

**PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN (Hb) PADA IBU HAMIL DENGAN ANEMIA
DENGAN KONSUMSI JUS JAMBU BIJI (*PSIDIUM GUAJAVA. L*)**

Dina Mellisa¹, Neneng Siti Latifah², Zarma H³, Nurul Isnaini⁴

¹Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat

^{2,4}Prodi DIV Universitas Malahayati

³Dinas kesehatan Provinsi Lampung

¹email: dinamelisa02@gmail.com

²email: nenengmalahayati@gmail.com

³email Zarma_h@yahoo.com

⁴email isnaininurul50@yahoo.co.id

**ABSTRACT IMPROVEMENT OF HEMOGLOBIN (Hb) LEVELS IN PREGNANT WOMEN WITH ANEMIA WITH
THE CONSUMPTION OF JAMBU SEEDS (*PSIDIUM GUAJAVA. L*)**

Background Anemia in pregnancy is a national problem because it reflects the socio-economic condition of the community and its influence is very large on the quality of human resources. The incidence of anemia in pregnant women 2018 in Pesisir Barat Regency is 29.9%. The incidence of anemia in pregnant women at Krui Health Center is 67.5%.

*The purpose of this study is to know the effect of giving guava juice (*Psidium Guajava. L*) to the increase of hemoglobin (Hb) levels in pregnant women with anemia in Krui health center in 2019.*

Methods Quantitative Research Type, the research design is a quasi-experimental method with a Non-equivalent Control Group Design approach. The population in this study were as many as 60 second trimester pregnant women and third trimester who had anemia, a sample of 30 pregnant women. 15 people were given treatment with guava fruit juice and Fe tablets, and 15 people were given treatment with Fe tablets, with inclusion criteria Willing to be respondents, Willing to consume guava juice, Pregnant women with mild and moderate anemia with hemoglobin levels (Hb 7.9 - 10 g / dl). With purposive sampling sampling technique. Analyze data with T-test (univariate and bivariate).

The results showed an average hemoglobin level before consumption of guava juice and Fe tablets of 9.72 gr / dl, the average hemoglobin level after consumption of guava juice and Fe tablets was 11.13 gr / dl, the average hemoglobin level before consumption of Fe tablets of 9.80 gr / dl, the average hemoglobin level after consumption of FE tablets was 10.60 gr / dl.

*Conclusion It was known that there was an effect of giving guava juice (*Psidium Guajava. L*) to Hb levels in pregnant women with anemia in Krui Public Health Center, West Coast District in 2019. The results of the t test were $p \text{ value } 0,000 < \alpha (0.05)$.*

Suggestion It is recommended for health workers, especially midwives, to encourage pregnant women to consume guava juice as a companion to Fe because it can raise hemoglobin levels in pregnant women.

Keywords: Guava Juice, Tablets Fe, Hemoglobin Level

ABSTRAK

Latar Belakang Anemia pada kehamilan merupakan masalah nasional karena mencerminkan keadaan sosial ekonomi masyarakat dan pengaruhnya sangat besar terhadap kualitas sumber daya manusia. Angka kejadian anemia pada ibu hamil tahun 2018 di Kabupaten Pesisir Barat adalah sebesar 29,9%. Angka kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Krui sebesar 67,5%.

Tujuan dari penelitian ini adalah diketahui Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji (*Psidium Guajava. L*) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin (Hb) pada Ibu Hamil dengan Anemia di Puskesmas Krui Tahun 2019.

Metode Jenis Penelitian Kuantitatif, rancangan penelitian metode *quasi eksperimen dengan pendekatan Non-equivalent Control Group Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah sebanyak 60 orang ibu hamil trimester II dan trimester III yang mengalami anemia, Sampel sebanyak 30 ibu hamil. 15 orang diberikan perlakuan dengan jus jambu biji dan tablet Fe, dan 15 orang diberikan perlakuan dengan tablet Fe, dengan kriteria inklusi Bersedia menjadi responden, Bersedia mengonsumsi jus jambu biji, Ibu hamil dengan anemia ringan dan sedang dengan

kadar hemoglobin (Hb 7,9 – 10 g/dl). Dengan teknik sampling purposive sampling. Analisa data dengan uji T-test (univariat dan bivariat).

Hasil penelitian menunjukkan rata-rata kadar hemoglobin sebelum konsumsi jus jambu biji dan tablet Fe sebesar 9,72 gr/dl, rata-rata kadar hemoglobin setelah konsumsi jus jambu biji dan tablet Fe sebesar 11,13 gr/dl, rata-rata kadar hemoglobin sebelum konsumsi tablet Fe sebesar 9,80 gr/dl, rata-rata kadar hemoglobin setelah konsumsi tablet Fe sebesar 10,60 gr/dl.

Kesimpulan Diketahui Ada Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji (*Psidium Guajava. L*) Terhadap Kadar Hb pada Ibu Hamil dengan Anemia di Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2019. Hasil uji t didapat p value $0,000 < \alpha (0,05)$.

Saran bagi tenaga kesehatan khususnya bidan agar menganjurkan kepada ibu hamil untuk mengkonsumsi jus jambu biji sebagai pendamping Fe karena dapat menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Kata Kunci: Jus Jambu Biji, Tablet Fe, Kadar hemoglobin

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses pemeliharaan janin dalam kandungan yang disebabkan pemuatan sel telur oleh sel sperma. Pada saat hamil akan terjadi perubahan fisik dan hormon yang sangat drastis. Kehamilan yang sehat akan membawa dampak yang baik bagi ibu dan bayi, selain itu bisa memperkecil segala kemungkinan risiko yang terjadi. Sejumlah kecil kenaikan berat badan adalah tanda kehamilan yang sehat. Berat badan yang diperoleh meliputi janin, plasenta, cairan amnion, meningkat dalam darah ibu dan volume cairan, jaringan payudara dan cadangan lemak saat menyusui. Kenaikan berat badan rata-rata selama kehamilan adalah sekitar 10-12,5 kg. Kenaikan berat yang berlebihan harus dihindari. Berat badan yang berlebihan selama kehamilan selain risiko komplikasi cenderung menyebabkan kelebihan berat badan atau obesitas pada ibu setelah melahirkan (Kuspriyanto & Susilawati, 2016).

Anemia lebih sering dijumpai dalam kehamilan. Hal itu disebabkan karena dalam kehamilan keperluan akan zat-zat makanan bertambah dan terjadi pula perubahan-perubahan dalam darah dan sum-sum tulang. Darah bertambah banyak dalam kehamilan, yang lazim disebut hidremia atau hipervolemia. Bertambahnya sel-sel darah kurang dibandingkan dengan bertambahnya plasma, sehingga terjadi pengenceran darah. Pertambahan tersebut berbanding sebagai berikut : plasma 30%, sel darah 18%, dan hemoglobin 19% (Prawirohardjo, 2010). Jumlah darah dalam tubuh meningkat sekitar 20-30%, sehingga memerlukan peningkatan kebutuhan pasokan besi dan vitamin untuk membuat hemoglobin (Proverawati, 2015).

Dampak anemia pada ibu hamil trimester I mengakibatkan abortus, missed abortus, dan kelainan kongenital. Anemia pada ibu hamil trimester II dapat menyebabkan persalinan prematur, perdarahan antepartum, gangguan pertumbuhan

janin dalam rahim, asfiksia intrauterin sampai kematian, BBLR, gestosis dan mudah terkena infeksi, IQ rendah dan bahkan bisa mengakibatkan kematian. Saat Persalinan anemia dapat menimbulkan gangguan, baik primer maupun sekunder, janin akan lahir dengan anemia, dan persalinan dengan tindakan yang disebabkan karena ibu cepat lelah. Setelah melahirkan anemia dapat menyebabkan atonia uteri, retensio plasenta, perlukaan sukar sembuh, mudah terjadi febris puerperalis, dan gangguan involusi uteri (Alam, 2012).

Jambu biji merupakan sumber vitamin C yang tinggi dibandingkan dengan buah lainnya. Jambu biji sebagai bahan makanan mengandung nutrisi yang lengkap dan memenuhi standar gizi untuk memenuhi kebutuhan gizi yang diperlukan tubuh untuk kesehatan. Selain itu buah jambu biji juga bermanfaat untuk pengobatan (terapi) bermacam-macam penyakit, seperti memperlancar pencernaan, menurunkan kolesterol, antioksidan, menghilangkan rasa lelah dan lesu, demam berdarah, sariawan (Cahyono, 2010).

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Barirah et al (2017) di Indonesia, menyatakan bahwa jambu biji mengandung unsur asam amino, kalsium, fosfor, zat besi, belerang, vitamin A, vitamin B1, dan vitamin C. Mineral yang terkandung di jambu biji dapat mengatasi anemia karena jambu biji mengandung substansi mineral yang dapat memperlancar proses pembentukan hemoglobin didalam sel darah merah. Hasil penelitian oleh Prasetyanti dan Putri (2015) di Puskesmas Bacem Kabupaten Blitar, ibu hamil yang telah diberi Fe dan jus jambu biji mengalami peningkatan kadar Hb 1,04 gr/dl.

Prasurvey yang dilakukan di Puskesmas Krui pada bulan Februari 2019 terhadap 10 ibu hamil Trimester II, didapatkan 8 (80%) ibu hamil mengalami anemia dan 2 (20%) ibu hamil tidak

mengalami anemia, dari jumlah ibu hamil yang berkunjung tersebut belum mengetahui manfaat jus jambu biji untuk meningkatkan kadar Hb. Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh konsumsi jus jambu biji (*Psidium Guajava. L*) terhadap kadar hemoglobin (Hb) pada ibu hamil dengan anemia di Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat tahun 2019." Tujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian jus jambu biji (*Psidium Guajava. L*) terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia di Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2019"

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian untuk mendapatkan gambaran yang akurat dari sebuah karakteristik masalah yang mengklarifikasi suatu data dalam pengambilan data berhubungan dengan angka angka yang diperoleh dengan variabel bebas (Notoatmodjo, 2018).

Rancangan penelitian adalah merupakan suatu strategi untuk mengatur latar (setting) penelitian untuk dapat memperoleh data yang tepat sesuai karakteristik variabel dan tujuan penelitian (Notoatmodjo, 2018). Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasi Eksperimen dengandesain menggunakan metode Non-equivalent Control Group Design. Bentuk eksperimen inidigunakan untuk mengatasi kesulitan menentukan kelompok kontrol dalam penelitian. Metode Non-equivalent Control Group Design ini merupakan metode yang memberikan pretest terlebih dahulu tanpa memilih secara random baik kelompok kontrol maupun kelompok perlakuan sehingga hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat (Sugiyono, 2017).

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yang saling terkait yaitu variabel bebas (independent) dan variabel terikat (dependent). Variabel bebas (independent) merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbul variabel dependent. Sedangkan variabel terikat (dependent) merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas (Sugiyono, 2017).

Variabel dalam penelitian ini yaitu : Variabel bebas dalam penelitian ini adalah konsumsi jambu biji dan tablet Fe, dan Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kadar hemoglobin

Data yang telah diolah baik pengolahan secara manual maupun menggunakan bantuan komputer tidak akan ada maknanya tanpa dianalisis.

Menganalisis data tidak sekedar mendiskripsikan dan menginterpretasikan data yang telah diolah. Keluaran akhir dari analisis data kita harus memperoleh makna atau arti dari hasil penelitian tersebut (Notoatmodjo, 2018).

Analisa univariat untuk melihat distribusi frekuensi variabel (Notoatmodjo, 2018). Analisa univariat dalam penelitian ini untuk mengetahui nilai mean, median, standar deviasi kadar hemoglobin pada ibu hamil sebelum dan sesudah mengkonsumsi jus jambu biji dan tablet Fe. Analisa univariat menggunakan bantuan program SPSS pada computer dan analisa bivariat untuk menguji pengaruh variabel independent dengan variabel dependent. Untuk menganalisa pendekatan penelitian eksperimen yaitu dengan menggunakan test. Analisa yang digunakan menguji uji statistik "Uji T- test independent." H0 ditolak jika p-value < 0,05 berarti ada pengaruh yang signifikan antara kedua variabel yang diteliti dan H0 gagal ditolak jika p-value > 0,05 berarti tidak ada pengaruh yang signifikan (Notoatmodjo, 2018).

HASIL

Berdasarkan tabel 1 terlihat bahwa dari 15 responden pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol 15 orang (100,0%) usia responden tidak berisiko, pada kelompok perlakuan dari 15 responden terdapat 6 orang (40,0%) kehamilan pertama, 7 orang (46,7%) kehamilan yang kedua dan 2 orang (13,3%) kehamilan yang ketiga. Sedangkan pada kelompok kontrol, dari 15 responden terdapat 3 orang (20,0%) kehamilan pertama, 10 orang (66,7%) kehamilan yang kedua dan 2 orang (13,3%) kehamilan yang ketiga, pada karakteristik usia kehamilan pada kelompok perlakuan dari 15 responden terdapat 15 orang (100,0%), sedangkan pada kelompok kontrol pada karakteristik usia kehamilan < 20 minggu sebanyak 5 orang (33,3%), pada usia kehamilan 20-30 minggu sebanyak 9 orang (60,0%) pada usia kehamilan > 30 minggu sebanyak 1 orang (6,7%), pada kelompok perlakuan dari 15 responden terdapat 6 orang (40,0%) pendidikan rendah, 7 orang (60,0%) pendidikan tinggi, sedangkan pada kelompok kontrol 5 orang (20,0%) pendidikan rendah 10 orang (80,0%) Pendidikan tinggi, pada kelompok perlakuan dari 15 responden terdapat 7 orang (60,0%) responden bekerja, 6 orang (40,0%), Sedangkan pada kelompok kontrol, dari 15 responden terdapat 4 orang (26,6%) ibu bekerja, 11 orang (73,4%) ibu tidak bekerja, pada kelompok perlakuan dari 15 responden terdapat 15 orang (100,0%) responden dengan IMT normal. Sedangkan pada kelompok kontrol, dari 15 responden terdapat 15 orang

(100,0%) responden dengan IMT normal, dan pada kelompok perlakuan dari 15 responden terdapat 15 orang (100,0%) dengan jarak kehamilan ≥ 2 tahun,

Sedangkan pada kelompok kontrol, dari 15 responden terdapat 15 orang (100,0%) dengan jarak kehamilan ≥ 2 tahun.

Tabel 1.
Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Paritas, Usia Kehamilan, Pendidikan, Pekerjaan, IMT, dan Jarak Kehamilan.

Usia	Kelompok Perlakuan		Kelompok Kontrol	
	Frekuensi	Presentase (%)	Frekuensi	Presentase (%)
Usia				
Berisiko(< 20 dan > 35 tahun)	0	0	0	0
Tidak Berisiko (20-35 tahun)	15	100.0	15	100.0
Paritas				
Gravida 1	6	40.0	3	20.0
Gravida 2	7	46.7	10	66.7
Gravida 3	2	13.3	2	13.3
Usia Kehamilan				
< 20 Minggu	0	0	5	33.3
20-30 Minggu	15	100.0	9	60.0
> 30 Minggu	0	0	1	6.7
Pendidikan				
Rendah	6	40.0	5	20.0
Tinggi	7	60.0	10	80.0
Pekerjaan				
Bekerja	7	60.0	4	26.6
Tidak Bekerja	6	40.0	11	73.4
IMT				
Kurus (< 17)	0	0	0	0
Normal (17-23)	15	100.0	15	100.0
Kegemukan (23-27)	0	0	0	0
Obesitas (>27)	0	0	0	0
Jarak Kehamilan				
< 2 tahun	0	0	0	0
≥ 2 tahun	15	100.0	15	100.0

Analisa univariat dilakukan pada tiap variabel dalam bentuk tabel rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Berdasarkan tabel 2 dibawah dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan perlakuan pada ibu hamil sebesar 9,493, dengan nilai median 9,500, standar deviasi sebesar 0,088, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 9,4 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maksimal sebesar 9,6, dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan tablet Fe pada kelompok kontrol sebesar 9,700, dengan nilai median 9,700, standar deviasi sebesar 0.125, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 9,5 dan hasil kadar

hemoglobin tertinggi atau maksimal sebesar 9,9, dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin setelah diberikan perlakuan sebesar 11,033, dengan nilai median 11.100, standar deviasi sebesar 0.171 hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 10,6 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maksimal sebesar 11,3, dan dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan tablet Fe pada kelompok kontrol sebesar 10.407, dengan nilai median 10.400, standar deviasi sebesar 0.0799, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 10,3 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maksimal sebesar 10,5.

Tabel 2.

Rata-rata kadar Hb ibu hamil dengan anemia sebelum diberikan jus jambu biji (*Psidium Guajava. L*) dan tablet Fe pada kelompok perlakuan, Rata-rata kadar Hb ibu hamil dengan anemia sebelum konsumsi tablet Fe pada kelompok kontrol, Rata-rata kadar Hb ibu hamil dengan anemia setelah diberikan jus jambu biji (*Psidium Guajava. L*) dan tablet Fe pada kelompok perlakuan, dan Rata-rata kadar Hb ibu hamil dengan anemia setelah konsumsi tablet Fe pada kelompok kontrol di Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat tahun 2019

Variabel	N	Mean	Median	SD	Min	Max
Hasil pengukuran kadar hemoglobin sebelum diberikan jus jambu biji dan tablet Fe	15	9,493	9,500	0,088	9,4	9,6
Hasil Pengukuran kadar hemoglobin sebelum konsumsi tablet Fe	15	9,700	9.700	0.125	9,5	9,9
Hasil pengukuran kadar hemoglobin setelah konsumsi jus jambu biji dan tablet Fe	15	11,033	11.100	0.171	10,6	11,3
Hasil Pengukuran kadar hemoglobin setelah konsumsi tablet Fe	15	10.407	10.400	0.079	10,3	10,5

Analisis Bivariat

Analisa bivariat menggunakan uji t test sample independent untuk mengetahui pengaruh pemberian jus jambu biji (*Psidium Guajava. L*)

terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil dengan anemia di Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat tahun 2019. Hasil analisa bivariat ditampilkan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 3.

Pengaruh pemberian jus jambu biji (*Psidium Guajava. L*) dan tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil dengan anemia di Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat tahun 2019

Hasil Pengukuran Hemoglobin	N	Mean	SE	P value
Kelompok Perlakuan	15	1,5400	0.0388	0.000
Kelompok Kontrol	15	0.7067	0.0182	

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat diketahui hasil uji t didapat p value $0,000 < \alpha (0,05)$ artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada pengaruh pemberian jus jambu biji (*Psidium Guajava. L*) terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil dengan anemia di Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2019.

PEMBAHASAN

Kehamilan merupakan suatu proses yang alamiah dan fisiologis. Setiap wanita yang memiliki organ reproduksi yang sehat, yang telah mengalami menstruasi, dan melakukan hubungan seksual dengan seorang pria yang organ reproduksinya sehat sangat besar kemungkinannya akan mengalami kehamilan (Varney, 2006). Anemia merupakan keadaan dimana masa *eritrosit* dan atau masa Hb yang beredar tidak dapat memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh. Penurunan Hb dapat menyebabkan keadaan lesu, cepat lelah, *palpitasi*, *takikardi*, sesak nafas,

angina pectoris (Bakta, 2017).Anemia lebih sering dijumpai dalam kehamilan. Hal itu disebabkan karena dalam kehamilan keperluan akan zat-zat makanan bertambah dan terjadi pula perubahan-perubahan dalam darah dan sum-sum tulang. Darah bertambah banyak dalam kehamilan, yang lazim disebut hidremia atau hipervolemia. Bertambahnya sel-sel darah kurang dibandingkan dengan bertambahnya plasma, sehingga terjadi pengenceran darah. Pertambahan tersebut berbanding sebagai berikut : plasma 30%, sel darah 18%, dan hemoglobin 19% (Prawirohardjo, 2010). Jumlah darah dalam tubuh meningkat sekitar 20-30%, sehingga memerlukan peningkatan kebutuhan pasokan besi dan vitamin untuk membuat hemoglobin (Proverawati, 2015).

Kadar hemoglobin yang rendah kebanyakan disebabkan oleh pola makan, misalnya kurang nutrisi atau zat yang penting seperti zat besi, vitamin B12, vitamin C hingga asam folat sebagai bagian dari produksi sel darah merah. terdapat beberapa faktor

yang mempengaruhi nutrisi secara langsung maupun tidak langsung. Jambu biji merupakan sumber vitamin C yang tinggi dibandingkan dengan buah lainnya. Jambu biji sebagai bahan makanan mengandung nutrisi yang lengkap dan memenuhi standar gizi untuk memenuhi kebutuhan gizi yang diperlukan tubuh untuk kesehatan. Selain itu buah jambu biji juga bermanfaat untuk pengobatan (terapi) bermacam-macam penyakit, seperti memperlancar pencernaan, menurunkan kolesterol, antioksidan, menghilangkan rasa lelah dan lesu, demam berdarah, sariawan (Cahyono, 2010). Jambu Biji atau dalam bahasa Inggris disebut dengan Guava adalah jenis buah-buahan tropis yang kaya akan Vitamin C yaitu mengandung sekitar 228,3mg pada setiap 100 gramnya. Kandungan vitamin C ini dapat mencukupi sekitar 275% kebutuhan kita sehari, kandungan zat besi nya 0,26 mg per100 gram jambu biji. Jambu Biji mengandung Vitamin E, Vitamin K, Asam Pantotenat, Vitamin B3 (niacin), Vitamin B6, Vitamin B9 (Folat) dan mineral seperti zat besi, mangan dan magnesium yang diperlukan dalam pembentukan darah. Vitamin C dalam jambu biji juga meningkatkan kapasitas tubuh kita dalam menyerap lebih banyak zat besi (Iron). (Almatsier, S. (2010).

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Rahma(2018) di Indonesia, menyatakan bahwa jambu biji mengandung unsur asam amino, kalsium, fosfor, zat besi, belerang, vitamin A, vitamin B1, dan vitamin C. Mineral yang terkandung di jambu biji dapat mengatasi anemia karena jambu biji mengandung substansi mineral yang dapat memperlancar proses pembentukan hemoglobin didalam sel darah merah. Hasil penelitian oleh Prasetyanti dan Putri (2015) di Puskesmas Bacem Kabupaten Blitar, ibu hamil yang telah diberi Fe dan jus jambu biji mengalami peningkatan kadar Hb 1,04 gr/dl.

Pada hasil penelitian terdapat pengaruh antara pemberian jambu biji terhadap peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil dengan nilai rata rata kadar haemoglobin setelah diberikan jus jambu biji adalah 10.407 dl/gr

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan hasil penelitian adalah sebagai berikut:

Terdapat rata-rata kadar Hb ibu hamil dengan anemia sebelum diberikan jus jambu biji (Psidium Guajava. L) dan tablet Fe pada kelompok perlakuan di Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2019 yaitu sebesar 9,4 gr/dl, rata-rata kadar Hb ibu hamil dengan anemia sebelum konsumsi tablet Fe pada kelompok kontrol di Puskesmas Krui

Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2019 yaitu sebesar 9,7 gr/dl, rata-rata kadar Hb ibu hamil dengan anemia setelah diberikan jus jambu biji (Psidium Guajava. L) dan tablet Fe pada kelompok perlakuan di Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat 2019 yaitu sebesar 11,03 gr/dl, dan rata-rata kadar Hb ibu hamil dengan anemia setelah konsumsi tablet Fe pada kelompok kontrol di Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat 2019 yaitu sebesar 10,40 gr/dl.

Terdapat pengaruh pemberian jus jambu biji (Psidium Guajava. L) dan tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil dengan anemia di Puskesmas Krui Kabupaten Pesisir Barat tahun 2019, uji t didapat (p value 0,000 <a 0.05).

SARAN

Bagi ibu hamil hendaknya teratur mengkonsumsi tablet Fe sebagaimana program pemerintah konsumsi 90 tablet selama kehamilan dan dapat diberikan alternatif pengobatan dengan memberikan jus buah jambu biji untuk membantu mencegah dan mengatasi anemia pada ibu.

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat menambah wawasan dan dapat dijadikan bahan referensi guna melakukan penelitian yang sama, dan diharapkan peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian yang sama dapat menambah variabel-variabel yang lain dan mengembangkan penelitian dengan desain true experiment dengan pendekatan pretest posttest with control group design sehingga dapat membandingkan tingkat keberhasilannya dengan kelompok kontrol sehingga diperoleh hasil penelitian yang lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani & Wirjatmadi. (2012). *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta : Kencana.
- Alam, Dewi Kartika. (2012). *Warning! Ibu Hamil*. Surakarta : Ziyad Visi Media.
- Almatsier, S. (2010). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Cahyono, B. (2010). *Sukses Budi Daya Jambu Biji di Pekarangan & Perkebunan*. Yogyakarta : Andi.
- Kuspriyanto & Susilawati. (2016). *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Bandung : Refika Aditama.
- Prasetyanti, D. K., & Putri, L. E. A. A. (2017). Efektivitas Jus jambu biji terhadap perubahan kadar Hb Pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja puskesmas Bacem Kabupaten Blitar Tahun 2015. *Strada Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 6(1), 9-13.
- Proverawati, A. (2015). *Anemia dan Anemia dalam Kehamilan*. Yogyakarta : Nuha Medika.

- Rahma, M., & Ajita, R. (2018). PERBEDAAN PENGARUH PEMBERIAN TABLET FE DAN JUS JAMBU BIJI TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN ANEMIA RINGAN DAN SEDANG PADA MAHASISWA KEBIDANAN ABDURAHMAN PALEMBANG TAHUN 2017. *JKAB: Jurnal Kesehatan Abdurrahman*, 7(1), 20-26.
- Rimawati et al. (2018). *Intervensi Suplemen Makanan untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil*. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 9(3):161-170.
- Sabri, L., & Hastono, S.P. (2014). *Statistik Kesehatan*. Jakarta : Rajawali Pers.
- Saifuddin. (2009). *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Makassar :YBP-P.
- Sue Jordan (2014). *Farmakologi Kebidanan*. Yogyakarta : EGC.
- Sugiyono (2017). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung : Alfabeta.