



PENERAPAN PEMBERIAN JUS JAMBU BIJI PADA IBU HAMIL ANEMIA DI PMB MURTINAWITA PEKANBARU TAHUN 2022

Oleh

Octa Dwienda Ristica¹, Rita Afni²

^{1,2}Prodi S1 Kebidanan Universitas Hangtuah Pekanbaru

Email:¹octadwienda@htp.ac.id

Article History:

Received: 14-11-2022

Revised: 20-11-2022

Accepted: 19-12-2022

Keywords:

jus jambu biji, ibu hamil,
anemia

Abstract: Anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Konsentrasi hemoglobin normal pada wanita hamil berbeda pada wanita yang tidak hamil. Hal ini disebabkan karena pada kehamilan terjadi proses hemodilusi atau pengenceran darah. Hemodilusi terjadi sejak kehamilan 10 minggu dan mencapai puncaknya pada kehamilan 32-36 minggu. bila hemoglobin itu sebelum sekitar 11 gr% maka terjadinya hemodilusi akan mengakibatkan anemia fisiologi dan Hb akan menjadi 9,5 sampai 10 gr%. Adapun tujuan dari pengabdian kepada masyarakat ini adalah Melakukan Standar asuhan Kebidanan tentang pengelolaan anemia pada ibu hamil sehingga dapat dilakukan deteksi dini anemia pada kehamilan dan Meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat terutama ibu hamil tentang Anemia dalam kehamilan dan peningkatan kadar Hb pada Ibu Hamil Anemia dengan pemberian Jus Jambu Biji. Pengabdian dilaksanakan di PMB Murtinawita yang akan menjadi objek dalam Pengabdian kepada masyarakat ini adalah Ibu Hamil yang Anemia. Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan dengan 2 tahap yaitu pemeriksaan kehamilan khususnya pemeriksaan laboratorium yaitu pemeriksaan Hb pada ibu hamil untuk menemukan anemia dalam kehamilan secara dini. Kemudian melakukan upaya tindak lanjut untuk mengatasi anemia dalam kehamilan dengan melakukan penyuluhan dengan mengangkat tema "anemia dalam kehamilan" metode yang dilakukan dengan memberikan ceramah langsung dan leaflet berisi materi dan gambar yang menarik serta Tanya jawab seputar senam hamil dan Ruptur perineum setelah itu penulis akan memberikan tablet zat besi dan pemberian jus jambu biji untuk meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil yang anemia.



PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses yang normal, alamiah yang diawali dengan pertumbuhan dan perkembangan janin intrauterin dan dimulai sejak konsepsi sampai persalinan (Dewi, 2011).

Konsentrasi hemoglobin normal pada wanita hamil berbeda pada wanita yang tidak hamil. Hal ini disebabkan karena pada kehamilan terjadi proses hemodilusi atau pengenceran darah, yaitu terjadi peningkatan volume plasma dalam proporsi yang lebih besar jika dibandingkan dengan peningkatan eritrosit. Hemodilusi pada kehamilan dianggap sebagai penyesuaian diri yang fisiologis dalam kehamilan dan bermanfaat pada wanita untuk meringankan beban jantung yang harus bekerja lebih berat semasa kehamilan karena sebagai akibat hipervolemi sehingga cardiac output meningkat. Kerja jantung akan lebih ringan apabila viskositas darah rendah dan resistensi perifer berkurang sehingga tekanan darah tidak meningkat secara fisiologis, hemodilusi ini membantu ibu mempertahankan sirkulasi normal dengan mengurangi beban jantung (Murray, 2010)

Pengenceran darah (Hemodilusi) pada ibu hamil sering terjadi dengan peningkatan volume plasma 30%-40% peningkatan sel darah merah 18-30 % dan hemoglobin 19 % secara fisiologi hemodilusi untuk mengurangi beban kerja jantung. Hemodilusi terjadi sejak kehamilan 10 minggu dan mencapai puncaknya pada kehamilan 32-36 minggu. bila hemoglobin itu sebelum sekitar 11 gr% maka terjadinya hemodilusi akan mengakibatkan anemia fisiologi dan Hb akan menjadi 9,5 sampai 10 gr%.

Anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Anemia merupakan salah satu kalainan darah yang umum terjadi ketika kadar sel darah merah dalam tubuh menjadi terlalu rendah.

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin dibawah 11 gr%. Menurut Departemen Kesehatan RI (2019) batas normal kadar hemoglobin untuk ibu hamil ≥ 11 g/dl6. Hemoglobin adalah protein berfigmen merah yang terdapat dalam sel darah merah yang berfungsi mengangkut oksigen dari paru-paru yang akan didistribusikan keseluruh tubuh.

Data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan prevalensi anemia di Indonesia sebesar 48,9% ibu hamil dari total populasi yang mengalami anemia dimana untuk angka anemia pada ibu hamil meningkat dari tahun 2013 sebesar 37,1% menjadi 48,9% pada tahun 2018 (Kemenkes RI, 2018)

Faktor yang menyebabkan ibu hamil mengalami anemia terutama disebabkan oleh kehilangan darah, kekurangan produksi sel darah merah atau perusakan sel darah merah yang lebih cepat dari normal. Kondisi tersebut dapat disebabkan oleh kurang mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi, vitamin B12, asam folat dan vitamin C, unsur-unsur yang diperlukan untuk pembentukan sel darah merah, kekurangan zat besi merupakan penyebab utama anemia pada wanita sekitar 20%, 50% wanita hamil.

Pemberian tablet tambah darah pada ibu hamil merupakan langkah pencegahan dari terjadinya perdarahan selama kehamilan, persalinan dan nifas dengan target nasional sebesar 90% disamping juga ibu hamil harus menjaga pola asupan gizi yang seimbang. Dari data Profil Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2019 secara keseluruhan ibu hamil yang mendapat tablet FE di Provinsi Riau tahun 2019 menurun dibandingkan tahun 2018, dimana pada tahun 2018 sebanyak 79%, sementara tahun 2019 ibu hamil yang mendapat tablet FE sebanyak 65%. Hal ini belum mencapai target Nasional yaitu sebesar 90%.



Disamping itu juga Provinsi Riau memiliki jumlah ibu hamil dengan anemia sebesar 83,21% pada tahun 2018 dan berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru jumlah ibu hamil yang menderita anemia di Kota Pekanbaru sebesar 17,33%. Oleh karena itu, perlu upaya bersama untuk selalu mengkonsumsi tablet FE selama kehamilan dengan benar dan menjaga asupan nutrisi (Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru, 2019)

Salah satu zat yang sangat membantu penyerapan zat besi adalah vitamin C (asam askorbat). Asam askorbat dapat diperoleh dari tablet vitamin C atau secara alami terdapat pada buah-buahan dan sayuran. Vitamin C dapat meningkatkan penyerapan besi nonheme empat kali lipat dan dengan jumlah 200 mg akan meningkatkan absorpsi besi obat sedikitnya 30%.

Buah yang mengandung asam askorbat tidak selalu berwarna kuning, pada jambu biji mengandung asam askorbat 2 kali lipat dari jeruk yaitu sekitar 87 mg/100 gram jambu biji. Selain itu setiap 100 gram jambu biji juga mengandung Kalori 49 kal, Protein 0,9 gram, Lemak 0,3 gram, Karbohidrat 12,2 gram, Kalsium 14 mg, Fosfor 28 mg, Besi 1,1 mg, Vitamin A 25 SI, Vitamin B1 0,05 mg dan Air 86 gram. Vitamin C yang terkandung dalam jambu biji memperbesar penyerapan zat besi.

(Wirawan et al., 2015) pemberian tablet Fe dengan penambahan vitamin C dapat membantu peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil. 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. (Hadieti dan Apriyanti, 2015).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Ristica (2020) tentang “Pemberian Jambu Biji dalam Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil Anemia di PMB Dince Syafrina Pekanbaru” didapatkan hasil bahwa ada pengaruh pemberian terapi tablet Fe dan Jus jambu biji dengan peningkatan kadar Hb Ibu hamil anemia. Dari hasil analisa data dengan menggunakan uji t dependent untuk mengetahui kekuatan pengaruh pemberian terapi Tablet Fe dan Jus Jambu Biji terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil anemia menghasilkan rata-rata (mean) kadar Hb Ibu Hamil anemia sebelum diberikan terapi Tablet Fe dan Jus Jambu Biji sebesar 8,92 dengan standar deviasi 0.9067. Rata-rata (mean) kadar Hb ibu hamil anemia sesudah diberikan terapi Tablet Fe dan Jus Jambu Biji 100 gr perhari yang diolah dalam bentuk juice, dan dikonsumsi 2 kali sehari pada pagi dan sore selama 14 hari berturut-turut sebesar 9,48 dengan standar deviasi 1.0456 (Ristica & Afni, 2021)

PMB Murtinawita merupakan salah satu Praktik Mandiri Bidan di wilayah Kecamatan Sail dimana jumlah ibu hamil di PMB dalam 3 bulan terakhir yaitu pada bulan Oktober – Desember 2021 menunjukkan bahwa total rata-rata pemeriksaan ANC perbulannya adalah sekitar 50 orang ibu hamil dan pada pemeriksaan ANC di PMB Murtinawita masih Kurang berjalannya standar asuhan kebidanan tentang pemeriksaan laboratorium khususnya pemeriksaan Hemoglobin. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang “**Penerapan Pemberian Jus Jambu Biji pada Ibu Hamil Anemia di PMB Murtinawita Pekanbaru tahun 2022**”

Literature or Conceptual Review

Untuk turut membantu memecahkan masalah-masalah kesehatan pada ibu hamil seperti yang telah disebutkan di atas, maka langkah- langkah yang diambil adalah :

1. Memberikan penyuluhan kesehatan kepada ibu hamil tentang anemia pada ibu hamil dan



- dampaknya buat kehamilan dan persalinan dan nutrisi pada masa kehamilan
2. Selain itu akan dilakukan juga Pengelolaan anemia dalam kehamilan yang sesuai dengan standar pelayanan kebidanan
 3. Dan kemudian akan Melakukan tindak lanjut yang memadai untuk mengatasi anemia sebelum persalinan berlangsung dengan pemberian tablet Fe pada ibu hamil disertai dengan pemberian jus jambu biji untuk meningkatkan kadar hb pada ibu hamil yang anemia.

Diharapkan dengan melakukan kegiatan ini, tingkat kesehatan pada ibu hamil khususnya mengenai anemia dalam kehamilan di PMB Murtinawita dapat ditanggulangi.

Research Deign

a. Tahap Persiapan

Tahap persiapan dilakukan untuk melakukan penyuluhan KB kepada ibu2 WUS. Rencana kegiatan yang akan dilaksanakan pada tahap ini adalah:

1. Penyusunan materi penyuluhan tentang anemia pada ibu hamil dan dampaknya buat kehamilan dan persalinan dan nutrisi pada masa kehamilan
2. Akan dilakukan Pengelolaan anemia dalam kehamilan yang sesuai dengan standar pelayanan kebidanan yaitu
 - 1) Menemukan anemia pada kehamilan secara dini melalui;
 - a) Melengkapi ketersediaan alat untuk menunjang dalam pemeriksaan Hb selama kehamilan
 - b) Praktik pemeriksaan Hb pada ibu hamil
 - 2) Melakukan tindak lanjut yang memadai untuk mengatasi anemia sebelum persalinan berlangsung melalui Penyuluhan tentang anemia dan nutrisi selama kehamilan dan pemberian tablet Fe pada ibu hamil disertai dengan pemberian jus jambu biji untuk meningkatkan kadar hb pada ibu hamil yang anemia.
3. Penulis akan melakukan observasi kegiatan dengan cara:
 - a. Melakukan pengawasan kepada ibu dengan menunjuk 1 anggota. keluarga terdekat untuk memantau ketaatan ibu dalam mengkonsumsi Tablet Zat besi dan mengkonsumsi Jus Jambu Biji melalui lembar observasi pemberian jus jambu biji yang akan dilakukan oleh Tim pengusul dan dibantu oleh mahasiswa.
 - b. Penulis akan melakukan observasi dan pengecekan secara berkala untuk melihat kadar hemoglobin pada ibu hamil setelah diberikan tablet Fe dan pemberian jus jambu biji untuk mengatasi anemia pada ibu hamil yang akan dilakukan oleh Tim pengusul dan dibantu oleh mahasiswa.

b. Tahap Pelaksanaan

Melaksanakan Program Kemitraan kepada Masyarakat (PKM)

Dalam melaksanakan kegiatan Pengabdian kepada masyarakat ini selain melibatkan mitra tim pengusul juga melibatkan 2 orang mahasiswa, adapun kegiatan yang akan dilakukan adalah:

1) Penyuluhan

Melakukan kegiatan penyuluhan dengan mengangkat tema “anemia pada ibu hamil dan dampaknya buat kehamilan dan persalinan dan nutrisi pada masa kehamilan “. metode yang dilakukan dengan memberikan ceramah langsung dan leaflet berisi materi dan gambar yang menarik serta Tanya jawab seputar anemia dalam kehamilan



- yang akan dilakukan oleh Ketua Tim Pengusul dan Anggota Tim Pengusul
- 2) Pelaksanaan pengelolaan anemia dalam kehamilan yang sesuai dengan standar pelayanan kebidanan
Melaksanakan pengelolaan anemia dalam kehamilan yang sesuai dengan standar pelayanan kebidanan yang akan dilakukan oleh mahasiswa kebidanan selaku anggota pengabdian masyarakat yaitu dengan :
 - a) Menemukan anemia pada kehamilan secara dini melalui ;
 - Melengkapi ketersediaan alat untuk menunjang dalam pemeriksaan Hb selama kehamilan
 - Praktik pemeriksaan Hb pada ibu hamil
 - 3) Melakukan tindak lanjut yang memadai untuk mengatasi anemia sebelum persalinan berlangsung melalui pemberian tablet Fe pada ibu hamil disertai dengan pemberian jus jambu biji 100 gr perhari yang diolah dalam bentuk juice, dan dikonsumsi 2 kali sehari pada pagi dan sore selama 14 hari berturut-turut untuk meningkatkan kadar hb pada ibu hamil yang anemia. Observasi kegiatan dengan cara :
 - a. melakukan pengawasan kepada ibu dengan menunjuk 1 anggota keluarga terdekat untuk memantau ketaatan ibu dalam mengkonsumsi Tablet Zat besi dan mengkonsumsi Jus Jambu Biji melalui lembar observasi pemberian jus jambu biji.
 - b. Penulis akan melakukan observasi dan pengecekan secara berkala untuk melihat kadar hemoglobin pada ibu hamil setelah diberikan tablet Fe dan pemberian jus jambu biji untuk mengatasi anemia pada ibu hamil yang akan dilakukan oleh Tim pengusul dan dibantu oleh mahasiswa.

HASIL

Ibu hamil mau dan bersedia untuk dilakukan pengelolaan anemia dalam kehamilan dengan dilakukannya pengecekan kadar Hb pada ibu hamil secara berkala, dan dari total 15 orang ibu hamil yang telah diberikan penyuluhan dan pengecekan kadar Hb didapatkan 8 orang ibu hamil yang anemia dan setelah diberikan Tablet Zat besi dan mengkonsumsi Jus Jambu Biji 100 gr perhari yang diolah dalam bentuk juice, dan dikonsumsi 2 kali sehari pada pagi dan sore selama 14 hari berturut-turut kemudian mahasiswa selaku anggota tim pengusul melakukan pengecekan ulang terhadap kadar Hb didapatkan dr 8 orang ibu hamil yang anemia terdapat peningkatan kadar Hb pada ibu hamil tersebut.

DISKUSI

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan secara langsung kepada masyarakat khususnya ibu hamil Trimester ke III, kegiatan ini dilaksanakan beberapa tahapan yang dimulai dari tanggal 19 April s.d 5 Mei 2022.

1. Penyuluhan

Pada kegiatan ini kita mengumpulkan ibu hamil dalam beberapa kali pertemuan, untuk diberikan penyuluhan dengan mengangkat tema "anemia pada ibu hamil dan dampaknya buat kehamilan dan persalinan dan nutrisi pada masa kehamilan ". Kegiatan ini dilakukan dengan metode memberikan ceramah secara langsung kepada ibu hamil dalam beberapa kali kegiatan, kemudian memberikan leaflet yang berisi materi dan gambar yang menarik. Setelah dilakukan penyuluhan maka diberikan kesempatan kepada peserta untuk melakukan tanya jawab seputar anemia dalam kehamilan yang akan dilakukan



oleh Ketua Tim Pengusul dan Anggota Tim Pengusul.

2. Pelaksanaan pengelolaan anemia dalam kehamilan yang sesuai dengan standar pelayanan kebidanan

Setelah ibu hamil mendapatkan informasi yang diberikan oleh tim pengusul melalui penyuluhan dengan mengangkat tema "anemia pada ibu hamil dan dampaknya buat kehamilan dan persalinan dan nutrisi pada masa kehamilan " kemudian ketua tim pengusul melaksanakan pengelolaan anemia dalam kehamilan yang sesuai dengan standar pelayanan kebidanan yang akan dilakukan oleh mahasiswa kebidanan selaku anggota pengabdian masyarakat yaitu dengan meminta persetujuan terlebih dahulu kepada ibu hamil untuk dilakukannya pengelolaan anemia dalam kehamilan, yaitu dengan :

- a) Menemukan anemia pada kehamilan secara dini melalui ;
 - Melengkapi ketersediaan alat untuk menunjang dalam pemeriksaan Hb selama kehamilan
 - Praktik pemeriksaan Hb pada ibu hamil
- b) Melakukan tindak lanjut yang memadai untuk mengatasi anemia sebelum persalinan berlangsung melalui pemberian tablet Fe pada ibu hamil disertai dengan pemberian jus jambu biji 100 gr perhari yang diolah dalam bentuk juice, dan dikonsumsi 2 kali sehari pada pagi dan sore selama 14 hari berturut-turut untuk meningkatkan kadar hb pada ibu hamil yang anemia.

3. Observasi kegiatan dengan cara :

Setelah diberikan penyuluhan, dan pelaksanaan pengelolaan anemia pada ibu hamil dan setelah didapatkan kadar Hb pada ibu hamil maka tim pengusul akan membuat pengelompokkan ibu hamil yang anemia dan tidak anemia, dan pada ibu hamil yang anemia maka Ketua Tim Pengusul akan melakukan tindak lanjut yang memadai untuk mengatasi anemia sebelum persalinan berlangsung berkoordinasi dengan Bidan di PMB Murtinawita dengan pemberian tablet Fe pada ibu hamil disertai dengan pemberian jus jambu biji 100 gr perhari yang diolah dalam bentuk juice, dan dikonsumsi 2 kali sehari pada pagi dan sore selama 14 hari berturut-turut untuk meningkatkan kadar hb pada ibu hamil yang anemia dan kita juga tetap melakukan pengawasan kepada ibu dengan menunjuk 1 anggota keluarga terdekat untuk memantau ketaatan ibu dalam mengkonsumsi Tablet Zat besi dan mengkonsumsi Jus Jambu Biji melalui lembar observasi pemberian jus jambu biji. Observasi yang akan dilakukan oleh Tim pengusul dan dibantu oleh mahasiswa dengan tetap berkoordinasi dengan tempat pelaksanaan pengabdian dengan melakukan observasi dan pengecekan secara berkala untuk melihat kadar hemoglobin pada ibu hamil setelah diberikan tablet Fe dan pemberian jus jambu biji untuk mengatasi anemia pada ibu hamil yang akan dilakukan oleh Tim pengusul dan dibantu oleh mahasiswa. Dari total 15 orang ibu hamil yang telah diberikan penyuluhan dan pengecekan kadar Hb didapatkan 8 orang ibu hamil yang anemia dan setelah diberikan Tablet Zat besi dan mengkonsumsi Jus Jambu Biji 100 gr perhari yang diolah dalam bentuk juice, dan dikonsumsi 2 kali sehari pada pagi dan sore selama 14 hari berturut-turut kemudian mahasiswa selaku anggota tim pengusul melakukan pengecekan ulang terhadap kadar Hb didapatkan dr 8 orang ibu hamil yang anemia terdapat peningkatan kadar Hb pada ibu hamil tersebut.



KESIMPULAN

Disimpulkan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat memberikan manfaat yang baik dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil tentang anemia dalam kehamilan dan nutrisi pada masa kehamilan sehingga ibu dapat lebih sadar untuk menjaga nutrisi selama kehamilan sehingga dapat mencegah kejadian anemia dalam kehamilan. Rasa ingin tahu, antusiasme, dan ketertarikan para peserta saat berlangsungnya kegiatan seperti pemberian materi dan diskusi/tanya jawab memberikan nilai positif. Didapatkan peningkatan tingkat pengetahuan dimana pada ibu yang terdeteksi anemia ibu bersedia untuk diberikan tablet zat besi dan ibu juga bersedia untuk mengkonsumsi Jus Jambu Biji 100 gr perhari yang diolah dalam bentuk juice, dan dikonsumsi 2 kali sehari pada pagi dan sore selama 14 hari berturut-turut.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Dewi, S. (2011). Asuhan kebidanan pada ibu hamil (S. Medika (Ed.)).
- [2] Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru. (2019). Profil Dinas Kesehatan Kota Pekanbaru Tahun 2019. *Africa's Potential for the Ecological Intensification of Agriculture*, 53(9), 1689–1699.
- [3] Fitriani, Y. (2017). Pengaruh pemberian jus jambu biji terhadap kadar HB pada ibu hamil TM III di polindes KREBET Kec.Balullawang Kab.Malang.
- [4] Jayanti, noviana luthfi. (2018). Pengaruh Jus Jambu Biji (*Psidium Guajava*) Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia Effect Of Guava Juice (*Psidium Guajava*) On Hemoglobin Levels In Pregnant Anemia Noviana Luthfi Jayanti *); Sunarto; Yuwono Setiadi. 32–39.
- [5] Kemenkes RI. (2018). Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI, 53(9), 1689–1699.



- [6] Manuaba (Ed.). (2010). Ilmu Kebidanan penyakit Kandungan,dan KB. Buku Kedokteran EGC.
- [7] Murray (Ed.). (2010). HEMATOLOGI (29th ed.).
- [8] Prasetyanti, D. K. (2015). Efektivitas Pemberian Jus Jambu biji merah terhadap kadar hb ibu hamil TM III.
- [9] Proverawati, A dan Wati, E. K. (Ed.). (2011). Ilmu Gizi untuk perawat dan gizi kesehatan.
- [10] Ristica, O. D., & Afni, R. (2021). Giving Guava to Increase HB Levels in Anemic Pregnant Women at PMB Dince Safrina Pekanbaru. 3(1), 20–25.
- [11] Wirawan, S., Khairul, L., Nuriyansari, B., & ristrini. (2015). Pengaruh Pemberian Tablet Besi Dan Tablet Besi Plus Vitamin C Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil (Effect of Vitamin C and Tablets Fe on Haemoglobin Levels Against Pregnant Women). Buletin Penelitian Sistem Kesehatan, 18, 285–292.