

PERBANDINGAN EFEKTIVITAS PEMBERIAN BUAH KURMA DAN JUS JAMBU BIJI MERAH TERHADAP KADAR HB PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN ANEMIA RINGAN DI POSKESDES KERTARAHARJA KABUPATEN PANDEGLANG TAHUN 2023

Carsini¹, Fenni Valianda Amelia Rahman², Retno Puji Astuti³
Universitas Indonesia Maju
Email : carsinicint@gmail.com¹

ABSTRAK

Anemia kehamilan masalah kesehatan masyarakat yang karena menempatkan ibu hamil dengan anemia pada risiko tinggi dari berbagai komplikasi pada janin dan ibu selama dan setelah kehamilannya. Cara mengatasi anemia dapat dengan terapi nonfarmakologis seperti pemberian jus jambu biji merah dan buah kurma yang dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian Buah Kurma dan Jus Jambu Biji Merah terhadap peningkatan kadar Hb pada Ibu Hamil di Poskesdes Kertaraharja Kabupaten Pandeglang Tahun 2023. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif pendekatan studi kasus. Subjek penelitian ini adalah ibu hamil trimester III dengan anemia ringan. Sampel sebanyak 2 orang. 1 sampel diberikan intervensi buah kurma dan 1 sampel dengan jus jambu biji merah. Penelitian dilakukan di Poskesdes Kertaraharja, Kecamatan Sobang Tahun 2023. Penelitian menggunakan analisis univariat untuk mengetahui efektivitas pemberian buah kurma dan jus jambu biji merah terhadap kadar hb ibu hamil Trimester III dengan anemia ringan di Poskesdes Kertaraharja, Kecamatan Sobang Tahun 2023. Hasil penelitian menunjukkan buah kurma dan jus jambu merah dapat meningkatkan kadar hb ibu hamil Trimester III. Jus jambu biji merah lebih efektif dalam meningkatkan kadar hb ibu hamil Trimester III

Kata Kunci: Jambu; Kurma; Hb; Ibu; Hamil.

ABSTRACT

Anemia of pregnancy is a public health problem because it places pregnant women with anemia at high risk of various complications in the fetus and mother during and after pregnancy. How to treat anemia can be with non-pharmacological therapy such as giving red guava juice and dates which can help increase hemoglobin levels. This research aims to determine the effect of giving dates and red guava juice on increasing Hb levels in pregnant women at the Kertaraharja village health post, Pandeglang Regency in 2023. This research uses a qualitative case study approach. The subjects of this study were third trimester pregnant women with mild anemia. The sample was 2 people. 1 sample was given intervention with dates and 1 sample with red guava juice. The research was conducted at the Kertaraharja Village Health Post, Sobang District in 2023. The research used univariate analysis to determine the effectiveness of giving dates and red guava juice on the HB levels of third trimester pregnant women with mild anemia at the Kertaraharja Village Health Post, Sobang District in 2023. The results of the study show that dates and guava juice can increase the HB levels of pregnant women in the third trimester. Red guava juice is more effective in increasing the HB levels of pregnant women in the third trimester

Keywords: Guava; Dates; HB; Mother; Pregnant.

PENDAHULUAN

Ibu hamil adalah istilah untuk menyebut wanita yang sedang mengandung, mulai dari saat konsepsi atau pembuahan terjadi hingga proses kelahiran. Kehamilan memang merupakan periode transisi yang signifikan dalam kehidupan seorang wanita, yang mengubah banyak aspek kehidupannya, baik secara fisik, emosional, maupun sosial. Selama kehamilan, tubuh wanita mengalami banyak perubahan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan janin. Selain itu, kehamilan juga membawa perubahan dalam gaya hidup, perencanaan masa depan, dan persiapan untuk menjadi orang tua. Ini adalah periode penting yang memerlukan perhatian khusus dan perawatan yang baik untuk kesehatan ibu dan janin (Ratnawati, 2020)¹. Anemia adalah kondisi di mana kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari nilai normal. Pada kehamilan, definisi anemia sedikit berbeda dari kondisi umum anemia. Anemia dalam kehamilan didefinisikan sebagai kadar hemoglobin kurang dari 11 gram per desiliter (g/dL) pada trimester pertama dan ketiga, sementara pada trimester kedua, batasnya adalah kurang dari 10,5 g/dL. Kondisi ini dapat mengancam kesehatan ibu hamil dan perkembangan janinnya (Arantika dan Fatimah, 2018)².

Setiap tahunnya sekitar 40% wanita hamil di seluruh dunia mengalami anemia terutama disebabkan karena kekurangan zat besi. Prevalensi anemia pada kehamilan tertinggi terjadi di wilayah Afrika yaitu mencapai 46,34%, wilayah Asia 47,92%, Eropa 26,15% dan terendah terjadi di wilayah Amerika yaitu 25,28%³. Hasil dari penelitian lain yaitu sebesar 37,1%. Jumlah tertinggi terjadi di wilayah pedesaan yaitu sebesar 37,8% dan terendah terjadi di perkotaan sebesar 36,4%⁴. Sementara hasil angka kejadian anemia pada ibu hamil adalah sebesar 48,9%. Jumlah tertinggi kasus anemia pada ibu hamil masih didominasi wilayah pedesaan yaitu mencapai 49,5% sementara di perkotaan adalah sebesar 48,3%. Kondisi anemia pada ibu hamil mempunyai dampak kesehatan terhadap ibu dan anak dalam kandungan, antara lain meningkatkan risiko bayi dengan berat lahir rendah, keguguran, kelahiran prematur dan kematian pada ibu dan bayi baru lahir. Ibu hamil dengan kadar Hb <10g/dl mempunyai risiko 2,25 kali lebih tinggi untuk melahirkan bayi BBLR (Kemenkes RI, 2021)³.

Data Dinas Kesehatan Provinsi Banten menunjukkan bahwa AKI di Banten hingga tahun 2020 sebesar 135 per 100.000 persalinan, sementara target nasional ialah 125 per 100.000 persalinan. Ibu wafat disebabkan oleh perdarahan post partum (37%), eklampsia (21%), infeksi jalan lahir (13%), anemia (9,3%) serta lainnya (30%). Prevalensi anemia pada ibu hamil di Provinsi Banten tahun 2018 sebesar 35,2% meningkat pada tahun 2019 sebesar 37,7% (Dinkes Provinsi Banten, 2020)⁴.

Data Dinas Kesehatan Kabupaten Pandeglang menunjukkan jumlah AKI di Kabupaten Pandeglang hingga tahun 2019 sejumlah 48 kasus atau 195 per 100.000 kelahiran hidup, sementara tujuan SDGs yakni 102 per 100.000 kelahiran hidup. AKI di Pandeglang dipicu perdarahan Hamil (34%), eklampsia (14%), infeksi jalan lahir (11%) serta pemicu lain (46%). Kasus anemia ibu hamil di Kabupaten Pandeglang dalam tiga tahun terakhir mengalami peningkatan yaitu tahun 2017 (34,20%), tahun 2018 (37,90%) dan tahun 2019 (41,23%) (Dinkes Provinsi Banten, 2019)⁴.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di Pos Kesehatan Desa Kertarharja pada bulan Januari-September 2023 terdapat 51 ibu hamil yang melakukan pemeriksaan ANC dan sebanyak 22 ibu hamil atau sebanyak 43% ibu hamil mengalami anemia dalam kehamilan. Selama ini ibu hamil yang anemia disarankan untuk mengonsumsi tablet Fe secara rutin sebagai tambahan asupan zat besi dari makanan. Namun banyak ibu hamil yang mengeluh mengalami kurang serat sehingga sulit BAB, serta kadar hb masih tetap saja rendah.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di

Pos Kesehatan Desa (Poskesdes) Kertaraharja dengan judul “Perbandingan Efektifitas Pemberian Buah Kurma dan Jus Jambu Biji Merah terhadap Kadar Hb pada Ibu Hamil dengan Anemia Ringan di Poskesdes Kertaraharja Kabupaten Pandeglang Tahun 2023”.

METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian Quasy experimental. Dalam penelitian ini penulis menggunakan rancangan Two Group Pre-Test and Post- Test. Penelitian ini menggunakan dua kelompok yaitu kelompok I diberikan intervensi buah kurma selama 7 hari. Sedangkan kelompok II diberikan intervensi jus jambu biji merah selama 7 hari. Penelitian ini dilakukan di Poskesdes Kertaraharja yang beralamat di Kampung Sumur Wari Kec. Sobang Kabupaten Pandeglang. Waktu penelitian yaitu pada bulan Desember tahun 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel perkembangan hasil asuhan kebidanan pemberian buah kurma

Intervensi	Hasil Pemantauan Kadar Hb			
	H-1	H2	H5	H7
Buah Kurma	10,6	10,8	11	11,3

Berdasarkan tabel diatas menjelaskan bahwa pada responden 1 yaitu pada saat pengkajian awal sebelum diberikan intervensi buah kurma memiliki kadar hb 10,6g/dl. Pada hari pertama dilakukan intervensi buah kurma namun pengukuran hb belum dilakukan. Pada hari kedua peneliti melanjutkan intervensi pemberian buah kurma pada ibu hamil lalu dilakukan pengukuran kadar hb ibu hamil dan terlihat mengalami kenaikan yaitu pada angka 10,8 g/dl. Intervensi sampai hari ke 5 masih dilakukan dan kenaikan kadar hb kembali diperoleh pada hari ke 5 dengan perolehan hasil 11 g/dl. Kenaikan kadar hb pada hari terakhir yaitu hari ke 7 sebesar 11,3g/dl.

Tabel perkembangan hasil asuhan kebidanan pemberian jus jambu biji merah

Intervensi	Hasil Pemantauan Kadar Hb			
	H-1	H2	H5	H7
Jus Jambu Biji Merah	10,4	10,7	11,1	11,5

Sementara pada responden 2 yaitu pada saat pengkajian awal sebelum diberikan intervensi jus jambu biji merah memiliki kadar hb 10,4 g/dl. Pada hari pertama dilakukan intervensi jus jambu biji merah namun pengukuran hb belum dilakukan. Pada hari kedua peneliti melanjutkan intervensi pemberian jus jambu biji merah pada ibu hamil lalu dilakukan pengukuran kadar hb ibu hamil dan terlihat mengalami kenaikan yaitu pada angka 10,7 g/dl. Intervensi sampai hari ke 5 masih dilakukan dan kenaikan kadar hb kembali diperoleh pada hari ke 5 dengan perolehan hasil 11,1 g/dl. Kenaikan kadar hb pada hari terakhir yaitu hari ke 7 sebesar 11,5 g/dl.

PEMBAHASAN

Kadar Hb Ibu Hamil Trimester III dengan anemia ringan sebelum dan sesudah diberikan intervensi buah kurma di Poskesdes Tahun 2023

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan dapat dilihat bahwa pada ibu hamil dengan anemia ringan yang mendapatkan intervensi berupa buah kurma selama 7 hari tidak lagi mengalami anemia ringan terlihat dari adanya peningkatan kadar hb pada ibu hamil Trimester III dengan anemia ringan yaitu awalnya 10,6g/dl mengalami kenaikan pada hari ke 2 dengan skor 10,8 g/dl, mengalami kenaikan lagi pada hari ke 5 dengan skor 11 g/dl serta pada hari terakhir mengalami kenaikan pada skor 11,3 g/dl. Kurma mengandung berbagai mineral dan vitamin yang penting untuk kesehatan, termasuk zat besi (Fe), vitamin B12, dan asam folat, yang semuanya merupakan faktor penting dalam pembentukan

hemoglobin. Zat besi diperlukan dalam pembentukan hemoglobin, sedangkan vitamin B12 dan asam folat memiliki peran dalam produksi sel darah merah yang sehat. Kekurangan zat-zat ini dapat menyebabkan anemia pada ibu hamil. Dengan mengonsumsi kurma, ibu hamil dapat memperoleh suplai nutrisi yang penting ini secara alami, yang dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah terjadinya anemia. Selain itu, kandungan antioksidan, antiinflamasi, dan analgesik dalam kurma juga dapat membantu meningkatkan kesehatan secara keseluruhan, termasuk perlindungan terhadap organ-organ vital seperti ginjal dan hati. Penting untuk diingat bahwa konsumsi kurma sebaiknya tetap dalam jumlah yang sesuai dengan kebutuhan harian dan tidak berlebihan. Konsultasikan dengan dokter atau ahli gizi untuk mendapatkan saran yang tepat mengenai konsumsi makanan sehat selama kehamilan, termasuk kurma.

Penelitian yang dilakukan oleh Nurul Alfi Fauziah dan Novita Maulany (2021) menunjukkan hasil yang sejalan dengan temuan bahwa pemberian buah kurma dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia⁸. Dengan nilai p-value yang signifikan ($<0,05$) pada kelompok intervensi, penelitian ini memberikan bukti bahwa konsumsi buah kurma secara teratur dapat memiliki dampak positif pada peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia⁵. Hasil penelitian ini memberikan dukungan tambahan untuk manfaat konsumsi buah kurma sebagai salah satu strategi yang dapat digunakan dalam penanganan anemia pada ibu hamil. Ini menunjukkan bahwa buah kurma tidak hanya kaya akan zat gizi yang penting untuk kesehatan ibu dan janin, tetapi juga dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin, yang merupakan faktor penting dalam mencegah dan mengatasi anemia.^m Penelitian seperti ini memberikan landasan ilmiah yang kuat untuk merekomendasikan konsumsi buah kurma sebagai bagian dari pola makan sehat ibu hamil, terutama bagi mereka yang mengalami anemia. Namun, seperti biasa, penting untuk mempertimbangkan berbagai faktor lain dalam manajemen anemia pada ibu hamil dan selalu berkonsultasi dengan profesional kesehatan sebelum membuat perubahan signifikan dalam diet atau perawatan medis.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan dapat dilihat bahwa pada ibu hamil dengan anemia ringan yang mendapatkan intervensi jus jambu biji merah selama 7 hari tidak lagi mengalami anemia ringan terlihat dari adanya peningkatan kadar hb pada ibu hamil Trimester III dengan anemia ringan yaitu awalnya 10,4 g/dl mengalami kenaikan pada hari ke 2 dengan skor 10,7 g/dl, mengalami kenaikan lagi pada hari ke 5 dengan skor 11,1 g/dl serta pada hari terakhir mengalami kenaikan pada skor 11,5 g/dl.

Kadar Hb Ibu Hamil Trimester III dengan anemia ringan sebelum dan sesudah diberikan intervensi jus jambu biji merah di Poskesdes Tahun 2023

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan dapat dilihat bahwa pada ibu hamil dengan anemia ringan yang mendapatkan intervensi jus jambu biji merah selama 7 hari tidak lagi mengalami anemia ringan terlihat dari adanya peningkatan kadar hb pada ibu hamil Trimester III dengan anemia ringan yaitu awalnya 10,4 g/dl mengalami kenaikan pada hari ke 2 dengan skor 10,7 g/dl, mengalami kenaikan lagi pada hari ke 5 dengan skor 11,1 g/dl serta pada hari terakhir mengalami kenaikan pada skor 11,5 g/dl.

Penelitian yang dilakukan oleh Ummy Khairussyifa, Nur Khofidoh, Dwi Ernawati pada tahun 2020 menyebutkan bahwa Psidium Guajava, atau lebih dikenal sebagai jambu biji, memiliki kandungan senyawa aktif yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah⁹. Beberapa senyawa tersebut antara lain zat besi, kalsium, fosfor, serta vitamin A dan C. Zat besi memiliki peran yang penting dalam pembentukan hemoglobin, yang merupakan protein pembawa oksigen utama dalam darah. Kalsium dan fosfor juga berperan dalam pembentukan dan fungsi sel-sel darah. Sementara itu, vitamin A memiliki peran penting dalam menjaga kesehatan sel-sel darah merah, sedangkan vitamin C memiliki peran

dalam meningkatkan penyerapan zat besi. Kekurangan zat besi dapat menyebabkan penurunan daya kekebalan tubuh dan menyebabkan gejala seperti kelelahan.

Sementara itu penelitian yang dilakukan oleh Nispi dan Afrina (2019) rata-rata Hb ibu hamil TM III sebelum diberikan jus jambu biji 10,21 gr/dl dengan kadar Hb minimum 9,50 gr/dl dan maximum 9,80 gr/dl. dan setelah diberikan jus jambu biji 12,22 gr/dl dengan kadar Hb minimum 10,90 gr/dl dan maximum 15,30 gr/dl.

KESIMPULAN

Penelitian ini mendapat kesimpulan bahwa terdapat pengaruh pada kadar hb ibu hamil Trimester III dengan anemia ringan sebelum dan sesudah diberikan intervensi buah kurma selama 7 hari yaitu 10,6 g/dl menjadi 11,3 g/dl atau dengan rata-rata kenaikan 0,23 g/dl. Terdapat pengaruh pada kadar hb ibu hamil Trimester III dengan anemia ringan sebelum dan sesudah diberikan intervensi jus jambu biji merah selama 7 hari yaitu 10,4g/dl menjadi 11,5g/dl atau dengan rata-rata kenaikan 0,37 g/dl. Adanya perbedaan efektivitas antara intervensi buah kurma dan jus jambu biji merah terhadap kadar hb ibu hamil Trimester III dengan anemia ringan. Intervensi pemberian Jus jambu biji merah lebih efektif terhadap kadar hb ibu hamil Trimester III dengan anemia ringan dibandingkan intervensi pemberian buah kurma.

Ada pun saran bagi tenaga kesehatan dapat mengaplikasikan pemberian jus jambu biji merah sebagai terapi alternative nonfarmakologis terhadap kadar hb ibu hamil Trimester III dengan anemia ringan. Bagi instansi akademik dapat memberikan bimbingan lebih intens mengenai penelitian yang dilakukan oleh penulis. Bagi ibu hamil menerapkan alternatif nonfarmakologi berupa pemberian jus jambu biji merah.

DAFTAR PUSTAKA

- Arantika & Fatimah. 2018. Patologi Kehamilan. Yogyakarta: Pustaka Biru Press.
- Dinas Kesehatan Provinsi Banten. Profil kesehatan Provinsi Banten 2020. Dinkes Banten. 2020.
- Fauziah, Nurul Alfi; Maulany Novita. 2021. Konsumsi Buah Kurma untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Anemia. Majalah Kesehatan Indonesia, 2 (2) Oktober.
- Kemenkes RI. 2021. Profil Kesehatan Indonesia 2020. Jakarta: Kemenkes RI
- Ratnawati, A. (2020). Asuhan Keperawatan Maternitas. Yogyakarta: PUSTAKA BARU PRESS.
- Nispi dan Afrina. Perbedaan Efektivitas Jus Jambu Biji dengan Jus Daun Bayam Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil Trimester III. Jurnal Kebidanan Besurek. 2019 4 (2); 2527-3698.
- Ummy Khairussyifa, Nur Khofidoh, Dwi Ernawati. Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Karangdadap Kota Pekalongan. 84 Jurnal Kebidanan Khatulistiwa. 2020. 6 (2): 91-95.