



EFEKTIVITAS PEMBERIAN PISANG AMBON DAN BUAH KURMA TERHADAP EMESIS GRAVIDARUM DI PUSKESMAS LELES KABUPATEN GARUT TAHUN 2023

Ai Nurhayati¹, Gaidha Khusnul Pangestu²

¹Universitas Indonesia Maju

²Universitas Indonesia Maju

E-mail: AiNurhayati@gmail.com

Article History:

Received: 10-09-2023

Revised: 28-09-2023

Accepted: 07-10-2023

Keywords:

Ibu Hamil, Kurma,
Pisang Ambon

Abstract: Prevalensi kejadian mual muntah di Jawa Barat sebesar 13% dari ibu hamil, sedangkan menurut data di Kabupaten Garut tahun 2021, jumlah kasus mual muntah pada kehamilan sekitar 14,2% dari 29.771 ibu hamil. Mual muntah pada kehamilan dapat menimbulkan berbagai dampak pada ibu hamil salah satunya adalah penurunan nafsu makan yang mengakibatkan perubahan keseimbangan elektrolit yakni kalium, kalsium dan natrium sehingga menyebabkan perubahan metabolisme pada tubuh. Pisang ambon mengandung flavonoid serta vitamin B6 yang mampu mengatasi mual muntah pada kehamilan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pemberian pisang ambon dan buah kurma terhadap emesis gravidarum. Penelitian ini menggunakan quasi eksperimen dengan Two Group Pretest Posttest design. Populasi pada penelitian ini ibu hamil trimester I sebanyak 120 orang, teknik sampel menggunakan purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 30 responden. Instrument yang digunakan berupa kuesioner skala PUQE. Analisis data menggunakan uji Paired T-test dan Uji Independent Samples Test. Rata-rata mual muntah pada ibu hamil sebelum pisang ambon sebesar 9,47 dan sesudah diberikan pisang ambon sebesar 6,20. Sedangkan pada kelompok lainnya rata-rata mual muntah sebelum diberikan buah kurma sebesar 9,53 dan sesudah diberikan pisang ambon sebesar 6,33. Hasil bivariat didapatkan p-value 0,000 dan uji independent didapatkan p-value 0,0761. Pemberian pisang ambon dan kurma sama-sama terbukti efektif dalam mengatasi mual muntah pada ibu hamil sehingga tidak terdapat terdapat perbedaan efektivitas antara pisang ambon dan buah kurma terhadap mual muntah. Disarankan kepada ibu hamil untuk meningkatkan pengetahuan tentang bagaimana cara mengatasi mual muntah pada kehamilan salah satunya yaitu dengan cara mengkonsumsi pisang ambon dan kurma.

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses fisiologis yang terjadi pada wanita yang dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin, lamanya kehamilan normal yaitu 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari pertama haid terakhir. Kehamilan terbagi dalam 3 trimester, dimana trimester kesatu berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke- 13 hingga ke-27) Permasalahan pada trimester pertama yaitu perasaan mual muntah akibat kadar estrogen meningkat (Prawirohardjo, 2016).

Mual dan muntah atau dikenal dengan emesis gravidarum merupakan salah satu tanda awal kehamilan bagi orang awam dikarenakan siklus menstruasi yang panjang sehingga sebagian ibu hamil baru menyadari bahwa dirinya hamil setelah mengalami mual muntah. Emesis gravidarum menyebabkan rasa tidak nyaman karena adanya perasaan pusing, perut kembung dan badan terasa lemas disertai keluarnya isi perut melalui mulut dengan frekuensi kurang dari 5 kali sehari pada ibu hamil trimester 1. Emesis gravidarum jika tidak segera diatasi dapat menjadi hal yang patologis (Rachmawati, 2018).

Menurut WHO pada tahun 2019 emesis gravidarum terjadi diseluruh dunia dengan angka kejadian mencapai 12.5 % dari seluruh kehamilan. Angka kejadian emesis gravidarum yang terjadi di dunia sangat beragam yaitu 10.8% di China, 2.2% di Pakistan, 1-3% di Indonesia, 1.9% di Turki, 0.9% di Norwegia, 0.8% di Canada, 0.5% di California, 0,5%-2% di Amerika . Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2018 ibu hamil sebesar 228/100.000 perempuan, yang mengalami emesis Gravidarum sebesar 26%. Sedangkan pada tahun 2019 jumlah ibu hamil sebesar 359/100.000 perempuan, dan yang mengalami emesis gravidarum dalam kehamilan diperkirakan sebesar 32% (Kemenkes, 2016). Menurut data di Jawa Barat pada tahun 2021 kejadian mual muntah sebesar 13% dari ibu hamil mengalami mual muntah (Dinkes Jabar, 2021), sedangkan menurut data di Kabupaten Garut tahun 2021, jumlah kasus mual muntah pada kehamilan sekitar 14,2% dari 29.771 ibu hamil (Dinkes Garut, 202).

Selama hamil ibu mengalami perubahan fisik, sosial dan emosional di lingkungan keluarga. Setiap kehamilan juga dapat berkembang menjadi masalah atau komplikasi setiap saat. Itu sebabnya mengapa ibu hamil memerlukan pemantauan selama kehamilannya (Maternity, 2018). Mual dan muntah pada kehamilan merupakan reaksi tubuh ibu terhadap perubahan yang terjadi akibat kehamilan. Kehamilan mempengaruhi sistem tubuh, baik secara hormonal, fisik maupun psikologi. Mual dan muntah merupakan salah satu tanda penting awal kehamilan. Hal tersebut sudah diketahui minimal sejak masa Hippocrates. Mual dan muntah biasanya timbul sejak usia gestasi 5 minggu, yang dihitung berdasarkan hari pertama haid terakhir (HPHT), dan mencapai puncak pada usia gestasi 8 hingga 12 minggu serta berakhir pada usia gestasi hingga 16 hingga 18 minggu. Mual dan muntah terjadi karena pengaruh HCG, tonus otot-otot traktus digestivus menurun sehingga kemampuan bergerak seluruh traktus digestivus juga berkurang. Komplikasi mual dan muntah terjadi pada primigravida sekitar 60- 80% dan terjadi pada multigravida sekitar 40- 60% (M Rohmah, 2018).

Mual muntah pada kehamilan dapat menimbulkan berbagai dampak pada ibu hamil salah satunya adalah penurunan nafsu makan yang mengakibatkan perubahan keseimbangan elektrolit yakni kalium, kalsium dan natrium sehingga menyebabkan perubahan metabolisme pada tubuh. Dampak lain dari mual muntah juga dapat mengakibatkan kehilangan berat badan sekitar 5% karena kandungan karbohidrat, protein dan lemak terpakai untuk energi (Desmariyenti, 2022). Apabila mual muntah berkelanjutan menjadi hiperemesis gravidarum maka akan mengakibatkan gangguan pada

kehamilan misalnya ibu akan mengalami syok, dehidrasi, ketidakseimbangan cairan dan elektrolit, dan dapat terjadi robekan pada lambung dan selaput jaringan esophagus akibat terlalu sering muntah. Sedangkan risiko pada janin akan mengalami prematur, tumbuh kembang janin terhambat, bayi lahir dengan berat badan rendah, dan apgar score bayi kurang dari tujuh (Utama, 2021).

Salah satu cara farmakologis yang bisa digunakan dalam mengurangi emesis gravidarum ialah dengan mengonsumsi piridoksin (vitamin B6). Suplementasi multivitamin secara khusus dapat menurunkan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil. Vitamin B6 merupakan koenzim yang berperan dalam metabolisme lipid, karbohidrat dan asam amino, Vitamin B6 merupakan ko-enzim berbagai jalur metabolisme protein dimana peningkatan kebutuhan protein pada trimester I diikuti peningkatan asupan vitamin B6. Selain terapi yang bersifat farmakologis keluhan hiperemesis gravidarum dapat diatasi dengan menggunakan pendekatan non farmakologis diantara adalah dengan mengonsumsi pisang ambon (*Musa paradisiaca*) yang banyak kandungan flavonoid serta vitamin B6 yang mampu mengatasi mual muntah pada kehamilan. Cara mengonsumsi pisang ambon ini adalah hanya dengan keadaan matang dan tanpa diolah terlebih dahulu (Dewi, 2020).

Pisang ambon (*Musa paradisiaca*) banyak mengandung asam folat atau vitamin B6 yang larut dalam air yang diperlukan untuk membuat asam nukleat dan haemoglobin dalam sel darah merah. Pisang yang diperkaya vitamin B6 dapat menetralkan asam lambung dan meningkatkan pencernaan. Selain itu pisang juga mengandung 467 mg kalium dan ibu hamil perlu 2.000 mg kalium setiap harinya (Dewi, 2020).

Penelitian dilakukan oleh Putri (2022) tentang Efektivitas Pemberian Pisang Ambon (*Musa paradisiaca*) dengan Vitamin B6 dalam Menurunkan Intensitas Mual Muntah pada Ibu Hamil TM I di Klinik Lina. Pemberian vitamin B6 secara tunggal maupun pemberian vitamin B6 ditambah dengan pisang ambon dapat berperan secara efektif dalam mengatasi hiperemesis gravidarum. Akan tetapi pemberian vitamin B6 ditambah dengan pisang ambon dapat lebih efektif dibandingkan pemberian vitamin B6 secara tunggal dalam mengatasi hiperemesis gravidarum (Putri, 2022).

Bahan lain yang digunakan dalam penanganan mual muntah adalah Kurma. Kurma (*Phoenix dactylifera*) memiliki berbagai macam kandungan nutrisi dan dapat berfungsi sebagai obat. Buah kurma yang memiliki kandungan karbohidrat, triptofan, omega-3, vitamin C, vitamin B6, Ca²⁺, Zn, dan Mg dapat digunakan sebagai suplemen nutrisi (Nugroho et al., 2017). Buah kurma memiliki kandungan gizi yang cukup tinggi terutama sebagai sumber gula dan mengandung senyawa yang berperan sebagai antioksidan. Pada ibu hamil yang mengalami mual muntah akan mengalami dehidrasi karena banyak kehilangan cairan dan peningkatan asam lambung yang diakibatkan pengosongan lambung yang sering. Sari kurma dapat digunakan sebagai suplemen nutrisi akan menekan jumlah asam lambung sehingga akan mengurangi keluhan mual muntah (Nugroho et al., 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Purnamasari (2023) tentang Pengaruh Pemberian Buah Kurma Ajwa Terhadap Penurunan Morning Sickness Pada Ibu Hamil Trimester I. Hasil penelitian menunjukkan Setelah diberikan perlakuan buah kurma ajwa pada kelompok eksperimen, menunjukkan adanya penurunan gejala morning sickness yang signifikan, dimana dari 8 orang, sebanyak 4 orang (50,0%) sebelumnya mengalami morning sickness ringan. Setelah diberikan perlakuan mengalami penurunan morning sickness sebanyak 6 orang (75,0%) ada pada kategori tidak muntah. Responden yang

mengonsumsi buah kurma ajwa secara rutin dan sesuai dengan SOP yang ada menunjukkan adanya penurunan kejadian morning sickness sehingga ibu merasa nyaman dengan kondisinya saat hamil.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Pemberian Pisang Ambon dan Buah Kurma terhadap Emesis Gravidarum di Puskesmas Leles Kabupaten Garut Tahun 2023”.

LANDASAN TEORI

Kehamilan

Pengertian Kehamilan

Kehamilan merupakan suatu proses alamiah dan fisiologis. Setiap wanita yang memiliki organ reproduksi sehat, jika mengalami menstruasi dan melakukan hubungan seksual dengan seorang pria yang organ reproduksinya sehat, sangat besar kemungkinannya terjadi hamil (Mandriwati et al, 2016).

Kehamilan didefinisikan sebagai fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahir nya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan menurut kalender internasional. Kehamilan terbagi menjadi 3 trimester, dimana trimester satu berlangsung dalam 12 minggu, trimester kedua 15 minggu (minggu ke-13 hingga ke-27), dan trimester ketiga 13 minggu, minggu ke-28 hingga ke-40 (Sarwono, 2013).

Mual Muntah pada Kehamilan

Pengertian

Mual dan muntah atau dalam bahasa medis disebut emesis gravidarum atau morning sickness merupakan suatu keadaan mual yang terkadang disertai muntah (frekuensi kurang dari 5 kali). Selama kehamilan sebanyak 70-85% wanita mengalami mual muntah (Wegrzyniak, dkk, 2012). Dari hasil penelitian Lecasse (2009) dari 367 wanita hamil, 78,47% mual muntah terjadi pada trimester pertama, dengan derajat mual muntah yaitu 52,2% mengalami mual muntah ringan, 45,3% mengalami mual muntah sedang dan 2,5% mengalami mual muntah berat. Pada trimeter dua, 40,1% wanita masih mengalami mual muntah dengan rincian 63,3% mengalami mual muntah ringan, 35,9% mengalami mual muntah sedang dan 0,8% mengalami mual muntah berat (Irianti et al, 2014).

Pisang Ambon

Definisi Pisang Ambon

Pisang ambon (*Musa Paradisiaca L*) adalah tumbuhan berbatang lunak. Biasanya tumbuhan ini berbatang cukup tinggi. Tingginya dapat mencapai 2-8 meter dengan daun yang panjangnya mencapai 3,5 meter. Tiap psudostem dapat menghasilkan satu batang buah warna hijau yang saat masak menjadi kuning atau merah. 1 Buah pisang rata-rata beratnya masing-masing 125 gr yang terdiri dari 75% Air dan 25% bahan padat . buah dilapisi kulit ataupun daging pusat dapat dikonsumsi mentah atau dimasak. Buah pisang kaya dengan Vitamin B6, vitamin C, dan kalium (Agoes, 2015).

Kurma

Buah kurma merupakan produk dari pohon palem kurma yang masuk dalam keluarga Arecaceae. Pohon kurma merupakan salah satu tanaman tertua yang masih terpelihara didunia, hasil panen dari pohon kurma ini sebagian besar menjadi sumber penghasilan di wilayah Afrika Utara dan Timur Tengah, meskipun pohon kurma juga

tumbuh dibebarepa wilayah didunia. Produksi kurma didunia mengalami peningkatan hampir tiga kali lipat dari 40 tahun lalu yang mencapai 7,68 juta ton pada tahun 2010. Kurma memiliki berbagai macam nutrisi penting yang bermanfaat sebagai obat untuk beberapa penyakit (Munziah, 2021).

METODE PENELITIAN

Menurut Sujarweni (2014), desain penelitian pada hakikatnya merupakan suatu strategi untuk mencapai tujuan penelitian yang telah ditetapkan dan berperan sebagai pedoman atau penentuan peneliti pada seluruh proses penelitian. Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang menggunakan desain Two Group Pretest Posttest yakni rancangan eksperimen yang dilakukan pada dua kelompok berbeda yang mendapatkan perlakuan yang berbeda. Model ini lebih sempurna jika dibandingkan dengan model pertama, karena sudah menggunakan tes awal (pretest) kemudian setelah diberikan perlakuan dilakukan pengukuran (posttest) lagi untuk mengetahui akibat dari perlakuan itu, sehingga besarnya efek dari eksperimen dapat diketahui dengan pasti. Kelompok pertama responden akan mendapatkan terapi pisang ambon dan kelompok kedua akan mendapatkan terapi buah kurma. Hasil yang diperoleh adalah untuk mengidentifikasi perbedaan efektivitas pemberian pisang ambon dan buah kurma terhadap emesis gravidarum.

HASIL DAN PEMBAHASAN

4.1 Hasil Penelitian

Pada bab ini peneliti menyajikan hasil penelitian dan pembahasan dari pengumpulan data dengan judul “Efektivitas Pemberian Pisang Ambon dan Buah Kurma terhadap Emesis Gravidarum di Puskesmas Leles Kabupaten Garut Tahun 2023”. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli-Agustus 2023 PMB Puskesmas Leles Kabupaten Garut. Pada penelitian ini jumlah sampel sebanyak 30 ibu hamil trimester I yang mengalami mual muntah/emesis dan terbagi dalam dua kelompok yaitu kelompok yang diberi pisang ambon sebanyak 15 orang, dan kelompok yang diberikan buah kurma sebanyak 15 orang. Hasil penelitian disajikan dalam dua bagian yaitu hasil univariat dan hasil bivariat. Hasil univariat menyajikan distribusi frekuensi responden berdasarkan mual muntah sebelum dan sesudah diberikan intervensi, sedangkan hasil bivariat menyajikan efektivitas pemberian pisang ambon dan buah kurma terhadap mual muntah serta perbandingan efektivitas pemberian pisang ambon dan buah kurma terhadap emesis gravidarum.

4.1.1 Hasil Univariat

4.1.1.1 Gambaran Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Diberikan Pisang Ambon pada Ibu Hamil

Tabel 4.1.

Gambaran Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Diberikan Pisang Ambon pada Ibu Hamil di Puskesmas Leles Kabupaten Garut Tahun 2023

Hasil	Kelompok Pisang Ambon			
	M in	N a x	Mean	SD
Pre-Test	8	1 1	9,47	0,9 15

Post-Test	4	8	6,20	1,2 65
-----------	---	---	------	-----------

Berdasarkan tabel 4.1. menunjukkan bahwa dari 15 responden pada kelompok pisang ambon sebelum diberikan intervensi diperoleh hasil mual muntah berdasarkan skala PUQE dengan skor paling rendah sebesar 8, skor paling tinggi sebesar 11, dan skor rata-rata sebesar 9,47 dengan standar deviasi 0,915. Setelah diberikan intervensi diperoleh hasil mual muntah berdasarkan skala PUQE dengan skor paling rendah sebesar 4, skor paling tinggi sebesar 8, dan skor rata-rata sebesar 6,20 dengan standar deviasi 1,265.

Tabel 4.2.
Gambaran Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Diberikan Buah Kurma pada Ibu Hamil di Puskesmas Leles Kabupaten Garut Tahun 2023

Hasil	Kelompok Buah Kurma			
	Min	Max	Mean	SD
Pre-Test	8	11	9,53	0,9 15
Post-Test	5	8	6,33	1,1 13

Berdasarkan tabel 4.2. menunjukkan bahwa dari 15 responden pada kelompok buah kurma sebelum diberikan intervensi diperoleh hasil mual muntah berdasarkan skala PUQE dengan skor paling rendah sebesar 8, skor paling tinggi sebesar 11, dan skor rata-rata sebesar 9,53 dengan standar deviasi 0,915. Setelah diberikan intervensi diperoleh hasil mual muntah berdasarkan skala PUQE dengan skor paling rendah sebesar 5, skor paling tinggi sebesar 8, dan skor rata-rata sebesar 6,33 dengan standar deviasi 1,113.

4.1.2 Hasil Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui ada atau tidaknya perbedaan hasil *pre test* dan *post test* antara kelompok pisang ambon dan kelompok buah kurma, serta perbedaan *post test* pada kelompok pisang ambon dan kelompok buah kurma. Setelah dilakukan uji normalitas data menggunakan SPSS v.25 dengan uji *Shapiro-Wilk* maka hasilnya adalah sebagai berikut:

Tabel 4.3.
Hasil Uji Normalitas

Kelompok Pisang ambon	N	<i>p-value</i>	Keterangan
Pre-Tes	15	0,082	Normal
Post-Tes	15	0,155	Normal
Kelompok Buah kurma			
Pre-Tes	15	0,082	Normal
Post-Tes	15	0,074	Normal

Berdasarkan tabel 4.3. diketahui nilai *p-value* untuk semua data $> 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal, sehingga uji analisis data yang digunakan adalah uji parametrik yaitu uji *Paired T-test* dan *Independent T-test* dengan hasil analisis sebagai berikut:

4.1.2.1 Hasil Analisis Uji *Paired T-test*

Tabel 4.4.

Efektivitas Pemberian Pisang Ambon terhadap Emesis Gravidarum di Puskesmas Leles Kabupaten Garut Tahun 2023

Kelompok	N	Kelompok Pisang ambon		<i>p-value</i>
		Mean	Std. Dev	
<i>Pretes</i>	15	9,47	0,915	0,000
<i>Posttest</i>	15	6,20	1,265	

Berdasarkan tabel 4.4. diperoleh nilai *p-value* sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian pisang ambon efektif dalam mengatasi mual muntah pada ibu hamil.

Tabel 4.5.

Efektivitas Pemberian Buah Kurma terhadap Emesis Gravidarum di Puskesmas Leles Kabupaten Garut Tahun 2023

Kelompok	N	Kelompok Pisang ambon		<i>p-value</i>
		Mean	Std. Dev	
<i>Pretes</i>	15	9,53	0,915	0,000
<i>Posttest</i>	15	6,33	1,113	

Berdasarkan tabel 4.4. diperoleh nilai *p-value* sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian buah kurma efektif dalam mengatasi mual muntah pada ibu hamil.

4.1.2.2 Hasil Analisis Uji *Independent Samples Test*

Sebelum melakukan uji independent, peneliti melakukan uji normalitas data terlebih dahulu dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.6. Uji Homogenitas

Kelompok	N	<i>Post-Test</i>	
		Mean	<i>sig</i>
Kelompok Pisang Ambon	15	6,20	0,732
Kelompok Buah Kurma	15	6,33	

Berdasarkan tabel 4.6. diperoleh nilai *signifikansi* pada *posttest* kelompok power poin dan kelompok audio visual $> 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa varian semua kelompok data adalah sama (homogen).

Tabel 4.7.
Perbandingan Efektivitas Pemberian Pisang Ambon dan Buah Kurma Terhadap Emesis Gravidarum di Puskesmas Leles Kabupaten Garut Tahun 2023

Kelompok	<i>Post-Test</i>		<i>p-value</i>	N
	Mean	Std. Dev		
Pisang Ambon	6,20	1,265	0,761	30
Buah Kurma	6,33	1,113		

Berdasarkan tabel 4.7. diperoleh nilai *p-value* sebesar $0,761 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan efektivitas antara pisang ambon dan buah kurma terhadap mual muntah pada ibu hamil.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Diberikan Pisang Ambon

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden pada kelompok pisang ambon sebelum diberikan intervensi diperoleh hasil mual muntah berdasarkan skala PUQE dengan skor paling rendah sebesar 8, skor paling tinggi sebesar 11, dan skor rata-rata sebesar 9,47 dengan standar deviasi 0,915. Setelah diberikan intervensi diperoleh hasil mual muntah berdasarkan skala PUQE dengan skor paling rendah sebesar 4, skor paling tinggi sebesar 8, dan skor rata-rata sebesar 6,20 dengan standar deviasi 1,265.

PUQE merupakan sistem penilaian untuk mengukur tingkat keparahan mual muntah kehamilan dalam 24 jam. Skor PUQE untuk setiap pasien dihitung dengan menggunakan tiga kriteria untuk menilai keparahan mual muntah selama kehamilan (jumlah jam merasakan mual, jumlah episode muntah, dan jumlah episode muntah kering dalam 24 jam terakhir). Skor PUQE dihitung dengan menambahkan nilai-nilai dari masing-masing kriteria, dan dapat berkisar dari minimal 1 sampai maksimal 15, dengan menambahkan nilai-nilai dari masing-masing kriteria yaitu: 1. 3 : Tidak Muntah 2. 4-7 : Ringan 3. 8-11 : Sedang 4. 12-15 : Berat (Birkeland E, et.al. 2015).

Mayoritas ibu hamil yang mengalami mual muntah hanya mengerti bahwa mual muntah yang dialami ibu hamil hanya dapat diatasi dengan penggunaan obat, sedangkan penggunaan obat-obatan pada ibu hamil sangat berpengaruh pada janin yang sedang dikandung. Untuk mengatasi hal tersebut ibu hamil selain mengkonsumsi obat-obatan untuk mengatasi mual muntah, ibu bisa mencoba berbagai buah yang dianjurkan seperti buah pisang yang dapat mengatasi mual (Rohmah et al., 2017).

Pisang merupakan makanan terbaik karena mengandung vitamin yang diperlukan oleh ibu hamil. Mengkonsumsi pisang ambon (*Musa paradisiaca*) yang banyak kandungan flavonoid serta vitamin B6 yang mampu mengatasi mual muntah pada kehamilan. Cara mengkonsumsi pisang ambon ini adalah hanya dengan keadaan matang dan tanpa diolah terlebih dahulu (Dewi, 2020).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ratna Dewi (2020) Hasil penelitian secara deskriptif, didapatkan rata-rata mual dan muntah pada kelompok eksperimen sebelum pemberian pisang adalah 22.50 dimana berada pada kategori berat mengalami penurunan emesis saat post menjadi 15.50 berada pada kategori emesis sedang, sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata mual dan muntah sebelum diberikan vitamin B6 adalah 18.20 berada pada kategori sedang mengalami penurunan emesis saat post menjadi 8.35 berada

pada kategori ringan. dapat disimpulkan kedua kelompok setelah diberikan intervensi mengalami penurunan intensitas mual dan muntah.

Asumsi peneliti berdasarkan hasil penelitian bahwa terjadi penurunan frekuensi mual muntah ditandai dengan skor PUQE yang menurun antara sebelum mengkonsumsi pisang dan sesudah mengkonsumsi pisang, hal ini menunjukkan bahwa penurunan mual muntah tersebut dapat disebabkan oleh intervensi yang diberikan secara rutin, karena dalam pisang memiliki banyak kandungan yang dapat membantu ibu hamil dalam menurunkan mual muntah.

4.2.2 Mual Muntah Sebelum dan Sesudah Diberikan Buah Kurma

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 15 responden pada kelompok buah kurma sebelum diberikan intervensi diperoleh hasil mual muntah berdasarkan skala PUQE dengan skor paling rendah sebesar 8, skor paling tinggi sebesar 11, dan skor rata-rata sebesar 9,53 dengan standar deviasi 0,915. Setelah diberikan intervensi diperoleh hasil mual muntah berdasarkan skala PUQE dengan skor paling rendah sebesar 5, skor paling tinggi sebesar 8, dan skor rata-rata sebesar 6,33 dengan standar deviasi 1,113.

Menurut Manuaba (2016) penanganan emesis gravidarum antara lain dengan memberikan penjelasan tentang kehamilan yang fisiologis, makan dalam frekuensi sedikit tapi sering, hindari makanan yang berlemak dan berminyak, terapi, isolasi, terapi psikologis, cairan parenteral, penghentian kehamilan. Triptofan yang terkandung dalam kurma yang masuk kedalam tubuh akan diubah menjadi 5- hydroxytryptophan, kemudian diubah menjadi hormone serotonin, melatonin dan nicotinamide. Hasil perubahan L-tryptophan dapat memicu peningkatan serotonin pada sel saraf dan dapat mengubah mood, sedangkan melatonin dapat membantu kualitas tidur. Hal ini sesuai dengan penjelasan menurut manuaba penanganan hiperemesis salah satunya dengan terapi psikologis. Sedangkan vitamin B6 berfungsi untuk mengolah protein menjadi asam amino dan mencerna karbohidrat dan lemak sehingga tubuh dapat memperoleh nutrisi dan energi. Selain itu vitamin B6 juga berfungsi untuk mengurangi mual pada ibu hamil atau hiperemesis gravidarum. Terapi lain dengan pemberian buah kurma mabrum yang efektif dapat mengurangi morning sickness pada ibu hamil trimester I (Siwi, 2019).

Pemberian buah kurma yang diberikan selama 1 minggu berturut-turut menunjukkan hasil bahwa konsumsi buah kurma dapat mengurangi rasa sakit di perut, dimana kandungan di dalam buah kurma yakni asam folat, vitamin dan kalsium yang dapat memblokir serotonin yaitu suatu neurotransmitter yang disintesis pada neuron-neuron serotoninergis dalam sistem saraf pusat dan sel-sel enterokromafin dalam saluran pencernaan sehingga dipercaya dapat sebagai pemberi perasaan nyaman dalam perut dan dapat mengatasi mual muntah.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sri Ayu Arianti (2021) menunjukkan bahwa dari 27 orang ibu hamil yang mengalami perubahan setelah pemberian kurma menjadi mual kadang-kadang dan tidak mual dan 23 orang ibu hamil mengalami perubahan menjadi tidak muntah setelah diberikan kurma, dilihat dari rata-rata kejadian mual pada ibu hamil sebelum pemberian kurma yaitu 1.8333 dengan standar deviasi 0.37905 dan rata-rata kejadian mual pada ibu hamil setelah pemberian kurma yaitu 1.2000 dengan standar deviasi 0,71438.

Menurut asumsi peneliti bahwa setelah mengkonsumsi kurma menunjukkan adanya pengurangan mual muntah. Hal ini disebabkan oleh kandungan dari kurma yang kaya akan asam folat sehingga membantu ibu dalam mengurangi rasa kurang nyaman di perut dan mual muntahpun dapat berkurang. Selain itu ibu yang rutin mengkonsumsi

kurma menjadikan tubuh ibu yang lemas menjadi lebih baik, menjadi lebih sehat kembali sehingga kondisi mual dan muntah dapat teratasi. Ibu yang mengkonsumsi buah kurma akan memberikan kenyamanan dalam perut ibu sehingga mampu menghilangkan rasa mual dan muntah. Dengan mengkonsumsi buah kurma secara teratur selain bermanfaat bagi nutrisi ibu hamil juga ibu akan merasa gizinya terpenuhi.

4.2.3 Efektivitas Pemberian Pisang Ambon terhadap Emesis Gravidarum

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai p-value sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian pisang ambon efektif dalam mengatasi mual muntah pada ibu hamil.

Salah satu cara farmakologis yang bisa digunakan dalam mengurangi emesis gravidarum ialah dengan mengonsumsi piridoksin (vitamin B6). Suplementasi multivitamin secara khusus dapat menurunkan intensitas mual dan muntah pada ibu hamil. Vitamin B6 merupakan koenzim yang berperan dalam metabolisme lipid, karbohidrat dan asam amino, Vitamin B6 merupakan ko-enzim berbagai jalur metabolisme protein dimana peningkatan kebutuhan protein pada trimester I diikuti peningkatan asupan vitamin B6. Selain terapi yang bersifat farmakologis keluhan hiperemesis gravidarum dapat diatasi dengan menggunakan pendekatan non farmakologis diantara adalah dengan mengkonsumsi pisang ambon (*Musa paradisiaca*) yang banyak kandungan flavonoid serta vitamin B6 yang mampu mengatasi mual muntah pada kehamilan. Cara mengkonsumsi pisang ambon ini adalah hanya dengan keadaan matang dan tanpa diolah terlebih dahulu (Dewi, 2020).

Pisang ambon (*Musa paradisiaca*) banyak mengandung asam folat atau vitamin B6 yang larut dalam air yang diperlukan untuk membuat asam nukleat dan haemoglobin dalam sel darah merah. Pisang yang diperkaya vitamin B6 dapat menetralkan asam lambung dan meningkatkan pencernaan. Selain itu pisang juga mengandung 467 mg kalium dan ibu hamil perlu 2.000 mg kalium setiap harinya (Dewi, 2020).

Hasil tersebut sesuai dengan hasil penelitian Rohmah yang didapatkan hasil ada pengaruh pemberian konsumsi pisang ambon (*Musa Paradisiaca. L*) terhadap penurunan intensitas mual dan muntah Ibu hamil trimester I mengkonsumsi pisang ambon dipercaya dapat mengurangi mual muntah saat hamil karena kandungan B6 yang terdapat dalam pisang ambon. Pisang merupakan makanan terbaik karena mengandung asam folat atau vitamin B6 yang larut dalam air. Pisang yang diperkaya vitamin B6 dapat menetralkan asam lambung dan meningkatkan pencernaan. Kandungan piridoksin atau B6 dalam pisang ambon dapat mengatasi mual muntah saat hamil. Piridoksin atau B6 dalam pisang ambon mengurangi mual muntah dengan cara mengubah protein dari makanan menjadi asam amino yang diserap dan dibutuhkan dalam tubuh, selain itu piridoksin juga mengubah karbohidrat menjadi energi. Peranan ini memungkinkan piridoksin mengatasi mual dan muntah jika transit lambung memanjang ketika hamil.

Penelitian dilakukan oleh Putri (2022) tentang Efektivitas Pemberian Pisang Ambon (*Musa paradisiaca*) dengan Vitamin B6 dalam Menurunkan Intensitas Mual Muntah pada Ibu Hamil TM I di Klinik Lina. Pemberian vitamin B6 secara tunggal maupun pemberian vitamin B6 ditambah dengan pisang ambon dapat berperan secara efektif dalam mengatasi hiperemesis gravidarum. Akan tetapi pemberian vitamin B6 ditambah dengan pisang ambon dapat lebih efektif dibandingkan pemberian vitamin B6 secara tunggal dalam mengatasi hiperemesis gravidarum (Putri, 2022).

Menurut asumsi peneliti emesis gravidarum dapat diatasi dengan non farmakologis dengan mengkonsumsi pisang ambon, pisang ambon merupakan pisang yang

mengandung vitamin B6 yang dapat mengurangi mual muntah pada ibu hamil. Berdasarkan hasil penelitian diatas, peneliti berpendapat bahwa emesis gravidarum dapat berkurang dengan mengkonsumsi pisang ambon. Vitamin B6 yang terkandung didalam Pisang ambon yang dapat membantu mengurangi intensitas mual muntah pada ibu hamil. Kandungan B6 yang mampu meningkatkan pengembangan sel saraf pada otak janin. Bahkan dalam penggunaan vitamin B6 yang sesuai dengan takaran mampu mengatasi atau menurunkan emesis gravidarum.

4.2.4 Efektivitas Pemberian Pisang Ambon terhadap Emesis Gravidarum

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai p-value sebesar $0,000 < 0,05$ sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian buah kurma efektif dalam mengatasi mual muntah pada ibu hamil.

Bahan lain yang digunakan dalam penanganan mual muntah adalah Kurma. Kurma (*Phoenix dactylifera*) memiliki berbagai macam kandungan nutrisi dan dapat berfungsi sebagai obat. Buah kurma yang memiliki kandungan karbohidrat, triptofan, omega-3, vitamin C, vitamin B6, Ca²⁺, Zn, dan Mg dapat digunakan sebagai suplemen nutrisi (Nugroho et al., 2017). Buah kurma memiliki kandungan gizi yang cukup tinggi terutama sebagai sumber gula dan mengandung senyawa yang berperan sebagai antioksidan. Pada ibu hamil yang mengalami mual muntah akan mengalami dehidrasi karena banyak kehilangan cairan dan peningkatan asam lambung yang diakibatkan pengosongan lambung yang sering. Sari kurma dapat digunakan sebagai suplemen nutrisi akan menekan jumlah asam lambung sehingga akan mengurangi keluhan mual muntah (Nugroho et al., 2017).

Penelitian yang dilakukan oleh Purnamasari (2023) tentang Pengaruh Pemberian Buah Kurma Ajwa Terhadap Penurunan Morning Sickness Pada Ibu Hamil Trimester I. Hasil penelitian menunjukkan Setelah diberikan perlakuan buah kurma ajwa pada kelompok eksperimen, menunjukkan adanya penurunan gejala morning sickness yang signifikan, dimana dari 8 orang, sebanyak 4 orang (50,0%) sebelumnya mengalami morning sickness ringan. Setelah diberikan perlakuan mengalami penurunan morning sickness sebanyak 6 orang (75,0%) ada pada kategori tidak muntah. Responden yang mengkonsumsi buah kurma ajwa secara rutin dan sesuai dengan SOP yang ada menunjukkan adanya penurunan kejadian morning sickness sehingga ibu merasa nyaman dengan kondisinya saat hamil.

Asumsi peneliti terhadap hasil penelitian bahwa kurma merupakan sumber asam amino yang dapat memperbaiki fungsi gastrointestinal yang dapat mengurangi peningkatan asam lambung diakibatkan ibu tidak dapat mengkonsumsi makanan karena mual dan muntah selama kehamilan. Ibu yang mengkonsumsi buah kurma akan memberikan kenyamanan dalam perut ibu sehingga mampu mengurangi rasa mual dan muntah dengan konsumsi buah kurma secara teratur selain bermanfaat bagi ibu hamil juga ibu akan merasakan gizi nya terpenuhi sehingga kurma dapat efektif meringankan gejala emesis gravidarum.

4.2.5 Perbandingan Efektivitas Pemberian Pisang Ambon dan Buah Kurma Terhadap Emesis Gravidarum

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh nilai p-value sebesar $0,761 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat perbedaan efektivitas antara pisang ambon dan buah kurma terhadap mual muntah pada ibu hamil.

Peneliti berasumsi berdasarkan hasil penelitian penggunaan pisang ambon sedikit lebih unggul dalam mengatasi mual muntah yaitu dengan penurunan skor dari 9,47

menjadi 6,20 artinya terdapat penurunan sebesar 3,27 dibandingkan dengan pemberian buah kurma dimana skor awal 9,53 menjadi 6,33 artinya ada penurunan skor sebesar 3,2 sehingga terdapat selisih penurunan skor sebesar 0,07. Namun secara statistik tidak terdapat perbedaan yang bermakna hal ini ditunjukkan dengan p-value sebesar 0,761 artinya tidak terdapat perbedaan yang bermakna antara pemberian pisang ambon dan buah kurma untuk mengatasi mual muntah pada ibu hamil hal ini menunjukkan pemberian intervensi tersebut terbukti sama-sama efektif dalam menurunkan mual muntah. Tidak adanya perbedaan tersebut dalam arti penggunaan keduanya sama-sama dapat mengatasi mual muntah.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan perhitungan statistik yang dijelaskan pada BAB sebelumnya, maka peneliti dapat menarik simpulan sebagai berikut:

- 1) Rata-rata skor mual muntah sebelum diberikan pisang ambon sebesar 9,47 dan sesudah diberikan pisang ambon sebesar 6,20.
- 2) Rata-rata skor mual muntah sebelum diberikan buah kurma sebesar 9,53 dan sesudah diberikan pisang ambon sebesar 6,33.
- 3) Pemberian pisang ambon dan buah kurma terbukti efektif dalam mengatasi mual muntah pada ibu hamil dengan p-value 0,000.
- 4) Tidak terdapat perbedaan efektivitas antara pisang ambon dan buah kurma terhadap mual muntah pada ibu hamil p-value 0,761.

SARAN

Bagi Klien

Diharapkan hasil penelitian ini dapat berguna bagi klien khususnya ibu hamil dan masyarakat untuk mengobati gejala mual dan muntah salah satunya mengkonsumsi pisang ambon dan buah kurma untuk mengurangi penggunaan obat-obatan. Responden juga dapat terus mengkonsumsi kurma dan pisang ambon selama hamil karena manfaat dari kurma dan pisang ambon yang sangat baik bagi kehamilan.

Bagi Tenaga Kesehatan

Mampu membantu tenaga kesehatan khususnya bidan dalam melakukan asuhan pada ibu hamil yang mengalami emesis gravidarum dengan menggunakan terapi non farmakologi serta menjadi masukan yang berguna dalam meningkatkan pelayanan kebidanan pada kehamilan.

Bagi Institusi Pendidikan

Mampu memantapkan penguasaan fungsi keilmuan yang dipelajari selama mengikuti program perkuliahan di UIMA Prodi Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan dan sarana pengembangan wawasan serta pengalaman dalam menganalisis permasalahan khususnya dalam ruang lingkup kesehatan ibu dan anak.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Desmariyenti, Desmariyenti. (2022). "Efektivitas Pisang Ambon (*Musa paradisiaca*. L) terhadap Frekuensi Emesis Gravidarum Pada Ibu Hamil Trimester I." *Jurnal Kebidanan* 2.2: 45-48.
- [2] Dewi, Ratna, and Rahmi Rahmi. (2020). "Efektivitas pemberian pisang kepok (*Musa paradisiaca formatipyca*) dan vitamin B 6 dalam menurunkan intensitas emesis gravidarum pada ibu hamil." *Jurnal SAGO Gizi dan Kesehatan* 1.2: 180-184.

- [3] Dinkes Garut, (2021). Profil Kesehatan Kabupaten Garut tahun 2021, Dinas Kesehatan Kabupaten Garut, Garut.
- [4] Dinkes Jabar, (2021). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2020, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, Bandung.
- [5] Kementerian Kesehatan RI, (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Kemenkes RI, Jakarta.
- [6] M. Rohmah, S. Natalia, and Anggriani, (2018). "Pengaruh Konsumsi Pisang Ambon (*Musa Paradisiaca*.L) Terhadap Penurunan Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil Trimester I," *J. STIKES Surya MItra Husada Kediri*, vol. 1, no. 2, pp. 1–8,
- [7] Maternity, D., Yantina, Y., & Putri, R. D. (2018). *Buku Asuhan Kebidanan Patologis*. Binarupa Aksara.
- [8] Nugroho, S. M., Masruroh, & Maydianasari, L. (2017). Sari Kurma (*Phoenix dactylifera*) Sebagai Suplemen Nutrisi Untuk Menambah Kadar Haemoglobin Pada Tikus Putih Betina (*Rattus Norvegicus*). *Jurnal Medika Respati*, 12(2), 62–67.
- [9] Prawirohardjo, Sarwono. (2016). *Ilmu Kebidanan*. Edisi 4 Cetakan 5. Jakarta: PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- [10] Putri, Maidina. (2022). "Efektivitas Pemberian Pisang Ambon (*Musa paradisiacal*) dengan Vitamin B6 Dalam Menurunkan Intensitas Mual Muntah Pada Ibu Hamil TM 1 di Klinik Lina Hinai Kiri Kec. Secanggang." *Jurnal Ilmiah Kebidanan Imelda* 8.2: 61-65.
- [11] Rachmawati, A. D., & Milanda, T. (2018). Review Artikel: Terapi Mual Dan. Muntah Selama Masa Kehamilan. *Farmaka Suplemen*, Vol 16 No 3.
- [12] Utama, Y. K., Rachmawati, R., Hartini, L., Yaniarti, S., & Baska, D. Y. (2021). Hubungan Paritas dengan Kejadian emesis gravidarum pada Ibu Hamil Trimester I di Puskesmas Anggut Atas Kota Bengkulu Tahun 2020 (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Bengkulu).
- [13] Kemenkes RI. (2019). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia* (Vol. 42, Issue 4).
- [14] Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan. (2018). Hasil Utama Riset Kesehatan Dasar. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/hasil-risikesdas-2018.pdf>
- [15] Kumar, K. P. S., Bhowmik, D., Duraivel, S., & Umadevi, M. (2012). Traditional and Medicinal Uses of Banana. *Journal of Pharmacognosy and Phytochemistry Traditional*, 1(3), 51–63.
- [16] Mahardika, N. P., & Zuraida, R. (2016). Vitamin C pada Pisang Ambon (*Musa paradisiaca* S.) dan Anemia Defisiensi Besi. *Majority*, 5(4), 124–127.
- [17] Masturoh, I., & T, N. A. (2018). *Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan Badan Pengembangan dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan (Metodologi Penelitian Kesehatan)*.
- [18] Merryana Adriani. (2012). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Kencana.
- [19] Purna Mahardika, N., & Zuraida, R. (2016). Vitamin C pada Pisang Ambon (*Musa paradisiaca* S.) dan Anemia Defisiensi Besi. 5, 124–127. <http://elib.fk.uwks.ac>.
- [20] Purwandari Atik, F. L., & Anggreani Dalema. (2019). Pemanfaatan Jambu Biji Merah Dan Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 7(1), 29–37.

- <http://journal.thamrin.ac.id/index.php/jikmht/article/view/252/366>
- [21] Purwanto. (2018). Teknik Penyusunan Instrumen Uji Validitas Dan Reliabilitas Penelitian Ekonomi Syariah. In StaiaPress (Issue December). StaiaPress. https://drive.google.com/file/d/1RBVxcqdLwX4a9f-Wrt-GHOXliN_wjDp-/view
- [22] Putri, T. K., Veronika, D., Ismail, A., Karuniawan, A., Maxiselly, Y., Irwan, A. W., & Sutari, W. (2015). Pemanfaatan jenis-jenis pisang (banana dan plantain) lokal Jawa Barat berbasis produk sale dan tepung. *Kultivasi*, 14(2), 63–70. <https://doi.org/10.24198/kultivasi.v14i2.12074>
- [23] Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2019). BUKU REFERENSI Metode Orkes-Ku (Raport Kesehatanku) dalam Mengidentifikasi Potensi kejadian Anemia Gizi pada Remaja.
- [24] Reni, N. dan. (2014). Vitamin C pada pisang Ambon dan Anemia Defisiensi Besi.
- [25] Riyanto, A. (2019a). Metodologi Penelitian Kesehatan. Nuha Medika.
- [26] Riyanto, A. (2019b). Statistik Deskriptif untuk Kesehatan. Nuha Medika.
- [27] Riyanto, A. (2020). Pengolahan dan Analisis Data Kesehatan. Nuha Medika.
- [28] Saputri, N. S. M. (2019). Gambaran pola makan pada remaja putri dengan anemia.
- [29] Sugiyono. (2016). Statistika untuk Penelitian (Bandung). Alfabeta
- [30] Suryana, D. (2018). Manfaat Buah. Mintra Google Buku. <https://books.google.co.id/books?id=MUR0DwAAQBAJ&pg=PA456&dq=macam+buah+dan+kandungannya&hl=id&sa=X&ved=2ahUKEwjnPPz0OjuAhVJ6XMBHR1qCdYQ6AEwAHoECAUQAg#v=onepage&q=macam buah dan kandungannya&f=false>
- [31] Tonasih, Rahmatika Siti Difta, S. D., & Irawan, A. (2019). Efektifitas Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Terhadap Peningkatan Hemoglobin (Hb) Di STIKes Muhammadiyah Cirebon. *Jurnal SMART Kebidanan*, 6(2), 106– 113. <https://doi.org/10.34310/sjkb.v6i2.292>
- [32] Utama, L. J., Sembiring, A. C., & Sine, J. G. L. (2018). Perilaku sarapan pagi kaitannya dengan status gizi dan anemia pada anak sekolah dasar. *Jurnal Gizi Indonesia (The Indonesian Journal of Nutrition)*, 7(1), 63–68. <https://doi.org/10.14710/jgi.7.1.63-68>
- [33] Wandini, R., Winata, N. S., & Andoko. (2021). Pemberian Pisang Ambon Terhadap Klien Dengan Anemia Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Di Desa Batu Brak Kabupaten Lampung Barat. *Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 9860, 256–262