

**PEMBERIAN PISANG AMBON TERHADAP KLIEN DENGAN ANEMIA
UNTUK MENINGKATKAN KADAR HEMOGLOBIN DI DESA
BATU BRAK KABUPATEN LAMPUNG BARAT**

Riska Wandini¹, Nizomi Satria Winata², Andoko^{3*}

¹Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati

²Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati

³Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Malahayati

Email Korespondensi: andoko2013@gmail.com

ABSTRAK

Anemia defisiensi besi adalah anemia yang disebabkan oleh kurangnya zat besi dalam tubuh sehingga kebutuhan besi untuk eritropoiesis tidak cukup ditandai dengan gambaran sel darah merah yang hipokrom mikrositik, kadar besi serum dan saturasi (jenuh) transferrin, faktor makanan dan faktor penyakit. Pengobatan tradisional untuk anemia yaitu dengan mengkonsumsi pisang ambon. Tujuan setelah penyuluhan dan demonstrasi, diharapkan dengan mengkonsumsi pisang ambon kadar hemoglobin klien meningkat. Adapun kegiatan yang dilakukan berupa penyuluhan menggunakan leaflet dan memberikan terapi dengan mengkonsumsi pisang ambon. Terdapat peningkatan kadar hemoglobin klien setelah mengkonsumsi pisang ambon selama 7 hari. Dengan demikian, mengkonsumsi pisang ambon sangat efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada pasien anemia.

Kata Kunci:Pisang Ambon, Anemia, Kadar Hb (hemoglobin)

ABSTRACT

Iron deficiency anemia is anemia caused by a lack of iron in the body so that the need for iron for erythropoiesis is not sufficiently characterized by microcytic hypochromic red blood cells, serum iron levels and transferrin saturation (saturated), dietary factors and disease factors. Traditional treatment for anemia is by consuming ambon bananas. The aim after counseling and demonstration, is expected to consume banana ambon increased client hemoglobin levels. The activities carried out in the form of counseling using leaflets and providing therapy by consuming ambon bananas. There is an increase in the client's hemoglobin level after consuming ambon bananas for 7 days. Thus, consuming ambon bananas is very effective in increasing hemoglobin levels in anemic patients.

Keywords: Ambon banana, anemia, hemoglobin level (hemoglobin)

1. PENDAHULUAN

Anemia adalah masalah kesehatan masyarakat yang mempengaruhi populasi di seluruh dunia. Prevalensi anemia berdasarkan World Health Organization (WHO) dari data yang dikumpulkan tahun 2000 hingga 2010 diperkirakan sekitar 1,6 miliar orang (seperempat dari populasi dunia) menderita anemia (Petry et al., 2016). Rata-rata usia harapan hidup di Negara-negara kawasan asia tenggara adalah 70 tahun, sedangkan usia harapan hidup di Indonesia sendiri termasuk cukup tinggi yaitu 71 tahun, berdasarkan Profil Data Kesehatan Indonesia tahun 2011. WHO mengklasifikasi prevalensi anemia suatu daerah berdasarkan tingkat masalah yaitu berat $\geq 40\%$, sedang $20\%-39,9\%$, ringan $5\% - 19,9\%$ dan normal $\leq 4,9\%$ (Natalia, Sumarmi, & Nadhiroh, 2018).

Berdasarkan estimasi Angka Harapan Hidup di Provinsi Lampung dan Indonesia pada tahun 2000 - 2025 diperkirakan akan meningkat menjadi 73,6 tahun, Bila dilihat berdasarkan Kabupaten/Kota, maka Angka Harapan Hidup (AHH) di Provinsi Lampung terlihat bahwa AHH tertinggi ada di Kota Metro 70,98 dan terendah ada di Kabupaten Pesisir Barat 61,74 sedangkan kabupaten lampung barat berada di posisi nomer dua dibawah sebelum pesisir barat 66,02 (Profil Kesehatan Lampung, 2015). Anemia artinya "kurang darah" didefinisikan sebagai penurunan jumlah total hemoglobin atau jumlah sel darah merah yang menyebabkan pasokan oksigen tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh (Arulprakash, & Umaiorubahan, 2018). Hemoglobin adalah suatu metaloprotein yaitu protein yang mengandung zat besi di dalam sel darah merah yang berfungsi sebagai pengangkut oksigen dari paru-paru keseluruh tubuh (Fitriany, & Saputri, 2018).

Pada tahun 2013, prevalensi anemia pada lansia mencapai 34,2% Pada lansia penurunan konsentrasi hemoglobin di bawah batas normal merupakan hal yang sering dijumpai dan dapat mengakibatkan permasalahan yang serius. Beberapa penelitian menyatakan anemia pada lansia dapat meningkatkan risiko penurunan kekuatan fisik, penurunan kekuatan otot, meningkatnya keletihan, kelemahan, frekuensi jatuh, meningkatkan risiko untuk dirawat di rumah sakit, menaikkan angka mortalitas dan keterbatasan fungsional serta gangguan kognitif pada lansia. 5,6 Prevalensi gangguan fungsi kognitif termasuk demensia meningkat lebih dari 25% terjadi pada kelompok usia 85 tahun ke atas. Idealnya, fungsi kognitif yang baik sangat diperlukan agar seseorang dapat meningkatkan kualitas hidup terutama optimalisasi status fungsional, memulihkan produktifitas, kreatifitas dan perasaan bahagiannya. Oleh karena itu, penurunan fungsi kognitif sebelum waktunya merupakan masalah serius (Zahra, A. L., Putrawan, I. B., & Dharmayuda, T. G., 2019).

Dari data BPS untuk jumlah penduduk yang dilakukan dalam sensus penduduk menunjukkan peningkatan setiap lima tahun sekali. Bahkan BPS sudah memproyeksikan jumlah penduduk di 2020. Untuk jumlah penduduk yang ada di Indonesia, data terakhir tercatat pada tahun 2015 sebesar 238.518.000 jiwa di Indonesia. Diproyeksikan pada 2020 akan meningkat sebanyak 271.066.000 jiwa. Indonesia saat ini sedang menikmati masa bonus demografi di mana jumlah penduduk usia produktif lebih banyak dari usia tidak produktif, yakni lebih dari 68% dari total populasi. Adapun penduduk dengan kelompok umur 0-14 tahun (usia anak-anak) mencapai 66,17 juta jiwa atau sekitar 24,8% dari total populasi. Kemudian penduduk kelompok umur 15-64 tahun (usia produktif) sebanyak 183,36 juta jiwa atau sebesar 68,7% dan kelompok umur lebih dari 65 tahun (usia sudah tidak produktif) berjumlah 17,37 juta jiwa atau sebesar 6,51% dari total populasi Data Statistik Lansia (Badan Pusat Statistik, 2017).

Penyebab lainnya yaitu defisiensi vitamin B₁₂, defisiensi asam folat, perdarahan saluran cerna dan sindroma mielodisplastik pada lansia penderita anemia berbagai penyakit lebih mudah timbul dan penyembuhan penyakit akan semakin lama. Hasil Survey Kesehatan Nasional (Surkesnas) Tahun 2001 menemukan prevalensinya penyakit tidak menular pada usia lanjut di Indonesia antara lain, anemia 46,3% (Jannah, N. U., 2017). Pada individu lansia, hal tersebut merupakan kondisi yang berbahaya, karena secara alami lansia juga mengalami penurunan kemampuan fungsi organ dan metabolisme. Individu lansia yang kadar Hb nya di bawah 10 g/dL perlu mendapat perhatian lebih (Fatmah, 2010) .

Salah satu penelitian terdahulu mengemukakan bahwa Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada dasarnya adalah dengan terapi kausal yaitu melakukan pengobatan pada penyakit yang menjadi penyebab anemia dan pemberian preparat besi untuk mengganti kekurangan besi dalam tubuh. Selain terapi farmakologi dapat juga diberikan terapi non - farmakologi. Pisang ambon salah satu terapi non - farmakologi yang dikonsumsi sebagai makanan pokok di daerah tropis. Pisang ini diperkaya zat besi yang efektif untuk mengendalikan kekurangan zat besi dan hampir seluruhnya dapat di serap tubuh. Pisang ambon juga mengandung vitamin c yang dapat membantu meningkatkan absorpsi besi. Vitamin C meningkatkan absorpsi karena mereduksi besi dalam bentuk ferri menjadi ferro. Vitamin c meningkatkan absorpsi besi dari makanan melalui pembentukan kompleks ferro askorbat. Kombinasi 200mg asam askorbat dengan garam besi dapat meningkatkan penyerapan besi sebesar 25% - 50%. Vitamin C pada Pisang Ambon (*Musa paradisiaca S.*) dan Anemia Defisiensi Besi (Nurul Purna Mahardik, Reni Zuraida, 2016).

2. MASALAH

Alasan saya memilih tempat penyuluhan kesehatan tentang anemia dan demontrasi tentang konsumsi pisang ambon di Desa Batu Brak Kabupaten Lampung Barat ialah karena keluarga saya sendiri memiliki masalah kesehatan anemia, dimana tujuan umum dalam kegiatan ini diharapkan konsumsi pisang ambon dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada klien dengan anemia, dan tujuan khusus dalam kegiatan yaitu asuhan keperawatan, telaah jurnal untuk menentukan intervensi, evaluasi hasil aplikasi intervensi, perbandingan hasil intervensi mengkonsumsi pisang ambon.



Gambar 2.1 Lokasi penyuluhan dan demonstrasi

3. METODE

1. Tujuan Persiapan

Tahap persiapan dari kegiatan adalah pembuatan pre planning, persiapan penyajian leaflet dan demonstrasi, tempat dan alat-alat lainnya disiapkan oleh peneliti. Pembuatan leaflet dibuat pada hari Selasa 12 Mei 2020, pada tanggal 13 Mei 2020 dilakukan penyuluhan, pengecekan kadar hb, dan demonstrasi mengkonsumsi pisang ambon.

2. Tahap Pelaksanaan

Kegiatan ini dengan pemberitahuan kepada klien, dan dilanjutkan penyuluhan, pengecekan asam urat, dan demonstrasi mengkonsumsi pisang ambon.

3. Evaluasi

a. Struktur

Peserta hadir 2 orang yaitu perempuan. Setting tempat sudah sesuai dengan rencana dan perlengkapan yang dilakukan untuk penyuluhan sudah tersedia dan sudah digunakan sebagaimana mestinya. Peran peneliti sebagai moderator, notulen, observer, dan juga fasilitator. Penggunaan bahasa yang dipraktikkan sudah komunikatif dalam penyampaian, klien dapat memahami dan dapat mempraktikkan kembali yang di demonstrasikan.

b. Proses

Pelaksanaan kegiatan dilaksanakan pukul 21.00 s/d 21.45 WIB. Sesuai dengan jadwal yang sudah ditentukan.

c. Hasil

1. Klien dapat memahami dan mengerti tentang anemia
2. Klien dapat memahami dan mengerti tentang tujuan dilakukannya terapi meningkatkan hb dengan mengkonsumsi pisang ambon.
3. Klien dapat memahami dan mengerti tentang manfaat mengkonsumsi pisang ambon.
4. Klien dapat memahami dan mengerti tentang bagaimana cara meningkatkan hb.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode pelaksanaan pemberian konsumsi pisang ambon dilaksanakan pada tanggal 13 Mei 2020 s/d 19 Mei 2020. Penelitian dilakukan selama 7 hari, setelah dilakukan pemberian terapi selama 7 hari didapatkan kadar hemoglobin klien meningkat. Berikut pelaksanaan pengecekan kadar hemoglobin:



Gambar 4.1 pelaksanaan pengecekan kadar hemoglobin

1. Hasil

Tabel 4.1 Evaluasi Kadar Hemoglobin

No.	Inisial Pasien	Tindakan	HariKe		
			1	7	Selisih
1	Ny. R	Hb sebelum dan sesudah terapi	9,7	13	3,3
2	Ny. M	Hb sebelum dan sesudah terapi	10	12	2

2. Pembahasan

Dari hasil evaluasi pada Ny.R dan Ny.M mengalami peningkatan hb setelah klien mengkonsumsi buah pisang ambon selama 7 hari sebelum dimulai terapi kadar hb klien adalah 9,7 dan 10 Dan setelah mengkonsumsi buah pisang kadar hb klien adalah 13 dan 12 ini menunjukkan bahwa pisang ambon dapat meningkatkan hb.

Setiap tahap akhir dari proses keperawatan, perawat menilai atau mengukur keberhasilan dari asuhan keperawatan keluarga yang diberikan kepada keluarga Ny.R dan Ny.M sudah mengerti tentang pengertian, tanda dan gejala, penyebab, serta perawatan dari Anemia, yaitu dengan mengkonsumsi buah pisang ambon Saat dilakukan evaluasi keluarga Ny.R dan Ny.M terlihat lancar menjawab pertanyaan dari perawat.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian terdahulu yang berjudul Pengaruh Konsumsi Buah Pisang Ambon(Musa Paradisiaca Var Sapientum Linn) Terhadap Anemia Pada Ibu Hamil Trimester I (Influence Of Consumption Of Ambon Banana (Musa Paradisiaca Var Sapientum Linn) To Anemia In Trimmester I Pregnant Woman) (Ristu Wiyani & Ika Puspitasari,2018) dan Perbedaan Kadar Hb Sebelum Dan Sesudah

Pemberian Pisang Ambon Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Sumowono (Fenni Dwi Andina, Chichik Nirmasari, & Widayati, 2018), jenis penelitian ini menggunakan pre-eksperimental designs, desain penelitian menggunakan rancangan one group pretest-posttest, karena pada rancangan ini tidak menggunakan kelompok pembandingan (kontrol). Menggunakan teknik total sampel yang berjumlah 11 responden.

Keberhasilan dari intervensi yang diberikan juga dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain karena dukungan keluarga: keluarga percaya dan klien mau mengkonsumsi buah pisang ambon seali mudah didapatkan buah pisang ambon juga tidak terlalu mahal untuk dibeli.

Berdasarkan evaluasi yang telah dilakukan dan dijelaskan diatas menunjukkan kesesuaian dengan teori yang mengatakan bahwa mengkonsumsi buah pisang ambon adalah suatu prosedur/metode untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

5. KESIMPULAN

Terapi non farmakologi mengkonsumsi pisang ambon terbukti dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada penderit anemia, dengan mengkonsumsi pisang ambon sebanyak 3 kali sehari, dimakan setelah berbuka puasa dan saat sahur selama 7 hari. Didapatkan hasil kadar hemoglobin pada Ny. R sebelum diberikan intervensi yaitu 9,7 dan setelah diberikan intervensi selama 7 (tujuh) hari yaitu 13, dan pada Ny. M kadar hemoglobin sebelum diberikan intervensi yaitu 10 dan setelah diberikan intervensi selama 7 (tujuh) hari yaitu 12. Hal ini membuktikan bahwa mengkonsumsi pisang ambon dapat dijadikan alternatif perawatan pada penderita anemia dengan murah dan aman, serta efektif untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Arulprakash, N., & Umaiorubahan, M. (2018). Causes of delayed arrival with acute ischemic stroke beyond the window period of thrombolysis. *Journal of family medicine and primary care*, 7(6), 1248.
- Briawan, D., & Hardinsyah, H. (2010). Non-food Risk Factors of Anemia Among Child-bearing Age Women (15-45 Years) in Indonesia (Faktor Risiko Non-makanan Terhadap Kejadian Anemia Pada Perempuan Usia Subur [15-45 Tahun] Di Indonesia). *Penelitian Gizi dan Makanan (The Journal of Nutrition and Food Research)*, 33(2).
- Damayanti, N. W. U. (2018). Kadar Hemoglobin (Hb) Berdasarkan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Pada Siswi Sma Negeri 1 Tembuku, Bangli (Doctoral dissertation, Politeknik Kesehatan Denpasar).
- Fatmah, F. (2010). Diagnostic test of predicted height model in Indonesian elderly: A study in an urban area. *Medical Journal of Indonesia*, 19(3), 199-204.
- Fitriany, J., & Saputri, A. I. (2018). Anemia Defisiensi Besi. *AVERROUS*, 4(2), 1-14.

- Jannah, N. U. (2017). *Prevalensi anemia dan penyakit dengan anemia pada calon jamaah haji yang berobat di Rumah Sakit Haji Jakarta: studi kasus dari data rekam medis periode 2016* (Bachelor's thesis, UIN Syarif Hidayatullah Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, 2017).
- Kushariyadi, K. (2011). Analisis Hubungan Respons Emosional Dengan Intoleransi Aktivitas Klien Psikogeriatik Di Ruang Psikogeriatik Rsj Dr Radjiman Wediodiningrat Lawang Malang. *Jurnal Keperawatan*, 2(1).
- Lampung, D. (2015). Profil kesehatan lampung. *Lampung: Dinkes Lampung*.
- Mahardika, N. P., & Zuraida, R. (2016). Vitamin C pada Pisang Ambon (*Musa paradisiaca* S.) dan Anemia Defisiensi Besi. *Jurnal Majority*, 5(4), 124-127.
- Natalia, S., Sumarmi, S., & Nadhiroh, S. R. (2017). Cakupan ANC dan cakupan tablet Fe hubungannya dengan prevalensi anemia di Jawa Timur. *Media Gizi Indonesia*, 11(1), 70-76.
- Petry, N., Olofin, I., Hurrell, R. F., Boy, E., Wirth, J. P., Moursi, M., ... & Rohner, F. (2016). The proportion of anemia associated with iron deficiency in low, medium, and high human development index countries: a systematic analysis of national surveys. *Nutrients*, 8(11), 693.
- Statistik, B. P. (2017). Badan Pusat Statistik. Retrieved Februari, 20, 2018.
- Ummah, W. Asuhan Keperawatan Keluarga Ibu Hamil Dengan Anemia Pada Ny. K Dan Ny. F Dengan Masalah Keperawatan Kesiapan Meningkatkan Nutrisi Di Wilayah Kerja Puskesmas Rogotrunan Kabupaten Lumajang Tahun 2018.
- Yuni, E. N. (2015). Buku saku personal hygiene. *Yogyakarta: Nuha Medika*.
- Zahra, A. L., Putrawan, I. B., & Dharmayuda, T. G. (2019). Karakteristik anemia pada lansia di RSUP Sanglah Denpasar pada bulan Januari-Juni 2017. *Intisari Sains Medis*, 10(2), 155-158.