

SOSIALISASI KONSUMSI JUS JAMBU BIJI UNTUK MENINGKATKAN HB PADA IBU
HAMIL DENGAN ANEMIA (JUS JAMILA) DI DESA LEBUNGSARI, KECAMATAN
MERBAU MATRAM, LAMPUNG SELATAN

Yuli Yantina¹, Anissa Ermasari^{2*}, Sri Handayani³

^{1,2,3} Program Studi Kebidanan Universitas Malahayati
Email: *anisa.as296@gmail.com*, *Srihandayani131020@gmail.com*

ABSTRAK

Anemia adalah suatu kondisi medis di mana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Pada ibu hamil dikatakan anemia bila Hb < 11,0 g/dl. Anemia gestasional adalah peningkatan kadar cairan plasma selama kehamilan yang mengencerkan darah (*hemodilusi*) yang dapat digambarkan sebagai anemia. Anemia kehamilan yang paling umum adalah anemia nutrisi besi. WHO melaporkan bahwa prevalensi ibu-ibu hamil di seluruh dunia yang mengalami anemia sebesar 41,8%. Prevalensi di antara ibu hamil bervariasi dari 31% di Amerika Selatan hingga 64% di Asia bagian selatan. Di Indonesia data ibu hamil masih cukup tinggi. Pada Riskesdas tahun 2013 sebesar 37,15% sedangkan hasil Riskesdas 2018 telah mencapai 48,9% sehingga dapat disimpulkan selama 5 tahun terakhir masalah anemia pada ibu hamil telah meningkat sebesar 11,8%. Sedangkan jumlah anemia pada ibu hamil di Provinsi Lampung yaitu sebanyak 69,7. Lampung Selatan tahun 2021 mencatat anemia dengan jumlah 737 kasus. Risiko ibu hamil dengan anemia sangat besar bahkan bisa berisiko kematian pada kehamilan. Salah satu upaya non farmakologi untuk mengatasi anemia adalah dengan pemberian jus jambu biji merah. Pemberian jus jambu biji merah pada bertujuan untuk mengetahui rata-rata peningkatan hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan jus jambu biji merah pada ibu hamil. Metode yang dipakai saat penyuluhan adalah penyuluhan kelompok disertai peragaan secara langsung tentang pembuatan jus jambu biji merah dan pemberian leaflet tentang anemia pada ibu hamil dan jus jambu biji merah. Subjek dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu hamil trimester III yang berada di desa Lebung sari, Merbau Mataram, Lampung Selatan. Hasil dari kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang manfaat mengonsumsi jus jambu biji merah dan tablet tambah darah (Fe). Saat sebelum dilakukan pemberian jus jambu biji merah dan tablet Fe banyak subjek yg kadar hemoglobinnnya rendah, setelah rutin mengonsumsi jus jambu bii merah dan fe selama 7 hari, rata-rata subjek mengalami peningkatan kadar hemoglobin. Berdasarkan hasil dari pengabdian masyarakat ini dapat disimpulkan bahwa anemia pada ibu hamil dapat diatasi salah satunya dengan pemberian jus jambu biji merah ini. Diharapkan jus jambu biji merah ini dapat dipergunakan oleh masyarakat desa Lebung Sari untuk mengatasi anemia pada ibu hamil. Mengingat ketersediaan jambu biji merah yang ada di sekitar pemukiman masyarakat yang selama ini sering tidak dimanfaatkan.

Kata Kunci : Pengaruh, Jus Jambu Biji, Kadar HB, Kehamilan

ABSTRACT

Anemia is a medical condition in which the number of red blood cells or hemoglobin is less than normal. Pregnant women are said to be anemic if Hb <

11.0 g/dl. Gestational anemia is an increase in plasma fluid levels during pregnancy that thins the blood (hemodilution) which can be described as anemia. The most common pregnancy anemia is iron nutritional anemia. WHO reports that the prevalence of pregnant women worldwide who experience anemia is 41.8%. Prevalence among pregnant women varies from 31% in South America to 64% in southern Asia. In Indonesia, data on pregnant women is still quite high. In the 2013 Riskesdas it was 37.15%, while the 2018 Riskesdas results had reached 48.9%, so it can be concluded that over the last 5 years the problem of anemia in pregnant women has increased by 11.8%. Meanwhile, the number of anemia in pregnant women in Lampung Province is 69.7. In 2021, South Lampung recorded anemia with a total of 737 cases. The risk of pregnant women with anemia is very large and can even lead to the risk of death during pregnancy. One non-pharmacological effort to treat anemia is by giving red guava juice. Giving red guava juice aims to determine the average increase in hemoglobin before and after being given red guava juice to pregnant women. The method used during the counseling was group counseling accompanied by a direct demonstration of making red guava juice and giving leaflets about anemia in pregnant women and red guava juice. The subjects in this community service activity were pregnant women in the III trimester who were in Lebung Sari village, Merbau Mataram, South Lampung. The result of this activity is an increase in pregnant women's knowledge about the benefits of consuming red guava juice and blood supplement (Fe) tablets. Before administering red guava juice and Fe tablets, many subjects had low hemoglobin levels. After regularly consuming red guava juice and Fe tablets for 7 days, the average subject experienced an increase in hemoglobin levels. Based on the results of this community service, it can be concluded that anemia in pregnant women can be overcome by giving red guava juice. It is hoped that this red guava juice can be used by the people of Lebung Sari village to treat anemia in pregnant women. Considering the availability of red guava around community settlements which have often not been utilized.

Keywords: Effect, Guava Juice, HB Levels, Pregnancy

1. PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu penyebab kematian tidak langsung pada ibu hamil yang merupakan masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang. WHO melaporkan bahwa prevalensi ibu-ibu hamil di seluruh dunia yang mengalami anemia sebesar 41,8%. Prevalensi di antara ibu hamil bervariasi dari 31% di Amerika Selatan hingga 64% di Asia bagian selatan. Gabungan antara Asia selatan dan Tenggara turut menyumbang hingga 58% total penduduk yang mengalami anemia di negara berkembang. Di Amerika utara, Eropa dan Australia jarang dijumpai anemia karena defisiensi zat besi selama kehamilan. Bahkan di AS hanya terdapat sekitar 5% anak kecil dan 5-10% wanita dalam usia produktif yang menderita anemia karena defisiensi zat besi (WHO, 2015)

Di Indonesia angka anemia pada ibu hamil masih cukup tinggi. Berdasarkan hasil data Riskesdas 2018, presentase anemia pada ibu hamil yang mengalami peningkatan selama 5 tahun terakhir yaitu dari tahun 2013 sampai tahun 2018. Pada Riskesdas tahun 2013 sebesar 37,15% sedangkan hasil Riskesdas 2018 telah mencapai 48,9% sehingga dapat disimpulkan

selama 5 tahun terakhir masalah anemia pada ibu hamil telah meningkat sebesar 11,8%. Dari data tahun 2018, jumlah ibu hamil yang mengalami anemia paling banyak pada usia 15-24 tahun sebesar 84,6%, usia 25-34 tahun sebesar 33,7%, usia 35-44 tahun sebesar 33,6%, dan usia 45-54 tahun sebesar 24%. Prevalensi anemia dan risiko yang energi kronis pada perempuan usia subur sangat mempengaruhi kondisi kesehatan anak pada saat dilahirkan termasuk berpotensi terjadinya berat badan lahir rendah (Kemenkes RI, 2018)

Tingginya jumlah anemia pada ibu hamil di Provinsi Lampung yaitu sebanyak 69,7, penyebab kasus kematian ibu di Provinsi Lampung tahun 2018 disebabkan oleh sebanyak 46 kasus, hipertensi sebanyak 35 kasus, infeksi sebanyak 7 kasus, gangguan system peredaran darah sebanyak 10 kasus, gangguan metabolisme sebanyak 3 kasus dan lain-lain sebanyak 48 kasus (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2018)

Pada tahun 2019, prevalensi anemia mencapai 9,06% dan mengalami peningkatan menjadi 9,10% pada tahun 2020 (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2022)

Menurut data profil dinas kesehatan Lampung Selatan capaian ibu hamil dengan komplikasi kebidanan yang ditangani tahun 2022 sudah mencapai 100% mengalami peningkatan dari tahun 2021 yaitu 76,9%. Komplikasi kebidanan yang paling banyak terjadi adalah Kurang Energi Kronik (KEK) dengan jumlah 748 kasus dan anemia dengan jumlah 737 kasus (Dinas Kesehatan Lampung Selatan, 2021)

Menurut Sari (2013) salah satu upaya untuk penanganan anemia pada kehamilan adalah dengan mengonsumsi jambu biji merah, karena mengandung vitamin C yang tinggi. Dengan penyerapan zat besi yang sangat dipengaruhi oleh ketersediaan vitamin C dalam tubuh ibu. Peranan vitamin C dapat membantu mereduksi besi feri (Fe^{3+}) menjadi fero (Fe^{2+}) dalam usus halus sehingga mudah diserap, proses reduksi tersebut akan semakin besar bila pH di dalam lambung semakin asam. Vitamin C dapat menambah keasaman sehingga dapat meningkatkan penyerapan zat besi hingga 30%. Jambu biji merah adalah salah satu buah yang sangat kaya akan vitamin C. Kandungan Vitamin C pada jambu biji merah setara dengan 6 kali kandungan vitamin C pada jambu air, dan 30 kali kandungan vitamin C pada pisang. (Hadieti dan Apriyanti, 2015)

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Yulia Fitriani, Ardi Panggayuh dan Tarsikah (2017) dengan judul pemberian jus jambu biji merah terhadap kadar Hb pada ibu hamil trimester III di polindes Kreet Kecamatan Buluwalang Kabupaten Malang. Dari 14 responden yang mengonsumsi jus jambu biji merah sebanyak 11 responden mengalami kenaikan Hb, 3 responden lainnya memiliki kadar HB tetap setelah namun tidak tergolong dalam anemia. Hasilnya menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap kadar Hb ibu hamil trimester III di Polindes Kreet kecamatan Buluwalang Kabupaten Malang.

Tujuan umum dengan dilaksanakannya pemberian jus jambu biji merah adalah untuk mengetahui rata-rata peningkatan hemoglobin sebelum dan

sesudah diberikan jus jambu biji merah pada ibu hamil. Diharapkan masyarakat khususnya ibu hamil dapat mengerti tentang manfaat konsumsi jus jambu biji merah pada ibu hamil.



Gambar 2.1 .Peta lokasi desa Lebungsari

2. RUMUSAN MASALAH

Dari hasil pendataan di Desa Lebung Sari Kecamatan Merbau Mataram Tahun 2024 Terdapat 8 Ibu Hamil, 2 diantaranya mengalami Anemia Ringan. Melalui pengabdian ini kami ingin mengetahui berapakah mengetahui rata-rata peningkatan hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan jus jambu biji merah pada ibu hamil

3. METODE

Subjek dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu hamil trimester III yang berada di desa Lebung sari, Merbau Mataram, Lampung Selatan. Langkah awal kegiatan ini dengan pengecekan kadar hemoglobin ibu hamil sebelum diberikan jus jambu biji merah dan tablet tambah darah (Fe). Kemudian dengan dilakukannya pemberian jus jambu biji merah bersamaan dengan tablet Fe kepada ibu hamil trimester III rutin dilakukan selama 7 hari. Kemudian yang terakhir setelah 7 hari mengonsumsi jus jambu biji merah dan Fe dilakukannya pengecekan kadar Hb.

4. HASIL & PEMBAHASAN

Pemberian jus jambu biji merah kepada ibu hamil trimester III, peserta yang hadir sekitar 5 ibu hamil. Berikut gambar pelaksanaan pemberian jus jambu biji merah :

Hasil dari kegiatan ini adalah peningkatan pengetahuan ibu hamil tentang manfaat mengonsumsi jus jambu biji merah dan tablet tambah darah (Fe). Saat sebelum dilakukan pemberian jus jambu biji merah dan tablet Fe banyak subjek yg kadar hemoglobin nya rendah, setelah rutin mengonsumsi jus jambu bii merah dan fe selama 7 hari,rata-rata subjek mengalami peningkatan kadar hemoglobin.

Hambatan yang ditemukan dalam pelaksanaan pemberian jus jambu biji merah & tablet Fe adalah kurangnya antusiasme ibu hamil sebagai subjek pemberian jus jambu biji dan tablet Fe. Hal tersebut dikarenakan kurangnya pemahaman ibu hamil akan pentingnya kadar Hb normal pada saat kehamilan.

5. KESIMPULAN

Kesimpulan dari kegiatan pemberian jus jambu biji merah dan tablet tambah darah (Fe) pada ibu hamil didesa Lebungsari, Merbau Mataram, Lampung Selatan adalah : adanya peningkatan pengetahuan dan peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil setelah dilakukan pengecekan.

6. DAFTAR PUSTAKA

Amelia, K. dan Cholifah. (2015). *Konsep Dasar Persalinan*. Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Atik Nur Istiqomah dan Dyah Muliawati (2017) *Pengaruh Pemberian Jambu Biji Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil di Bidan Praktik Mandiri*

Dinkes Kabupaten Tanjung Jabung Barat, (2020). *Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Tanjung Jabung Barat*.

Evelin, C. P. (2009). *Anatomi dan Fisiologi Untuk Para Medis*. Jakarta.Gramedia.

Fadhilah, A., Susanti, S., & Gultom, T. (2018). *Karakterisasi Tanaman Jambu Biji (Psidium guajava L.) di Desa Namoriam Pancur Batu Kabupaten Deli Serdang Sumatera Utara*. Prosiding Seminar Nasional Biologi Dan Pembelajarannya, 1670.

Firdaus dan Fakhry Zamzam. 2018. *Aplikasi Metodologi Penelitian*. Yogyakarta: DEEPUBLISH.

Fitriani, Y., et al. 2017. *Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Terhadap Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester III di Polindes Krebet Kecamatan Bululawang Kabupaten Malang*. Jurnal EDUMidwifery, 1 (2), 79-86

Hadiati, S. dan L. H. Apriyanti. (2015). *Bertanam Jambu Biji di Pekarangan*.Penebar Swadaya Group, Jakarta.

Jayanti, N. L., Sunarto, & Setiadi, Y. (2017). *Pengaruh Jus Jambu Biji (Psidium guajava) terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil*. Kebidanan.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2015). *Profil Kesehatan Indonesia*, Jakarta: Depkes RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2016). *Profil Kesehatan Indonesia*, Jakarta: Depkes RI.

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia (2018). *Profil Kesehatan Indonesia*, Jakarta: Depkes RI.

National Institute of Mental Health. (2018). *Suicide*. [online] Available at: <https://www.nimh.nih.gov/health/publications/suicide-faq/index.shtml> [Accessed 21 Apr. 2018].

Novitasari, S. (2014). *Hubungan Tingkat Asuhan Protein, Zat Besi, Vitamin C dan Seng Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di SMA Batik I Surakarta*. Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Prambudi, Ghaniy. 2019. *Perbedaan Hemoglobin Dengan Metode Point Of Care Testing Dan Cyanmethemoglobin*. Tugas Akhir.

7. FOTO KEGIATAN

SOSIALISASI DAN PEMBERIAN JUS JAMBU MERAH





**FOTO KEGIATAN
PENGECEKAN KADAR HB IBU HAMIL**

