

**PENGARUH JUS JAMBU BIJI TERHADAP
PERUBAHAN KADAR *HEMOGLOBIN*
IBU HAMIL TRIMESTER III**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun Oleh:
Mariska
1910104104**



**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA TERAPAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2020**

**PENGARUH JUS JAMBU BIJI TERHADAP
PERUBAHAN KADAR *HEMOGLOBIN*
IBU HAMIL TRIMESTER III**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar Sarjana Terapan
Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Di Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta



**Disusun Oleh:
Mariska
1910104104**



**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA TERAPAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2020**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH JUS JAMBU BIJI TERHADAP
PERUBAHAN KADAR *HEMOGLOBIN*
IBU HAMIL TRIMESTER III**

NASKAH PUBLIKASI

**Disusun Oleh :
MARISKA
1910104104**

Telah Memenuhi Persyaratan dan Disetujui Untuk Dipublikasikan
pada Program Studi Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Oleh:

Pembimbing

: ESITRA HERFANDA.S.ST,.M.Keb
09 September 2020 13:56:56



PENGARUH JUS JAMBU BIJI TERHADAP PERUBAHAN KADAR *HEMOGLOBIN* IBU HAMIL TRIMESTER III

Mariska¹, Esitra Herfanda²

ABSTRAK

Latar Belakang : Menurut *World Health Organization* (WHO) mengatakan 25% dari 100.000 kematian maternal di dunia setiap tahunnya disebabkan oleh perdarahan postpartum, salah satu penyebabnya adalah anemia. Angka Kematian Ibu (AKI) di Asia tahun 2015 sebesar 196/100.000 Kelahiran Hidup (KH). Indonesia masih merupakan negara tertinggi di antara *Association of South East Asia Nations* (ASEAN) dengan angka kematian ibu (AKI) sebesar 126/100.000 kelahiran hidup. Kejadian anemia pada ibu hamil pada tahun 2011 sampai dengan 2018 mengalami fluktuatif dengan kecenderungan adanya peningkatan. Pemerintah telah menetapkan kebijakan tentang peningkatan pelayanan kesehatan terutama *maternal* dan *neonatal* yang salah satu tujuannya untuk menurunkan angka kematian ibu dan anak. **Tujuan** : Untuk mengetahui literatur review pengaruh jus jambu biji terhadap perubahan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III. **Metode Penelitian** : metode pada penelitian ini merupakan penelitian literature review dengan menggunakan scoping review yaitu menggunakan jurnal. **Hasil** : Ada pengaruh mengkonsumsi jus jambu biji terhadap perubahan peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III. **Simpulan** : menunjukkan bahwa ada Pengaruh jus jambu biji terhadap perubahan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III. Pemberian jus jambu biji yang rutin dapat meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil. **Saran** : Diharapkan dapat meningkatkan ilmu pengetahuan ibu hamil tentang manfaat mengkonsumsi jambu biji bersamaan dengan tablet besi sehingga dapat membantu dalam penyerapan zat besi dan anemia pada masa hamil dapat dicegah sejak dini. dan diharapkan hasil studi kasus ini dapat dijadikan referensi untuk menambah bahan kepustakaan di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

Kata Kunci : Ibu Hamil Trimester III dengan Anemia
kepuustakaan : 10 jurnal, 1 Skripsi , Web 3, Buku 20, 1 KTI
Jumlah : x Halaman Depan, 54 Halaman, 4 tabel, 1 gambar

¹Judul Skripsi

²Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen Pembimbing Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

THE EFFECT OF GUAVA JUICE ON THE HEMOGLOBIN LEVEL OF THE THIRD TRIMESTER PREGNANT WOMEN¹

Mariska², Esitra Herfanda³

ABSTRACT

Background: According to the World Health Organization (WHO), 25% of 100,000 maternal deaths in the world each year are caused by postpartum hemorrhage, and one of the causes is anemia. In 2015, the Maternal Mortality Rate (MMR) in Asia was 196 deaths per 100,000 live births. Meanwhile, Indonesia still has the highest maternal mortality rate (MMR) among the country in the Association of Southeast Asia Nations (ASEAN), with 126 deaths per 100,000 live births. The case of anemia in pregnant women from 2011 to 2018 has fluctuated with an increasing trend. The government has established a policy on improving health services, especially maternal and neonatal, in which one of the goals is to reduce maternal and child mortality. **Objective:** The research objective is to determine the effect of guava juice on third-trimester pregnant mother's hemoglobin levels by reviewing the literature. **Research Methods:** The research method was a literature review study using a scoping review. The data were obtained from journals. **Results:** There was an effect of consuming guava juice on increasing third-trimester pregnant mother's hemoglobin levels. **Conclusion:** It can be concluded that there is an effect of drinking guava juice on increasing the hemoglobin levels of third-trimester pregnant women. Regular consumption of guava juice can increase the hemoglobin levels of pregnant women. **Suggestion:** It is expected from pregnant women to improve the knowledge about the benefits of consuming guava and iron tablets to help the iron absorption; thus, anemia during pregnancy can be prevented. Hopefully, the results of this case study research can be used as a reference to add to the library of Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

Keywords : Third-Trimester Pregnant Women with Anemia

References : 10 Journals, 1 Thesis, 3 Websites, 20 Books,
1 scientific Article

Number of pages : x Front Pages, 54 Pages, 4 Table, 1 Figure

¹ Title

² Student of Midwifery Program of Applied Science Bachelor, Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

³ Lecturer of Faculty of Health Sciences, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO) mengatakan 25% dari 100.000 kematian maternal di dunia setiap tahunnya disebabkan oleh perdarahan postpartum, salah satu penyebabnya adalah anemia. Angka Kematian Ibu (AKI) di Asia tahun 2015 sebesar 196/100.000 Kelahiran Hidup (KH), dengan rincian AKI di Malaysia 40/100.000 KH, di Philipina 114/100.000 KH, di Singapura 10/100.000 KH, di Thailand 20/100.000 KH, di Myanmar 178/100.000 KH, di Vietnam 54/100.000 KH, di Brunei 23/100.000 KH, AKI di Indonesia 126/100.000 KH. Indonesia merupakan salah satu negara di Asia dengan Memiliki AKI tertinggi setelah negara Myanmar sebagai negara tertinggi AKI nya di Asia (WHO, 2015).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia meningkat sebesar 11.8% dibandingkan dengan tahun 2013 menjadi 48.9% dan sebagian besar ibu hamil yang mengalami anemia (Kemenkes RI, 2018).

Berdasarkan data dari (Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, 2018) presentase anemia pada ibu hamil dari tahun 2011 sampai 2018 yaitu tahun 2011 sebesar 25.9%, tahun 2012 sebesar 24.33%, tahun 2013 sebesar 24,11%, tahun 2014 sebesar 28.1%, tahun 2015 sebesar 32.39%, tahun 2016 sebesar 22.78%, tahun 2017 sebesar 30.46% dan pada tahun 2018 menjadi 33.89%. Kejadian anemia pada ibu hamil pada tahun 2011 sampai dengan 2018 mengalami fluktuatif dengan kecenderungan adanya peningkatan (Alamsyah, 2012)

Anemia kehamilan adalah ibu hamil dengan kadar Hb < 11 gr% pada trimester I dan III atau Hb < 10,5 gr% pada trimester II. Sebagian besar anemia di Indonesia penyebabnya adalah kekurangan zat besi.

Zat besi adalah salah satu unsur gizi yang merupakan komponen pembentuk Hb atau sel darah merah (Feryanto, 2011).

Penyebab anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil adalah kekurangan zat besi dapat terjadi karena tidak atau kurang mengonsumsi zat besi dalam bentuk sayuran, makanan atau suplemen. Terutama pada wanita hamil. Wanita hamil sering terjadi kekurangan zat besi ini karena bayi memerlukan sejumlah zat besi yang besar untuk pertumbuhan rendahnya kepatuhan menjadi penyebab kegagalan penanganan anemia (Proverawati, 2011).

Dampak Anemia gizi besi pada ibu hamil dapat mengakibatkan tingginya angka kematian ibu berkaitan erat dengan anemia. Pada wanita hamil, anemia meningkatkan frekuensi komplikasi pada kehamilan dan persalinan. Risiko kematian maternal, angka prematuritas, berat badan bayi lahir rendah, dan angka kematian perinatal meningkat. (Almatsier, 2011).

Kebijakan Pemerintah dalam mengatasi/menanggulangi anemia pada ibu hamil telah mengeluarkan peraturan nomor 369/MENKES/SK/III/2007 yaitu kompetensi ke-3 tentang bidan memberikan asuhan antenatal bermutu tinggi untuk mengoptimalkan kesehatan selama kehamilan yang meliputi: deteksi dini, pengobatan rujukan komplikasi tertentu termasuk anemia. Pemerintah juga telah mengeluarkan peraturan baru nomor 97 tahun 2014 pasal 9 tentang pemberian suplementasi gizi sebagaimana dimaksud dalam pasal 5 ayat (3) pencegahan anemia.

Bidan sebagai tenaga kesehatan berperan penting dalam mengatasi anemia. Upaya penanggulangan anemia gizi besi pada ibu hamil dilakukan melalui peningkatan cakupan suplementasi tablet besi. Upaya lain yang dapat dilakukan dengan memperhatikan pola konsumsi ibu hamil yang harus tetap mengacu pada pola makan sehat dan seimbang yang terdapat dalam pesan umum gizi seimbang (PUGS). Pengaturan makan pada ibu hamil bukan pada jumlah atau kuantitas melainkan pada kualitas atau komposisi zat-zat gizi, sebab faktor ini lebih efektif dan fungsional untuk kesehatan ibu dan janinnya. Misalnya untuk meningkatkan konsumsi bahan makanan tinggi besi seperti susu, daging, dan sayuran hijau atau buah (Fanny, 2012).

Menurut Indah (2012) Salah satu buah yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin adalah buah jambu biji dapat mengatasi penderita anemia (kekurangan darah merah) karena didalam buah jambu biji merah mengandung juga zat mineral yang dapat memperlancar proses pembentukan hemoglobin sel darah merah. Selain akan vitamin C jambu biji juga mengandung beberapa jenis mineral yang mampu menangkis berbagai jenis penyakit dan menjaga kebugaran tubuh. (Apriyanti, 2015).

METODE

Metode penelitian ini adalah *Literature Review* atau tinjauan pustaka. Studi literature review adalah cara yang dipakai untuk mengumpulkan data atau sumber yang berhubungan pada sebuah topik tertentu yang bisa didapat dari berbagai sumber seperti jurnal, buku, internet, dan pustaka lain.

literature review dan melakukan *review* 10 jurnal dan tahap akhir dari memastikan kembali tidak ada kesalahan dari penulisan dan mengumpulkan hasil pada tim skripsi,

Jalannya penelitian. Jalannya penelitian yang dilakukan dibagi dalam beberapa tahap yaitu: 1. Tahap persiapan, 2. Tahap pelaksanaan, 3. Tahap pelaporan, 4.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Review ini untuk mengetahui pengaruh jus jambu biji terhadap perubahan kadar hemoglobin bu hamil trimester III.

Mengidentifikasi pengaruh jus jambu biji terhadap perubahan kadar hemoglobin bu hamil trimester III.

Berdasarkan literature review dari jurnal Andiyani Nurul Putri (2017) yang berjudul pengaruh jus jambu biji terhadap perubahan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III yang mengkonsumsi tablet Fe. Berdasarkan dari penelitian tersebut, dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan kadar hemoglobin pada kelompok ibu hamil trimester III yang diberikan jus jambu biji.

Hasil dari penelitian ini diperkuat oleh teori yang mengatakan bahwa jambu biji Selain kaya akan vitamin C jambu biji juga mengandung beberapa jenis mineral yang mampu menangkis berbagai jenis penyakit dan menjaga kebugaran tubuh. Daun dan kulit batangnya mengandung zat antibakteri yang dapat menyembuhkan beberapa jenis penyakit. Selain itu buah jambu biji juga mengandung potasium dan besi. Selain antioksidan, vitamin C disini memiliki fungsi menjaga dan meningkatkan kesehatan pembuluh kapiler, mencegah anemia, sariawan dan gusi berdarah. (Arifin, 2013).

Berbeda halnya dengan penelitian menurut Dhita Kris Prasetyanti, Lia Eforia Asmarani Ayu Putri (2015) yang berjudul Efektivitas Jus Jambu Biji Terhadap Perubahan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester III, Berdasarkan dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa dari 15 responden yang awalnya Hb 0,5 setelah diberikan perlakuan terdapat peningkatan kadar hemoglobin pada ibu yang mengkonsumsi jus jambu biji. rata-rata peningkatannya sebesar 1,04 gr/dl. Hasil penelitian vitamin C dalam jambu biji dapat membantu peningkatan kadar Hemoglobin.

Hasil dari penelitian ini diperkuat dengan teori yang menyatakan bahwa defisiensi besi pada kehamilan yaitu hemodelusi yang menyebabkan terjadinya pengenceran Pada wanita hamil anemia meningkatkan frekuensi komplikasi pada kehamilan dan persalinan. Secara umum, salah satu penyebab anemia defisiensi zat besi yaitu asupan zat besi tidak cukup dan penyerapan tidak adekuat (Widyastuti, 2013).

Penyerapan zat besi sangat dipengaruhi oleh ketersediaan vitamin C dalam tubuh ibu. Peranan Vitamin C dapat membantu mereduksi besi ferri (Fe^{3+}) menjadi ferro (Fe^{2+}) dalam usus halus sehingga mudah diabsorpsi, proses reduksi tersebut akan semakin besar bila pH didalam lambung semakin asam. Vitamin C dapat menambah keasaman sehingga dapat meningkatkan penyerapan zat besi hingga 30% (Sari, 2013).

Berdasarkan penelitian Yulia Fitriani, Ardi Panggayuh, Tarsikah (2017) yang berjudul Pengaruh Konsumsi Jus Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III, berdasarkan dari hasil penelitian diperoleh ibu hamil trimester III yang mengalami anemia sebelum mengkonsumsi jambu biji merah memiliki rata-rata hemoglobin yaitu 8.26. setelah diberikan perlakuan Ibu hamil trimester III yang mengalami anemia sesudah mengkonsumsi jambu biji merah memiliki rata-rata hemoglobin yaitu 11.51. ada pengaruh mengkonsumsi jambu biji merah terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Berdasarkan penelitian menurut Yeri Esty Ningtyastuti, Emy Suryani (2018) Pengaruh dengan penelitian yang berjudul Mengonsumsi Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil, dengan responden sebanyak 15 orang berdasarkan dari hasil penelitian ini diperoleh hasil ada ada pengaruh mengkonsumsi jambu biji merah terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil.

Penelitian ini diperkuat dengan teori yang menyatakan bahwa hal ini juga sejalan dengan pendapat Fathimah dkk (2011) yang menyatakan bahwa konsumsi buah jambu biji sebagai sumber vitamin C dapat membantu meningkatkan penyerapan zat besi, akan tetapi jika asupan vitamin C rendah, dapat memberikan implikasi terhadap kadar hemoglobin ibu hamil. Kandungan vitamin C yang tinggi pada jambu biji dapat dimanfaatkan oleh ibu hamil untuk pembentukan sel darah merah, karena menurut Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat (2011) selama kehamilan, konsentrasi vitamin C dalam darah turun akibatnya terjadi hemodilusi sel darah merah.

Berbeda dengan penelitian menurut Tria Nopi Herdiani, Desi Fitriani, Ruri Maiseptya Sari, Vitri Ulandari (2019) yang berjudul tentang Manfaat Pemberian Jus Jambu Biji Terhadap Kenaikan Nilai Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil, dengan responden sebanyak 30 orang ibu hamil dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol 15 orang dan kelompok perlakuan 15 orang, hasil dari penelitian ini rata-rata peningkatan kadar hemoglobin pretest dan posttest kelompok kontrol 8,867 g/dl dan 10,327 g/dl, dan rata-rata peningkatan kadar hemoglobin pretest dan posttest kelompok perlakuan 8,620 g/dl dan 11,580 g/dl sehingga ada perbedaan kenaikan kadar hemoglobin kelompok-

kelompok kontrol dan perlakuan nilai rata – rata selisih kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol 1,46g/dl dan rata – rata selisih kadar hemoglobin sebelum dan sesudah kelompok perlakuan 2,96 g/dl dengan nilai P value 0,031. Ada pengaruh pemberian jus jambu biji terhadap kenaikan nilai kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Berdasarkan penelitian menurut Veni Juviani Tama (2019) dengan judul Pemberian Jus Jambu Biji Dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan setelah pemberian jus jambu biji kedua responden mengalami kenaikan kadar Hb. Pada responden I mengalami kenaikan Hb 2,1 gr/dL, sedangkan pada responden II mengalami kenaikan Hb yang 2,0 gr/dL.

Berbeda hal dengan penelitian menurut Siti Rahma Sahfitri (2018) yang berjudul Efektivitas Tablet Fe Disertai Jus Jambu Biji Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III. Berdasarkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian Fe kombinasi jambu biji lebih efektif untuk meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil. Ibu hamil dapat menjadikan jus jambu biji kombinasi tablet Fe sebagai pilihan alternatif dalam meningkatkan kadar hemoglobin selama kehamilan.

Penelitian ini di perkuat dengan teori yang menyatakan bahwa Salah satu zat yang sangat membantu penyerapan zat besi adalah vitamin C(asam askorbat). Asam askorbat dapat di peroleh dari tablet vitamin C 5 atau secara alami terdapat pada buah-buahan dan sayuran. Vitamin C dapat meningkatkan penyerapan besi non heme empat kali lipat dan dengan jumlah 200 mg akan meningkatkan absorpsi besi obat sedikitnya 30% (Goodman & Gilman, 2010).

Buah yang mengandung asam askorbat tidak selalu berwarna kuning, pada jambu biji mengandung asam askorbat 2 kali lipat dari jeruk yaitu sekitar 87 mg/100 gram

jambu biji. Selain itu setiap 100 gram jambu biji juga mengandung Kalori 49 kal, Protein 0,9 gram, Lemak 0,3 gram, Karbohidrat 12,2 gram, Kalsium 14 mg, Fosfor 28 mg, Besi 1,1 mg, Vitamin A 25 SI, Vitamin B1 0,05 mg dan Air 86 gram. Vitamin C yang terkandung dalam jambu biji memperbesar penyerapan zat besi oleh tubuh, sehingga tubuh di harapkan dapat menyerap zat besi secara optimal dan meningkatkan kadar hb dalam tubuh(Rhamnosa, 2014)

Berdasarkan penelitian menurut Ningtyas dan Suryani (2015) yang berjudul Pengaruh Mengonsumsi Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. Berdasarkan hasil dari penelitian ini adalah ada pengaruh mengonsumsi jambu biji merah terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil. Penelitian ini di perkuat dengan teori yang menyatakan bahwa Hal ini sesuai dengan pendapat Admin (2013) yang menyatakan bahwa kadar HB 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. Selanjutnya akibat dari pendarahan setelah operasi atau untuk wanita biasanya sedang masa haid atau bunda yang sedang hamil. Kandungan vitamin C yang tinggi pada jambu biji dapat dimanfaatkan oleh ibu hamil untuk pembentukan sel darah merah, karena menurut Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat (2011) selama kehamilan, konsentrasi vitamin C dalam darah turun akibatnya terjadi hemodilusi sel darah merah.

Berbeda halnya dengan penelitian menurut Mia Rita Sari (2018) dengan judul Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia. Berdasarkan hasil penelitian ini pada kelompok esknerimen menuniukan rata-

rata HB ibu hamil sebelum diberikan tablet Fe dengan jus jambu biji adalah 9,438 dan setelah pemberian yaitu 11,462.

Penelitian ini di perkuat dengan teori yang menyatakan bahwa Penyerapan besi dapat dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya adalah kecukupan protein hewani dan vitamin C untuk meningkatkan penyerapan. Zat besi dengan vitamin C membentuk askorbat besi kompleks yang larut dan mudah diserap oleh organ-organ pada tubuh manusia (Yusnaini, 2014).

Makanan sumber zat besi sebaiknya dikonsumsi bersamaan dengan makanan yang memperbanyak jumlah serapan, misalnya dengan buah yang banyak mengandung vitamin C, sebaliknya makanan yang banyak menghambat serapan besi sebaiknya tidak dikonsumsi dalam waktu yang bersamaan (Yusnaini, 2014).

Berdasarkan dari penelitian menurut Firdaus P. W (2018) Pengaruh Pemberian Kombinasi Jua Jambu Biji dan Jus Bayam Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil. Berdasarkan hasil dari penelitian ini adalah rata-rata hemoglobin sebelum perlakuan 10,475 dan sesudah Perlakuan rata-rata hemoglobin 11,438 diperoleh p-value = 0,000 maka nilai p-value < 0,05 ini berarti H₀ ditolak H₁ diterima, jadi kesimpulannya terdapat pengaruh antara mengkonsumsi kombinasi jus bayam dan jambu biji terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil. Berdasarkan hasil penelitian ini maka kombinasi jus bayam dan jambu biji dapat digunakan sebagai obat alternatif untuk meningkatkan kadar Hb.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil literature review jurnal menunjukkan bahwa pemberian jus jambu biji secara rutin selama 7 hari dapat meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III. Berdasarkan dari hasil semua jurnal, dapat dilihat bahwa sesudah diberilakan perlakuan menunjukkan adanya

peningkatan kadar hb pada ibu hamil, rata-rata mengalami kenaikan HB 1.24-2.1 gr/dl. Sedangkan pemberian jus bayam mengalami kenaikan HB 0.66 gr/dl. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh jus jambu biji terhadap perubahan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III. Jus jambu biji selain kaya akan vitamin C juga mengandung potasium dan besi. Selain antioksidan, vitamin C berfungsi meningkatkan pembuluh darah kapiler dan dapat mencegah anemia (Arifin, 2013).

SARAN

Diharapkan dapat meningkatkan ilmu pengetahuan ibu hamil tentang manfaat mengkonsumsi jambu biji bersamaan dengan tablet besi sehingga dapat membantu dalam penyerapan zat besi dan anemia pada masa hamil dapat dicegah sejak dini.

DAFTAR PUSTAKA

- Al-Qur'an. (2013). Al-Qur'an dan Terjemahannya. Surabaya. *Mekar*.
- Al-Qur'an. (2013). Al-Qur'an dan Terjemahannya. Surabaya. *Mekar*.
- Apriyanti, H. &. (2015). Bertanam Jambu Biji di Pakarangan. Jakarta. *Agriflo*.
- arifin. (2013). Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Kejadian Anemia Pada Anak Sekolah Dasar di Kabupaten Boolang Mongodow Utara Manado . *Arifin, S. Dkk. (2013). Hubungan Asupan Zat Gizi dengan Kejadian Ejournal Keperawatan* , 1.
- Bekta et al. (2009). *Anemia Defisiensi Besi*, dalam Buku Ajar Ilmu

- Penyakit Jilid 3 Edisi IV . Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Dinkes, D. (2014). Profil Kesehatan DIY. Yogyakarta.
- Fanny. (2012). Pengaruh Pemberian Tablet Fe Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil di Puskesmas Tamamaung. *Media Gizi Pangan, vol,XIII, Edisi 1, 2012 : 7-11.*
- Feryanto, A. (2011). Metode Penelitian Kesehatan. Salemba Medika. Jakarta .
- Firdaus, P. W. (2018). *Pengaruh Pemberian Kombinasi Jua Jambu Biji dan Jus Bayam Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Kota Kediri.*
- Firdaus, P. W. (2018). *Pengaruh Pemberian Kombinasi Jua Jambu Biji dan Jus Bayam Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Balowerti Kota Kediri.*
- Ningtyas dan Suryani, E. (2015). *Pengaruh Mengonsumsi Jus Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Di Kelurahan Bandung Kecamatan Ngrampal Kabupaten Sragen.*
- Nugarahani. (2013). Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *ejournal keperawatan.*
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Pendidikan Praktis. Jakarta: Salemba Medika.*
- Purwanto. (2011). *Hubungan Pendidikan Ibu Hamil Dengan Kejadian Anemia. KTI Kebidanan. Malang: UIN Maliki Malang*
- Sarwono. (2012). *Ilmu Kebidanan. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.*
- Saryono. (2011). *metodelogi Penelitian Kesehatan. Jogjakarta. Mitra Cendikia.*
- Sulistyawati. (2013). *Pelayanan Keluarga Berencana. Jakarta : Salemba Medika.*
- Sunarsih, D. &. (2011). In *Panduan Asuhan Kebidanan Ibu Hamil.* Yogyakarta : Nuha Medika.
- Tarwoto, W. (2010). *Buku Saku Anemia pada Ibu Hamil, Konsep Penatalaksanaan.* Jakarta. *Trans Info Media.*
- Sianturi, C. (2012). *Pengaruh Vitamin C pada Penyerapan Zat Besi Non Heme, Medan : FMIPA UNM*
- Sinsin, L. (2009). *Seri Kesehatan Ibu dan Anak Masa Kehamilan dan Persalinan.* Jakarta : PT Elex Media Kompution.
- Sugiono. (2017). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendidikan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D).* Penerbit CV. Alfabeta : Bandung.
- Sherwood, Lauralee. (2011). *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem.* Edisi 6. Jakarta : EGC
- WHO. (2014). *Iron Deficiency Anemia : Assesmen. Prevention and Control. Give For Programme Manager Geneva.* World Health organization.
- Waryana. (2010). *Gizi Reproduksi.* Yogyakarta : Pustaka Rihana
- Wibisono, H. (2009). *Solusi Sehat Seputar Kehamilan.* Jakarta : Argo Media Pustaka.
- Widyastuti, R. (2010). *Kesehatan Reproduksi.* Yogyakarta : Fitramaya
- Yulia Fitriani, A. P. (2018). *Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Terhadap Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester III Di Polindes Krebet Kecamatan Bululawang Malang.*