

Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah terhadap Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil dengan Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Pulung Kab. Ponorogo

The Effect of Red Guava Juice on Hemoglobin Levels in Pregnant Women with Anemia in the Puskesmas Pulung Kab. Ponorogo

Grina Dwi Herdiani¹, Ida Tri Wahyuni^{2*}, Khofidhotur Rofiah³, Betanuari Sabda Nirwana⁴

¹Mahasiswa Program Studi S1 Kebidanan Universitas Kediri

^{2,3,4}Dosen Program Studi Profesi Kebidanan Universitas Kediri

*Corresponding : idatriwahyuni@unik-kediri.ac.id

ABSTRAK

Anemia kehamilan menjadi salah satu penyebab kematian ibu, sehingga perlu mendapatkan penanganan, salah satu penanganannya menggunakan jus jambu biji merah. Hasil survey 1 bulan terakhir di Pustu Bangsal Wilayah Kerja Puskesmas Pesantren 1 didapatkan 12 orang dari 101 ibu hamil mengalami anemia. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap kadar Hb ibu dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Pulung Kab. Ponorogo tahun 2025. Desain penelitian ini adalah eksperimen dengan *one group pre test-post test design*. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang mengalami anemia kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Pulung Kab. Ponorogo tahun 2025, dengan teknik *total sampling* diperoleh sebanyak 16 responden.

Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dengan alat ukur hb digital. Hasil penelitian kemudian dianalisa dengan menggunakan uji *Wilcoxon Sign Rank Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kadar hemoglobin dari 16 responden ibu hamil sebelum pemberian jus jambu biji merah memiliki nilai mean 9,50 gr/dl dan kadar hemoglobin sesudah pemberian jus jambu biji merah memiliki nilai mean 10,50 gr/dl. Berdasarkan selisih antara sebelum dan sesudah mengkonsumsi jus jambu biji merah yaitu 1,00 tingkat kepercayaan 95% hasil uji *Wilcoxon* mendapatkan nilai p value 0,003. Sehingga dapat disimpulkan H0 ditolak dan H1 diterima yang artinya ada pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Pulung Kab. Ponorogo tahun 2025. Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan menerapkan mengkonsumsi jus jambu biji merah ini sebagai cara meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Kata Kunci : Ibu hamil, Anemia, Hemoglobin, Jus Jambu Biji Merah

ABSTRACT

Anemia in pregnancy is one of the causes of maternal mortality, so it requires treatment, one of which is using red guava juice. A survey conducted over the past month at the Bangsal Community Health Center (Pustu Bangsal) in the Pesantren 1 Community Health Center (Puskesmas Pesantren 1) found that 12 out of 101 pregnant women had anemia. The purpose of this study was to determine the effect of red guava juice on the hemoglobin levels of mothers with anemia in the Pulung Community Health Center (Puskesmas Pulung) area in Ponorogo Regency in 2025. This research design is an experiment with a one-group pre-test-post-test design. The population of this study was all pregnant women who experienced anemia during pregnancy in the Pulung Community Health Center Working Area, Ponorogo Regency in 2025. Using a total sampling technique, 16 respondents were obtained. The research instrument used an observation sheet with a digital Hb measuring tool. The results of the study were then analyzed using the Wilcoxon Sign Rank Test.

The results of the study showed that the hemoglobin levels of 16 pregnant women before receiving red guava juice had a mean value of 9.50 g/dl, and after receiving red guava juice, the hemoglobin levels had a mean value of 10.50 g/dl. Based on the difference between before and after consuming red guava juice, which is 1.00 at a 95% confidence level, the Wilcoxon test results obtained a p-value of 0.003. Therefore, it can be concluded that H0 is rejected and H1 is accepted, meaning that there is an effect of red guava juice on hemoglobin levels in pregnant women with anemia in the Pulung Community Health Center Work Area, Ponorogo Regency in 2025. It is hoped that the results of this study can provide information and implement consuming red guava juice as a way to increase hemoglobin levels in pregnant women.

Keywords: Pregnant women, Anemia, Hemoglobin, Red Guava Juice

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah suatu karunia yang begitu didambakan bagi seorang wanita. Selama masa kehamilan biasanya seorang wanita mengalami banyak perubahan dan berbagai macam keluhan, oleh karena itu ibu harus selalu memperhatikan dan menjaga buah kehamilannya dengan baik. Proses kehamilan diawali dengan bersatunya sel telur dengan sel sperma, kemudian dilanjutkan dengan pembelahan dan implantasi dalam Rahim (Cunningham, 2022).

Selama kehamilan banyak faktor resiko yang dapat menyebabkan terjadinya komplikasi pada ibu hamil antara lain terjadinya anemia pada ibu hamil, perdarahan, berat badan abnormal dan terkena penyakit infeksi (Depkes RI, 2023). Salah satu yang harus diwaspadai pada saat kehamilan adalah terjadinya anemia kehamilan (Rahmawati, 2020). Data *World Health Organization* (WHO) 2023, 40% kematian ibu di Negara berkembang berkaitan dengan anemia dalam kehamilan. Rata-rata kehamilan yang disebabkan karena anemia di Asia Tenggara diperkirakan sebesar 40 – 48 %. (WHO, 2023).

Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2023, angka kematian ibu (yang berkaitan dengan kehamilan, persalinan, dan nifas) sebesar 163 per 100.000 kelahiran hidup. Angka ini masih cukup tinggi apalagi jika dibandingkan dengan Negara-negara tetangga. Angka tersebut masih jauh dari target Rancangan Pembangunan Jangka Menengah (RPJMN) tahun 2030 target *Millenium Development Goals* (MDG's) sebesar 70 per 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes RI, 2023).

Pemberian tablet Fe di Indonesia pada tahun 2024 sebesar 85%. Presentase ini mengalami peningkatan dibandingkan pada tahun 2023 sebesar 83,3%. Meskipun pemerintah sudah melakukan program penanggulangan anemia pada ibu hamil yaitu dengan memberikan 90 tablet Fe kepada ibu hamil selama periode kehamilan dengan tujuan menurunkan angka anemia ibu hamil, tetapi kejadian anemia masih tinggi (Kemenkes RI, 2024).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan inferensial dengan pendekatan studi observasional

penelitian *pre eksperimental tipe one group pre test design* dengan memberikan perlakuan pada satu kelompok tetapi sebelumnya diobservasi kadar hemoglobin kemudian diberikan intervensi jus jambu biji merah setelah itu dilakukan *post test*. Berdasarkan tujuan penelitian termasuk analitik dan berdasarkan sumber data termasuk jenis data primer. Subjek penelitian adalah seluruh ibu hamil yang mengalami anemia yang berada di Wilayah Kerja Puskesmas Pulung Kab. Ponorogo tahun 2025, yaitu sebanyak 20 orang dengan kriteria tertentu diperoleh sampel sebanyak 16 responden. Penelitian dilaksanakan selama bulan Desember 2025.

Data dikumpulkan melalui perlakuan guna memperoleh informasi data secara objektif. Instrument penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Hemometer digital untuk memeriksa atau mengukur kadar Hemoglobin pada ibu hamil dan mengetahui ibu hamil yang mengalami anemia. Selain itu, menggunakan lembar observasi untuk mencatat hasil pemeriksaan hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan jus jambu biji merah. Seluruh prosedur penelitian dilakukan dengan memperhatikan prinsip etik, meliputi penghormatan terhadap otonomi pasien, pemberian manfaat, menghindari tindakan yang merugikan, dan menjunjung tinggi keadilan (Fadhallah, 2021). Seluruh responden penelitian telah memberikan persetujuan tertulis (*informed consent*) setelah mendapat penjelasan mengenai tujuan, prosedur, dan manfaat penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Rendahnya kadar hemoglobin pada ibu hamil sebelum pemberian jus jambu biji merah juga dipengaruhi oleh paritas ibu, yaitu sebagian besar responden merupakan multigravida. Ibu hamil dengan paritas tinggi mempunyai risiko lebih besar untuk mengalami anemia dibanding dengan paritas rendah. Adanya kecenderungan bahwa semakin banyak jumlah kelahiran (paritas), maka akan semakin tinggi angka kejadian anemia

(Sukarni, 2018). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin sering ibu melahirkan maka ibu tersebut semakin beresiko mengalami anemia.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kadar hemoglobin sebelum pemberian jus jambu biji merah pada ibu hamil masih rendah. Maka dari itu peneliti melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin dan memberikan solusi dengan pemberian jus jambu biji merah selama 7 hari sesuai penelitian agar selama menjalani kehamilan tidak mengalami penurunan kadar hemoglobin.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata Hb ibu hamil sesudah pemberian jus jambu biji merah di Wilayah Kerja Puskesmas Pulung Kab. Ponorogo tahun 2025 adalah 10,5 gr/dl. Untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam kehamilan sebenarnya sangat mudah. Salah satunya yaitu dengan mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung vitamin C. Banyak sekali manfaat dari vitamin C, salah satunya yaitu bisa membantu penyerapan zat besi. Jenis makanan yang banyak mengandung vitamin C seperti buah jambu biji merah (Anna, 2020).

Kebutuhan ibu hamil terhadap vitamin C adalah 70 mg/hari. Sedangkan kandungan vitamin C dalam 100 mg buah jambu biji merah adalah 87,0 mg. kandungan ini akan membantu dalam mengabsorpsi makanan terutama zat besi yang akan membantu meningkatkan kadar Hb pada saat kehamilan.

Berdasarkan hasil penelitian sesuai dengan menunjukkan bahwa jumlah responden 16. Nilai mean kadar hemoglobin sebelum pemberian jus jambu biji merah adalah 9,50 gr/dl. Pada pengukuran sesudah pemberian jus jambu biji merah didapatkan nilai mean kadar hemoglobin sebesar 10,50 gr/dl. Nilai selisih antara pengukuran sebelum dan sesudah mengkonsumsi jus jambu biji merah yaitu 1,00.

Hasil analisa menggunakan uji wilcoxon didapatkan hasil nilai $p=0,003$ dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha=0,05$) dapat dikatakan bahwa $p \text{ value} < \alpha$ yang berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima, maka ada pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Pulung Kab. Ponorogo Tahun 2025.

Penelitian ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Esty (2023) tentang "Pengaruh

Mengonsumsi Jambu Biji Merah terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil di Kelurahan Bandung Kecamatan Ngrampal Kabupaten Sragen" didapatkan hasil bahwa dari jumlah responden 15. Nilai mean kadar hemoglobin sebelum pemberian buah jambu biji merah adalah 9,40 gr/dl. Pada pengukuran sesudah pemberian buah jambu biji merah didapatkan nilai mean kadar hemoglobin sebesar 10,80 gr/dl. Nilai selisih mean antara pengukuran sebelum dan sesudah mengonsumsi jambu biji merah yaitu 1,40. Hasil analisa data didapatkan ada pengaruh pemberian buah jambu biji merah terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil di Kelurahan Bandung Kecamatan Ngrampal Kabupaten Sragen Tahun 2023.

Salah satu buah yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin adalah buah jambu biji, kandungan zat kimia dalam jambu biji adalah asam amino (triptofan, lisin), kalsium, fosfor, besi, belerang, vitamin A, vitamin B1, dan vitamin C. kandungan mineral yang ada dalam buah jambu biji dapat mengatasi penderita anemia (kekurangan darah merah. Adapun dosis pemberian yaitu sebanyak 100 gram jambu biji merah selama 7 hari yang diberikan dalam bentuk jus kepada ibu hamil di Kelurahan Bandung Kecamatan Ngrampal Kabupaten Sragen Tahun 2023.

Menurut peneliti diketahui bahwa setelah mengonsumsi jus jambu biji merah satu minggu terjadi peningkatan kadar hemoglobin sehingga ada pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil. Hal tersebut disebabkan penyerapan zat besi dalam tubuh ibu semakin membaik karena mengonsumsi jus jambu biji merah yang mengandung vitamin C sehingga kadar hemoglobin semakin meningkat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kadar hemoglobin sebelum pemberian jus jambu biji merah pada ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Pulung Kab. Ponorogo

tahun 2025 yaitu rata-rata 9,50 gr/dl. Kadar hemoglobin sesudah pemberian jus jambu biji merah pada ibu ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Pulung Kab. Ponorogo tahun 2025 yaitu rata-rata 10,50 gr/dl. Ada pengaruh kadar hemoglobin antara sebelum dan sesudah dilakukan pemberian jus jambu biji merah pada ibu hamil dengan anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Pulung Kab. Ponorogo tahun 2025. Ibu hamil diharapkan secara aktif menambah informasi tentang hemoglobin. Informasi bisa didapatkan baik melalui penyuluhan atau media massa lainnya. Dengan demikian informasi yang lebih luas, pengetahuan ibu bisa bertambah. Selain itu, ibu hamil diharapkan lebih aktif mengkonsumsi Fe dan buah yang mengandung vitamin C. Buah jambu biji merah merupakan alternatif untuk meningkatkan kadar hemoglobin sehingga bisa mencegah anemia dan meminimalkan akibat yang ditimbulkan oleh anemia. Untuk bidan hendaknya meningkatkan penyuluhan tentang perilaku apa saja yang bisa meningkatkan kadar hemoglobin. Sehingga kadar hemoglobin menjadi semakin baik lagi dan kejadian anemia pada kehamilan bisa dicegah. Hasil penelitian ini hendaknya digunakan sebagai bahan bacaan perpustakaan dan tambahan pengetahuan tentang manfaat jus jambu biji merah untuk meningkatkan kadar hemoglobin. Diharapkan penelitian ini bisa dikembangkan lebih lanjut karena masih ada banyak faktor atau perilaku lain yang mempengaruhi peningkatan kadar hemoglobin serta ditambahkan kelompok contoh untuk melihat perbedaan yang lebih optimal. Dengan dilakukan penelitian yang lebih dalam lagi akan meningkatkan *skill* dan menambah pengetahuan peneliti selanjutnya. Dapat lebih meningkatkan pengetahuan tentang cara untuk meningkatkan kadar hemoglobin serta menambah wawasan, pengalaman dan memunculkan ide dalam memahami dan mempelajari masalah.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriyanti, H., & Yulifah, R. (2020). *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Astawan, M. (2020). *Sehat Alami dengan Buah-buahan Tropis*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Cunningham, F.G., et al. (2022). *Williams Obstetrics* (26th ed.). New York: McGraw-Hill.
- Dinkes Kabupaten ponorogo. (2023). *Profil Kesehatan Kabupaten Ponorogo 2023*. Ponorogo: Dinkes
- Esty, Yeri. (2013). *Pengaruh Konsumsi Jambu Biji Merah terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil di Kelurahan Bandung Kecamatan Ngrampal Kabupaten Sragen*
- Fanny. (2012). *Pengaruh Pemberian Tablet Fe terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil di Puskesmas Tamamaung Tahun 2011*. Media Gizi Pangan, Vol. XIII, Edisi 1, 2012: 7-11
- Fraser, Diane, M. dan Cooper, M. A. (2009). *Buku Ajar Bidan Myles*. Jakarta: EGC
- Kementerian Kesehatan RI. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Prawirohardjo, Sarwono (Ed.) (2016). *Ilmu Kebidanan* (Edisi 4). Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Proverawati, A. (2020). *Anemia dalam Kehamilan: Konsep, Dampak, dan Penanganan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Rahmawati, A. (2021). *Pemeriksaan Laboratorium untuk Tenaga Kesehatan*. Jakarta: EGC
- Rahmawati, Y., & Ningsih, S. (2020). Prevalensi anemia pada ibu hamil dan faktor risikonya. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 11(2), 85–94
- Sari, N. D. (2022). *Tanaman Obat Keluarga: Budidaya, Manfaat, dan Penggunaan*. Jakarta: Pustaka Baru Press.
- Wahyudin. (2008). *Studi Kasus Kontrol Anemia Ibu Hamil*. Jakarta : Trans Info Media
- Walyani, Elisabeth Siwi. (2014). *Asuhan Kebidanan pada Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Winarno, F. G. (2021). *Kimia Pangan dan Gizi: Edisi Revisi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama