



**PENERAPAN PEMBERIAN  
PISANG AMBON DENGAN**

# **ANEMIA**

**PADA IBU HAMIL**



Wedyah Wahyu, S.Kp.M.Kep

PENERAPAN PEMBERIAN  
PISANG AMBON DENGAN

# ANEMIA

PADA IBU HAMIL

Anemia pada ibu hamil dapat berdampak buruk terhadap mortalitas dan morbiditas pada ibu dan bayi. Dampak dari anemia pada masa kehamilan adalah pertumbuhan janin yang lambat atau intra uterine growth retardation (IUGR), kelahiran bayi prematur, berat bayi dengan lahir rendah (BBLR), serta peningkatan risiko kematian neonatus. Efek anemia yang dirasakan oleh ibu pada masa kehamilan adalah ibu mudah merasakan sesak nafas, kelelahan, papiitasi, mengalami gangguan tidur, meningkatkan risiko perdarahan pada saat persalinan, menyebabkan preeklamsi, serta sepsis. Pencegahan anemia dapat dilakukan pengobatan relatif secara mudah dan murah. Salah satu alternatifnya adalah mengonsumsi buah pisang ambon untuk memenuhi asupan zat besi bagi pasien anemia. Mengonsumsi pisang dapat menjadi solusi bagi ibu hamil yang mengalami anemia.



eureka  
media akhara

Anggota IKAPI  
No. 225/7E/2021

☎ 0858 5343 1992

✉ eurekamediaaksara@gmail.com

📍 Jl. Banjaran RT.20 RW.10

Bojongsari - Purbalingga 53362

ISBN 978-623-151-888-0



9 786231 518880

# **PENERAPAN PEMBERIAN PISANG AMBON DENGAN ANEMIA PADA IBU HAMIL**

Wedya Wahyu, S.Kp., M.Kep.



**eureka**  
**media aksara**

**PENERBIT CV. EUREKA MEDIA AKSARA**

**PENERAPAN PEMBERIAN PISANG AMBON  
DENGAN ANEMIA PADA IBU HAMIL**

**Penulis** : Wedya Wahyu, S.Kp., M.Kep.

**Desain Sampul** : Eri Setiawan

**Tata Letak** : Salsabela Meiliana Wati

**ISBN** : 978-623-151-888-0

Diterbitkan oleh : **EUREKA MEDIA AKSARA,  
NOVEMBER 2023  
ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH  
NO. 225/JTE/2021**

**Redaksi** :

Jalan Banjaran, Desa Banjaran RT 20 RW 10 Kecamatan  
Bojongsari Kabupaten Purbalingga Telp. 0858-5343-1992  
Surel: eurekamediaaksara@gmail.com

Cetakan Pertama : 2023

**All right reserved**

Hak Cipta dilindungi undang-undang  
Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian  
atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun dan  
dengan cara apapun, termasuk memfotokopi,  
merekam, atau dengan teknik perekaman lainnya tanpa  
seizin tertulis dari penerbit

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT yang telah memberikan limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis berhasil menyelesaikan buku yang berjudul “Penerapan Pemberian Pisang Ambon Dengan Anemia Pada Ibu Hamil”.

Penulis berterima kasih atas segala dukungan baik materil dan moril yang telah diberikan dalam proses penyusunan buku ini. Penulis berharap agar buku ini dapat dimanfaatkan dan menjadi salah satu referensi . Penulis menyadari bahwa dalam penulisan buku ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik, saran dan masukan demi lebih sempurnanya buku ini.

Padang, November 2023

Wedya Wahyu, S.Kp., M.Kep.

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>iii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>v</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
<b>BAB 2 KEHAMILAN.....</b>	<b>7</b>
A. Konsep Kehamilan.....	7
B. Anemia .....	37
C. Hemoglobin.....	48
D. Asuhan Keperawatan Teoritis Pada Ibu Hamil dengan Anemia .....	54
<b>BAB 3 DIAGNOSA KEPERAWATAN .....</b>	<b>62</b>
A. Asuhan Keperawatan .....	62
B. Rencana Tindak Lanjut .....	71
<b>BAB 4 PENUTUP .....</b>	<b>72</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>74</b>
<b>TENTANG PENULIS.....</b>	<b>83</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Nilai Batas Anemia pada Perempuan .....	39
--	----



**PENERAPAN PEMBERIAN PISANG AMBON  
DENGAN ANEMIA PADA IBU HAMIL**

**Penulis:**

**Wedya Wahyu, S.Kp., M.Kep.**





# BAB 1 | PENDAHULUAN



## A. Latar Belakang

Serangkaian peristiwa yang diawali dengan konsepsi dan akan berkembang sampai menjadi fetus yang aterm dan diakhiri dengan proses persalinan disebut dengan kehamilan. (Rahmawati & Wulandari, 2019). Hampir seluruh wanita hamil akan mengalami ketidaknyamanan yang berhubungan dengan perubahan anatomi dan fisiologi seperti mual, muntah, mengidam, perubahan kulit, anoreksia (tidak ada nafsu makan), payudara menjadi tegang dan membesar, dan sering

# BAB 2 | KEHAMILAN



## A. Konsep Kehamilan

### 1. Pengertian Kehamilan dari Beberapa Sumber

Kehamilan adalah suatu proses alamiah dan fisiologis. Federasi Obstetri Ginekologi Internasional mengatakan kehamilan adalah proses fertilisasi atau penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi atau implantasi, dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, menurut kalender internasional kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 10 bulan atau 9 bulan. Kehamilan dibagi menjadi

# BAB 3

## DIAGNOSA KEPERAWATAN



### A. Asuhan Keperawatan

#### 1. Diagnosa Keperawatan

Diagnosa keperawatan yang ditegakkan pada klien diangkat berdasarkan Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI). Berdasarkan data yang dikaji dari klien dapat diangkat tiga diagnosa keperawatan yaitu resiko cedera pada ibu dibuktikan dengan penyakit penyerta hipertensi, gangguan rasa nyaman berhubungan dengan gangguan adaptasi

# BAB 4 | PENUTUP

Konsumsi pisang ambon merupakan salah satu terapi komplementer nonfarmakologis yang bisa digunakan pada pasien hipertensi kronik selama kehamilan. Pisang mengandung sebagian besar karbohidrat dan nutrisi yang tinggi serat dan kalium. Buah pisang mempunyai kandungan kalium yang tinggi dapat membantu mengurangi dan menurunkan tekanan darah. Kalium adalah kation intraseluler yang prioritas dalam tubuh. Asupan kalium yang rendah dapat meningkatkan tekanan darah, sehingga kalium sangat penting untuk menstabilkan tekanan darah penderita hipertensi. Pada proses implementasi *evidence based practice* terdapat keterbatasan yaitu waktu pengukuran tekanan darah hanya dapat dilakukan satu kali sehari di pagi hari, sementara konsumsi pisang ambon yang dianjurkan pagi dan sore. Rencana tindak lanjut dari asuhan keperawatan adalah menganjurkan klien untuk tetap menerapkan *evidence based practice* mengkonsumsi pisang ambon dikarenakan ibu terindikasi hipertensi kronik. Pisang ambon dapat membantu tubuh mengekresikan cairan lebih cepat

## DAFTAR PUSTAKA

- Afiyah , R.K. (2015). Konsumsi Teh Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah BPS Ny. Nur Isnafiyah Bringin Wetan Taman Sidoarjo. *Jurnal Keperawatan Maternitas*, Volume 3 (2), 143-151.
- Anggraini, D. D. (2018). Faktor Predisposisi Ibu Hamil dan Pengaruhnya terhadap Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Besi (Fe) dan Anemia pada Ibu Hamil. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(1), 9-22.  
<https://doi.org/10.30994/sjik.v7i1.141>
- Anjarwati. (2016). Hubungan Dukungan Suami Dengan Kepatuhan Ibu Hamil Dalam Mengonsumsi Tablet Fe. Diakses tanggal 08 Juli 2023.  
<http://download.portalgaruda.org/>
- Ariani, R. (2016). Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Ibu Hamil TM III di Wilayah Kerja Puskesmas Mojolaban Kabupaten Sukoharjo. Naskah Publikasi.
- Astriana, W.(2017). Kejadian anemia pada ibu hamil ditinjau dari paritas dan usia.
- Aisyah : *Jurnal Ilmu Kesehatan* 2(2) 2017, 123-230.
- Astutik, R. Y., & Ertiana, D. (2018). Anemia dalam Kehamilan. Jember: CV.Pustaka Abadi.
- Badan Pusat Statistik. (2023). Berita Resmi Statistik Menurut Provinsi. Januari. BPS Sumatera Barat.

- Besuni, A., Jafar, N., & Indriasari, R. (2013). Hubungan Asupan Zat Gizi Pembentuk Sel Darah Merah dengan Kualitas Hemoglobin pada Ibu Hamil di Kabupaten Gowa. Universitas Hasanuddin. Makassar.
- Budiono & Pertami. (2015). Konsep dasar keperawatan. Jakarta: Bumi Medika.
- Bulkis, A. ST. (2013). Hubungan Pola Konsumsi Dengan Status Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Kabupaten Gowa Tahun 2013. Skripsi. Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Hasanuddin Makassar. Makassar.  
<http://repository.unhas.ac.id/bitstream/handle/123456789/5529/JURNAL.pdf> (Diunduh 06 Juli 2023).
- Depkes RI, 2018. Profil Kesehatan Indonesia, Depkes RI. Jakarta.
- Deswani, dkk. (2018). Asuhan Keperawatan Prenatal dengan Pendekatan Neurosains. Malang: Wineka Media
- Elysabeth, D., Libranty, G., & Natalia, S. (2015). Hubungan Tingkat Pendidikan Perawat Dengan Kompetensi Aplikasi Evidence-Based Practice. *Jurnal Skolastik Keperawatan*, 1(1), 14–20.
- Fajrin, F. I., Nikmah, K., & Agustina, L. (2022). Pemahaman Anemia Dalam Kehamilan Melaluikelas Ibu Hamil. *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 6(5), 6–9.  
<https://doi.org/10.31764/jmm.v6i5.10055>

- Fatimah & Nuryaningsih. (2017). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jakarta.
- Gultom, L., & Hutabarat. (2020). *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Sidoarjo: Zifatama Jawara
- Guspaneza, E., & Martha, E. (2019). Analisis Faktor Penyebab Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Indonesia (Analisis Data SDKI 2017). *Jurnal Kesehatan Masyarakat Aceh*, 5(2), 399–406.
- Hardiani, Choirunnisa, R., & Rifiana, A. J. (2020). Pengaruh Pisang Ambon Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil di Klinik FS Munggaran Kabupaten Garut.
- Irdan, & Herman. (2020). Identifikasi Potensi Bahaya, Penilaian dan Pengendalian Penyakit Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Puuwatu Kota Kediri. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 01(1), 84–89. <https://stikesk-kendari.e-journal.id/JIKK/article/view/445/295>
- Irianto . (2016). *Memahami berbagai Penyakit*. Bandung : Alfabeta
- Kemenkes RI. (2018). *Buku Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019*.

- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Ibu Hamil pada Masa Pandemi Covid-19 Bagi Tenaga Kesehatan
- K.S.S, A., Dwi Aryana, M. B., Wijaya Surya, I. G. N., & Fajar Manuaba, I. B. G. (2019). Karakteristik Anemia Pada Kehamilan Di Poliklinik Kebidanan RSUP Sanglah. *Jurnal Medika Udayana*, 8(7), 1-7.
- Labir, I. K., Widarsa, T., Suwiyoga, K., Labir, I. K., Widarsa, T., & Suwiyoga, K. (2013). Anemia ibu hamil trimester I dan II meningkatkan risiko kejadian berat bayi lahir rendah di RSUD Wangaya Denpasar Anemia among pregnant women first and second trimester increases risk for low birth weight babies in Wangaya Hospita. *Public Health and Preventive Medicine Archive*, 1, 28-34.  
<https://media.neliti.com/media/publications/21518-ID-anemia-ibu-hamil-trimester-i-dan-ii-meningkatkan-risiko-kejadian-berat-bayi-lahi.pdf>
- Laili, F dan Wartini, E. (2017). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu hamil. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 3(3), hal 152-156. Universitas Kadiri.  
<https://doi.org/10.33024/jkm.v3i3.621>. Diakses pada tanggal 10 Juli 2023.



- Mail, E. (2020). Pregnant Mother Of Trimester II And III Pregnant To Change Physiological. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 83–88.  
<https://doi.org/10.35890/jkdh.v9i2.143>
- Maria F. Masana et al. Dietary Patterns and Their Association with Anxiety Symptoms among Older Adults: The ATTICA Study. *Nutr MDPI* [Internet]. 2019;11(6):1250. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6627391/>
- Mariza, A. (2016). Hubungan Pendidikan dan Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di BPS T Yohan Way Halim Bandar Lampung Tahun 2015. *Jurnal Kesehatan Holistik*. 10(1): 5-8.
- Marni dan Margiyati. (2014). Konsep Kebidanan untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Maryani, S., Amalia, R., & Nurmalita Sari, M. H. (2020). Pijat Hamil Sebagai Terapi Non Farmakologis Dalam Penanganan Ketidaknyamanan Kehamilan Trimester Iii. *Jurnal Sains Kebidanan*, 2(2), 15–20.  
<https://doi.org/10.31983/jsk.v2i2.6477>
- Mutoharoh, S., Putri, A., Dewi, S., & Astuti, D. P. (2021). Pisang Ambon sebagai Upaya Meningkatkan Kadar Haemoglobin (Hb) Ibu Hamil Trimester Tiga dengan Anemia. *The 13th University Research Colloquium 2021*, 844–849.

- Nurhidayati, D.R. (2013). Analisis Faktor Penyebab Terjadinya Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Tawang Sari Kabupaten Sukoharjo.
- Oktaviani, I., Makalew, L., & Solang, S. (2016). Profil Haemoglobin Pada Ibu Hamil Dilihat Dari Beberapa Faktor Pendukung. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 4(1), 90985.
- PPNI. (2017). Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia. Jakarta : DPP PPNI
- PPNI. (2018). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Jakarta : DPP PPNI
- PPNI. (2019). Standar Luaran Keperawatan Indonesia. Jakarta: DPP PPNI
- Pratami, E. (2019). Evidence Based Dalam Asuhan Kebidanan. Jakarta: EGC
- Prawirohardjo, S. (2018). Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Puspitasari, P., Aliviameita, A., Rinata, E., Yasmin, R. A. Y., & Saidah, S. N. (2020). Perbedaan Hasil Pemeriksaan Hemoglobin Antara Metode Point of Care Testing Dengan Metode Sianmethemoglobin Pada Ibu Hamil. *Jurnal Analis Kesehatan*, 9(1), 24. <https://doi.org/10.26630/jak.v9i1.2113>
- Rahmawati, A., & Wulandari, R. C. L. (2019). Influence of Physical and Psychological of Pregnant Women Toward Health Status of Mother and Baby. *Jurnal Kebidanan*, 9(2), 148–152. <https://doi.org/10.31983/jkb.v9i2.5237>

- Sari, S. I. P., Harahap, J. R., & Helina. S. (2022).  
Anemia Kehamilan. Pekanbaru:Taman Karya.
- Savard, C., Lemieux, S., Weisnagel, S.J., Bisson, B.F.,  
Gagnon, C., Robitaille, J., & Morisset, A.S. (2018).  
*Trimester-Specific Dietary Intakes in a Sample of  
French-Canadian Pregnant Women in Comparison  
with National Nutritional Guideline*. MDPI. 10(6) :  
768.
- Siregar, N. Y., Noya, F., & Candriasih, P. (2022).  
*Pengaruh Konsumsi Buah Pisang Ambon ( Musa  
Paradisiaca var Sapientum Linn ) terhadap  
Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil dengan  
Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Kayamanya*.  
16(2), 157-163.  
<https://jurnal.poltekkespalu.ac.id/index.php/JIK/article/view/919>
- Siregar, R. S. (2019). Implementasi Keperawatan  
Sebagai Wujud Dari Perencanaan Keperawatan  
Guna Meningkatkan Status Kesehatan Klien.  
*Journal Keperawatan*, 3(42), 23-26.  
<https://osf.io/8ucph/download>
- Sjahriani, Tessa dan Faridah, Vera. (2019). Faktor-  
Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian  
Anemia Pada Ibu Hamil.Jurnal Kebidanan Vol 5,  
No 2.
- Sulistyoningsih. (2012). Gizi untuk Kesehatan Ibu dan  
Anak (Issue 16).

- Sunuwar, D. R., Sangroula, R. K., Shakya, N. S., Yadav, R., Chaudhary, N. K., & Pradhan, P. M. S. (2019). Effect of nutrition education on hemoglobin level in pregnant women: A quasi-experimental study. *PLoS ONE*, 14(3), 1–12. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0213982>
- Wasiah, A. (2020). Hubungan Keteraturan Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kembangbahu Lamongan. *Jurnal Ilmiah : J-HESTECH*, Vol. 3 No. 1.
- Wati, U. S., & Kurniawati, T. (2021). Prosiding Seminar Nasional Kesehatan 2021 Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Gambaran Pengetahuan Dan Perilaku Tentang Remaja : Literature Review Prosiding Seminar Nasional Kesehatan 2021 Lembaga Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas. 302– 308.
- Wibowo, N dkk. (2021). *Anemia Defisiensi Besi Pada Kehamilan*. Jakarta : UI Publishing Anggota IKAPI & APPTI, Jakarta.
- Widianto, R., Purbayanti, D., & Ardina, R. (2021). Perbedaan Hasil Pemeriksaan Hemoglobin dengan Point of Care Testing (POCT) pada Sampel Darah Vena dan Kapiler. *Borneo Journal of Medical Laboratory Technology*, 4(1), 267–271. <https://doi.org/10.33084/bjmlt.v4i1.2956>

- Wiyani, R., & Puspitasari, I. (2018). 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 Trimester I Pregnant Woman). *Jurnal Darul Azhar*, 6(1), 69–75.
- Wulandari, Priharyanti dan Dwi Retnaningsih, E. A. (2018), “Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Tingkat Kecemasan pada Ibu Primigravida Trimester II Dan III Di Studio Qita Yoga Kecamatan Semarang Selatan Indonesia”. dalam *Journal Keperawatan*, 9(1), h. 25–34
- Yuni, N.E. (2017). *Kelainan Darah*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Yunita et al. (2018). Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Kepatuhan Ibu Hamil Mengonsumsi Tablet Zat Besi (Fe) Di Wilayah Kerja Puskesmas Tirtajaya Kecamatan Bajuin Tahun 2018. *Jurkessia*, 3(3)

## TENTANG PENULIS

### **Wedya Wahyu, S.Kp., M.Kep.**

Penulis adalah staf pengajar pada Fakultas Keperawatan Universitas Andalas dengan jabatan Asisten Ahli. Penulis termasuk star pengajar pada Bidang Keperawatan Maternitas. Penulis menyelesaikan Pendidikan S1 Keperawatan Pada Universitas Indonesia tahun 2001. Tahun 2020, penulis menyelesaikan Pendidikan S2 dibidang Keperawatan