

Pengaruh Konsumsi Jus Jambu Biji Kristal (*Psidium Guajava L.*) Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil di Puskesmas Kereng Bangkirai Kota Palangka Raya

Effect of Consumption of Crystal Guava Juice (*Psidium Guajava L.*) Against the Increase in Hemoglobin Levels in Pregnant Women at the Puskesmas Kereng Bangkirai Palangka Raya City

Putri Astuning Panglipur

^{1*}

Meldawati ¹

Noval ²

Frani Mariani ¹

¹Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Sari Mulia, Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Indonesia

²Program Studi Farmasi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Sari Mulia, Banjarmasin, Kalimantan Selatan, Indonesia

*email:

putriastuning713@gmail.com

Abstrak

Di Indonesia pada setiap harinya ada 41 kasus anemia, data Dinas Kesehatan Kota Palangka Raya pada tahun 2021 sampai 2022. Pada tahun 2021 kasus anemia sebanyak 30 ibu hamil. Tahun 2022 sebanyak 35 ibu hamil dengan anemia. Tinggi kandungan vitamin C dalam buah jambu biji kristal mampu membantu menyerap tablet Fe yang dikonsumsi. Salah satu upaya penanganan anemia dengan alternatif non Farmakologi adalah dengan mengonsumsi serupa jus jambu biji kristal dapat memperlancar proses pembentukan kadar hemoglobin dalam sel darah merah. Menganalisis pengaruh pemberian jus jambu biji kristal sebelum dan sesudah pemberian jus jambu biji kristal di Puskesmas Kereng Bangkirai Kota Palangka Raya. Penelitian ini adalah penelitian *Eksperimen (True Eksperimen)* dengan bentuk *control grup pretest and posttest design*. Total sampel sebanyak 20 responden dengan kelompok eksperimen sebanyak 10 responden dan pada kelompok kontrol sebanyak 10 responden. Rata-rata nilai kadar hemoglobin pada ibu hamil sebelum dilakukan perlakuan adalah 10.65 sesudah dilakukan perlakuan adalah 13.27. Hasil dari uji statistik *paired sample t test* pada kelompok kontrol di dapatkan $P_{value} = 0.116 > 0.05$ dan pada kelompok eksperimen didapatkan $P_{value} = 0.004 < 0.005$ ada pengaruh pemberian jus jambu biji kristal terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Jus jambu biji kristal dapat meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil

Kata Kunci:

Jus Jambu Biji Kristal
Hemoglobin
Ibu Hamil

Keywords:

Crystal Guava Juice
Hemoglobin
Pregnant Women

Abstract

In Indonesia, there are 41 anemia cases every day, according to data from the Palangka Raya City Health Office from 2021 to 2022. In 2021, there were 30 cases of anemia in pregnant women. In 2022, there were 35 pregnant women with anemia. The high content of vitamin C in crystal guava fruit can help absorb Fe tablets consumed. One effort to deal with anemia with non-pharmacological alternatives is to consume similar crystal guava juice can facilitate the process of forming hemoglobin levels in red blood cells. Analyze the effect of giving crystal guava juice before and after giving crystal guava juice at the Kereng Bangkirai Health Center in Palangka Raya City. This research is an Experimental research (True Experiment) with the form of pretest and posttest design control groups. The total sample was 20 respondents with an experimental group of 10 respondents and a control group of 10 respondents. The average value of hemoglobin levels in pregnant women before treatment was 10.65 after treatment was 13.27. The results of the paired sample t test statistical test in the control group obtained $P_{value} = 0.116 > 0.05$ and in the experimental group obtained $P_{value} = 0.004 < 0.005$ there was an effect of giving crystal guava juice on the increase in hemoglobin levels in pregnant women. Crystal guava juice can increase hemoglobin levels of pregnant women



© 2024 The Authors. Published by Institute for Research and Community Services Universitas Muhammadiyah Palangkaraya. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). DOI: <https://doi.org/10.33084/jsm.v1i0i2.7730>

PENDAHULUAN

Kehamilan adalah suatu pertumbuhan dan perkembangan janin intrauterine yang pertumbuhan dan

perkembangannya dimulai sejak konsepsi dan akan berakhir sampai permulaan persalinan. Waktu proses kehamilan dari mulai ovulasi sampai dengan partus kira-

kira kurang lebih 280 hari atau 40 minggu dan tidak boleh lebih dari 300 hari atau 43 minggu (Miftahul & Arkha Rosyariah, 2019).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (2018) menunjukkan bahwa di Indonesia sebanyak 48,9% ibu hamil mengalami anemia dan sekitar 84,6% anemia kehamilan terjadi pada umur 15-24 tahun. Angka kejadian anemia pada ibu hamil mencapai sekitar 40-50 %, itu artinya sekitar 5 dari 10 ibu hamil di Indonesia mengalami anemia (Kementrian Kesehatan RI, 2018).

Salah satu upaya untuk mencegah angka kejadian anemia di Indonesia diharapkan setiap ibu hamil mendapatkan tablet tambah darah minimal 90 tablet selama kehamilan. Alternatif lain untuk mencegah anemia pada kehamilan selain mengkonsumsi tablet tambah darah juga bisa mengkonsumsi sayuran atau buah-buahan salah satunya konsumsi buah jambu biji kristal. Antioksidan di temukan paling banyak pada vitamin C. Buah yang memiliki kadar vitamin C yang paling tinggi adalah buah jambu biji. Zat besi dapat diserap empat kali lipat dengan konsumsi 200 mg dan juga mempercepat penyerapan obat sedikitnya 30%. Buah jambu biji memiliki kandungan asam askorbat dua kali lipat dari jeruk yaitu 116 mg/100. Tingginya kandungan vitamin C dalam buah jambu biji sangat bermanfaat dalam penyerapan zat besi didalam tubuh sehingga dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah (Prasetyanti & Putri, 2017).

METODOLOGI

Penelitian ini adalah penelitian *Eksperimen (True Eksperimen)* dengan bentuk *control grup pretest and posttest design* dimana dalam desain penelitian ini terdapat dua kelompok yang akan dipilih secara random lalu diberikan pretest untuk mengetahui keadaan awal dimana yang menjadi perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (Faridi et al., 2021).

Penelitian ini dilakukan di Wilayah kerja Puskesmas Kereng Bangkirai Kota Palangka Raya. Populasi yang

digunakan dalam penelitian ini ini adalah sebanyak 51 ibu hamil. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 20 ibu hamil. Pengambilan sampel ini sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditentukan oleh peneliti.

Instrumen pengumpulan data yang digunakan pada penelitian ini adalah observasi melalui *checklist* untuk mengetahui untuk mengetahui pengaruh konsumsi jus jambu biji kristal (*Psidium Guajava*) terhadap kenaikan kadar hemoglobin ibu hamil di Puskesmas Kereng Bangkirai Kota Palangka Raya. Pengaruh konsumsi jus jambu biji kristal terhadap kenaikan kadar hemoglobin ibu hamil dapat diketahui melalui *post test dan pre test*. Untuk mengetahui keadaan awal nilai hemoglobin dan keadaan akhir hemoglobin.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel I. Kadar Hemoglobin Kelompok Sebelum Perlakuan pada Kelompok Kontrol dan Perlakuan

No	Kelompok kontrol hemoglobin sebelum				Kelompok eksperimen hemoglobin sebelum			
	Nilai	Min	Max	Rata-rata	Nilai	Min	Max	Rata-rata
1	10.2				10.0			
2	12.4				10.0			
3	11.0				11.0			
4	10.4	10,0	12,4	11,100	12.0	9,0	12,2	10,650
5	10.8				12.2			
6	12.3				9.3			
7	11.4				11.3			
8	10.3				11.4			
9	10.0				10.3			
10	12.2				9.0			

Tabel II. Kadar Hemoglobin pada Kelompok Sesudah Perlakuan pada Kelompok Kontrol dan Perlakuan

N	Kelompok kontrol hemoglobin setelah				Kelompok eksperimen hemoglobin setelah			
	Nilai	Min	Max	Rata-rata	Nilai	Min	Max	Rata-rata
1	10.0				12.8			
2	11.8				12.9			

3	11.0				13.2			
4	10.4				14.2			
5	10.4	10,0	11,8	10,770	14.8	11,	14,	13,27
6	11.3				12.3	2	8	0
7	11.0				14.8			
8	10.0				14.1			
9	10.0				12.4			
10	11.8				11.2			

Tabel III. Perbedaan Rata-rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil dalam Kelompok Perlakuan Sebelum dan Sesudah Perlakuan

Kadar Hemoglobin	N	Sebelum	Sesudah	P _{value}
Perlakuan	10	10,65	13,27	0,001
Kontrol	10	11,10	10,77	0,001

*Uji Paired t-test

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah peneliti lakukan dalam pemberian jus jambu biji kristal terhadap ibu hamil pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah, di dapatkan hasil pada kelompok kontrol sebelum perlakuan sebesar 11,10, setelah perlakuan 10,77 terjadinya penurunan pada kelompok kontrol. Pada kelompok perlakuan sebelum diberikan intervensi dengan nilai 10,65 dan setelah di berikan intervensi sebesar 13,27.

Pada pemberian jus jambu biji kristal adanya pengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan $P_{value} 0,001 < 0,05$ di Puskesmas Kereng Bangkirai Kota Palangka Raya.

Dalam hal ini pada kelompok perlakuan mengalami peningkatan setelah mengkonsumsi jus jambu kristal. Tingginya kandungan vitamin C dalam buah jambu biji sangat bermanfaat dalam penyerapan zat besi didalam tubuh sehingga dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah (Prasetyanti & Putri, 2017). Hal ini juga disampaikan dalam penelitian (Rusmiati, 2019) jika pemberian tablet Fe dengan vitamin C dapat meningkatkan kadar hemoglobin yang signifikan dibandingkan hanya dengan mengkonsumsi tablet Fe.

Hal ini sesuai dengan (Apriyanti & Andriani, 2019) jika konsumsi tablet Fe dan jus jambu biji sebanyak 200 ml selama 7 hari berturut-turut dapat meningkatkan jumlah kadar hemoglobin ibu hamil.

KESIMPULAN

Pada pemberian jus jambu biji kristal (*Psidium Guajava*) adanya pengaruh terhadap meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil di Puskesmas Kereng Bangkirai Kota Palangka Raya

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Sari Mulia dan pihak-pihak yang turut-serta membantu mulai dari mempersiapkan, melaksanakan, dan menyelesaikan penelitian ini.

REFERENSI

- Apriyanti, F., & Andriani, L. 2019. The Effect of Giving Red Guava Juice to Grade of Pregnant Women's Hemoglobin. *Journal of Midwifery*, 4(1), 26–30.
- Faridi, A., Susilawaty, A., Rahmiati, B. F., Sianturi, E., Adiputra, I. M. S., Budiastutik, I., Oktaviani, N. P. W., Trisnadewi, N. W., Tania, P. O. A., & Ramdany, R. 2021. *Metodologi Penelitian Kesehatan*.
- Miftahul, K., & Arkha Rosyariah, K. U. 2019. *Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Cv. Jakad Publishing.
- 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.
- Rusmiati, D. 2019. Pengaruh Zat Besi Pengaruh Pemberian Suplemen Zat Besi Dengan Dan Tanpa Vitamin C Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Bidan*, 4(2)