

PENGARUH KONSUMSI JAMBU BIJI MERAH TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER I DI BPS LOLITA PUSPITA SARI PUNGGUR LAMPUNG TENGAH TAHUN 2017

Yuli Yantina¹⁾

ABSTRAK

Menurut data dari WHO pada tahun 2010, Didapatkan kejadian sebesar 55% ibu hamil mengalami anemia defisiensi zat besi. Di Indonesia angka kejadian anemia pada ibu hamil sebesar (70%) atau dari 7 dari 10 ibu hamil menderita anemia. Angka kejadian anemia pada ibu hamil di Provinsi Lampung tahun 2013 berkisar 56,39 dari 313,381 ibu hamil. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konsumsi jambu biji merah terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester I di BPS Lolita Puspitasari Punggur Lampung Tengah Tahun 2017.

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Rancangan penelitian ini menggunakan *one group pretest posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah Ibu hamil anemia pada trimester I di BPS Lolita Puspitasari Punggur Lampung Tengah Tahun 2017 berjumlah 15 orang. Sampel di ambil dengan menggunakan Total Sampling yang berjumlah 15 orang. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Analisa data dilakukan dengan cara *uji T-dependen* dan penyajian hasil menggunakan distribusi frekuensi.

Hasil analisis diperoleh ibu hamil trimester I yang mengalami anemia sebelum mengkonsumsi jambu biji merah memiliki rata-rata hemoglobin yaitu 8.26. Ibu hamil trimester I yang mengalami anemia sesudah mengkonsumsi jambu biji merah memiliki rata-rata hemoglobin yaitu 11.51. Sedangkan berdasarkan analisa data diperoleh ada pengaruh mengkonsumsi jambu biji merah terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil di BPS Lolita Puspitasari Punggur Lampung Tengah Tahun 2017 (*p-value = 0,000*) . Saran peneliti adalah diharapkan pada ibu hamil mengkonsumsi jambu biji merah sebagai pilihan alternative untuk mencegah anemia pada kehamilan.

Kata Kunci : Jambu Biji Merah, Kadar Hemoglobin, Anemia

PENDAHULUAN

Hemoglobin merupakan zat warna yang terdapat dalam sel darah merah dan berguna untuk mengangkut oksigen dan karbon dioksida dalam sel tubuh. Hemoglobin adalah ikatan antara protein, garam besi, dan zat warna. Sebagian besar ibu hamil akan mengalami beberapa tingkat anemia karena zat besi dibutuhkan untuk menghasilkan sel darah merah pada janin. anemia bisa muncul selama kehamilan karena kekurangan asam folat. Saat kehamilan, anemia dapat dicegah atau diobati dengan menggunakan zat besi dan suplemen asam folat.

Anemia merupakan dimana kadar hemoglobin (Hb) seseorang kurang dari 10g/dl, sedangkan angka idealnya untuk ibu dewasa berdasarkan standar WHO adalah 12g/dl. ⁽¹⁾.

Badan kesehatan dunia (*WHO*) melaporkan bahwa prevalensi ibu-ibu hamil yang mengalami defisiensi besi sekitar 35-75%, serta semakin meningkat seiring dengan

pertambahan usia kehamilan. Anemia defisiensi zat besi lebih cenderung berlangsung di negara yang sedang berkembang dari pada negara yang sudah maju, 36% (atau sekitar 1400 juta orang) dari perkiraan populasi 3800 juta orang dinegara maju hanya sekitar 8% (atau kira-kira 100 juta orang) dari perkiraan populasi 1200 juta orang.

WHO melaporkan bahwa prevalensi anemia pada kehamilan secara global sebesar (55%). Sedangkan prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia tahun 2010 adalah (70%) atau 7 dari 10 wanita hamil menderita anemia. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia masih sangat tinggi. Tingginya prevalensi anemia antara lain disebabkan oleh beberapa faktor yaitu kehilangan darah secara kronis, asupan zat besi untuk pembentukan sel darah merah yang secara fisiologis berlangsung pada masa pertumbuhan, masa pubertas, masa kehamilan dan menyusui.

1) Dosen Program Studi Kebidanan Universitas Malahayati

Pada ibu hamil, zat besi memiliki peranan yang cukup penting untuk pertumbuhan janin. Selama hamil, asupan zat besi harus tambah mengingat selama kehamilan.

Kekurangan zat besi sejak sebelum kehamilan bila tidak diatasi dapat mengakibatkan ibu hamil menderita anemia. Kondisi ini dapat meningkatkan resiko pada kematian pada saat melahirkan, melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, janin dan ibu mudah terkena infeksi, keguguran, dan meningkatkan resiko bayi lahir premature.

Secara nasional cakupan ibu hamil mendapat tabelt fe tahun 2014 sebesar 85,1%, data tersebut belum mencapai target program tahun 2014 sebesar 95%. Provinsi di Indonesia pada tahun 2014 dengan cakupan fe tertinggi terdapat di provinsi Bali (95%), DKI Jakarta (94,8%0, dan jawa tengah (92,5%). Sedangkan cakupan terndah terdapat di provinsi Papua Barat (38,3%), Papua (49,1%).⁽²⁾

Anemia pada ibu hamil dihubungkan dengan meningkatnya kelahiran prematur, kematian ibu dan anak dan penyakir infeksi. Anemia defisiensi pada ibu dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin. Paling tidak setengahnya disebabkan kekurangan zat besi. Ibu hamil dinyatakan anemia jika hemoglobin kurang dari 11mg/dL. Proporsi anemia pada ibu hamil di Indonesia 37,1%⁽³⁾.

Dinas Kesehatan Provinsi Lampung mencatat bahwa kejadian anemia pada ibu hamil di Lampung pada tahun 2013 cukup tinggi yaitu berkisar 176.705 (56,39) dari 313,381 ibu hamil⁽⁴⁾.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel 1
Karakteristik Responden

| No | Umur responden | Jumlah | Presentase | Hb sebelum | Hb sesudah |
|----|----------------|--------|------------|--------------------------|----------------------------|
| 1 | < 20 tahun | 5 | 33 | 8.10 | 12.30 |
| 2 | 20-25 tahun | 7 | 47 | 8.15 | 11.30 |
| 3 | > 25tahun | 3 | 20 | 8.20 | 11.25 |
| | Jumlah | 15 | 100% | Hb sebelum terendah 8.10 | Hb sesudah tertinggi 12.30 |

Dari tabel diatas terlihat bahwa sebagian besar ibu hamil trimester I berusia antara 20 -25 tahun sebanyak 7 responden

Dinas Kesehatan Lampung Tengah mencatat bahwa kejadian anemia pada ibu hamil di Lampung Tengah pada tahun 2012 yaitu 15,39%

Menurut sebuah penelitian Yeri esty ningtyastuti salah satu buah yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin adalah buah jambu biji merah kandungan dalam jambu biji merah adalah asam amino (triptofan, lisin), kalsium, fosfor, besi, belerang, Vitamin A, vitamin B1, dan Vitamin C. Kandungan mineral yang ada dalam buah jambu biji merah dapat mengatasi penderita anemia (kekurangan darah merah) karena di dalam buah jambu biji merah mengandung juga zat mineral yang dapat memperlancar pembentukan hemoglobin sel darah merah.

Berdasarkan data *pre survey* yang dilakukan di BPS Lolita Puspitasari Punggur Lampung Tengah Tahun 2017 pada tanggal 22 february ibu hamil terdapat 15 ibu yang menalami anemia pada kehamilan trimester I.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitain yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain quasi *eksperimen* dengan pendekatan *one group pretest posttest design*. dilaksanakan di BPS Lolita Puspitasari Punggur Lampung Selatan Tahun 2017. Populasi dalam penelitian adalah keseluruhan ibu hamil yang mengalami anemia pada trimester 1 di BPS Lolita Puspitasari Punggur Lampung Tengah tahun 2017. Teknik sampling yang digunakan total populasi jumlah sampel 15 responden. Uji statistic yang digunakan adalah uji beda dua mean, dengan menggunakan uji T Dependen (*Paired Sample*).

di BPS Lolita Puspitasari Punggur Lampung Tengah dengan 47% dari seluruh jumlah responden.

Karakteristik Responden Menurut Usia Kehamilan Ibu

Tabel 2
Karakteristik Responden Menurut Usia Kehamilan Ibu

| No | Usia Kehamilan | Jumlah | Presentase | Hb sebelum | Hb sesudah |
|--------|----------------|--------|------------|--------------------------|----------------------------|
| 1 | 4 – 6 Minggu | 4 | 27 | 8.20 | 11.25 |
| 2 | 7 – 9 Minggu | 5 | 33 | 8.15 | 11.30 |
| 3 | 10 – 12 Minggu | 6 | 40 | 8.10 | 12.30 |
| Jumlah | | 15 | 100% | Hb sebelum terendah 8.10 | Hb sesudah tertinggi 12.30 |

Dari tabel diatas terlihat bahwa sebagian besar usia kehamilan ibu hamil trimester I berusia antara 10 – 12 minggu sebanyak 6 responden di BPS Lolita

Puspitasari Punggur Lampung Tengah dengan 40% dari seluruh jumlah responden.

Karakteristik Responden Menurut Paritas

Tabel 3
Karakteristik Responden Menurut Paritas

| No | Menurut Paritas | Jumlah | Presentase | Hb sebelum | Hb sesudah |
|--------|-----------------|--------|------------|--------------------------|----------------------------|
| 1 | Primipara | 6 | 4 | 8.10 | 12.30 |
| 2 | Multipara | 7 | 4 | 8.15 | 11.30 |
| 3 | Grandemultipara | 3 | 2 | 8.20 | 11.25 |
| Jumlah | | 15 | 100% | Hb sebelum terendah 8.10 | Hb sesudah tertinggi 12.30 |

Dari tabel diatas terlihat bahwa sebagian besar paritas responden berada pada kategori multipara sebanyak 7 responden di BPS Lolita Puspitasari Punggur Lampung

Tengah dengan 47% dari seluruh jumlah responden.

Analisis Univariat

Tabel 4
Rata-rata Score Frekuensi Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I Sebelum Konsumsi Jambu Biji Merah di BPS Lolita Sari Punggur Lampung Tengah Tahun 2017

| Kelompok | Variabel | N | Mean | SD | SE |
|-----------------------|---|----|------|-------|-------|
| Ibu Hamil Trimester I | Score frekuensi kadar hemoglobin sebelum intervensi | 15 | 8,26 | 0,343 | 0,883 |

Berdasarkan tabel Menunjukkan bahwa hasil pengukuran score frekuensi kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester I dari 15 responden sebelum konsumsi jambu biji merah

diketahui rata-rata score frekuensi kadar hemoglobin pada ibu hamil adalah 8,26 (SD: 0,343) (SE:0,894).

Tabel 5
Rata-rata Score Frekuensi Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I Sesudah Konsumsi Jambu Biji Merah di BPS Lolita Sari Punggur Lampung Tengah Tahun 2017

| Kelompok | Variabel | N | Mean | SD | SE |
|-----------------------|---|----|-------|-------|-------|
| Ibu Hamil Trimester I | Score frekuensi kadar hemoglobin sesudah intervensi | 15 | 11,15 | 0.463 | 11,94 |

Berdasarkan tabel Menunjukkan bahwa hasil pengukuran score frekuensi kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester I dari 15 responden sesudah konsumsi jambu biji merah diketahui rata-rata score frekuensi

kadar hemoglobin pada ibu hamil adalah 11,15 (SD: 0.463) (SE: 11,94).

Pengajuan Persyaratan Analisis

Tabel 6
Uji Normalitas Data Penelitian Sebelum Dan Sesudah Konsumsi Jambu Biji Merah Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I Di Bps Lolita Puspitasari Punggur Lampung Tengah Tahun 2017

| Variabel | Skewnees | Std error | Skewnees std error | Ket |
|-----------------------------------|----------|-----------|--------------------|--------|
| Sebelum konsumsi jambu biji merah | 2,353 | 580 | 08853 | Normal |
| Setelah konsumsi jambu biji merah | 1,154 | 580 | 11947 | Normal |

Berdasarkan tabel diatas masing-masing variabel mempunyai nilai skewnees dan standart eror, bila nilai skewnees dibagi standart errornya menghasilkan angka ≤ 2 , maka distribusi normal, bila data

berdistribusi normal maka dapat dilanjutkan uji (*t dependen*).

Analisis bivariat

Tabel 7
Pengaruh Konsumsi Jambu Biji Merah Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester di BPS Lolita Puspitasari Punggur Lampung Tengah Tahun 2017.

| Variabel | Mean | SD | SE | P_value | N |
|--------------------|-------|-----|-----|---------|----|
| Sebelum intervensi | 8,26 | 343 | 580 | 0,000 | 15 |
| Sesudah intervensi | 11,51 | 463 | 580 | 0.000 | 15 |

Berdasarkan hasil analisis uji variat pada tabel 4.4 diatas, hasil uji statistik didapatkan $p_value = 0,000$ ($p_value < = 0.05$) yang bearti ada Perbedaan Konsumsi Jambu Biji Merah Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I di BPS Lolita Puspitasari Punggur Lampung Tengah 2017.

PEMBAHASAN

Rata-rata Hb ibu sebelum mengkonsumsi jambu biji merah adalah 8,20 dengan standart deviasi 343. Rata-rata Hb ibu setelah konsumsi jambu biji merah, diperoleh rata-rata 11.51 dengan standart deviasi 463. Hasil uji statistik diperoleh $p_value = 0,000$ ($p_value < = 0.05$) (H_0 ditolak dan H_a diterima). Maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh konsumsi jambu biji merah terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil

trimester I di BPS Lolita Puspitasari Punggur Lampung Tengah 2017.

Untuk itu dilakukan pencegahan untuk mengatasi anemia atau turunnya kadar Hb (Hemoglobin) yaitu dengan mengkonsumsi makanan atau buah-buahan yang mengandung zat besi dan vit.c seperti jambu biji merah merupakan buah-buahan dalam kandungan zat besi membantu untuk meningkatkan kadar hemoglobin ibu dengan mengkonsumsi jambu biji merah. Dengan kadar Hb yang meningkat akan dapat meningkatkan kualitas kehamilan ibu. Ibu tidak mudah lelah dan dapat menghindari resiko perdarahan pada saat persalinan.

Sejalan dengan teori jambu biji merah adalah salah satu buah yang memiliki banyak manfaat. Manfaat jambu biji merah antara lain mengandung vitamin c, menjaga sistem kekebalan tubuh, kaya akan

asam folat, mencegah anemia mengkonsumsi jambu biji merah untuk ibu yang sedang hamil akan membantu dalam pencegahan anemia. Bahkan jika kekurangan zat besi selama kehamilan dapat beresiko bagi ibu dan janin, bagi ibu hamil yang terkena anemia dapat terjadi perdarahan saat hamil maupun saat bersalin, lemas dan mudah capek sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Pada janin dapat menyebabkan BBLR (berat badan lahir rendah) akibat terganggunya pemenuhan nutrisi saat didalam kandungan, lahir *premature*, dan abortus⁽⁵⁾

Dan setiap buah memiliki kandungan gizi yang berbeda. Semakin beragam buah yang dikonsumsi akan semakin baik, sebab semakin lengkap zat gizi dan manfaat yang dapat diperoleh bagi tubuh. Buah jambu biji merah mengandung asam amino, pectin, kalsium, fosfor, zat besi, magnesium, vitamin A, B, dan C.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yeri esty ningtyastuti adalah pengaruh konsumsi jambu biji merah terhadap kadar Hb, salah satu buah yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin adalah jambu biji merah kandungan dalam jambu biji merah adalah asam amino (triptofan, lisin), kalsium, fosfor, besi, belerang, Vitamin A, vitamin B1, dan Vitamin C. Kandungan mineral yang ada dalam buah jambu biji merah dapat mengatasi penderita anemia (kekurangan darah merah) karena di dalam jambu biji merah mengandung juga zat mineral yang dapat memperlancar pembentukan hemoglobin sel darah merah.

Menurut penelitian dari hasil yang didapatkan bahwa ada Perbedaan disebabkan karena adanya pengaruh jambu biji merah terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester I Ibu yang mengkonsumsi jambu biji merah terlihat adanya perubahan pada kadar hemoglobin ibu sebelum dilakukan perlakuan dan setelah dilakukan perlakuan, namun dari perlakuan tersebut dari hasil yang didapatkan terlihat bahwa ibu yang mengkonsumsi jambu biji merah mengalami peningkatan pada kadar Hb yang signifikan dimana dilihat dari nilai rata-rata yang ada. Menurut peneliti pada ibu hamil yang mengkonsumsi jambu biji merah terjadi peningkatan karena adanya kandungan asam amino (triptofan, lisin), kalsium, fosfor, zat besi, belerang, Vitamin A, vitamin B1, dan Vitamin C.

Pada penelitian didapatkan hasil 15 responden ibu hamil trimester I yang mengalami anemia defisiensi zat besi di BPS Lolita Puspitasari Punggur Lampung Tengah setelah diberikan jambu biji merah diperoleh score frekuensi kadar hemoglobin mean 8,26 (SD: 463) (SE: 580). Hal ini terlihat adanya peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester I.

KESIMPULAN

Hb sebelum diberikan jambu biji merah adalah 8,26 dengan deviasi 343.

1. Hb setelah diberikan jambu biji merah adalah 11,51 dengan deviasi 463.
2. Ada Pengaruh Konsumsi Jambu Biji Merah Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I Di BPS Lolita Puspitasari Punggur Lampung Tengah 2017 ($t\text{-test} > t$ hitung 11.51, $p_value < 0.05$).

SARAN

Bagi ibu hamil

Disarankan kepada ibu hamil yang mengalami anemia defisiensi zat besi agar mengkonsumsi jambu biji merah (Guava jambu biji merah pack 250 ml 1 kali sehari) selama 7 hari sebagai pilihan alternative untuk mencegah anemia pada kehamilan.

Bagi peneliti

Hasil peneliti ini dapat digunakan untuk menambah pengalaman, memperluas wawasan tentang penelitian tersebut dan keterampilan, menganalisis, mengolah data secara kreatif dari hasil penelitian.

Bagi BPS Lolita Puspitasari

Menyarankan ibu hamil trimester I untuk mengkonsumsi (Guava jambu biji merah pack 250 ml 1 kali sehari) selama 7 hari sebagai pilihan alternative untuk mencegah anemia pada kehamilan.

Bagi peneliti selanjutnya

Disarankan untuk peneliti selanjutnya untuk melengkapi IMT (Indeks Massa Tubuh) pada penelitian lebih lanjut.

DAFTAR PUSTAKA

- Fathonah, Siti. 2016. *Gizi dan Kesehatan Untuk Ibu Hamil*. Jakarta: Rineka Cipta. Hutahean. 2013. *Perawatan Antenatal*. Bandung:

Salemba Medika.
Kementrian Kesehatan
*Indonesia.blogsot.com.Profil
Kemenkes 2014.html*. Diakses
pada tanggal 02 Maret 20] 7.
*Riskesda.blogsot.com.Riskesda
2013.html*. Diakses pada tanggal 02
Maret 2017

Dinas Kesehatan Provinsi Lampung
2013. *Profil Dtnas Kesehatan
Provinsi Lampung 2013*
Manuaba, 2014. *Ilmu Kebidanan,
Penyakit Kandungan dan KB*.
Jakarta: Buku Kedokteran EGC.