitian didefinisikan sebagai karakteristik subjek, objek, ataupun aktivitas dengan menunjukkan keragaman nilai serta telah ditentukan oleh pelaksana studi agar dikaji serta ditarik kesimpulannya. Dengan demikian, variabel dapat dipahami sebagai seluruh aspek yang dijadikan fokus

pengamatan dalam penelitian, yang mencakup berbagai faktor yang berperan dalam fenomena yang sedang diteliti (Purwanto, 2019).

Studi ini memanfaatkan variabel tunggal yakni Gambaran Pemahaman Ibu hamil mengenai manfaat buah naga guna meningkatkan kadar hemoglobin

F. Definisi Operasional Penelitian

Variabel penelitian didefinisikan sebagai karakteristik yang dimiliki oleh subjek, objek, ataupun kegiatan dimana menunjukkan keragaman nilai serta telah ditentukan pelaksana studi agar dikaji serta ditarik kesimpulannya. Dengan demikian, variabel dapat dipahami sebagai seluruh aspek yang dijadikan fokus pengamatan dalam penelitian, yang mencakup berbagai faktor yang berperan dalam fenomena yang sedang diteliti. (Notoatmodjo, 2018) .

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Penelitian

Variabel	Definisi operasional	Alat ukur	Hasil ukur	skala
Pengetahuan ibu mengenai manfaat buah naga	Pemahaman ibu hamil atau responden tentang manfaat buah naga dalam meningkatkan kadar hemoglobin selama kehamilan, dengan mempertimbangkan karakteristik seperti usia, tingkat pendidikan dan pengetahuan	Kuesioner	a. Baik nilainya $\geq 50\%$ dari nilai maksimal b. Kurang : jika nilainya $< 50\%$ dari nilai maksimal (Notoatmodjo 2018a)	ordinal

G. Metode Pengumpulan Data

1. Jenis Data

a. Data primer

Pada studi, data primer dipergunakan sebagai sumber data dari partisipan, yakni wanita dalam masa mengandung pada lingkungan Kerja Puskesmas Bangetayu. Lembar kuesioner dibagikan oleh peneliti

kepada responden, dengan serangkaian pertanyaan dalam mengevaluasi pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat buah naga dalam upaya peningkatan kadar hemoglobin. Selanjutnya, responden diberikan waktu oleh peneliti untuk mengisi kuesioner tersebut. (Mudjiyanto, 2018). Data primernya adalah kuesioner oleh responden, yang berisi tanggapan mengenai tingkat pengetahuan ibu hamil tentang manfaat buah naga untuk peningkatan kadar hemoglobin.

b. Data Sekunder

Penelitian ini tidak melibatkan penggunaan data sekunder, sehingga fokus pengumpulan data hanya dilakukan melalui metode kuesioner dan wawancara untuk memperoleh data primer

2. Teknik Pengumpulan Data

Dalam studi kini pengumpulan data langsung diperoleh dari responden dengan memberikan kuesioner. Teknik pengumpulan data dengan kuesioner adalah serangkaian proses dengan memberikan sejumlah pertanyaan kepada subjek penelitian (Masturoh, 2018). Kuesioner pada penelitian ini ditunjukkan kepada Ibu hamil untuk mengetahui informasi data tentang gambaran pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat buah naga guna peningkatan kandungan hemoglobin pada lingkungan kerja Puskesmas Bangetayu .

3. Alat ukur/ instrumen Penelitian

Instrumen penelitian disini berbentuk kuesioner, dimana terdapat pertanyaan tertulis disusun kemudian diisi jawabannya oleh responden. Instrumen pertama yang dijawab oleh responden adalah pertanyaan mengenai data umum responden seperti nama, umur, usia kehamilan,

pendidikan terakhir, dan alamat. Selanjutnya, responden mengisi kolom terkait pendidikan terakhir, pekerjaan, dan berbagai aspek yang berhubungan dengan karakteristik responden. Dalam mengisi kuesioner, responden dapat memberikan tanda (√) pada jawaban yang sesuai.

Pada penelitian ini, kuesioner dirancang untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat buah naga guna meningkatkan kadar hemoglobin. Jawaban pilihannya benar nilai skor 1 pada kuesioner favourable, jika menjawab pilihannyabenar pada kuesioner unfavourable nilai skornya 0. Jawaban pilihannya salah nilai skor 0 pada kuesioner favourable, jika menjawab pilihannya salah pada kuesioner unfavourable nilai skornya 1.



Tabel 3. 2 Kisi - kisi instrumen penelitian

Aspek	No Indikator		Total
	Favorable	Unfavorable	
1. Pengetahuan			
1. Peingeirtian	(1)	(2)	2
2. Tanda Gejala	(3)		1
3. Komplikasi	(4)		1
4. Etiologi	(5,22)	(23)	3
5. Pencegahan	(6,7,8,9,10,11,19)	(12,20,21)	10
dan Penalaksana an			
6. Klasifikasi		(13,25)	2
7. Patofisiologi	(14,15)		2
8. Faktor Penyebab	(16,18,24)	(17)	4
	17	8	25

Uji Instrumen dilakukan sebelum memberikan instrument kepada responden. Pengujian Instrumen yang dilaksanakan yaitu:

a. Uji Validitas

Validitas merupakan sebuah indikator dengan memperlihatkan seberapa jauh sebuah instrumen pengukuran dengan tepat menghitung konsep yang diukur. Dalam hal ini, diperlukan pengujian korelasi antara skor setiap item atau pernyataan dengan skor total kuesioner untuk menilai sejauh mana kuesioner tersebut mampu mengukur hal yang ingin diukur (Notoatmodjo, 2014).

Validitas instrumen diuji melalui metode korelasi Pearson Product Moment. Diketahui valid apabila koefisien korelasi (r) yang diperoleh melebihi nilai korelasi tabel yang telah ditetapkan ($\geq r$) pada tingkat signifikansi ($\alpha=0,05$). Sebaliknya, apabila nilai (r) yang didapatkan berada di bawah nilai korelasi tabel ($\leq r$), maka setiap butir pertanyaandinyatakan tidak valid. (Sugiyono, 2016)

Pada penelitian ini dilakukan uji validitas di wilayah genuksari melalui pertimbangan ciri khas yang mirip terhadap partisipan yang saya teliti, dengan *output* uji validitas yaitu :

Tabel 3. 3 Hasil uji valitas kuesioner

Nomor Pertanyaan	R Tabel	R Hitung	Keterangan
1.	0,361	0,410	Valid
2.	0,361	0,374	Valid
3.	0,361	0,473	Valid
4.	0,361	0,456	Valid
5.	0,361	0,437	Valid
6.	0,361	0,397	Valid
7.	0,361	0,647	Valid
8.	0,361	0,423	Valid
9.	0,361	0,632	Valid
10.	0,361	0,412	Valid
11.	0,361	0,426	Valid
12.	0,361	0,436	Valid
13.	0,361	0,419	Valid
14.	0,361	0,538	Valid
15.	0,361	0,524	Valid
16.	0,361	0,414	Valid
17.	0,361	0,486	Valid
18.	0,361	0,487	Valid
19.	0,361	0,639	Valid
20.	0,361	0,397	Valid
21.	0,361	0,443	Valid
22.	0,361	0,370	Valid
23.	0,361	0,525	Valid
24.	0,361	0,450	Valid
25.	0,361	0,374	Valid

b. Uji Reliabilitas

Uji reliabilitas didefinisikan sebagai kesesuaian hasil pengukuran yang diperoleh ketika pengamatan terhadap fakta yang sama dilakukan secara berulang pada waktu yang berbeda. Uji ini bertujuan untuk memverifikasi konsistensi alat ukur yang digunakan, dimana hasil yang stabil diharapkan dapat diperoleh meskipun pengukuran dilakukan berulang kali oleh peneliti yang berbeda dalam konteks penelitian yang sama (Nursalam, 2013).

Setelah uji validitas selesai dilakukan dan seluruh pernyataan dinyatakan valid, tahap selanjutnya adalah pengujian reliabilitas yang dilaksanakan dengan bantuan program SPSS. Kuesioner dianggap reliabel jika jawaban responden terhadap setiap pertanyaan menunjukkan konsistensi dan stabilitas. Dalam penelitian ini, metode Cronbach's Alpha diterapkan untuk menguji reliabilitas dengan kriteria pengambilan keputusan sebagai berikut: Suatu variabel dinyatakan reliabel jika nilai Cronbach's Alpha dimana diperoleh $\geq 0,6$, yang mengindikasikan jika instrumen penelitian memiliki konsistensi internal sesuai atau layak. Sementara itu, variabel dikatakan tidak reliabel apabila skor Cronbach's Alpha yang didapatkan $\leq 0,6$, yang menandakan bahwa instrumen tersebut memiliki konsistensi internal yang kurang dan perlu dilakukan revisi untuk meningkatkan tingkat reliabilitasnya (Hastono, 2017).

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.845	25

Pada penelitian ini *output* uji reabilitas yaitu $0,845 > 0,6$ dapat disimpulkan bahwa kuesioner ada penelitian ini reliabel.

H. Metode Pengolahan Data

Pengumpulan data telah selesai, kemudin terdapat beberapa tahapan pengolahan yang perlu dilakukan untuk menganalisis data tersebut (Sugiyono, 2016)

1. *Editing* (penyuntingan)

Editing adalah tahap pemeriksaan keakuratan data yang telah diperoleh. Setiap lembar instrumen yang telah diisi ditinjau untuk memastikan semua bagian telah diisi dengan benar dan valid. Jika semua lembar instrumen sudah terkumpul dan dinyatakan valid, proses editing selesai.

Pada penelitian ini, editing digunakan untuk memeriksa kelengkapan jawaban responden pada kuesioner agar data yang diperoleh valid.

2. *Coding* (pemberian kode)

Setelah seluruh lembar observasi disiapkan dan melalui proses editing, tahap pengkodean (*coding*) kemudian dilaksanakan, dimana data dalam bentuk verbal atau alfabetik dikonversi menjadi bentuk numerik atau angka (Nursalam, 2024). Dalam penelitian ini yang di *coding* adalah variabel pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat buah naga. Tingkat pengetahuan diberikan kode sebagai berikut :

1 = Baik

2 = Kurang baik

3. Scoring

Pemberian skor dilakukan untuk memberikan nilai pada hasil jawaban kuesioner yang telah diberikan. Pada penelitian ini pemberian skor sesuai dengan jawaban questioner responden tentang pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat buah naga guna meningkatkan kadar hemoglobin, pertanyaan yang *favorable* diberi skor 1 = benar dan 0 = salah, kemudian untuk yang *unfavorable* diberi skor 0 = salah dan 1 = benar.

4. Tabulating

Tabulating adalah pemetaan data dari sejumlah responden yang disusun dalam bentuk table dengan pengelompokan data variabel dan kategori penelitian (Nursalam, 2014).

I. Analisis Data

Teknik analisis univariat diterapkan sebagai metode analisis data. Analisis univariat didefinisikan sebagai teknik pengolahan data yang dilakukan terhadap satu variabel secara independen, ketika masing-masing komponen dikaji tanpa dihubungkan terhadap komponen lain. Metode ini biasanya dikatakan sebagai analisis deskriptif maupun statistik deskriptif yang memiliki tujuan dalam mendeskripsikan karakteristik kejadian yang diteliti. Sebagai metode analisis data, analisis univariat dianggap sebagai pendekatan paling dasar yang dapat digunakan terhadap suatu kumpulan data Abdullah (2021).

Rumus umum analisis univariat :

$$P = \frac{\sum f}{n} \times 100\%$$

Keterangan :

P = Presentase

$\sum f$ = Frekuensi tiap kategori

n = Jumlah total

J. Etika penelitian

Etika berfungsi sebagai panduan moral agar seluruh proses studi yang menyertakan pelaksana studi, subjek studi, serta masyarakat yang terdampak karena suatu studi (Notoatmodjo 2018a) .

Studi ini memperoleh izin dari Komisi Biometika Penelitian Kedokteran/ Kesehatan Fakultas Kedokteran dengan nomor 95/II/2025/ Komisi Bioetik. Menurut Belmont Report 1976 dalam Kementerian RI 2021) menganjurkan tiga pedoman etik umum dalam studi medis, antara lain :

1) Prinsip menghormati harkat martabat manusia (respect for persons)

Pedoman ini menjadi wujud penghargaan pada kehormatan individu dengan memiliki rasa bebas untuk menentukan pilihan serta bertanggungjawab pribadi atas pilihan yang dibuat. Secara umum, pedoman ini dimaksudkan dalam menjunjung tinggi otonomi, dengan syarat bahwa manusia mampu memahami pilihan mereka sendiri guna mengambil keputusan sendiri atau *self-determination*. Disisi lain, pedoman tersebut dapat menjaga manusia jika otonominya terbatas ataupun terganggu, menekankan bahwa mereka yang bergantung atau dependent serta rentan atau *vulnerable* perlu mendapatkan jaminan kerugian ataupun tindakan penyelewengan yang disebut *harm and abuse*.

Studi ini sudai dimulai dengan memaparkan keterangan lengkap terhadap ibu hamil mengenai maksud, manfaat, tahapan studi, serta kerahasiaan data, diikuti dengan penandatanganan *informed consent* sebagai persetujuan partisipasi sebelum pengisian kuesioner terkait pengetahuan manfaat buah naga untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

2) Tanpa nama (Anonymity)

Anonymity berarti tidak mencantumkan nama di formulir kuesioner tersebut

3) Kerahasiaan (confidentiality)

Kerahasiaan data yang terkumpul menjadi jaminan pelaksana studi, dengan sebagian informasi saja yang dicantumkan dalam laporan hasil penelitian.

Kerahasiaan identitas dan jawaban peserta penelitian dijamin oleh peneliti, di mana setiap individu berhak untuk tidak mengungkapkan identitasnya serta berhak mengetahui pihak-pihak yang akan menerima data tersebut.

4) Prinsip berbuat baik (beneficence) dan tidak merugikan (*non-maleficence*)

Prinsip etika untuk berperilaku baik yakni menolong sesama dengan cara memberikan manfaat sebesar-besarnya sekaligus meminimalkan dampak negatif. Keterlibatan manusia sebagai subjek penelitian kesehatan bertujuan mendukung pencapaian tujuan penelitian, sehingga hasilnya dapat diterapkan secara tepat bagi masyarakat.

Pedoman etik berperilaku positif memberikan syarat yaitu :

- a. Risiko studi harus wajar (*reasonable*) apabila dilakukan perbandingan terhadap manfaat yang diinginkan;
- b. Desain penelitian harus memenuhi persyaratan ilmiah (*scientifically sound*).
- c. Pelaksana studi dapat melakukan studi serta menjamin kemakmuran subjek studi.

- d. Prinsip *do no harm* (*nonmaleficent* - tidak merugikan) dengan melawan seluruh tingkah laku dengan kesadaran merugikan subjek studi

Pada penelitian ini sudah diberikan pertanyaan berupa kuesioner terkait pengetahuan ibu hamil mengenai manfaat buah naga guna meningkatkan kadar hemoglobin, yang diharapkan dapat bermanfaat berupa menambah pengetahuan ibu mengenai manfaat buah naga. Responden juga sudah menerima souvenir sebagai bentuk apresiasi atas partisipasi mereka dalam pengisian kuesioner.

5) Prinsip keadilan (*justice*)

Prinsip keadilan dalam etika penelitian menuntut perlakuan setara terhadap setiap individu sesuai dengan norma moral dan hak-hak yang semestinya diperoleh. Keadilan distributif sebagai inti prinsip ini mewajibkan pembagian yang seimbang antara beban partisipasi dan manfaat penelitian bagi subjek. Hal ini mencakup pertimbangan menyeluruh terhadap faktor umur, jenis kelamin, tingkat ekonomi, latar belakang budaya, seerta aspek etnis. Ketidaksamaan untuk alokasi beban juga tujuan cukup diperbolehkan apabila dilandaskan atas ketidaksamaan yang secara moral dapat dipertanggungjawabkan di antara para peserta penelitian.

Pada penelitian ini telah memastikan bahwa semua ibu hamil diperlakukan secara adil tanpa memandang usia, status sosial, ekonomi, atau latar belakang pendidikan, dengan memberikan kesempatan yang setara dalam berpartisipasi dan memperoleh manfaat dari hasil penelitian yang nantinya bermanfaat bagi mereka.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Penelitian

1. Gambaran Tempat Penelitian

Studi dilakukan di lingkungan kerja Puskesmas Bangetayu Kota Semarang. Wilayah kerja Puskesmas Bangetayu merupakan satu dari sekian puskesmas yang berada di kota Semarang. Lingkungan kerja Puskesmas Bangetayu terletak di Jl. Bangetayu, Genuk, Bangetayu Wetan, Kota Semarang. Letaknya di perkotaan daerah pinggiran ± 10 km dari pusat kota. Jarak ke Dinas Kota Semarang sejauh ± 10 km, sedangkan jarak tempuh kecamatan maupun kelurahan ± 3 km. Luas wilayah 244.5 Ha. Baik pada musim kemarau ataupun penghujan 100% bisa dilalui oleh kendaraan baik roda 2 maupun roda 4.

Lingkungan kerja Puskesmas Bangetayu meliputi enam kelurahan, yakni Bangetayu Kulon, Bangetayu Wetan, Sembungharjo, Penggaron Lor, Kudu, serta Karangroto. Puskesmas Bangetayu beroperasi dari Senin hingga Sabtu sejak pukul 07.00 hingga 14.00 WIB. Untuk melayani pasien rawat jalan, Wilayah kerja Puskesmas Bangetayu mengikuti acuan waktu layanan minimal yang ditentukan oleh SK Menteri Kesehatan No.129/MENKES/SK/II/2008, yaitu acuan layanan rawat jalan dengan waktu tunggu kurang dari 60 menit. Adapun perbatasan lingkungan yaitu :

- a. Sebelah utara : Kelurahan Sambung harjo
- b. Sebelah timur : Kelurahan Panggaron lor
- c. Sebelah selatan : Kelurahan Trogomulyo
- d. Sebelah barat : Kelurahan Bangetayu Kulon

Layanan medis yang tersedia di Puskesmas Bangetayu dijalankan berdasarkan 6 program utama yang mencakup penyuluhan serta pelayanan kesehatan diantaranya yakni KIA serta KB, Kesehatan gigi dan mulut, kesehatan pada lansia, pembinaan pengobatan tradisional, upaya pengembangan meliputi kesehatan sekolah, peningkatan gizi serta pencegahan stunting, pemberantasan penyakit menular, dan promkes, dimana dalam upaya tersebut Wilayah kerja Puskesmas Bangetayu memiliki tenaga kesehatan yang terdiri dari 5 dokter umum, 1 dokter gigi, 10 bidan, 6 perawat, 1 perawat gigi dan 6 pegawai tata usaha.

Wilayah kerja Puskesmas Bangetayu merupakan daerah strategis, dekat dengan fasilitas kesehatan, perumahan, toko-toko sembako, pasar dan juga toko buah, hal ini membuat masyarakat terutama ibu hamil dapat dengan mudah menemukan buah naga di toko-toko buah ataupun minimarket. buah naga yang mudah ditemukan dan harga yang masih terjangkau.

2. Gambaran Proses Penelitian

Studi dilaksanakan pada lingkungan kerja Puskesmas Bangetayu tepatnya di aula Kelurahan Bangetayu. Proses penelitian dilakukan dengan melakukan perizinan terlebih dahulu ke kepala Puskesmas. Setelah mendapatkan ijin, peneliti melakukan penelitian di kelas ibu hamil sebanyak 2 kali. Kelas pertama dilakukan pada tanggal 28 februari dengan kehadiran ibu hamil sebanyak 30 responden, kemudian pada pertemuan kelas kedua yang dilakukan pada tanggal 8 april sebanyak 16 ibu hamil ikut

berpartisipasi dalam penelitian sehingga terkumpulah responden sebanyak 46 wanita dengan masa mengandung dalam studi ini.

Setelah kelas ibu hamil dilakukan akan dijelaskan mengenai tujuan serta prosedur yang digunakan dalam penelitian serta menyampaikan *informed consent*. Setelah responden menyetujui, peneliti meminta responden untuk mengisi kuesioner sebanyak 25 poin pernyataan. Pada kurun waktu 10-15 menit ada kesempatan bertanya jika terdapat kendala, lembar kuesioner yang telah diisi dikumpulkan dan dikembalikan kepada peneliti untuk dihitung dan diolah hasilnya. Kemudian peneliti mengucapkan terimakasih dan memberikan pouch merupakan tanda terima kasih telah berkontribusi pada penelitian. .

Informasi yang sudah terkumpulkan dilakukan analisis data menggunakan aplikasi SPSS untuk mengetahui hasil gambaran pengetahuan responden.

B. Hasil Penelitian

1. Karakteristik responden

Tabel 4. 1 Karakteristik Responden

No	Karakteristik Ibu hamil	n	%
1	Usia		
	< 20 tahun	0	0.0
	20-35 tahun	34	73.9
	>35 tahun	12	26.1
	Total	46	100.0
2	Pendidikan		
	Dasar	3	6,5
	Menengah	26	56.5
	Atas	17	37.0
	Total	46	100.0
3	Pekerjaan		
	Tidak Bekerja	26	56.5
	Bekerja	20	43.5
	Total	46	100.0

Mengacu pada tabel 4.1 temuan studi menunjukkan mayoritas wanita hamil berusia 20 hingga 35 tahun sejumlah 34 partisipan (73,9%). Sebagian besar berpendidikan Menengah sebanyak 26 responden (56.5%). Pada kategori pekerjaan mayoritas adalah tidak bekerja sebanyak 26 responden-(56,5%).

2. Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang manfaat buah naga di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu

Tabel 4. 2 Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang manfaat buah naga di Wilayah kerja Puskesmas Bangetayu

Pengetahuan ibu hamil	n	%
Baik	35	76.1
Kurang	11	23.9
Total	46	100.0

Berdasarkan tabel 4.2 bisa dilihat bahwasanya mayoritas pemahaman wanita dalam masa mengandung mengenai manfaat buah naga pada kategori pengetahuan baik sebanyak 35 ibu hamil (76.1%).

Tabel 4. 3 Distribusi Frekuensi Jawaban Ibu Hamil Tentang Manfaat Buah Naga

No	Pertanyaan	Benar		Salah	
		n	%	n	%
1	Anemia adalah kondisi dimana kadar hemoglobin pada ibu hamil lebih rendah dari normal	28	60.9	18	39.1
2	Ibu hamil beresiko lebih rendah terkena anemia dibandingkan wanita yang tidak hamil.	25	54.3	21	45.7
3	Salah satu gejala dari anemia adalah mudah lelah dan pucat.	18	39.1	28	60.9

4	Anemia pada ibu hamil dapat menyebabkan komplikasi kehamilan, seperti kelahiran prematur.	27	58.7	19	41.3
5	Kekurangan zat besi adalah penyebab utama anemia pada ibu hamil.	35	76.1	11	23.9
6	Buah naga kaya akan zat besi yang penting untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah.	25	54.3	21	45.7
7	Konsumsi buah naga dapat membantu ibu hamil mencegah terjadinya anemia.	36	78.3	10	21.7
8	Kandungan vitamin C pada buah naga membantu penyerapan zat besi dalam tubuh.	22	47.8	24	52.2
9	Buah naga menjadi alternatif alami untuk meningkatkan kadar hemoglobin selain suplemen zat besi.	39	84.8	7	15.2
10	Mengonsumsi buah naga setiap hari dapat membantu menjaga hemoglobin tetap normal.	22	47.8	24	52.2
11	Ibu hamil yang rutin mengonsumsi buah naga memiliki risiko lebih rendah terkena anemia.	27	58.7	19	41.3
12	Anemia selama kehamilan hanya bisa diatasi dengan mengonsumsi tablet fe saja	34	73.9	12	26.1
13	Ibu hamil yang memiliki kadar Hemoglobin > 11 g/dL dapat dikatakan mengalami anemia.	27	58.7	19	41.3
14	Penurunan kekentalan darah pada ibu hamil dapat membantu janin	32	69.6	14	30.4

	mendapatkan lebih banyak oksigen dan nutrisi.				
15	Pada saat hamil, tubuh ibu secara alami membuat darah menjadi lebih encer untuk mendukung janin dan merupakan hal yang normal.	32	69.6	14	30.4
16	Ibu hamil dengan usia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun memiliki risiko lebih besar mengalami anemia.	29	63.0	17	37.0
17	Kurangnya pengetahuan ibu hamil tentang nutrisi tidak mempengaruhi terjadinya anemia kehamilan	29	63.0	17	37.0
18	Pemeriksaan kehamilan (ANC) sebanyak 6x sangat penting karena dapat menjadi upaya pencegahan anemia	32	69.6	14	30.4
19	Pengolahan buah naga yang tidak tepat dapat berisiko bagi kesehatan ibu hamil.	22	47.8	24	52.2
20	Buah naga tidak dapat dikonsumsi ibu hamil untuk mencegah anemia .	30	65.2	16	34.8
21	Kandungan vitamin C pada buah naga dapat menghambat penyerapan zat besi pada ibu hamil.	26	56.5	20	43.5
22	Anemia yang sering terjadi pada ibu hamil banyak disebabkan karena kekurangan zat besi.	29	63.0	17	37.0
23	Kekurangan zat besi pada saat hamil tidak menyebabkan kelelahan yang berlebihan sehingga aktivitas sehari-hari tidak terganggu.	28	60.9	18	39.1

24	Pemeriksaan kadar hemoglobin (minimal 2x) yaitu pada trimester I dan III.	26	56.5	20	43.5
25	Semua ibu hamil yang memiliki kadar hemoglobin rendah akan didiagnosis dengan jenis anemia yang sama.	37	80.4	9	19.6

Tabel 4.3 menyatakan bahwa mayoritas responden pada pertanyaan Favorabel, sudah paham pada pertanyaan no nomor 9 “Buah naga menjadi alternatif alami untuk meningkatkan kadar hemoglobin selain suplemen zat besi.” yaitu sebanyak 39 responden (84,8%). Sebagian besar responden belum memahami pernyataan pada poin pertanyaan nomor 3 “Salah satu gejala dari anemia adalah mudah lelah dan pucat “sebanyak 28 responden (60.8%).

Jawaban responden pada pertanyaan unfavorable mayoritas memiliki pemahaman yang baik dengan menjawab benar pada no 25 “Semua ibu hamil yang memiliki kadar hemoglobin rendah akan didiagnosis dengan jenis anemia yang sama” sebanyak 37 responden (80.4%). Sedangkan hasil pengetahuan responden masih banyak yang belum paham pada kuesioner no 2 yaitu “Ibu hamil beresiko lebih rendah terkena anemia dibandingkan wanita yang tidak hamil “ responden menjawab salah sebanyak 21 orang (45.7%).

C. Pembahasan

1. Karakteristik responden berdasarkan usia, pendidikan, pekerjaan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu

a) Usia

Penelitian yang dilakukan menunjukkan hasil identitas partisipan mencakup umur, pendidikan, pekerjaan. Pada tabel 4.1 kategori usia, menunjukkan bahwa paling banyak wanita dalam masa mengandung berusia dalam rentang 20-35 tahun sebanyak 34 responden (73,9%) yang berarti mayoritas responden pada usia reproduktif yang sehat. Menurut Prawirohardjo (2020) usia merupakan rentang waktu individu dilahirkan hingga sekarang dan meningkatnya level kedewasaan serta keteguhan individu akan semakin dewasa untuk berpikir serta melakukan pekerjaan. Nursalam (2019) menegaskan bahwasanya kian bertambah kemampuan berpikir kognitif individu maka akan kian runtut serta abstrak metode berpikirnya. Aspek fisik dan psikologis setiap individu akan berubah seiring bertambahnya usia karena pematangan fungsi organ. Dalam unsur psikis akan terlaksana peralihan kearah dewasa sehingga kian matang pikirannya.

Usia ibu hamil pada penelitian ini pada rentang 20-35 tahun hal ini menunjukkan kematangan dalam berfikir dan bertindak, selain itu ibu pada usia reproduksi yang sesuai akan lebih siap terhadap kehamilannya (Tirtawati *et al.*, 2023).

Anemia memungkinkan diderita wanita mengandung dengan usia kurang dari 20 tahun. Hal ini disebabkan oleh fakta bahwa fungsi reproduksi belum sempurna dan kondisi emosi dan mental ibu belum stabil, yang dapat menyebabkan kurangnya kesadaran atas asupan gizi harian (Utami and Puspita, 2020). Pada usia reproduktif tidak sehat, usia yang terlalu muda, baik secara fisik maupun psikologis belum punya kesiapan yang matang pada fase kehamilan karna

perawatan serung diabaikan dan kurangnya kesadaran dalam mencari informasi terkait pentingnya mengonsumsi buah naga dalam mencegah anemia (Soleha, 2020).

Sedangkan pada usia yang terlalu tua (>35 tahun) menganggap bahwa merasa lebih berpengalaman dan menjadi satu hal yang biasa sehingga tidak perlu mencari informasi terkait kehamilannya (Ningsih, 2021).

b) Pendidikan

Pada kategori pendidikan, paling banyak responden berpendidikan terakhir menengah sebanyak 26 responden (56.5%). Menurut (KBBI, 2025), pendidikan yaitu tahapan dalam belajar seseorang dalam menggapai wawasan atau ilmu yang lebih atas suatu objek. Notoatmodjo menyatakan meningkatnya tingkat pendidikan maka banyak informasi maupun pengetahuan yang mereka miliki (Notoatmojo, 2022).

Ibu hamil dengan bekal pendidikan yang baik akan mempermudah dalam mendapatkan pengetahuan mengenai kesehatan (Suryani et al., 2022). Sebaliknya jika tingkat pendidikan yang dimiliki dalam kategori rendah maka informasi yang didapatkan juga terbatas khususnya mengenai (Yurida Khoironi et al., 2023).

c) Pekerjaan

Pada kategori pekerjaan, paling banyak adalah tidak bekerja 56,5%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa responden didominasi oleh wanita mengandug tanpa pekerjaan atau ibu rumah tangga (IRT). Sebagai IRT seorang ibu hamil dapat memperoleh informasi serta

mengerjakan suatu kegiatan yang berhubungan dengan peningkatan gizi pada masa kehamilannya, karena waktu ibu hamil lebih banyak untuk bersosialisasi daripada wanita dengan pekerjaan. Wanita tanpa pekerjaan memiliki kemungkinan memperoleh wawasan yang baik dan banyak dari teman, pekerja medis secara eksklusif serta juga media informasi (Elviana, 2024).

Individu yang bekerja cenderung mempunyai pengetahuan yang luas dibanding individu tanpa pekerjaan sebab ketika bekerja akan memiliki berbagai wawasan serta riwayat (Rahayu, 2018). Namun bukan berarti seseorang yang tidak bekerja tidak memiliki pengalaman dan usaha untuk mencari informasi. Wanita mengandung bukan pekerja mempunyai banyak waktu senggang daripada wanita mengandung seorang pekerja, sehingga bisa memanfaatkan waktu luang tersebut untuk mendapatkan lebih banyak informasi terkait kehamilannya melalui berbagai macam media informasi (Mardiana, et al, 2023). Selain itu, saat melakukan kunjungan kehamilan, ibu hamil yang tidak bekerja bisa lebih leluasa untuk mencari tahu tentang kondisi kehamilannya tanpa perlu memikirkannya pekerjaan lain yang harus segera diselesaikan (Herliani, Siti dan Yustiana, 2017).

2. Tingkat pengetahuan ibu hamil tentang manfaat buah naga di wilayah kerja Puskesmas Bangetayu

Tabel 4.2 menunjukkan mayoritas memiliki tingkat pengetahuan baik yaitu sebanyak 35 ibu hamil (76.1%). pengetahuan didefinisikan kemampuan dalam mengingat atau mengenali kembali nama, kata, inspirasi, rumus, dan sebagainya (Darsini, Fahrurrozi and Cahyono, 2019).

Seseorang akan memiliki sikap yang positif terhadap suatu hal jika mereka tahu tentang hal itu, yang memiliki segi positif dan negatif. Jika suatu kegiatan dianggap memiliki lebih banyak segi positif, maka seseorang lebih cenderung untuk mengikutinya (Simbolin, 2020).

Hasil penelitian menggambarkan bahwa tingkat pengetahuan ibu hamil atas kandungan buah naga yang dapat mengatasi anemia pada tingkatan baik. Hal ini didasari pada usia ibu yang matang yaitu 20-35 tahun, pendidikan yang mayoritas SMA dan ibu rumah tangga dimana kondisi ini membuat ibu hamil lebih siap mendapatkan informasi kesehatan tentang pencegahan anemia dengan memanfaatkan buah naga dengan baik (Maslikhah and Putri Andanawarih, 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Tirtawati et al., 2023) mengenai edukasi manfaat buah naga pada wanita mengandung, menunjukkan bahwasanya wanita mengandung sebagian besar mempunyai pemahaman baik, hal tersebut berdampak positif sehingga ibu hamil dapat mengambil tindakan proaktif untuk meningkatkan kadar Hb mereka dan mengurangi risiko komplikasi yang terkait dengan anemia selama kehamilan dengan memberi tahu mereka tentang makanan seimbang dan manfaat buah naga.

Buah naga disebut sebagai suatu buah dengan kandungan zat besi, yang berperan penting dalam produksi hemoglobin. Buah naga juga direkomendasikan untuk membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada penderita anemia (Aryanta, 2022). Buah naga dalam mengatasi anemia ataupun meningkatkan jumlah hemoglobin (Hb) terletak dalam kandungan gizinya yang melimpah vitamin C, zat besi, serta antioksidan. Buah naga

mempermudah meningkatkan absorpsi zat besi oleh tubuh, memperbaiki sirkulasi darah, dan merangsang produksi sel darah merah, sehingga berpotensi menjadi solusi alami untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada penderita anemia (Widyastuti, 2020).

Menurut (Chatterjee *et al.*, 2024) dalam penelitiannya menyatakan, Buah naga merah bertindak sebagai agen terapeutik yang potensial dalam anemia karena merupakan sumber zat besi yang kaya. Penulis menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari jus buah naga merah dengan kadar eritrosit serta kadar hemoglobin pada hari ke 7 pemberian, yang menunjukkan aktivitas anti anemia. Banyak obat herbal dimanfaatkan sebagai pencegah anemia pada kehamilan, contohnya ialah buah naga, yang menambah darah serta meningkatkan imunitas tubuh Wanita mengandung. Diketahui bahwasanya buah naga merah memiliki kandungan zat besi, vitamin C, kalsium, kalium, dan magnesium; kedua zat ini dianggap sebagai sumber antioksidan yang efektif yang menurunkan glukosa darah dan tekanan darah.

Studi lain oleh (Rahayu, 2025) sebagian responden memiliki pengetahuan baik tentang manfaat jus buah naga sebagai upaya pencegahan anemia yaitu sebanyak 42,9% ibu hamil. Individu yang berwaasan luas efisien dalam menerima teori medis, dengan demikian mereka semakin sadar dalam merubah tingkah lakunya semakin positif daripada orang dengan wawasan kecil. Semakin luas pemahaman yang dimiliki seseorang, kian efisien mereka menyerap kabar dan semakin terbuka mereka terhadap ide-ide baru dan ide-ide lain. oleh karena itu ibu hamil dengan pengetahuan baik cenderung akan memberikan yang terbaik

sebagai upaya pencegahan anemia atau menjaga kesehatannya (Citta et al., 2024).

Buah naga dapat diolah dengan berbagai metode selain di jus ibu hamil juga dapat mengolah buah naga seperti dibuat agar-agar. Agar-agar buah naga banyak mengandung vitamin juga mineral, serta mengandung serat yang baik bagi pencernaan, sehingga dapat menjadi pilihan camilan sehat yang mendukung peningkatan kadar hemoglobin dalam tubuh (Hartika, 2022). Selain itu buah naga juga dapat diolah menjadi cookies kulit buah naga, Kulit buah naga, yang sering kali dibuang, memiliki kandungan serat, vitamin, dan mineral yang kaya, termasuk zat besi yang penting dalam membentuk eritrosit. Proses pembuatan cookies ini melibatkan pengolahan kulit buah naga yang sudah dibersihkan serta dihaluskan, yang kemudian dicampurkan dengan bahan-bahan seperti tepung terigu, gula, dan mentega, sehingga menghasilkan tekstur yang renyah dan rasa yang unik. Pengolah buah naga dengan dibuat jus dan juga agar-agar lebih diminati ibu hamil karena lebih mudah dan tidak memerlukan terlalu banyak bahan (Hipni et al., no date).

Hasil penelitian ini menunjukkan pada kuesioner favorabel bahwa mayoritas ibu hamil sudah memahami Soal nomor 9 sebagai besar responden menjawab benar yaitu pada pertanyaan "Buah naga menjadi alternatif alami untuk meningkatkan kadar hemoglobin selain suplemen zat besi." yaitu sebanyak 39 responden (84,8%). Hal ini menunjukkan bahwa ibu memiliki pengetahuan yang baik terhadap manfaat dari buah naga. Menurut (Aryanta, 2022) buah naga dikenal dalam suatu buah dengan mengandung zat besi, yang berperan penting dalam produksi hemoglobin. Buah naga juga direkomendasikan untuk memudahkan peningkatan

jumlah hemoglobin bagi penderita anemia , sehingga dalam perihal tersebut buah naga dapat dijadikan alternatif buah yang mempermudah peningkatan jumlah hemoglobin pada tubuh.

Disisi lain sebagian besar responden belum memahami pernyataan pada poin pertanyaan nomor 3 “Salah satu gejala dari anemia adalah mudah lelah dan pucat “sebanyak 28 responden (60.8%). Gejala anemia sering kali tidak disadari oleh ibu hamil dikarena kurangnya pengetahuan mengenai hal tersebut. beberapa gejala anemia pada ibu hamil diantaranya yaitu kulit pucat karena berkurangnya oksigen, Munculnya kenaikan laju detak jantung disebabkan tubuh berupaya mengalirkan oksigen dalam jumlah besar menuju sel-sel tubuh, mual karena turunya aliran darah pada saluran cerna, memburuknya kulit rambut serta kulit, merasa lelah karena peningkatan oksigenasi, terjadinya kenaikan laju respirasi sebab tubuh berupaya memberikan oksigen dalam jumlah besar pada darah (Astutik RY, 2018).

Hasil jawaban responden pada pertanyaan unfavorable melihat bahwa mayoritas partisipan mempunyai pemahaman yang baik pada no 25 “Semua ibu hamil yang memiliki kadar hemoglobin rendah akan didiagnosis dengan jenis anemia yang sama” sebanyak 37 responden (80.4%). Ibu memiliki pemahaman yang baik mengenai klasifikasi dari anemia. Menurut Kementerian Kesehatan (Kemenkes RI, 2021), klasifikasi anemia biasanya mengacu pada kadar hemoglobin (Hb) dalam darah. Anemia ringan biasanya terjadi ketika Hb antara 11 dan 11 gr/dL, anemia sedang ketika Hb antara 8 dan 10 gr/dL, dan anemia berat ketika Hb di bawah 8 gr/dL. Anemia pada kehamilan diartikan sebagai kondisi kadar

haemoglobin tubuh dibawah 11 gr/dl, hal ini selaras terhadap peralihan fisiologis wanita mengandung. Ketika usia kehamilan 24 minggu terjadi puncak hemodilusi dan bisa berlanjut sampai dengan usia kehamilan 37 minggu (Prawiroharjo, 2014).

Selain itu responden banyak menjawab salah pada no 2 yaitu "ibu hamil beresiko lebih rendah terkena anemia dibandingkan wanita yang tidak hamil " responden menjawab salah sebanyak 21 orang (45.7%). Hal ini menunjukkan bahwa ibu belum paham mengenai pencegahan dan penatalaksanaan anemia, anemia dapat dicegah dengan berbagai cara farmakologi dan non farmakologi. Penatalaksanaan dari anemia salah satunya yaitu dengan konsumsi Zat besi (Fe), dimana zat besi merupakan mineral yang digunakan untuk produksi Hb maupun eritrosit yang berperan agar terbentuk mioglobn, kolagen serta enzim. Selain itu zat besi bisa dipergunakan sebagai sistem ketahanan tubuh. (Kementerian Kesehatan, 2015)

Untuk mengobati anemia defisiensi besi, orang harus mengatasi penyebabnya, menggunakan preparate besi, dan makan hidangan dengan kandungan zat besi, mislanya protein hewani (daging sapi, ayam, ikan), kacang-kacangan (kedeleai), serta gandum. Mereka juga harus mendidik orang tua dan keluarga mereka (Kusumawati *et al.*, 2023).

Buah naga dipercaya menjadi salah satu terapi on farmakologi sebagai pencegahan serta penatalaksanaan dari anemia bagi wanita mengandung, buah naga dapat mencegah berbagai penyakit karena kaya akan nutrisi seperti vitamin, mineral, dan kalori kecil. Setiap 100 gram buah

naga mengandung 0,4 mg zat besi, Vitamin B1 0,50 mg, Vitamin B2 0,30 mg dan Vitamin C 1 mg (Kemenkes, 2017).

Kurma (*phoenix dactylifera*) ialah jenis buah yang tumbuh pada wilayah padang pasir dengan kadar serat yang tinggi. Buah tersebut mempunyai berbagai kegunaan di bidang medis sebab kadar nutrisinya yang banyak. Pada 100 gram buah kurma memiliki kadar 2,81 gram protein, 7,1 gram serat, 35 mg kalsium, 0,4 mg vitamin C, dan 1,02 zat besi (Kemenkes, 2017). Kandungan nutrisi pada buah kurma tersebut merupakan faktor pembentuk haemoglobin pada tubuh sehingga buah ini dapat dijadikan sebagai terapi pendukung anemia. Dalam upaya pencegahan anemia defisiensi besi ibu hamil disarankan untuk mengonsumsi buah kurma dalam bentuk buah, ekstrak maupun sarikurma (Rahmawati *et al.*, 2019), Sayur bayam merupakan golongan sayur berwarna hijau yang memiliki tinggi nutrisi dan dipercaya dapat mengatasi anemia ibu hamil. Setiap 100 gr sayur bayam segar berisi vitamin C sekitar 30-155 mg /100 g, zat besi 4-35 mg serta asam folat 194 µg/100 g. Kandungan vitamin B9 pada bayam akan mengalami transformasi menjadi selama tahapan sintesis DNA sel maka akan terbentuk plasma eritrosit baru yang kokoh. Selain itu, kandungan vitamin C dalam bayam juga dapat membantu absorpsi zat besi sehingga efektif untuk meningkatkan kadar haemoglobin (Murciaetal., 2020).

Kacang hijau adalah suatu kategori kacang- kacangan yang tergolong tinggi kandungan gizinya. Kandungan zatbesi didalam kacang hijau bermanfaat bagi ibu hamil dalam menghindari anemia sebab zat besi dalam kacang hijau memudahkan proses pembentukan heme untuk

memproduksi hemoglobin. Setiap 100 gram kacang hijau mengandung zat besi sejumlah 7,5 mg, 10 mg vitamin C, energi 323 kkal, karbohidrat 56,8 g, lemak rendah sebesar 1,5 g serta protein 22 g (Kemenkes, 2017).

Buah Bit merupakan bagian dari tanaman bit yang terdapat pada akar tunggangnya. Buah tersebut mengandung berbagai kegunaan bagi kondisi medis sebab kadar nutrisinya yang tinggi. Setiap 100 gram buah bit memiliki kandungan 108 mg asam folat, 43,0 m fosfor, 43 mg vitamin C, 23,0 mg magnesium, 27,0 mg kalsium dan 1,0 mg zat besi (Kemenkes, 2017). Hasil menunjukkan bahwa kadar hemoglobin wanita mengandung yang meminum tablet Fe dan jus buah bit lebih banyak dibandingkan wanita mengandung dengan hanya mengonsumsi tablet Fe (Catur *et al.*,2020) .

D. Keterbatasan Penelitian

Setiap penelitian tentu akan memiliki keterbatasan yang akan dapat dijadikan sebagai acuan perkembangan penelitian selanjutnya, pada penelitian ini peneliti merasa memiliki keterbatasan yaitu

1. Dalam penelitian ini kedatangan responden silih berganti sehingga pengisian kuesioner menyesuaikan kedatangan para responden
2. Proses pengambilan data tidak selalu dapat dilakukan pada jadwal yang telah ditetapkan karena terdapat perubahan jadwal

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Karakteristik ibu hamil berdasarkan usia partisipan mayoritas berumur 20-35 tahun (73.9%), Pendidikan responden mayoritas dalam kategori menengah (56,5%), Pekerjaan responden mayoritas tidak bekerja (56,5%),
2. Sebagian besar wanita hamil mempunyai wawasan dengan baik yaitu sejumlah 35 individu (76,1%)

B. Saran

Setelah pelaksana studi melaksanakan studi serta memperoleh hasil, maka pelaksana studi berkeinginan memaparkan masukan yaitu :

1. Bagi Institusi pendidikan

Diharapkan agar lembaga pendidikan mampu memperluas penelitian dengan materi serupa.

2. Bagi tempat penelitian atau pemerintah (*stake holder*)

Diharapkan Bagi tempat penelitian atau pemerintah (*stake holder*) dapat memberikan edukasi mengenai manfaat buah naga kepada ibu hamil secara detail

3. Bagi Responden

Diharapkan ibu hamil mencari sumber informasi tentang manfaat buah naga untuk mencegah anemia pada kehamilan seperti membaca buku, mencari informasi di internet dan bertanya ke tenaga kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah K, et al. (2021) *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Pidie: Yayasan. Penerbit.
- Abriyani, E. et al. (2022) 'Analisis Vitamin-C Yang Terkandung Pada Buah Naga Menggunakan Metode Spektrofotometri Uv-Visible', *Jurnal Pendidikan dan Konseling*, 4(6), pp. 13193–13196.
- Aryanta, I.W.R. (2022) 'Manfaat Buah Naga Untuk Kesehatan.', *Widya Kesehatan*, 4(2), 8–13.
- Astriana, W., Eni Folendra Rosa and Puspitasari, Y. (2023) 'Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil', *Lentera Perawat*, 4(1), pp. 62–65. Available at: <https://doi.org/10.52235/lp.v4i1.200>.
- Astutik RY, E.D. (2018) *Anemia dalam Kehamilan*.
- Chatterjee, D. et al. (2024) 'Therapeutic potential of various functional components presents within dragon fruit: A review', *Hybrid Advances*, 6(April), p. 100185. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.hybadv.2024.100185>.
- Citta, W. et al. (2024) 'Efektivitas Suplementasi Zat Besi Serta Pengaturan Pola Asupan Gizi Terhadap Kadar Hemoglobin Remaja Putri', *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(1), pp. 419–425.
- Cunningham, et al (2014) *Obstetri Williams Edisi 23*. Jakarta: EGC. Jakarta: EGC.
- Darsini, Fahrurrozi and Cahyono, E.A. (2019) 'Pengetahuan; Artikel Review', *Jurnal Keperawatan*, 12(1), p. 97.
- Elviana, S. (2024) 'Gambaran pengetahuan ibu hamil tentang penanganan nn farmakologi buah dan sayur untuk anemia ibu hamil di puskesmas bapelan kab. semarang'.
- Emil, S. (2011) *Untung berlipat dari bisnis buah naga unggul/ Emil S*.
- Fadila, P. P., Tantawi, A. R., & Siregar, R.S. (2024) 'Analisis Pemasaran Buah Naga (*Hylocereus Polirhizus*) Studi Kasus: Desa Teratak Nagodang Kecamatan Ujung Padang Kabupaten Simalungun.', *Jurnal Ilmiah Pertanian (JIPERTA)*, 6(1).
- Hartika, H. (2022) 'Pengaruh Jus Tomat dan Jus Buah Naga Merah Terhadap Perubahan Kadar Gula Darah Penderita Diabetes Melitus Tipe 2 di Puskesmas Antang= The Influence Of Tomato Juice And Red Dragon Juice On Changes In Blood Sugar Levels Of People With Type 2 Diabete Mellitu', (*Doctoral dissertaton, Universitas Hasanuddin*). [Preprint].
- Hastono, S.P. (2017) 'Analisis data pada bidang kesehatan.'

- Hendarto, D. (2019) *Khasiat Ampuh Buah Naga dan Delima*. LAKSANA.
- Herliani, Siti dan Yustiana, I. (2017) 'Hubungan Status Pekerjaan dan Pendidikan Dengan Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Tanda Bahaya Kehamilan', *Jurnal Obstretika Scientia*, 4(1), pp. 418–434.
- Hipni, R. *et al.* (no date) 'Pemanfaatan buah naga dalam pembuatan makanan sehat untuk meningkatkan immunitas pada ibu hamil', pp. 149–156.
- KBBI (2025) *Kamus Besar Bahasa Indonesia*.
- Kemenkes RI (2021) *Merencanakan Kehamilan Sehat*.
- KEMENKES RI (2023) *Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja Putri*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) *Buku saku merencanakan kehamilan sehat*.
- Kementerian RI (2021) *Buku saku merencanakan kehamilan sehat*.
- Kusumawati, A. *et al.* (2023) 'Upaya Pencegahan Kejadian Anemia melalui Pendidikan Kesehatan pada Santriwati', *Journal of Public Health and Community Services*, 2(2).
- Manuaba, I A C, dkk (2015) *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta : EGC.
- Manuaba, I.F. (2014) *Ilmu Kebidanan, Penyakit. Kandungan, dan KB*. 2 ed. Jakarta: EGC.
- Mardiana Mardiana, Meldawati Meldawati and Nurul Hidayah (2023) 'Efektivitas Konsumsi Buah Naga dan Fe terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil dengan Anemia', *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 3(3), pp. 53–63. Available at: <https://doi.org/10.55606/jrik.v3i3.2583>.
- Maslikhah and Putri Andanawarih (2023) 'Pengaruh Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Pencegahan Anemia', *Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan (Journal of Midwifery Science and Health)*, 14(2), pp. 53–58. Available at: <https://doi.org/10.52299/jks.v14i2.176>.
- Masturoh, I., dan N.A. (2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- Mellyani, Rukmaini and Mutiiarami Dahlan, F. (2022) 'Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III The Effect of Administration of Dragon Fruit Juice on Haemoglobin Levels Among Trimester Iii Pregnant Women', *Jurnal Kebidanan*, 11(2), pp. 155–163.
- Mudjiyanto, B. (2018). (2018) 'Tipe penelitian eksploratif komunikasi', *Jurnal studi*

komunikasi dan media, 22(1), 65-.

- Ningsih, R.I., Triana, V. and Maimunah, H. (2021) 'Factors Affecting Pregnant Women's Knowledge About, Danger Signs In Pregnancy At Fertilizer Hospital Kaltim', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Stikes Bhakti Pratiwi Indonesia*, 5(2).
- Notoatmodjo, S. (2014) *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018a) *Metodologi Penelitian Kesehatan. Cetakan Ketiga*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. (2018b) 'Metodologi Penelitian Kesehatan', *Metodologi Penelitian Kesehatan. Cetakan Ketiga. Jakarta: PT Rineka Cipta* [Preprint].
- Nursalam (2013) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan. Praktis* : Jakarta : SalembaMedika.
- Nursalam (2014) *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. Salemba Medika.
- Nursalam (2019) *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam (2024) *Metode Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis*. Edisi. 3. Salemba Medika;
- Pratama, F. N., Noor, M. S., & Heriyani, F. (2020) 'Hubungan Asupan Protein dan Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMPN 18 Banjarmasin.', *Homeostasis*, 3(1), 43–4.
- Prawirohardjo, S. (2020) *Ilmu Kebidanan. PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo*.
- Prawirohardjo, S. dkk. (2013) *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : YBP- SP.
- Prawiroharjo, S. (2014) *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono.
- Purwanto, nfn (2019) 'VARIABEL DALAM PENELITIAN PENDIDIKAN.', *Jurnal Teknodik*, 196–215.
- Rahayu, B. (2018) 'Hubungan Faktor-Faktor Usia Ibu, Paritas, Umur Kehamilan, Dan Over Distensi Dengan Kejadian Ketuban Pecah Dini Di Rumah Sakit Yogyakarta', *Media Ilmu Kesehatan*, 7(2), pp. 137–142. Available at: <https://doi.org/10.30989/mik.v7i2.282>.
- Rahayu, S. (2025) 'UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN IBU HAMIL MELALUI PEMBERIAN EDUKASI KESEHATAN TENTANG KONSUMSI

JUS BUAH NAGA UNTUK MENINGKATKAN KADAR HEMOGLOBIN DENGAN ANEMIA', 3(1), pp. 24–28.

- Rohanah, S., KM, S., KM, M., Puspita, N. R. R., Kep, M., & Wijaya, N.R.D. (2023) *Khasiat buah naga dan buah bit untuk mencegah dan mengobati anemia*. Selat Media.
- S. Notoatmojo (2022) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sarwono Prawirohardjo (2020) *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo*.
- Simbolin, S. (2020) 'Aplikasi Theory Of Reasoned Action', *Cakrawala Pendidikan*, (November), p. 19.
- Soleha, N., Astriana, A., & Amirus, K. (2020) 'Pemberian jus buah naga mempengaruhi kadar hemoglobin pada ibu hamil.', *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(3), 335-.
- Suddarth (2014) *Keperawatan Medical Bedah*. Jakarta : EGC.
- Sugiyono (2016) 'Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D', *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabet. [Preprint].
- Sugiyono (2017) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono (2019) 'Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung : Alfabeta.', *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung :Alfabeta. [Preprint].
- Suryani, S. *et al.* (2022) 'Efektivitas Media Audiovisual dan Booklet Terhadap Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Gizi Dalam Pencegahan Kekurangan Energi Kronis', *Nursing Care and Health Technology Journal (NCHAT)*, 2(1), pp. 48–54. Available at: <https://doi.org/10.56742/nchat.v2i1.36>.
- Syarifuddin, A.N., Zantrie, R. and Teresia Marbun, R.A. (2019) 'IDENTIFIKASI KADAR VITAMIN C PADA DAGING DAN KULIT BUAH NAGA MERAH (Hylocereus Polyrhizus) DENGAN METODE SPEKTROFOTOMETRI UV-VISIBLE', *Jurnal Farmasimed (Jfm)*, 2(1), pp. 40–46. Available at: <https://doi.org/10.35451/jfm.v2i1.285>.
- Tirtawati, G.A. *et al.* (2023) 'Edukasi Kesehatan Tentang Manfaat Buah Naga Dan Anemia Serta Pemeriksaan Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Desa Kalasey Dua, Mandolang, Minahasa', *Jurnal Pengabdian dan Pengembangan Masyarakat Indonesia*, 2(2), pp. 118–121. Available at: <https://doi.org/10.56303/jppmi.v2i2.164>.
- Utami, I.T. and Puspita, L. (2020) 'Hubungan Kekurangan Energi Kronis (Kek) Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Upt Puskesmas Srimulyo

Suoh Kabupaten Lampung Barat Tahun 2020', *Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH)*, 2(1), pp. 61–67.

World Health Organization (2021) *World Health*.

Yulianti, I. *et al.* (2024) 'Efektivitas Pemberian Kombinasi Tablet Fe dan Vitamin C terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin pada Ibu Hamil', *Jurnal ...*, 16, pp. 627–634.

Yulianto, H., Purnomo, E., & Nurdin, N. (2014) 'PERBANDINGAN MODEL PEMBELAJARAN CM, MAM DENGAN MEMPERHATIKAN BENTUK SOAL TERHADAP HASIL BELAJAR.', *JEE (Jurnal Edukasi Ekobis)*, 2(4).

Yurida Khoironi *et al.* (2023) 'Perbedaan Media Leaflet dan Lembar Balik Terhadap Tingkat Pengetahuan Anemia Defisiensi Besi pada Ibu Hamil di Kelurahan Segala Mider Puskesmas Susunan Baru Kota Bandar Lampung Tahun 2022', *Jurnal Gizi Aisyah*, 6(1), pp. 75–84. Available at: <https://doi.org/10.30604/jnf.v6i1.813>.

