

PENGARUH PEMBERIAN JUS JAMBU MERAH DAN JUS TOMAT TERHADAP KENAIKAN KADAR HB IBU HAMIL TRIMESTER III DI TPMB BIDAN Y TAHUN 2025

Oleh

Yuni Nurmalasari¹, Fenni Valianda Ar², Putri Agus Febriyani³

^{1,2,3}Universitas Indonesia Maju

E-mail: ¹yuninurmalasari60@gmail.com

Article History:

Received: 31-01-2025

Revised: 07-02-2025

Accepted: 03-03-2025

Keywords:

Anemia, Ibu Hamil, Jambu Merah, Tomat

Abstract: Pendahuluan Anemia adalah kelainan darah yang umum terjadi ketika kadar sel darah merah (eritrosit) dalam tubuh menjadi terlalu rendah atau menurun. Tujuan untuk mengetahui Efektivitas Jus Jambu Merah Dan Jus Tomat Terhadap Kadar HB Ibu Hamil Trimester III Di TPMB Bidan Yuni Tahun 2024. Metode penelitian ini adalah menggunakan studi kasus untuk membandingkan pemberian jus jambu dan jus tomat terhadap kenaikan kadar HB pada ibu hamil trimester III. Kegiatan ini dilaksanakan pada 2 orang ibu hamil trimester III yang berada di wilayah kerja TPMB bidan Yuni dan 1 ibu hamil diberikan intervensi pemberian jus jambu dan 1 ibu lainnya diberikan jus tomat. Hasil penelitian ini yaitu ibu dengan pemberian jus jambu selama 14 hari kadar Hb ibu dari 10,3g/dL menjadi 11,4g/dL sementara ibu yang diberikan intervensi jus tomat selama 14 hari kadar Hb ibu dari 10,2g/dL menjadi 10,9g/dL. Kesimpulan pada penelitian ini bahwa pemberian jus jambu merah ini lebih efektif dalam menaikkan kadar HB pada ibu hamil trimester III.

PENDAHULUAN

Ibu hamil adalah seseorang yang tengah mengalami proses kehamilan untuk melahirkan keturunan. Kehamilan merupakan fase hidup yang krusial; oleh karena itu, seorang ibu hamil perlu mempersiapkan dirinya secara optimal untuk mencegah masalah kesehatan pada dirinya, bayi, dan proses kelahiran, salah satunya adalah anemia (Friscila et al., 2023).

Anemia dalam kehamilan didefinisikan sebagai suatu keadaan dimana ibu hamil memiliki kadar hemoglobin kurang dari 11,0 g/dl pada trimester pertama dan ketiga atau kadar hemoglobin kurang dari 10,5 g/dl pada trimester II. Anemia adalah kelainan darah yang umum terjadi ketika kadar sel darah merah (eritrosit) dalam tubuh menjadi terlalu rendah atau menurun (Mutoharoh, 2022)

Wanita hamil di dunia mempunyai masalah global yaitu anemia. Menurut WHO 2019 ibu hamil anemia sebesar 41,8% ibu hamil di dunia mengalami anemia dan sebagian besar dikarenakan kekurangan zat besi, dengan kadar Hb kurang dari 11 mg/L. Kebutuhan zat besi pada masa kehamilan yaitu sebesar 1,190 mg. Target pemberian Fe pada ibu hamil tahun

2014 sebesar 95%, namun cakupan yang didapatkan baru menunjukkan 32,5% (WHO, 2020)

Prevalensi anemia pada ibu hamil berdasarkan Riskesdas tahun 2023 sebesar 27,7% (Kemenkes RI, 2023). Berdasarkan hasil data Dinas Kesehatan Jawa Barat tahun 2023, kasus anemia pada ibu hamil di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2023 angka anemia ibu hamil trimester III sebanyak 64,214 ibu hamil/tahun. Sedangkan laporan tahunan di Kabupaten Cianjur menunjukkan sebanyak 533 orang ibu hamil trimester III mengalami anemia. (Profil Kes Jawa barat, 2023). Adapun penyebab komplikasi kebidanan yang dialami oleh bumil karena berbagai faktor, salah satunya yaitu oleh bumil anemia sebanyak 64.214, bumil kurang energi kronis sebanyak 49.456 dan bumil preeklampsia/eclampsia sebanyak 20.352.

Sedangkan kasus anemia pada TPMB Bidan Yuni pada 6 bulan terakhir terdapat 15 ibu hamil anemia ringan dan 2 ibu hamildengan anemia sedang. Kasus tersebut terjadi karena ibu hamil tidak mengkonsumsi tablet fe secara rutin, TPMB bidan Yuni sendiri sudah menghimbau serta memberikan edukasi kepada ibu hamil trimester III untuk mengkonsumsi tablet Fe secara rutin.

Kondisi ibu saat hamil, melahirkan, masa nifas, dan bayi yang dilahirkan sangat dipengaruhi oleh kesehatan ibu. Kehadiran komplikasi saat kehamilan seperti anemia, pre-eklamsia, hipertensi, eklamsia, dan kelahiran prematur dapat memengaruhi proses persalinan, menyebabkan komplikasi seperti distosia bahu, persalinan yang sulit, retensi plasenta, dan kejang (Lestari et al., 2022).

Anemia merupakan suatu kondisi dimana jumlah dan ukuran sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin dibawah nilai batas normal, yang apabila tidak ditangani dapat mengganggu kapasitas darah untuk mengangkut oksigen kesekitar tubuh. (Mandasari, 2024)

Dampak dari anemia atau kurangnya kadar hemoglobin pada ibu hamil dapat menyebabkan masalah pada ibu hamil dan janin yang dikandungnya, antara lain: pertumbuhan bayi dalam rahim terhambat, Ketuban Pecah Dini (KPD), bayi lahir premature atau dengan berat rendah, bayi lahir dengan anemia, bayi mengalami gangguan tumbuh kembang pada masa anak- anak, daya tahan tubuh ibu menurun sehingga lebih rentan terserang infeksi, jika disertai defisiensi asam folat, kehamilan dengan anemia dapat meningkatkan resiko bayi lahir dengan kecacatan. Misalnya kecacatan saraf tulang belakang dan otak (James Andra, 2021).

Salah satu buah yang sangat kaya vitamin C adalah Jambu biji. Kandungan Vitamin C pada jambu biji setara dengan 6 kali kandungan vitamin C pada jeruk, 10 kali kandungan vitamin C pada pepaya, 17 kali kandungan vitamin C pada jambu air, dan 30 kali kandungan Vitamin C pada pisang. Jus jambu biji merah memiliki 87 mg asam askorbat per 100 gram. Jus jambu biji memiliki 49 kalori, 0,9gram protein, 0,3gram lemak, 12,2gram karbohidrat, 14 mg kalsium, 28 mg fosfor, 1,1 mg zat besi, 25 SI vitamin A, 0,05 mg vitamin B1, 3 dan 86 gram air per 100 gram. Jus jambu biji mengandung vitamin C yang meningkatkan penyerapan zat besi dan meningkatkan kadar Hb (Nugraheny, 2020).

Penelitian lain yang dilakukan oleh Titin Supriyatin dan Lia Idealistiana 2024 tentang Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Anemia Di Tpmb Es Cibitung Kabupaten Bekasi dengan hasil penelitian Analisis bivariat menggunakan uji paired simple t test. Hasil penelitian univariat kadar Hb ibu hamil sebelum pemberian jus jambu biji merah rata-rata = 9,631gr/dl dan sesudah pemberian jus jambu biji merah rata-rata = 12,126gr/dl. Hasil uji paired simple t test

didapatkan nilai p value = 0,000. Terdapat pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III. Ibu hamil diharapkan rajin mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi salah satunya jus jambu biji merah dan patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe agar dapat meningkatkan kadar Hb dalam darah ibu.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Mayang wulan et all 2021 tentang Efektivitas Pemberian Tablet Fe dan Jus Tomat Terhadap Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil dengan hasil penelitian Sebanyak 20 orang (100%) ibu hamil mengalami anemia ringan sebelum pemberian tablet Fe dan jus tomat dan setelah diberikan tablet Fe dan jus tomat 15 orang (75%) mengalami anemia ringan, dari uji Wilcoxon yang telah dilakukan, diketahui Asym.Sig, (2-tailed) bernilai 0.000 Kesimpulan: ada pengaruh pemberian tablet Fe dan jus tomat terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Pembantu Delitua Barat. Diharapkan kepada ibu hamil untuk menambah pengetahuan tentang manfaat makanan yang mengandung vitamin C terutama buah tomat yang bermanfaat terhadap penyakit anemia dalam kehamilan dan dapat menjaga kesehatan khususnya selama masa kehamilan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan hasil wawancara dari 10 ibu hamil yang melakukan pemeriksaan ANC di TPMB Bidan Y dari hasil pemeriksaan 3 diantaranya mengalami anemia ringan, dari hasil wawancara terhadap ibu hamil mengatakan bahwa selama ini hanya minum tablet Fe dari bidan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui "Efektivitas Jus Jambu Merah Dan Jus Tomat Terhadap Kadar HB Ibu Hamil Trimester III Di TPMB Bidan Y Tahun 2025"

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini Adalah *Study Case Literature Review* (SCLR) yaitu penelusuran Ilmiah untuk memperoleh konsep teori Asuhan Kebidanan berdasarkan hasil penelitian terdahulu dan studi kasus yaitu studi langsung penerapan kebidanan berdasarkan evidence Based. Populasi pada penelitian adalah ibu hamil trimester III dengan anemia ringan sebanyak 2 orang 1 orang ibu hamil diberikan intervensi jus jambu merah dan 1 orang lainnya intervensi diberikan jus tomat.

Metode pengumpulan data dengan cara primer atau data dikumpulkan langsung oleh peneliti dari responden langsung. Pengumpulan data digunakan dengan menggunakan multichek yang dilakukan langsung oleh peneliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perbandingan Intervensi 1 dan intervensi 2

Intervensi 1 (pemberian Jus jambu merah)				
No	Nama	Kunjungan 1	Kunjungan 2	Kunjungan 3
1	Ny. N	10,3	10,8	11,4
Intervensi 2 (pemberian jus tomat)				
No	Nama	Kunjungan 1	Kunjungan 2	Kunjungan 3
2	Ny. R	10,2	10,6	10,9

Efektivitas Jus Jambu Merah Terhadap Kadar HB Ibu Hamil Trimester III Di TPMB Bidan Y Tahun 2025

Penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi pemberian jus jambu merah menunjukkan kenaikan kadar HB pada ibu hamil yang sangat signifikan dengan hasil observasi dengan memberikan cara memberikan jus jambu merah selama 14 hari. Pada kunjungan 1 ibu dengan anemia ringan pada kunjungan 3 dengan ibu sudah tidak anemia.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Catur Leny Wulandari dan Januarni Fonata (2023) dengan judul jus jambu biji (psidium guajava) efektif terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia dengan hasil penelitian adanya perbedaan ada kenaikan kadar hemoglobin pada responden dengan pemberian perakuan. Hasil penelitian dapat disimpulkan Pemberian jus jambu efektif untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Penelitian lain menunjukkan Titin Supriyatin dan Lia Ideaistiana (2024) dengan hasil Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Anemia Di Tpmbe Cibitung Kabupaten Bekasi dengan hasil penelitian Hasil uji paired sample t test didapatkan nilai p value = 0,000. Terdapat pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III. Ibu hamil diharapkan rajin mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi salah satunya jus jambu biji merah dan patuh dalam mengonsumsi tablet Fe agar dapat meningkatkan kadar Hb dalam darah ibu.

Salah satu buah yang sangat kaya vitamin C adalah Jambu biji. Kandungan Vitamin C pada jambu biji setara dengan 6 kali kandungan vitamin C pada jeruk, 10 kali kandungan vitamin C pada pepaya, 17 kali kandungan vitamin C pada jambu air, dan 30 kali kandungan Vitamin C pada pisang. Jus jambu biji merah memiliki 87 mg asam askorbat per 100 gram. Jus jambu biji memiliki 49 kalori, 0,9 gram protein, 0,3 gram lemak, 12,2 gram karbohidrat, 14 mg kalsium, 28 mg fosfor, 1,1 mg zat besi, 25 IU vitamin A, 0,05 mg vitamin B1, 3 dan 86 gram air per 100 gram. Jus jambu biji mengandung vitamin C yang meningkatkan penyerapan zat besi dan meningkatkan kadar Hb.

Asumsi peneliti bahwa kenaikan kadar HB karena adanya peran penting dari jus jambu merah sebagai vitamin C. secara teori vitamin C dapat mengoptimalkan kadar HB pada ibu hamil.

Efektivitas Jus Tomat Terhadap Kadar HB Ibu Hamil Trimester III Di TPMB Bidan Y Tahun 2025.

Penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi pemberian jus tomat menunjukkan kenaikan kadar HB pada ibu hamil yang cukup signifikan dengan hasil observasi dengan memberikan cara memberikan jus tomat selama 14 hari. Pada kunjungan 1 ibu dengan anemia ringan pada kunjungan 3 dengan ibu masih dalam kategori anemia ringan meskipun terdapat kenaikan kadar Hb.

Penelitian yang dilakukan oleh Mayang et al (2021) tentang Efektivitas Pemberian Tablet Fe dan Jus Tomat Terhadap Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil dengan hasil penelitian Sebanyak 20 orang (100%) ibu hamil mengalami anemia ringan sebelum pemberian tablet Fe dan jus tomat dan setelah diberikan tablet Fe dan jus tomat 15 orang (75%) mengalami anemia ringan, dari uji Wilcoxon yang telah dilakukan, diketahui Asym.Sig, (2-tailed) bernilai 0.000.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Lestari et al (2022) tentang Pengaruh Konsumsi Jus Tomat terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III dengan Anemia di RSUD Ciawi Tahun 2022 dengan hasil penelitian bahwa kadar rata-rata hemoglobin awal pada kelompok eksperimen yakni 9,833 g/d yang tergolong ke dalam anemia ringan, Sedangkan diperoleh rata-rata hemoglobin akhir pada kelompok eksperimen yakni 12,913 g/d yang tergolong tidak anemia. Didapatkan nilai p -value sebesar $0,000 < \alpha(0,05)$ artinya H_0 ditolak dan H_a diterima yaitu adanya pengaruh konsumsi jus tomat terhadap kenaikan kadar hemoglobin ibu hamil. Ada pengaruh signifikan konsumsi jus tomat terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia.

Asumsi peneliti dari hasil penelitian yang dilakukan bahwa jus tomat cukup signifikan dalam menaikkan kadar HB, Adapun ibu yang belum optimal dalam menaikkan kadar Hb bisa disebabkan oleh pola hidup yang kurang baik.

Perbandingan Efektivitas Jus Jambu Merah Dan Jus Tomat Terhadap Kadar HB Ibu Hamil Trimester III Di TPMB Bidan Y Tahun 2025.

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada kelompok intervensi jus jambu merah dan jus tomat didapatkan bahwa hasil dari intervensi jus jambu merah didapatkan dari 2 orang ibu hamil dengan anemia ringan setelah diberikan jus jambu merah selama 14 hari Hb ibu meningkat dan ibu tidak anemia. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian jus jambu merah sangat signifikan terhadap kenaikan kadar HB ibu. Sedangkan pada ibu yang diberikan jus tomat ibu dengan anemia ringan setelah diberikan intervensi selama 14 hari, ibu masih dalam keadaan anemia ringan. Meskipun terdapat kenaikan kadar Hb ibu, namun ibu masih dalam kategori anemia ringan.

Peneliti berasumsi bahwa kedua terapi ini boleh diberikan karena besar manfaatnya terhadap kenaikan kadar HB ibu hamil. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Titin Supriyatin dan Lia Idea Istiana (2024) dengan hasil Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Anemia Di Tpmbs Es Cibitung Kabupaten Bekasi dengan hasil penelitian hasil uji paired sample t test didapatkan nilai p value = 0,000. Terdapat pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III. Ibu hamil diharapkan rajin mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi salah satunya jus jambu biji merah dan patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe agar dapat meningkatkan kadar Hb dalam darah ibu.

Penelitian yang dilakukan oleh Mayang et al (2021) tentang Efektivitas Pemberian Tablet Fe dan Jus Tomat Terhadap Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil dengan hasil penelitian Sebanyak 20 orang (100%) ibu hamil mengalami anemia ringan sebelum pemberian tablet Fe dan jus tomat dan setelah diberikan tablet Fe dan jus tomat 15 orang (75%) mengalami anemia ringan, dari uji Wilcoxon yang telah dilakukan, diketahui Asym.Sig, (2-tailed) bernilai 0.000.

Sehingga peneliti berasumsi bahwa pemberian terapi jus jambu merah maupun jus tomat dapat menaikkan kadar Hb ibu hamil untuk mencegah anemia. Hanya peneliti menyarankan bahwa dari hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh peneliti bahwa pemberian jus jambu merah lebih efektif dibandingkan dengan pemberian jus tomat.

KESIMPULAN

- Pemberian jus jambu merah ini efektif untuk diberikan terhadap kadar Hb ibu hamil trimester III Di TPMB Bidan Y Tahun 2025 sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan intervensi pada Ny. N setelah diberikan terapi jus jambu selama 14 hari kadar Hb ibu dari 10,3g/dL menjadi 11,4g/dL
- Pemberian efektivitas jus tomat cukup efektif terhadap kadar Hb ibu hamil trimester III Di TPMB Bidan Y Tahun 2025 sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan intervensi pada Ny. R setelah diberikan terapi jus tomat selama 14 hari kadar Hb ibu dari 10,2g/dL menjadi 10,9g/dL
- Perbandingan efektivitas jus jambu merah dan jus tomat terhadap kadar Hb ibu hamil trimester III Di TPMB Bidan Y Tahun 2025, dengan hasil bahwa jus jambu merah lebih efektif untuk menaikkan kadar HB ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Apriana, W., et a. 2021. Hubungan Pengetahuan dan Akses Informasi dengan Tingkat Kecemasan tentang kehamilan Selama Masa Pandemi Covid-19 pada Ibu Hamil di Wiayah Kerja Poskesdes Mantangai Tengah Kabupaten Kapuas. Proceeding Of Sari Muia University Midwifery Nationa Seminars.
- [2] Kemenkes RI. Buku Kesehatan Ibu dan Anak. 2023. Kemenkes RI
- [3] Dinas Kesehatan Kabupaten Cianjur 2022 tentang prpfi Dinkes Kabupaten Cianjur
- [4] Friscia, I., et a. 2023. Pengoptimaisasi Penggunaan Buku KIA Pada Era Digita Di Wiayah Kerja Puskesmas Kandui. Prosiding Seminar Nasiona Masyarakat Tangguh, 299–307.
- [5] Hadiati, dkk. 2015. Bertanam Jambu Biji Di Pekarangan. Jakarta: Agrifo.
- [6] Lestari, Y. P., & Friscia, I. 2023. Prenata Yoga terhadap Tingkat Kesehatan Menta Ibu Hamil. Media Informasi, 19(1).
- [7] Maaka, Nur M., A., et a. 2023. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wiayah Kerja Puskesmas Tapa. Journa Heath & Science.
- [8] Mandasari, Arniati. Et a. 2024. Pengaruh Pemberian Pisang Ambon Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Ii Di Wiayah Kerja Puskesmas Manggar Kecamatan Baikpapan Timur. Jurna Inovasi Kesehatan Adaptif. Vo. 6 (5). Mutaharah, Siti. Et a. 2022. Red Dragon Fruit Juice to Increase Hemoglobin Leves in Pregnant Women with Anemia. URECOL.
- [9] Pratiwi AM, Fatimah. 2019. Patoogi kehamilan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- [10] Pratiwi, E. 2016. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Anemia Pada Siswi MTS Ciwandan Kota Ciegen Tahun 2014.
- [11] Reeder, S.J, dkk. 2014. Keperawatan Maternitas: Kesehatan Wanita, Bayi & Keluarga (ed 18). Jakarta: EGC.
- [12] Syafrudin, Damayani, Demafanis. 2016. Himpunan penyuuhan kesehatan: pada remaja, keluarga, lansia dan masyarakat. Jakart: Trans Info Media
- [13] Soedarya. 2014. Peneitian Status Gizi. Jakarta: EGC.
- [14] Wijaksono, M. A., et a. 2023. Edukasi Terapi Kompementer JAMU (Jahe dan Madu) Untuk Menurunkan Kadar Gukosa Darah Pada Penderita Diabetes Meitus Tipe 2. Prosiding Seminar Nasiona Masyarakat Tangguh, 126–130.