



## Penatalaksanaan Anemia Pada Ibu Nifas Melalui Terapi Pemberian Buah Naga di Wilayah Kerja Puskesmas Karanganyar

Meti Sulastri<sup>1</sup>, Heni Nurakilah<sup>2</sup>, Lina Marlina<sup>3</sup>, Deni Candra Ramadhan<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup>Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Bhakti Kencana Tasikmalaya

\*Corresponding author: [meti.sulastri@bku.ac.id](mailto:meti.sulastri@bku.ac.id)

### Info Artikel

Disubmit 12 04 2023

Direvisi 11 05 2023

Diterbitkan 29 05 2023

### Kata Kunci:

Anemia, Nifas, Manajemen  
Asuhan Kebidanan

P-ISSN : 2086-3292

E-ISSN : 2655-9900

### Abstrak

**Latar Belakang:** Masa Nifas merupakan satu bagian penting dari proses kelahiran karena masa nifas ini merupakan proses memasuki peran baru bagi seorang wanita, yaitu sebagai seorang ibu. Ibu akan mengalami banyak perubahan fisik maupun psikologis. Mengingat pentingnya masa nifas, maka diperlukan asuhan kebidanan yang optimal. Masa nifas ini masa yang cukup penting bagi tenaga kesehatan khususnya bidan untuk selalu melakukan pemantauan karena pelaksanaan yang kurang maksimal dapat menyebabkan ibu mengalami berbagai masalah, mengingat setiap persalinan tidak pernah terlepas dari pendarahan sehingga dapat menimbulkan anemia, maka penanganannya pun harus lebih diperhatikan. **Tujuan:** Dari penelitian ini adalah untuk menangani kasus anemia pada ibu nifas dengan pemberian buah naga dapat membuat ibu mengerti dan meningkatkan kadar HB pada ibu nifas. **Metode:** Metode yang digunakan pada studi eksperimen ini menggunakan strategi dan pendekatan kualitatif dengan metode studi kasus (*case study*) yang terdiri dari dua orang ibu yang dimaksud berarti dua orang ibu yang diberikan asuhan pada masa nifas menggunakan metode SOAP (Subyektif, Obyektif, Analisis, Penatalaksanaan). **Hasil:** Hasil yang didapatkan dari asuhan yang telah dilakukan pada Ny. S dengan anemia menunjukkan peningkatan kadar HB dari 10,6 gr/dl menjadi 12,1 gr/dl dan pada Ny. R dengan anemia menunjukkan peningkatan kadar HB dari 10,1 menjadi 12,5 mg/dl setelah di berikan buah naga selama 7 hari sebanyak 100 gram/ hari sehingga keluhan yang dialami ibu teratasi dan masa nifas ibu dapat berjalan dengan lancar. **Kesimpulan:** Dengan melakukan KIE penanganan anemia pada ibu nifas dengan pemberian buah naga dapat membuat ibu mengerti dan meningkatkan kadar HB pada ibu nifas.

### Abstract

**Background:** The puerperium is an important part of the birth process because it is a process of entering a new role for a woman, namely as a mother. Mother will experience many physical and psychological changes. Given the importance of the puerperium, optimal obstetric care is needed. This postpartum period is quite important for health workers, especially midwives, to always monitor because less than optimal implementation can cause mothers to experience various problems, considering that every delivery is never separated from bleeding so that it can cause anemia, so the handling must be paid more attention. **Objective:** From this study is to handle cases of anemia in postpartum mothers by giving dragon fruit can make mothers understand and increase HB levels in postpartum mothers. **Method:** The method used in this experimental study uses qualitative strategies and approaches with the case study method consisting of one mother which means one mother who is given care during the postpartum period using the SOAP method (subjective, objective, analysis, management). **Results:** The results obtained from the care that has been

### Keywords:

Anemia, Puerperium,  
Obstetric Care Management

---

done on Mrs. S with anemia showed an increase in HB levels from 10.6 g / dl to 12.1 g / dl and in Mrs. R with anemia showed an increase in HB levels from 10.1 to 12.5 mg / dl after being given dragon fruit for 7 days as much as 100 grams / day so that the complaints experienced by the mother were resolved and the mother's puerperium period could run smoothly. **Conclusion:** By doing IEC treatment of anemia in postpartum mothers with the provision of dragon fruit can make mothers understand and increase HB levels in postpartum mothers

---

## PENDAHULUAN

Masa nifas (*Postpartum*) merupakan tantangan bagi banyak ibu yang baru melahirkan. Pemulihan dari proses melahirkan membutuhkan perawatan dan pengobatan, mulai dari perawatan diri sendiri maupun perawatan yang membutuhkan peran tenaga kesehatan. Kehilangan jumlah darah selama proses persalinan menyebabkan ibu *postpartum* rentan terkena anemia. Anemia *postpartum* mempengaruhi ibu seperti dalam kegiatan keseharian, kelelahan, *postpartum blues* dan terjadinya penurunan kemampuan kognitif pada ibu. (Defrin, 2016)

Anemia merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan kurangnya jumlah sel darah merah dalam darah. Kekurangan hemoglobin dalam darah dapat menyebabkan komplikasi lebih serius bagi ibu baik dalam kehamilan, persalinan dan nifas. Oksigen yang kurang pada uterus akan menyebabkan otot-otot uterus tidak berkontraksi dengan adekuat sehingga dapat timbul atonia uteri yang mengakibatkan perdarahan. (Kasjmir, et al, 2018)

Anemia *postpartum* (Nifas) didefinisikan suatu keadaan dengan ditandai menurunnya kadar hemoglobin di bawah nilai normal akibatnya dapat mengganggu kapasitas darah untuk mengangkut oksigen ke sekitar tubuh. Menurut (WHO, 2021). kejadian anemia pada ibu *postpartum* adalah 56%. India kematian akibat anemia mencapai 19%, dari kasus anemia pada ibu *postpartum* 65%- 75%. Data Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) pada tahun 2020 menyebutkan bahwa Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup. Pada tahun 2020 di Indonesia kematian pada ibu *postpartum* dikarenakan anemia mencapai 30% (Kemenkes RI, 2020).

Menurut laporan akuntabilitas kinerja tahun 2021 di Provinsi Jawa Barat kejadian Anemia pada ibu nifas masih tinggi yaitu 37,1% (Dinkes Jawa Barat, 2020). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya tahun 2021 prevalensi anemia pada ibu nifas pada sebesar 8,1% akan tetapi pada bulan Januari-April tahun 2022 prevalensi anemia pada ibu nifas meningkat sebesar 11,2%, di mana angka kejadian anemia pada ibu hamil mengalami peningkatan (Kementerian Kesehatan RI, 2022).

Dari hasil data yang diperoleh di Puskesmas Karanganyar selama 1 bulan yang lalu, dari 15 ibu Nifas yang melakukan pemeriksaan di puskesmas tersebut, 5 Ibu nifas mengalami anemia ringan (33%), 6 ibu nifas mengalami anemia sedang (39,6%), dan 4 ibu nifas memiliki kadar HB normal (26,4%) yaitu (11-12 gr/dl).

Program pemerintah yang telah dijalankan dalam pendistribusian tablet Fe untuk ibu nifas belum mendekati target nasional dan kepatuhan. Ibu nifas dalam mengonsumsi tablet Fe yang masih kurang baik sehingga belum memberi gambaran penurunan kejadian anemia di Indonesia maupun di Provinsi Jawa Barat. Untuk mencegah terjadinya anemia pada ibu nifas, dengan memberikan suplemen tambahan yang memanfaatkan buah-buahan (Kementerian Kesehatan RI, 2020).

Sumber daya manusia yang berkualitas bisa terhambat karena kesehatan dan status gizi. Kejadian anemia masih tinggi. Terutama pada wanita, remaja wanita cenderung mengalami anemia karena sedang dalam masa transisi dan juga karena menstruasi. Anemia disebabkan oleh kurangnya asupan gizi, pengetahuan tentang anemia, zat besi bisa dipenuhi dengan mengonsumsi zat Fe, tetapi mengonsumsi suplemen yang mengandung zat besi dalam jumlah banyak dapat merusak lapisan usus. Cara lain untuk memenuhi kebutuhan zat besi yaitu dengan cara mengonsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi misalnya kacang hijau dan buah naga (Sulastri et al., 2021).

Salah satu alternatif yang dapat dilakukan untuk meningkatkan jumlah zat besi dalam darah dengan mengonsumsi buah-buahan yang mengandung zat besi dan vitamin C yang tinggi. Salah satu buah yang mengandung zat besi dan vitamin C yang cukup tinggi yaitu buah naga dengan kandungan 0,16-0,20 mg zat besi, vitamin B1, vitamin B2 dan vitamin C (Noor et al., 2016).

Berdasarkan hasil penelitian barirah menyatakan bahwa buah naga mengandung zat besi sehingga terdapat perubahan kadar hemoglobin pada ibu nifas setelah mengonsumsi jus buah naga.

Dari 34 ibu nifas anemia dengan sampel 18 orang diketahui nilai rata-rata kadar hemoglobin sebelum pemberian buah naga 9,7 gr/dl dan nilai rata-rata kadar hemoglobin pada hari ke 7 pemberian jus buah naga 11,5 gr/dl sehingga terdapat pengaruh pemberian buah naga terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu nifas (*value* 0,00 <0,05). (Pramono & Noor, 2021)

Selain itu berdasarkan jurnal penelitian menyatakan bahwa sari buah naga merah efektif untuk meningkatkan kadar hemoglobin dan tingkat eritrosit pada wanita nifas karena buah naga kaya zat besi sebagai penyusun utama sel darah merah. Buah naga dapat menaikkan hemoglobin dengan kenaikan kadar hemoglobin konsentrasi 100% di peroleh hasil pengamatan pada kelompok intervensi dengan rata-rata 13,12 g/dl. (Widyaningsih, 2017)

## METODE

Metode yang digunakan pada studi eksperimen ini menggunakan pendekatan kualitatif, dengan strategi asuhan *case study research* (CSR). Sampel penelitian ini merupakan 2 orang ibu nifas dengan nifas 7 hari dengan anemia. Studi kasus ini dilakukan selama 7 hari, yang dimulai dari tanggal 27 Juli – 02 Agustus 2022 bertempat di Kp. Cijeruk Hilir, RT.01/RW.01, Kel. Cibeutu, Kec. Kawalu, Kota Tasikmalaya. Metode pengumpulan data yaitu data primer yaitu data yang berasal dari hasil pengumpulan data sebelum dan sesudah dilakukannya observasi dan asuhan di lapangan, serta data sekunder yaitu data yang didapatkan dari dokumentasi catatan medik untuk melengkapi data yang berkaitan dengan asuhan kebidanan pada ibu nifas dengan anemia yang dilakukan pemberian buah naga. Instrumen pengambilan data yang digunakan penulis dengan menggunakan lembar observasi peningkatan kadar hemoglobin, format penatalaksanaan ibu nifas dan berupa lembar observasi. Alat dan bahan yang digunakan pada studi kasus ini seperti set HB sahli, buah naga dan lembar observasi. Analisa data yang digunakan dengan cara mengemukakan fakta dan membandingkan dengan teori yang telah ada sesuai dengan EBM (*Evidence Based Medicine*). Pengumpulan diperoleh dengan cara anamnesa, pemeriksaan TTV (Tanda - Tanda Vital), pemeriksaan fisik (*Head To Toe*), pemeriksaan HB dan observasi sebelum dan sesudah pemberian buah naga yang dicatat dalam lembar observasi serta pendokumentasian dalam bentuk SOAP.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Asuhan ini dilaksanakan di wilayah kerja Puskesmas Karanganyar Kota Tasikmalaya yang dilakukan selama 7 hari, yang dimulai dari tanggal 27 Juli – 02 Agustus 2022 dengan mengambil 2 sampel ibu nifas 7 hari dengan anemia. Asuhan ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas mengonsumsi buah naga pada ibu nifas dengan anemia sebelum dan sesudah diberikan intervensi serta mengetahui hasil temuan pada hasil anamnesa dari data objektif dan data subjektif.

Hasil nilai HB (Hemoglobin) dari observasi sebelum diberikan intervensi pemberian buah naga untuk meningkatkan nilai Hemoglobin yaitu didapatkan hasil sebagai berikut:

**Tabel 1. Nilai Hemoglobin Sebelum Dilakukan Intervensi**

Responden	Nilai HB	Satuan
Ny. S	10,6	mg/dl
Ny. R	10,1	mg/dl

Tabel di atas memperlihatkan nilai Hemoglobin sebelum diberikannya terapi pemberian buah naga untuk meningkatkan nilai hemoglobin didapatkan hasil pada responden 1 Ny. S didapatkan nilai Hemoglobin sebesar 10,6 mg/dl dan responden 2 Ny. R didapatkan hasil nilai Hemoglobin sebesar 10,1 mg/dl.

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan kedua responden nilai hemoglobin saat nifas berada dalam rentang normal. Menurut Astuti & Riani, (2021) terdapat gejala anemia yang muncul pada ibu nifas yaitu seperti lelah, lemas, sesak nafas ringan dan merasa pusing, serta dapat mengalami perubahan fisiologis seperti salah satunya perubahan sistem kardiovaskuler (Defrin, 2016).

Pada hasil pemeriksaan *head to toe* yang dilakukan pada kedua responden didapatkan hasil konjungtiva tampak pucat dan nilai tekanan darah di bawah normal, maka penulis memberikan pendidikan kesehatan seperti komplikasi pada ibu jika sedang anemia, kebutuhan nutrisi ibu nifas, *personal hygiene*, istirahat yang cukup, tanda bahaya nifas, memberikan asupan buah naga selama 1 minggu dan memberitahukan cara pengolahan buah naga yang benar.

Hasil nilai HB (Hemoglobin) dari observasi setelah diberikan intervensi pemberian buah naga untuk meningkatkan nilai Hemoglobin yaitu didapatkan hasil sebagai berikut:

**Tabel 1. Nilai Hemoglobin Setelah Dilakukan Intervensi**

Responden	Nilai HB	Satuan
Ny. S	12,1	mg/dl
Ny. R	12,3	mg/dl

Tabel di atas memperlihatkan terjadinya peningkatan nilai Hemoglobin setelah diberikannya intervensi pemberian buah naga pada ibu nifas dengan anemia. Nilai Hemoglobin pada Responden 1 Ny. S sebelum dilakukannya intervensi sebesar 10,6 mg/dl dan setelah diberikannya intervensi nilai hemoglobin naik menjadi 12,1 mg/dl. Sedangkan nilai Hemoglobin pada responden pada responden 2 Ny. R sebelum dilakukannya intervensi sebesar 10,1 mg/dl dan setelah diberikannya intervensi mengalami kenaikan menjadi 12,3 mg/dl.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian Sulastri dkk., (2021) yang mengungkapkan cara lain untuk memenuhi kebutuhan zat besi dalam tubuh yaitu dengan cara mengonsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi misalnya kacang hijau dan buah naga.

### KESIMPULAN DAN SARAN

Dengan membandingkan hasil penelitian dengan teori pada pembahasan maka dapat disimpulkan bahwa asuhan kebidanan pada ibu nifas yang mengalami anemia dengan menggunakan terapi pemberian buah naga memberikan efektivitas dan terjadi peningkatan nilai HB setelah diberikan intervensi. Pemberian terapi buah naga dapat di terapkan sebagai terapi komplementer dalam pelayanan asuhan kebidanan pada ibu nifas yang mengalami anemia.

### DAFTAR PUSTAKA

- Anjangsari, A. P. (2012). Hubungan Gizi Pada Ibu Nifas dengan Pemulihan Masa Nifas di Kelurahan Bantar Soka Kecamatan Purwokerto Barat Kabupaten Banyumas. [Http://Repository.Ump.Ac.Id/859/](http://Repository.Ump.Ac.Id/859/), 7-32.
- Astuti, & Riani. (2021). Penelitian Kebidanan Pada Ibu Nifas. *Jurnal Kebidanan*, 17, 146-154.
- Defrin. (2016). Penangan Kegawat daruratan Ibu Nifas Dengan Penyakit Jantung Dan Eksistensi Bidan Indonesia Di Era Uji Kompetensi. *Universitas Andalas Padang*.
- Dinkes Jawa Barat. (2020). Profil Kesehatan Jawa Barat Tahun 2020. *Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat*, 103-111.
- Kasjmir, Y., & All, E. (2018). *Diagnosis Dan Pengelolaan Lupus Eritematosus Sistemik, Rekomendasi Perhimpunan Reumatologi Indonesia*.
- Kementerian Kesehatan RI. (n.d.). Data dan Informasi Kesehatan Indonesia 2019. *Profil Kesehatan Indonesia*, 8, 1-213.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Profil Dinas Kesehatan Kota Tasikmalaya*.
- Noor, M. I., Yufita, E., & Zulfalina. (2016). Identifikasi Kandungan Ekstak Kulit Buah Naga Merah Menggunakan Fourier Transform Infrared (Ftir) Dan Fitokimia. *Journal Of Aceh Physics Society*, 5.
- Pramono, & Noor. (2021). Differences Effect of Supplement Red Dragon With Red Guava Fruit to Increase Hemoglobin and Hematocrit. *Universitas Diponegoro*.
- Rahtyanti, G. C. S., Hadnyanawati, H., & Wulandari, E. (2018). Hubungan Pengetahuan Kesehatan Gigi dan Mulut dengan Karies Gigi pada Mahasiswa Baru Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Jember Tahun Akademik 2016/2017 (Correlation of Oral Health Knowledge with Dental Caries in First Grade Dentistry Students of Jember. *Pustaka Kesehatan*, 6(1), 167. <https://doi.org/10.19184/pk.v6i1.7153>
- Sulastri, M., Suryani, I. S., & Marlina, L. (2021). Efektivitas Kacang Hijau dan Buah Naga Dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin dan Saturasi Oksigen Pada Remaja. *Jurnal Kesehatan Bakti Tunas Husada: Ilmu-Ilmu Keperawatan, Analisis Kesehatan Dan Farmasi*, 21, 119-125.
- Tasri, Y. D., & Tasri, E. S. (2020). Improving clinical records: their role in decision-making and healthcare management-COVID-19 perspectives. *International Journal of Healthcare Management*, 13(4), 325-336. <https://doi.org/10.1080/20479700.2020.1803623>
- WHO. (2021). Diagnosis dan Tatalaksana Anemia Defisiensi Besi Diagnosis and Management of Iron

Deficiency Anemia. *Midwifery Journal*, 1–4.

Widyarningsih, A. (2017). Effect Of Consuming Red Dragon Fruit (*Hylocereus Costaricensis*) Juice On The Levels Of Hemoglobin And Erythrocyte Among Pregnant Women. *Belitung Nursing Journal*. <https://doi.org/10.33546/Bnj.97>