

Pemberian Jus Buah Naga untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil dengan Anemia

The Effect of Dragon Fruit Juice on Increasing Hemoglobin Levels in Anemic Pregnant Women

¹Asrianti Safitri Muchtar, ¹Ita Novianti & ¹Magfirah

ABSTRAK

Pendahuluan Anemia adalah kondisi di mana kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah 11 g/dl pada trimester pertama dan ketiga, dan kurang dari 10,5 g/dl pada trimester kedua. Anemia pada kehamilan dapat mengurangi kadar oksigen dalam tubuh ibu dan janin. Ibu hamil dengan anemia ringan berisiko lebih tinggi mengalami persalinan prematur serta melahirkan bayi dengan berat badan rendah. **Tujuan** penelitian ini adalah memberikan asuhan kebidanan dengan pemberian jus buah naga untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di UPT Puskesmas Ulaweng Kab. Bone. **Metode** yang digunakan adalah studi kasus yang sesuai dengan kebutuhan klien dan wewenang bidan dengan menggunakan pendekatan manajemen asuhan kebidanan 7 langkah varney dan pendokumentasian dalam bentuk SOAP. **Hasil** penelitian menunjukkan bahwa setelah dilakukan asuhan selama empat belas hari didapatkan ibu sudah tidak pusing lagi dan rutin mengonsumsi jus buah naga di pagi hari, tanda-tanda vital dalam batas normal, dan terjadi peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan jus buah naga selama 14 hari yaitu dari 10 gr% meningkat menjadi 11,6 gr%. **Kesimpulan** Hasil asuhan kebidanan yang dilakukan pada Ny "R" dengan anemia ringan didapatkan bahwa pemberian jus buah naga terbukti dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia.

ABSTRACT

Introduction Anemia is a condition in which hemoglobin levels fall below 11 g/dL during the first and third trimesters, and below 10.5 g/dL in the second trimester. Anemia during pregnancy can reduce oxygen levels in both the mother and fetus. Pregnant women with mild anemia are at higher risk of preterm labor and delivering low birth weight infants. **This study aimed** to provide midwifery care through the administration of dragon fruit juice to improve hemoglobin levels in pregnant women with anemia at UPT Ulaweng Public Health Center, Bone Regency. **Method:** This research employed a case study approach based on the client's needs and within the scope of midwifery practice. The care was provided using the seven-step Varney midwifery management process and documented using the SOAP format. **Result:** The study results indicated that after fourteen days of care, the client experienced no more dizziness, consistently consumed dragon fruit juice every morning, maintained normal vital signs, and her hemoglobin level increased from 10 g% to 11.6 g% following the 14-day intervention.

¹Institut Batari Toja Bone

Korespondensi e-mail:
anthy.muchtar@gmail.com

Submitted: 28-07-2025

Revised: 21-08-2025

Accepted: 24-08-2025

How to Cite: Muchtar, A. S., Ita Novianti, & Magfirah. (2025). Pemberian Jus Buah Naga untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil dengan Anemia. *Jurnal Midwifery*, 7(2).
<https://doi.org/10.24252/jmw.v7i2.60195>

Kata Kunci:

Ibu hamil; Anemia; Hemoglobin; 7 Langkah Varney

Keywords:

Pregnant Woman; Anemic; Hemoglobin; 7-stage of Varney

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses alami yang menyebabkan berbagai perubahan pada tubuh ibu serta lingkungan sekitarnya. Selama kehamilan, sistem tubuh wanita mengalami perubahan yang mendasar untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin dalam rahim. Meskipun kehamilan, persalinan, dan kelahiran merupakan proses fisiologis, komplikasi dapat terjadi kapan saja dan berpotensi menimbulkan dampak serius bagi ibu maupun janin. Kehamilan berisiko tinggi didefinisikan sebagai kehamilan yang dimana faktor fisiologis dan psikologis secara signifikan meningkatkan kemungkinan kematian pada ibu dan janin (Wati, Sari, and Fitri 2023).

Komplikasi kehamilan dapat terjadi di tahapan manapun, mulai dari fertilisasi hingga kelahiran. Diagnosis awal faktor risiko untuk komplikasi atau awal serangan komplikasi akan mengarah pada awal pengobatan dan mencegah bahaya pada ibu ataupun janin. Tanda bahaya kehamilan adalah gejala yang menunjukkan bahwa ibu dan bayi dalam bahaya. Apabila tanda bahaya kehamilan tidak terdeteksi secara dini dapat menyebabkan masalah pada ibu dan janin sehingga dapat berisiko kematian (Wati, Sari, and Fitri 2023). Anemia adalah kondisi di mana kadar hemoglobin dalam darah berada di bawah 11 g/dl pada trimester pertama dan ketiga, dan kurang dari 10,5 g/dl pada trimester kedua (Haiyanti and Lestari 2024).

Menurut WHO (*World Health Organization*), anemia pada ibu hamil dikategorikan berdasarkan kadar hemoglobin dalam darah. Jika kadar hemoglobin kurang dari 11 gr%, ibu hamil dianggap mengalami anemia. Anemia dibagi menjadi tiga tingkatan berdasarkan kadar hemoglobin, yaitu anemia ringan memiliki kadar hemoglobin 9-10 gr%, anemia sedang 7-8 gr%, dan anemia berat <7 gr% (Fauziah and Utami 2023).

Anemia pada kehamilan dapat mengurangi kadar oksigen dalam tubuh ibu dan janin. Ibu hamil dengan anemia ringan berisiko lebih tinggi mengalami persalinan prematur serta melahirkan bayi dengan berat badan rendah. Sementara itu, anemia berat dapat meningkatkan risiko penyakit bahkan kematian bagi ibu dan janin. Kondisi ini umum terjadi pada ibu hamil dan sering kali disebabkan oleh kekurangan zat besi akibat asupan yang tidak mencukupi, kehilangan darah secara tiba-tiba, penyakit kronis, kelainan darah hemolitik, atau gangguan produksi sel darah seperti hipoplasia dan aplasia (Fauziah and Utami 2023).

Menurut data *World Health Organization*, secara global prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia adalah sebesar 41,8%. Prevalensi anemia yaitu Afrika merupakan negara tertinggi kasus anemia pada ibu hamil sebesar 57,1% disusul Asia sebesar 48,2 %, Eropa 25,1 % dan Amerika 24,1 % (Erlita, Patade, and Urbaningrum 2024). Menurut hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, sebanyak 27,7% ibu hamil di Indonesia mengalami anemia. Jika dilihat berdasarkan kelompok umur, angka kejadian anemia tertinggi terjadi pada ibu hamil berumur 35-44 tahun, yaitu sebesar 39,6%. Sementara itu, ibu hamil dalam rentang umur 25-34 tahun menempati posisi kedua dengan angka kejadian anemia sebesar 31,4% (Kementerian Kesehatan 2023).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2020, Sulawesi Selatan memiliki jumlah ibu hamil dengan anemia terbanyak di empat wilayah, pertama di pemerintahan Kab. Bone (11,8%), kedua pemerintahan Kab. Jeneponto (10,4%), ketiga pemerintahan Kab. Maros (10%), keempat pemerintahan Kab. Gowa (8,3) (Ariana 2022). Berdasarkan data yang diperoleh dari UPT Puskesmas Ulaweng jumlah ibu hamil pada tahun 2020 sebanyak 292 dengan penderita anemia sebanyak 90 (30,8%), jumlah ibu hamil pada tahun 2021 sebanyak 271 dengan penderita anemia sebanyak 86 (31,73%), jumlah ibu hamil pada tahun 2022 sebanyak 266 dengan penderita anemia sebanyak 85 (31,95%), jumlah ibu hamil pada tahun 2023 sebanyak 407 dengan penderita anemia sebanyak 24 (5,89%), dan jumlah ibu hamil pada tahun 2024 sebanyak 407 dengan penderita anemia sebanyak 8 (1,96%).

Ada dua cara untuk mengatasi anemia pada ibu hamil, yaitu secara farmakologis dan nonfarmakologis. Secara farmakologis yaitu dengan mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) (Nurjanah 2024). Sedangkan secara nonfarmakologis yaitu mengonsumsi buah naga merah, buah naga merah dapat digunakan sebagai salah satu makanan untuk mengatasi anemia akibat kekurangan zat besi (Yanti 2024).

Buah naga memiliki beberapa manfaat yaitu merangsang pembentukan sel darah merah, Zat besi dan vitamin C, yang berperan penting zat besi sebagai bahan baku sel darah merah, sedangkan vitamin C membantu mengoptimalkan penyerapan zat besi melalui saluran cerna dan mencegah anemia. Kandungan zat besi pada buah naga sangat membantu tubuh untuk membentuk sel – sel darah merah dan mengurangi risiko anemia ([Panjaitan and Anggraini 2024](#)).

Pada penelitian Ardiani dkk, pemberian jus buah naga mempengaruhi kadar hemoglobin pada ibu hamil, dengan mengkonsumsi buah naga atau jus buah naga dapat menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil sebesar 1,82 gr% dengan mengkonsumsi buah naga sebanyak 250 gr/ 1 potong ukuran sedang per hari selama 14 hari ([Ardiani, Andriani, and Oktri Cahyani 2023](#)).

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan pengkajian studi kasus dengan “Pemberian Jus Buah Naga Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil dengan Anemia di UPT Puskesmas Ulaweng Kab. Bone”.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Studi kasus adalah metode penelitian yang mempelajari secara mendalam dan rinci suatu kasus tertentu dalam konteks dunia nyata. Studi kasus dalam penelitian ini adalah pemberian jus buah naga pada ibu hamil dengan anemia ringan menggunakan manajemen 7 langkah varney.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian studi kasus dengan kasus dengan manajemen asuhan kebidanan 7 langkah varney. Pada pemeriksaan pertama pada tanggal 24 Maret 2025 didapatkan hasil bahwa Ny. “R” umur 27 tahun dengan keluhan pusing dan mudah lelah saat beraktifitas, konjungtiva pucat dan Hb 10 gr%. Dari hasil pemeriksaan yang didapatkan, maka ditegakkan diagnosis Ny “R” mengalami anaemia ringan. Berdasarkan masalah tersebut, dilakukan intervensi pemberian jus buah naga terhadap Ny “R” selama 14 hari dan didapatkan hasil terjadi peningkatan kadar hemoglobin menjadi 11,6 gr%, keluhan pusing dan mudah lelah sudah tidak dirasakan lagi dan konjungtiva merah muda.

PEMBAHASAN

Hasil ini didapatkan dari Asuhan Kebidanan dengan pemberian jus buah naga Pada Ny “R” Dengan Anemia Ringan di Puskesmas Ulaweng. Asuhan ini dilakukan sebanyak 4 kali kunjungan.

Langkah I: Identifikasi Data Dasar

Adapun data yang diambil pada studi kasus Ny “R” dengan Anemia Ringan yaitu ibu mengeluh pusing dan mudah lelah saat beraktifitas, Haid pertama hari terakhir (HPHT) klien yaitu pada tanggal 31 Agustus 2024 sampai tanggal pengkajian sehingga umur kehamilan yang didapatkan dari perhitungan dengan rumus *Neagle* yaitu umur kehamilan 30 minggu. Ibu dan keluarga tidak memiliki riwayat penyakit seperti hipertensi, jantung, asma, tuberculosis, ginjal, diabetes melitus, malaria dan HIV/AIDS.

Pada pemeriksaan yang dilakukan kepada pasien didapatkan hasil pemeriksaan yaitu konjungtiva pucat dan pemeriksaan laboratorium dengan kadar Hb 10 gr%. Keadaan umum baik, kesadaran composmentis, dengan tanda-tanda vital yaitu tekanan darah 110/70 mmHg, denyut nadi 80x/menit, frekuensi nafas 20x/menit dan temperatur 36,5° C, serta antropometri yaitu berat badan sebelum hamil 42 kg dan sekarang 49 kg, tinggi badan 150 cm, lingkar lengan atas 24 cm dan tidak terdapat kelainan pada saat pemeriksaan fisik.

Berdasarkan tinjauan teori, tanda dan gejala dari Anemia ringan dalam kehamilan yaitu pusing, mudah lelah, energi menurun, serta kulit tampak pucat (Khasanah 2023). Pada Ny "R" mengeluh merasa pusing dan mudah lelah saat beraktifitas pada tanggal 24 April 2025.

Berdasarkan uraian pada kasus Ny "R" terdapat persamaan antara tinjauan teori dengan gejala yang timbul pada kasus Anemia ringan dalam kehamilan. Hal ini menunjukkan tidak terdapat kesenjangan yang ditemukan antara tinjauan teori dengan tinjauan kasus.

Langkah II: Identifikasi Diagnosis/Masalah Aktual

Pada tahap ini, dilakukan identifikasi diagnosis atau masalah berdasarkan interpretasi yang tepat dari data yang telah dikumpulkan sebelumnya. Data dasar yang telah diperoleh dianalisis untuk merumuskan diagnosis dan masalah secara spesifik. Diagnosis kebidanan adalah diagnosis yang dibuat oleh bidan dalam ruang lingkup praktik kebidanan dan harus sesuai dengan standar nomenklatur kebidanan. Dalam langkah ini, diagnosis dan masalah dirumuskan bersama, karena tidak semua masalah yang dialami klien dapat didefinisikan sebagai diagnosis, tetapi tetap memerlukan penanganan. Masalah yang muncul biasanya berkaitan dengan kondisi yang sedang dialami oleh klien dan diidentifikasi oleh bidan berdasarkan hasil pengkajian. Selain itu, masalah seringkali muncul bersamaan dengan diagnosis.

Diagnosis pada ibu hamil dengan anemia dapat ditetapkan berdasarkan data objektif konjungtiva pucat serta data penunjang Hb <11 gr%. Setelah melakukan pemeriksaan jika didapatkan pasien anemia ringan bila kadar Hb 9-10 gr%, anemia sedang bila kadar Hb 7-8 gr%, serta anemia berat bila kadar Hb <7 gr% (Yuanti et al. 2023). Pada Kasus Ny "R" ditemukan mengeluh pusing dan mudah lelah, konjungtiva pucat dan hemoglobin <11 gr%, yaitu Hb 10 gr% maka diagnosis masalah aktual dirumuskan sebagai berikut: G2 P1 A0, Gestasi 30 minggu, tunggal, hidup, intrauteri, letak memanjang, Punggung kanan, presentase kepala, konvergen, keadaan janin baik dan ibu dengan masalah anemia ringan. Berdasarkan data ditemukan adanya kesesuaian antara tinjauan pustaka dan tinjauan kasus.

Langkah III: Identifikasi Diagnosis/Masalah Potensial

Pada langkah ini, dilakukan masalah atau diagnosis potensial berdasarkan rangkaian masalah dan diagnosis yang telah diidentifikasi sebelumnya. Bila kemungkinan dilakukan pencegahan diagnosis/masalah potensial ini benar-benar terjadi.

Adapun masalah potensial anemia pada ibu hamil dimasa kehamilan, dapat mengakibatkan abortus karena janin membutuhkan zat besi yang semakin besar jika zat besi ibu kurang maka sel darah merah tidak dapat mengantarkan oksigen secara maksimal, dapat menyebabkan persalinan prematur, perdarahan antepartum, bayi lahir dengan berat badan rendah (BBLR), dan dapat menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan janin dalam rahim terganggu. Dan akibat jika tidak segera ditangani dapat mengakibatkan beberapa masalah

seperti anemia sedang bahkan anemia berat (Pratiwi 2022). Diagnosis potensial yang dapat ditegakkan pada Ny “R” umur 27 tahun G2 P1 A0 yang mengalami anemia ringan adalah potensial terjadinya anemia sedang.

Berdasarkan data yang diperoleh tidak ada perbedaan masalah potensial antara tinjauan pustaka dengan pengkajian studi kasus Ny “R” yaitu apabila anemia ringan tidak ditangani akan menyebabkan anemia sedang pada klien. Dari hasil penjelasan tinjauan pustaka dengan studi kasus tidak ditemukan kesenjangan.

Langkah IV: Tindakan Segera/Kolaborasi

Pada langkah ini menunjukkan kelanjutan dari proses manajemen kebidanan. Mengantisipasi perlunya tindakan segera oleh bidan dan dokter untuk berkonsultasi dan menanganinya bersama dengan tim kesehatan lainnya sesuai dengan kondisi klien.

Berdasarkan tinjauan teori menyatakan bahwa pada penderita anemia tidak memerlukan tindakan emergency kecuali jika kondisi anemia berat yang disebabkan oleh perdarahan dan membutuhkan transfusi darah. Transfusi untuk anemia dilakukan pada pasien dengan kondisi kadar Hb <7 % atau kadar hemotokrit <20% atau kadar Hb >7 gr% dengan gejala klinis pusing, pandangan berkunang-kunang atau takikardi (frekuensi nadi >100 kali/menit) (Yuanti et al. 2023).

Sedangkan pada kasus Ny “R” dengan anemia ringan dilakukan tindakan kolaborasi dengan dokter dalam pemberian obat.

Langkah V: Rencana Asuhan Kebidanan

Pada langkah ini merupakan lanjutan dari manajemen kebidanan berdasarkan diagnosis atau masalah yang telah diidentifikasi atau diperkirakan sebelumnya. Pada tahap ini, asuhan yang telah dirancang dalam proses sebelumnya perlu direncanakan dengan menyeluruh. Penanganan terhadap masalah atau diagnosis yang ditemukan atau diperkirakan sebelumnya harus dilanjutkan. Jika ada data yang masih kurang, dapat dilengkapi pada tahap ini. Setiap rencana asuhan harus mendapatkan persetujuan dari bidan dan klien agar dapat berjalan dengan efektif. Keputusan yang dibuat dalam asuhan ini harus logis, didasarkan pada ilmu pengetahuan dan teori terbaru, serta sesuai dengan harapan dan perilaku klien.

Berdasarkan tinjauan pustaka tindakan yang dilakukan jika ditemukan anemia pada ibu hamil adalah pengobatan farmakologi. Pengobatan anemia yaitu pemberian tablet Fe. Suplemen zat besi ini diberikan kepada ibu hamil minimal diberikan 90 tablet sampai 42 minggu setelah melahirkan, diberikan sejak pemeriksaan ibu hamil pertama. Setiap satu kemasan tablet besi terdiri dari 30 tablet. Untuk dosis yang dianjurkan adalah 1 tablet per hari (1x1) (Anggun Sasmita, Runjati 2022). Adapun pengobatan nonfarmakologi lainnya yang disarankan bagi ibu hamil yaitu konsumsi jus buah naga berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Mengonsumsi jus buah naga secara rutin sebanyak 200 gram atau satu gelas per hari selama 14 hari dapat secara efektif meningkatkan kadar hemoglobin (Bintia, Rahmawati, and Wulandari 2023).

Berdasarkan tinjauan kasus terhadap Ny “R” rencana asuhan yang akan dilakukan pada ibu dengan anemia ringan yaitu sapa ibu dengan ramah dan sopan, beritahu ibu tentang hasil pemeriksaan, berikan *Health Education* (HE) kepada ibu tentang dampak Hb kurang,

pentingnya tablet Fe pada kehamilan, gizi ibu hamil, kebersihan dalam kehamilan, istirahat yang cukup, beritahu ibu tentang penyebab dan gejala anemia, beritahu tanda bahaya kehamilan, anjurkan ibu untuk senantiasa mengonsumsi makanan yang kaya akan zat besi seperti daun kelor, jus buah naga, sayur bayam dan sebagainya, penatalaksanaan pemberian obat-obatan seperti Fe, Vitamin C, dan kalsium, anjurkan ibu mengonsumsi jus buah naga di pagi hari selama 14 hari, dan diskusikan tentang kunjungan selanjutnya.

Dengan demikian penanganan yang dijelaskan berdasarkan tinjauan pustaka dengan studi kasus tidak ditemukan kesenjangan.

Langkah VI: Pelaksanaan Asuhan Kebidanan

Dalam tahap ini pemberian asuhan kebidanan sebanyak 4 kali yang dilakukan dengan kunjungan rumah. Hal ini berdasar pada rencana yang disesuaikan dengan kebutuhan pasien sehingga tidak ada kesenjangan antara tinjauan literatur dan kasus yang ada.

Langkah VII: Evaluasi

Pada langkah ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana keberhasilan asuhan yang telah diberikan kepada klien. Pada tahap ini, bidan perlu mengamati dan menilai apakah masalah klien telah teratasi sepenuhnya, hanya sebagian yang terselesaikan, atau justru muncul masalah baru. Prinsip utama dalam evaluasi adalah meninjau kembali kondisi klien untuk menilai sejauh mana rencana yang telah diterapkan berhasil serta mengukur efektivitas tindakan yang diberikan.

Buah naga merupakan sumber antioksidan, kalsium, dan zat besi yang cukup tinggi, sehingga berperan penting dalam menjaga kesehatan tulang dan darah. Dalam setiap 100 gram buah naga, terdapat **60,4 mg zat besi**, yang efektif untuk mengatasi kekurangan zat besi dan dapat diserap hampir sepenuhnya oleh tubuh. Selain itu, buah ini juga mengandung **9,4 mg vitamin C**, yang membantu meningkatkan penyerapan zat besi dari makanan dengan membentuk kompleks ferro askorbat (Rifka Faradiba et al., 2023).

Evaluasi terhadap Ny "R" didapatkan hasil bahwa kunjungan pada tanggal 24 Maret 2025 terdapat tanda-tanda vital yaitu TD: 110/70 mmHg, N: 80x/menit, P: 20x/menit dan S: 36,5 °C, Hb: 10 gr%, pembesaran perut sesuai umur kehamilan yaitu 30 minggu dengan tinggi fundus uteri 28 cm, DJJ terdengar jelas, kuat dan tertatur di sebelah kanan perut ibu dengan frekuensi 137x/menit, dan anemia belum teratasi.

Sedangkan pada kunjungan rumah pada tanggal 2 April 2025 dengan hasil pemeriksaan keadaan umum baik, kesadaran composmentis, tanda-tanda -tanda vital TD: 120/80 mmHg, N: 80x/menit, P: 20x/menit dan S: 36,7 °C, konjungtiva merah muda, LiLa: 24 cm, umur kehamilan yaitu 31 minggu 2 hari, Hb: 10,8 gr%, Hb ibu meningkat setelah mengonsumsi jus buah naga selama 7 hari.

Sedangkan pada kunjungan rumah pada tanggal 9 April 2025 dengan hasil pemeriksaan keadaan umum baik, kesadaran composmentis, tanda-tanda -tanda vital TD: 110/70 mmHg, N: 80x/menit, P: 20x/menit dan S: 36,8 °C, konjungtiva merah muda, LiLa: 24,2 cm, umur kehamilan yaitu 32 minggu 2 hari, Hb: 11,6 gr%, Hb ibu meningkat setelah mengonsumsi jus buah naga selama 14 hari.

Dengan demikian dapat diketahui bahwa proses manajemen asuhan kebidanan yang diterapkan dan dilakukan pada pasien Ny “R” dengan pemberian jus buah naga untuk meningkatkan kadar hemoglobin dapat dikatakan berhasil dan efektif.

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, asuhan kebidanan dengan pemberian jus buah naga pada Ny “R” dengan anemia ringan menunjukkan bahwa pemberian jus buah naga selama 14 hari terbukti dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Hal ini disebabkan oleh kandungan zat besi, vitamin C, dan antioksidan dalam buah naga yang membantu proses pembentukan sel darah merah dan meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan jus buah naga selama 14 hari yaitu dari 10 gr% meningkat menjadi 11,6 gr%. Oleh karena itu, jus buah naga dapat dijadikan sebagai alternatif alami yang aman dan efektif untuk membantu mengatasi anemia pada ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggun Sasmita, Runjati, Arwani. 2022. *Ekstrak Kacang Merah (Phaseolus Vulgaris L) Sebagai Alternatif Penanganan Anemia Pada Ibu Hamil*. Mungkid: Pustaka Rumah Cinta. https://www.google.co.id/books/edition/Ekstrak_Kacang_Merah_Phaseolus_Vulgaris/rSidEAAAQBAJ?hl=en&gbpv=1&dq=penatalaksanaan farmakologi pada ibu hamil dengan anemia&pg=PA22&printsec=frontcover.
- Ardiani, Yessi, Desi Andriani, and Melsa Oktri Cahyani. 2023. “Pemberian Jus Buah Naga Untuk Meningkatkan Kadar HB Pada Ibu Hamil.” *Altafani: Jurnal Abdimas* 1 (1): 6–11. <https://journal.umnyarsi.ac.id/index.php/ABDIMAS/article/view/10>.
- Ariana, Riska. 2022. *Hubungan Anemia Dalam Kehamilan Dengan Angka Kejadian Bblr Di Puskesmas Tamangapa Makasar*.
- Bintia, Sovia Elviana, Alfiah Rahmawati, and Rr.Catur Leny Wulandari. 2023. “Terapi Komplementer Diet Nutrisi Untuk Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil: Literature Review.” *REAL in Nursing Journal* 6 (1): 66. <https://doi.org/10.32883/rnj.v6i1.2364>.
- Erlita, Agnes, Distriani Patade, and Vidya Urbaningrum. 2024. “Gudang Jurnal Ilmu Kesehatan Hubungan Antara Pola Makan Dengan Anemia Pada Ibu Hamil Di RSIA Nasana Pura Kota Palu” 2:292–97.
- Fauziah, Nikmatul, and Vida Wira Utami. 2023. “Inovasi ‘Buna Ceria’ (Buah Naga Cegah Terjadinya Anemia). ‘Kasih’ (Keluarga Sadar Asi Eksklusif) Dengan Konsumsi Jus Buah Naga Dan Di Kelurahan Srimulyo Kabupaten Lampung Barat 2023.” *Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat* 5 (1): 8–14. <https://doi.org/10.33024/jpm.v5i1.10169>.
- Haiyanti, Reni, and Siti Lestari. 2024. “Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Baru Kabupaten Indragiri Hilir.” *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi* 24 (3): 2071–76. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v24i3.4696>.
- Kementerian Kesehatan. 2023. *Profil Kesehatan*.

- Khasanah. 2023. "Penatalaksanaan Anemia Kehamilan." *Fisiologi Kala IV Persalinan*, 8–41. <http://repository.unimus.ac.id>.
- Nurjanah, Fatihah, Wari. 2024. "Literatur Review: Terapi Non Farmakologi Pada Ibu Hamil Dengan Anemia." *Jurnal Keperawatan GSH* 13 (1): 56–64.
- Panjaitan, Meri Kristina, and Lili Anggraini. 2024. "Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Dengan Anemia Pada Trimester III Di PMB Latibes Juliana Duren Sawit Jakarta Timur." *Malahayati Nursing Journal* 6 (4): 1318–28. <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i4.11117>.
- Pratiwi. 2022. *Anemia Pada Ibu Hamil. CV Jejak (Jejak Publisher)*. Edited by Hani Wijayanti. CV Jejak (Jejak Publisher). <https://books.google.co.id/books?id=Tjp9EAAAQBAJ&lpg=PP1&pg=PA17#v=onepage&q&f=false>.
- Rifka Faradiba, Norma Jeepi, & Rofiqo Larasati Philip. (2023). Pengaruh Pemberian Buah Naga Merah Pada Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Hemoglobin Di Wilayah Kerja UPT. Puskesmas Sambau Kota Batam 2023. *Jurnal Ventilator*, 1(4), 338–351. <https://doi.org/10.59680/ventilator.v1i4.789>
- Wati, Elvia, Senja Atika Sari, and Nury Luthfiyatil Fitri. 2023. "Penerapan Pendidikan Kesehatan Tentang Tanda Bahaya Kehamilan Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Hamil Primigravida Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Purwosari Kec. Metro Utara." *Jurnal Cendikia Muda* 3 (2): 226–34.
- Yanti, Rom Yul. 2024. "Perbandingan Pemberian Buah Naga Dan Buah Bit Terhadap Kadar Hb Ibu Hamil Di PMB RY Kecamatan Panongan Kabupaten Tangerang." *Indonesian Scholar Journal of Nursing and Midwifery Science (ISJNMS)* 3 (10): 1451–58. <https://doi.org/10.54402/isjnms.v3i10.500>.
- Yuanti, Yocki, Faika Rachmawati, Nurlaely HS, Dwi Kartika Sari, Rosita Laksmi Bestari Umiyah, Sri Kubillawati, Fika Aulia, Siti Maria, and Ulfa Astik. 2023. *Obstetri Dan Ginekologi Untuk Kebidanan Dan Keperawatan. Obstetri Dan Ginekologi Untuk Kebidanan Dan Keperawatan*.