

EFEKTIFITAS PEMBERIAN SUPLEMEN KALSIMUM DAN BUAH PISANG AMBON TERHADAP PERUBAHAN TEKANAN DARAH PADA IBU HAMIL HIPERTENSI GESTASIONAL

Desi Evitasari dan Rina Nuraeni

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) YPIB Majalengka Jawa Barat, Indonesia
Email: desievtasari30@gmail.com dan rinasyifa79@gmail.com

Abstract

This study aims to determine the effectiveness of calcium supplement and Gros Michel banana on blood pressure among pregnant women with gestational hypertension at DTP Sumberjaya Unit Majalengka District. This was a pre-experimental study with a comparative design. The population in this study were all pregnant women for ANC visit at Sumberjaya Unit Majalengka District and the samples were 30 pregnant women who had gestational hypertension, which were assigned into two groups, namely 15 people who were treated with calcium supplement and Gros Michel banana (experimental group), whereas 15 people were only given calcium supplementation (control group). The results showed that the mean blood pressure among pregnant women in the experimental group before consuming calcium supplement and Gros Michel banana fruit was 148.6 mmHg and after consuming calcium supplements and Gros Michel banana it was 133.3 mmHg. The administration of calcium supplement and Gros Michel banana was effective for the changes in blood pressure among pregnant women with gestational hypertension (\square value = 0.005). It is recommended that healthcare providers provide care for pregnant women who experience gestational hypertension by administering calcium supplement and Gros Michel banana, motivating women to control blood pressure regularly to healthcare providers, and advising women to consume foods that can lower blood pressure other than Gros Michel banana such as melon, avocado, oranges, spinach and so on.

Keywords: *Gestational Hypertension; Calcium Supplement; Gros Michel banana*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian suplemen kalsium dan pisang Ambon terhadap perubahan tekanan darah ibu hamil. Jenis penelitiannya menggunakan penelitian pre-eksperimen dengan desain komparatif. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang melakukan ANC ke UPTD Puskesmas DTP Sumberjaya Kabupaten Majalengka dan sampelnya adalah ibu hamil yang mengalami hipertensi gestasional sebanyak 30 orang yang terbagi menjadi dua kelompok yaitu 15 orang yang diberi perlakuan suplemen kalsium dan pisang ambon (eksperimen), sedangkan 15 orang yang diberi perlakuan suplemen kalsium saja (kontrol). Hasil penelitian menunjukkan bahwa tekanan darah pada ibu hamil kelompok eksperimen sebelum mengonsumsi suplemen kalsium dan buah pisang ambon diperoleh rata-rata sebesar 148,6 mmHg dan sesudah mengonsumsi

suplemen kalsium dan buah pisang ambon diperoleh rata-rata sebesar 133,3 mmHg. Pemberian suplemen kalsium dan buah pisang ambon ternyata efektif terhadap perubahan tekanan darah pada ibu hamil hipertensi gestasional (p value = 0,005). Disarankan petugas kesehatan agar memberikan asuhan kepada ibu hamil yang mengalami hipertensi gestasional dengan mengkonsumsi kalsium dan buah pisang Ambon, memotivasi ibu untuk melakukan kontrol tekanan darah secara teratur kepada petugas kesehatan, serta menyarankan ibu untuk mengkonsumsi makanan untuk menurunkan tekanan darah selain pisang ambon seperti melon, alpukat, jeruk, bayam dan sebagainya.

Kata kunci: Hipertensi Gestasional; Suplemen Kalsium; Buah Pisang Ambon

Pendahuluan

Menjaga dan memelihara kesehatan ibu mulai dari kehamilan, persalinan dan nifas merupakan prioritas dalam pelayanan kebidanan. Salah satu penyakit pada kehamilan yang mendapat perhatian dunia adalah hipertensi gestasional (Manuaba, 2012). Menurut data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2016, angka hipertensi gestasional di seluruh dunia adalah 0,51%-38,4%. Di negara berkembang, angka kejadian hipertensi gestasional berkisar antara 5-6%. Di dunia, 80% kematian ibu hamil disebabkan karena perdarahan pasca persalinan adalah 25%, hipertensi pada ibu hamil sebesar 12%, partus macet sebesar 8%, aborsi sebesar 13% dan karena sebab lain (7%) (Anggraeni, Nurdiati, & Padmawati, 2016 dalam WHO, 2016).

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia saat ini masih bisa dikategorikan tinggi dibanding negara lainnya di Asia, pada tahun 2015 sebesar 305 per 100.000 kelahiran hidup. Masih terjadinya kematian ibu, hal ini disebabkan karena masih banyaknya ibu hamil risiko tinggi yang salah satunya adalah terkena hipertensi gestasional (Kemenkes RI, 2019). Proporsi penyebab utama kematian ibu karena hipertensi gestasional di Indonesia sejak tahun 2014 sampai tahun 2017 selalu meningkat berbeda dengan penyebab kematian lainnya yaitu perdarahan dan infeksi yang cenderung menurun. Pada tahun 2014, hipertensi gestasional berkontribusi sebesar 21,5%, tahun 2015 sebesar 24,7%, tahun 2016 sebesar 26,9% dan tahun 2017 naik menjadi 27,1% (Kemenkes RI, 2019). Jumlah kematian ibu di Propinsi Jawa Barat pada tahun 2017 diketahui sebanyak 804 kematian dengan AKI sebesar 86,3 per 100.000 kelahiran hidup. Penyebab kematian ibu yaitu perdarahan sebesar 25%, infeksi sebesar 15%, hipertensi gestasional sebesar 13%, aborsi sebesar 13%, sepsis sebesar 10%, serta partus lama sebesar 8% (Barat, 2018).

Hipertensi gestasional dapat berakibat buruk bagi ibu dan janinnya. Sehingga hipertensi gestasional perlu dicegah baik secara farmakologis maupun non farmakologis karena dampaknya dapat berisiko seperti kurangnya aliran darah ke plasenta sehingga pertumbuhan janin lambat dan berat lahir rendah, abrupsia plasenta yaitu dimana plasenta terpisah dari dinding dalam rahim sebelum persalinan, kelahiran prematur dan berdampak pada penyakit jantung (Marmi, 2014).

Efektifitas Pemberian Suplemen Kalsium dan Buah Pisang Ambon terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Ibu Hamil Hipertensi Gestasional

Menelaah data dan dampak dari hipertensi gestasional, maka ibu hamil perlu mendapatkan perhatian melalui upaya pencegahan secara farmakologis dan non farmakologis. Secara farmakologis WHO merekomendasikan suplementasi kalsium 1500-2000 mg/hari pada ibu hamil adalah bagian dari antenatal care (ANC) untuk pencegahan hipertensi pada masa kehamilan dan cara alternatif non farmakologis yaitu dengan mengkonsumsi buah pisang Ambon.

Hasil studi pendahuluan di UPTD Puskesmas DTP Sumberjaya Kabupaten Majalengka, pencegahan dan penanganan hipertensi gestasional yaitu dengan cara farmakologis yaitu dengan pemberian kalsium pada ibu hamil setiap hari. Sedangkan cara non farmakologis dengan pemberian buah pisang Ambon belum dijadikan sebagai salah satu asuhan. Hal inilah yang menjadi urgensi penelitian ini untuk memberikan informasi pada bidang pelayanan kesehatan pada ibu hamil dalam mencegah hipertensi gestasional.

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “bagaimanakah efektifitas pemberian kalsium dan buah pisang Ambon terhadap perubahan tekanan darah pada ibu hamil hipertensi gestasional di UPTD Puskesmas DTP Sumberjaya Kabupaten Majalengka Tahun 2020?”.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui efektifitas pemberian kalsium dan buah pisang Ambon terhadap perubahan tekanan darah pada ibu hamil hipertensi gestasional di UPTD Puskesmas DTP Sumberjaya Kabupaten Majalengka Tahun 2020.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian pre-eksperimen dengan desain komparatif yang artinya membandingkan kelompok perlakuan yang diberi kombinasi suplemen kalsium dan buah pisang Ambon dengan kelompok pembandinya yaitu kelompok yang hanya diberi suplemen kalsium terhadap perubahan tekanan darah. Populasinya seluruh ibu hamil dan melakukan antenatal care di UPTD Puskesmas DTP Sumberjaya dan sampelnya sebanyak 30 ibu hamil yang mengalami hipertensi gestasional yang terdiri dari 15 orang yang diberi perlakuan yaitu kombinasi suplemen kalsium dan buah pisang Ambon dan 15 orang yang diberi perlakuan suplemen kalsium. Kriteria inklusi penelitiannya adalah ibu hamil yang melakukan antenatal care di UPTD Puskesmas DTP Sumberjaya dan mengalami hipertensi gestasional dan untuk kelompok eksperimen bersedia mengikuti prosedur penelitian untuk mengkonsumsi kombinasi suplemen kalsium dan buah pisang Ambon selama satu minggu, sedangkan kriteria eksklusinya adalah ibu hamil yang mengalami komplikasi lainnya seperti anemia dan perdarahan, serta tidak bersedia mengikuti prosedur penelitian karena sedang menjalankan prosedur pengobatan dari bidan. Penelitian ini dilakukan di UPTD Puskesmas DTP Sumberjaya Kabupaten Majalengka bulan April–Juni 2020. Data diambil secara langsung dari hasil perlakuan dan observasi. Adapun langkah-langkahnya adalah sebagai berikut: memberikan informed consent kepada responden dan menjelaskan prosedur penelitian. Analisis datanya yaitu analisis univariat dan bivariat.

Hasil dan Pembahasan

A. Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

- a. Gambaran Tekanan Darah pada Ibu Hamil Kelompok Eksperimen Sebelum dan Sesudah Perlakuan (Suplemen Kalsium dan Buah Pisang Ambon)

Tabel 1
Distribusi Tekanan Darah pada Ibu Hamil Kelompok Eksperimen
Sebelum dan Sesudah Perlakuan
(Suplemen Kalsium dan Buah Pisang Ambon)

Tekanan Darah (Kelompok Eksperimen)	Mean	Median	Standar Dev	Min- Max	95% CI
Sebelum Perlakuan	148,6	150,00	6,399	140-160	145,1- 152,2
Sesudah Perlakuan	133,3	130,00	8,997	120-150	128,3- 138,3

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan tekanan darah pada ibu hamil kelompok eksperimen sebelum mengonsumsi suplemen kalsium dan buah pisang ambon didapatkan rata-ratanya 148,6 mmHg, median 150 dengan standar deviasi sebesar 6,399. Tekanan darah yang paling rendah 140 mmHg dan yang paling tingginya 160 mmHg. Hasil 95% CI, diyakini bahwa tekanan darah pada ibu hamil kelompok eksperimen sebelum mengonsumsi suplemen kalsium dan buah pisang ambon berkisar antara 145,1 mmHg sampai 152,2 mmHg. Adapun tekanan darah pada ibu hamil sesudah mengonsumsi suplemen kalsium dan buah pisang ambon diperoleh rata-rata sebesar 133,3 mmHg, median 130 mmHg dan standar deviasi sebesar 8,997. Tekanan darah yang paling rendah adalah 120 mmHg dan yang paling tinggi adalah 150 mmHg. Menurut hasil 95% CI, diyakini bahwa tekanan darah pada ibu hamil sesudah mengonsumsi suplemen kalsium dan buah pisang ambon berkisar antara 128,3 mmHg sampai dengan 138,3 mmHg.

- b. Gambaran Tekanan Darah pada Ibu Hamil Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Perlakuan (Pemberian Suplemen Kalsium)

Tabel 2
Distribusi Tekanan Darah pada Ibu Hamil Kelompok Kontrol Sebelum
dan Sesudah Perlakuan (Pemberian Suplemen Kalsium)

Tekanan Darah (Kelompok Kontrol)	Mean	Median	Standar Dev	Min-Max	95% CI
Sebelum Perlakuan	148,6	150,0	6,399	140-160	145,1- 152,2
Sesudah Perlakuan	143,3	140,0	7,237	130-150	139,3- 147,3

Berdasarkan tabel 2, bahwa tekanan darah ibu hamil kelompok kontrol sebelum mengkonsumsi suplemen kalsium diperoleh rata-rata 148,6 mmHg, nilai median 150 dan standar deviasinya 6,399. Tekanan darah paling rendah 140 mmHg dan paling tinggi adalah 160 mmHg. Menurut hasil 95% CI, diyakini bahwa tekanan darah pada ibu hamil kelompok kontrol sebelum mengkonsumsi suplemen kalsium berkisar antara 145,1 mmHg sampai dengan 152,2 mmHg. Sementara tekanan darah ibu hamil sesudah mengkonsumsi suplemen kalsium diperoleh rata-ratanya 143,3 mmHg, median 140 mmHg dan standar deviasinya adalah 7,237. Tekanan darah paling rendah adalah 130 mmHg dan paling tinggi adalah 150 mmHg. Menurut hasil 95% CI, bahwa tekanan darah pada ibu hamil sesudah mengkonsumsi suplemen kalsium berkisar antara 139,3 mmHg sampai dengan 147,3 mmHg.

2. Uji Normalitas

Tabel 3
Hasil Uji Normalitas

Variabel	N	P value	Keterangan
TD pretest Eksperimen	15	.003	Tidak normal
TD postest Eksperimen	15	.049	Tidak normal
TD pretest Kontrol	15	.003	Tidak normal
TD postest Kontrol	15	.002	Tidak normal

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan *Saphiro Wilk test*, diketahui nilai p value untuk data tekanan darah sebelum perlakuan (eksperimen) yaitu 0,003, data tekanan darah sesudah perlakuan (eksperimen) yaitu 0,049, data tekanan darah sebelum perlakuan (kontrol) yaitu 0,003 dan data tekanan darah sebelum perlakuan (kontrol) yaitu 0,002. Karena nilai $p < 0,05$ maka data dinyatakan berdistribusi tidak normal maka analisis yang digunakan adalah uji *Wilcoxon*.

3. Efektifitas Pemberian Suplemen Kalsium dan Buah Pisang Ambon Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Hipertensi Gestasional

Tabel 4
Efektifitas Masing-masing Kelompok

Kelompok	Tekanan Darah pada Ibu Hamil	Wilcoxon Test			
		Mean	N	SD	p value
Eksperimen	Pretest	148,6	15	6,399	0,002
	Postest	133,3	15	8,997	
Kontrol	Pretest	148,6	15	6,399	0,011
	Postest	143,3	15	7,237	

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan perbedaan rata-rata pada kelompok eksperimen setelah pemberian suplemen kalsium dan buah pisang

ambon sebesar 15,3 mmHg sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 5,3 mmHg. Hal ini menunjukkan bahwa penurunan tekanan darah yang lebih besar terjadi pada kelompok eksperimen di banding dengan kelompok kontrol. Secara statistik dengan *Wilcoxon Test* menunjukkan bahwa baik pada kelompok eksperimen dan kontrol efektifitas terhadap perubahan tekanan darah pada ibu hamil hipertensi gestasional dengan nilai $p = 0,002$ (eksperimen) dan $p = 0,011$ (kontrol). Selanjutnya untuk mengetahui apakah penurunan pada kelompok eksperimen lebih afektif dibanding kelompok kontrol maka dilakuan uji *Mann whitney* sebagai berikut:

Tabel 5
Efektifitas Pemberian Suplemen Kalsium dan Buah Pisang Ambon Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Hipertensi Gestasional

Kelompok	<i>Mann Whitney</i>			
	Mean	N	SD	ρ value
Postest Eksperimen	133.3	15	8.997	0,005
Postest Kontrol	143.3	15	7.237	

Berdasarkan hasil uji tersebut dengan *Mann Whitney* menunjukkan bahwa nilai $p = 0,005$ yang artinya $< 0,05$ dengan demikian maka terbukti bahwa efektif pemberian suplemen kalsium dan buah pisang ambon terhadap perubahan tekanan darah pada ibu hamil hipertensi gestasional.

B. Pembahasan

1. Gambaran Tekanan Darah (*Hipertensi Gestasional*) pada Ibu Hamil

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa tekanan darah pada ibu hamil kelompok eksperimen sebelum mengkonsumsi suplemen kalsium dan buah pisang ambon diperoleh rata-rata sebesar 148,6 mmHg dan sesudah mengkonsumsi suplemen kalsium dan buah pisang ambon diperoleh rata-rata sebesar 133,3 mmHg. Hal ini berarti dengan mengkonsumsi suplemen kalsium dan buah pisang ambon dapat menurunkan tekanan darah sebesar 15,3 mmHg. Ibu hamil yang mengalami *hipertensi gestasional* dapat dikarenakan ibu pada masa kehamilannya kurang memperhatikan pola hidup sehat seperti kurangnya asupan nutrisi yang dibutuhkan oleh ibu hamil akibatnya ibu mengalami hipertensi gestasional dan jika tidak ditangani akan berdampak buruk bagi ibu dan janinnya seperti kelahiran prematur.

Setelah ibu hamil yang mengalami *hipertensi gestasional* melakukan perlakuan berupa mengkonsumsi buah pisang Ambon sebanyak 3 kali sehari selama 7 hari terjadi penurunan tekanan darah sebesar 14,5 mmHg. Hasil penelitian ini lebih rendah dibanding dengan hasil penelitian (Kartikasari & Lestari, 2016) menunjukkan bahwa rata-rata tekanan darah (Sistolik) ibu hamil sebelum diberi perlakuan adalah 150 mmHg dan setelah diberi perlakuan mengalami penurunan menjadi 130 mmHg atau mengalami penurunan sebesar 20 mmHg. Juga lebih rendah dibanding dengan hasil penelitian (Tangkilisan,

Efektifitas Pemberian Suplemen Kalsium dan Buah Pisang Ambon terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Ibu Hamil Hipertensi Gestasional

Kalangi, & Masi, 2013) di Kota Bitung menunjukkan bahwa tekanan darah sebelum perlakuan rata-ratanya yaitu 165 mmHg dan setelah diberi perlakuan rata-ratanya menjadi 120 mmHg atau penurunan sebesar 35 mmHg.

Penyebab *hipertensi gestasional* hingga kini belum diketahui dengan jelas (Prawirohadjo, 2014). Sedangkan menurut (Marmi, 2014) terdapat beberapa faktor risiko penyebab hipertensi dalam kehamilan yaitu hamil di usia tua (di atas 35 tahun), obesitas (kegemukan), pengentalan darah saat hamil, berlebihan dalam mengonsumsi kafein, kurang olahraga, mengonsumsi garam berlebihan, merokok, kebiasaan mengonsumsi minuman alkohol, stres berlebihan, kurangnya asupan nutrisi, memiliki riwayat hipertensi kronis, mengidap gangguan ginjal dan faktor genetik. Menurut Proverawati dan Wati, faktor nutrisi sangat penting mempengaruhi *hipertensi gestasional*. Nutrisi merupakan salah satu faktor risiko penyebab hipertensi dalam kehamilan. Buah-buahan seperti pisang ambon sangat penting bagi ibu hamil (Marmi, 2014).

Buah dan sayur merupakan komponen penting dalam pencegahan hipertensi dalam kehamilan (Utami, 2017). Salah satu buah pisang yang dapat berguna untuk mencegah hipertensi adalah pisang Ambon. Kandungan pisang Ambon dalam setiap 100 gram menurut Wardhany (2014) yaitu magnesium 27 mg, fosfor 22 mg fosfor, unsur mangan 13%, dan tembaga 18%, kalsium 5 mg, Vitamin B, folat 20 mikrogram asam folat, 0,26 mg zat besi, Vit C, dan dalam 100 gram pisang terdapat 3,58 gram kalium dan sedikit kandungan natrium 0,01 gram.

Masih terdapatnya ibu hamil yang mengalami hipertensi gestasional, maka upaya petugas kesehatan yaitu memberikan asuhan kepada ibu hamil dengan memberikan penyuluhan tentang perlunya melakukan pengontrolan atau pemeriksaan tekanan darah secara rutin dan teratur pada masa kehamilan melalui pemeriksaan kehamilan sesuai dengan standar yaitu minimal 4 kali, memotivasi ibu hamil untuk meningkatkan pola hidup sehat salah satunya dengan mengonsumsi makanan yang bergizi dan bernutrisi yang dibutuhkan selama kehamilan, serta menyarankan pada ibu hamil yang mengalami hipertensi gestasional untuk melakukan penanganan secara non farmakologis yaitu dengan mengonsumsi buah pisang Ambon sebanyak 3 kali sehari selama 7 hari. Bagi ibu hamil agar melakukan pemeriksaan tekanan darah secara rutin melalui pemeriksaan kehamilan yang sesuai dengan standar (≥ 4 kali) atau jika ada keluhan, mengonsumsi makanan yang dapat menurunkan tekanan darah salah satunya pisang Ambon.

2. Efektifitas Pemberian Suplemen Kalsium dan Buah Pisang Ambon Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Ibu Hamil Hipertensi Gestasional

Berdasarkan hasil penelitian, menunjukkan bahwa pemberian suplemen kalsium dan buah pisang ambon efektif terhadap perubahan tekanan darah pada ibu hamil hipertensi gestasional (p value = 0,005). Sejalan dengan (Utami, 2017) di Kabupaten Indramayu pisang ambon dapat berpengaruh sebagai terapi

membantu menurunkan tekanan darah. Juga sejalan dengan hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Kartikasari & Lestari, 2016) di Kecamatan Tanjung Sari Sumedang menunjukkan bahwa buah pisang efektif terhadap penurunan tekanan darah diastolik pada ibu hamil hipertensi. Juga sejalan dengan hasil penelitian (Tangkilisan et al., 2013) di Kota Bitung menunjukkan bahwa secara signifikan bahwa pisang ambon menurunkan tekanan. .

Sejalan juga dengan teori bahwa pisang Ambon memiliki kandungan elektrolit yang cukup lengkap salah satunya adalah kalium (*pottasium*) dimana dalam 100 gram pisang terdapat 3,58 gram kalium dan sedikit kandungan natrium 0,01 gram. Dapat dilihat untuk dewasa kebutuhan kalium hariannya adalah 4,7 gram perhari sehingga bila dalam satu hari orang dewasa mengkonsumsi dua buah pisang maka lebih dari cukup untuk memenuhi asupan kadar kalium yang dibutuhkan. Buah pisang dapat membantu mencegah tekanan darah tinggi dan melindungi tubuh dari aterosklerosis karena memperkecil beban kerja tekanan darah (Wardhany, 2014).

Pisang Ambon bermanfaat juga untuk menurunkan tekanan darah karena memiliki aktivitas *Angiotensin Converting Enzyme Inhibitor* (ACE-I) di dalam tubuh. Disamping mempunyai ACEI, ternyata buah pisang mengandung tinggi kalium dan natrium rendah sehingga baik untuk penderita hipertensi (RI, 2016). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan teori Palmer dan William, dalam (Bahtiar, 2016), bahwa pisang Ambon mengandung *angiotensin converting enzyme* alami atau ACE inhibitor alami. Konsumsi pisang terbukti dapat menghentikan terjadinya penyempitan pembuluh darah. Dengan demikian ACE inhibitor dalam pisang dapat memperlebar pembuluh darah sehingga akan mengurangi tekanan darah. Menurut penelitian (Rohaeni N, 2014), nutrisi mempengaruhi kejadian hipertensi. Juga sejalan dengan penelitian (Radjamuda & Montolalu, 2014), nutrisi adalah faktor yang mempengaruhi kejadian hipertensi pada ibu hamil.

Terbukti pada penelitian ini bahwa pisang Ambon dapat menurunkan tekanan darah sehingga mampu mencegah *hipertensi gestasional* pada ibu hamil. Maka dari itu petugas kesehatan dapat memberikan asuhan kepada ibu hamil yang mengalami *hipertensi gestasional* dengan penanganan non farmakologis yaitu mengkonsumsi buah pisang Ambon sebanyak 3 kali sehari selama 7 hari, memotivasi ibu untuk melakukan kontrol tekanan darah secara rutin melalui pemeriksaan kehamilan sesuai standar (≥ 4 kali) atau jika ada keluhan, serta menyarankan ibu untuk mengkonsumsi makanan yang dapat menurunkan tekanan darah selain pisang ambon. Bagi ibu hamil untuk melakukan pemeriksaan tekanan darah secara teratur, juga mengkonsumsi suplemen dan pisang Ambon sesuai dengan nasehat petugas kesehatan.

Efektifitas Pemberian Suplemen Kalsium dan Buah Pisang Ambon terhadap Perubahan Tekanan Darah pada Ibu Hamil Hipertensi Gestasional

Kesimpulan

Tekanan darah pada ibu hamil kelompok eksperimen sebelum mengonsumsi suplemen kalsium dan buah pisang ambon diperoleh rata-rata sebesar 148,6 mmHg dan sesudah mengonsumsi suplemen kalsium dan buah pisang ambon diperoleh rata-rata sebesar 133,3 mmHg.

Pemberian suplemen kalsium dan buah pisang ambon pada penelitian ini terbukti efektif terhadap perubahan tekanan darah pada ibu hamil hipertensi gestasional dengan nilai p sebesar 0,005.

BIBLIOGRAFI

- Anggraeni, Intan Agustina, Nurdianti, Detty Siti, & Padmawati, Retna Siwi. (2016). Keberhasilan ibu bekerja memberikan ASI eksklusif. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*.
- Bahtiar. (2016). Faktor Resiko Kejadian Hipertensi dalam Kehamilan. *Jurnal Unimus*, 2(1).
- Barat, Dinkes Jawa. (2018). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat Tahun 2017*. Dinas Kesehatan Jawa Barat.
- Kartikasari, Ratih Indah, & Lestari, Dwi. (2016). Efektivitas Buah Pisang Untuk Menurunkan Tekanan Darah Diastolik Pada Wanita Hamil Dengan Hipertensi. *Jurnal Kebidanan Midwiferia*, 2(2), 8–16.
- Kemenkes RI. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia 2018*. <https://www.kemkes.go.id/folder/view/01/structure-publikasi-pusdatin-profil-kesehatan.html>
- Manuaba, Ida Bagus Gde. (2012). *Ilmu kandungan, penyakit kandungan, dan KB*. Jakarta: EGC.
- Marmi. (2014). *Asuhan Kebidanan Ibu dan Anak*. Jakarta: EGC.
- Prawirohadjo, S. (2014). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Radjamuda, Nelawati, & Montolalu, Agnes. (2014). Faktor-Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Ibu Hamil Di Poli Klinik Obs-Gin Rumah Sakit Jiwa Prof. Dr. VL Ratumbusang Kota Manado. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 2(1), 33–40.
- RI, Kementerian Kesehatan. (2016). *Infodatin Hipertensi*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI.
- Rohaeni N. (2014). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Cigasong*. Majalengka: STIKes YPIB.
- Tangkilisan, Lizel R., Kalangi, Sonny, & Masi, Gresty. (2013). Pengaruh Terapi Diet Pisang Ambon (Musa Paradisiaca Var. Sapiantum Linn) Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Klien Hipertensi Di Kota Bitung. *Jurnal Keperawatan*, 1(1).
- Utami, Nurul. (2017). Konsumsi Pisang Ambon sebagai terapi Non Farmakologis Hipertensi. *Jurnal Majority*, 6(2), 120–125.
- Wardhany, K. (2014). *Khasiat Ajaib Pisang–Khasiatnya A to Z, dari Akar Hingga Kulit Buahnya*. Edisi I. Yogyakarta: Rapha Publishing.
- WHO. (2016). *Angka Kematian Ibu di Dunia*. World Health Organization.