

# JUS BUAH STROBERI UNTUK MENINGKATKAN KADAR HB PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN ANEMIA

Eti Sulastr<sup>1\*</sup>, Finanda Arini<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Kebidanan Program Diploma III/STIKES Muhammadiyah Gombang

\*Email: [Dhethisulastr@yahoo.com](mailto:Dhethisulastr@yahoo.com)

## Abstrak

### Keywords:

Jus Stroberi,  
kehamilan,  
Anemia, HB

Kematian ibu lebih banyak disebabkan karena terjadinya perdarahan. Salah Satu faktor penyebab dari AKI yaitu ada pada wanita yang menderita anemia Menurut WHO, 2015 Angka kejadian anemia di dunia tahun 2011 pada wanita hamil 38,2%, Prevalensi kejadian anemia di Jawa Tengah pada tahun 2013 mencapai 57,1% (DinkesJateng,2014). Dampak anemia pada Ibu hamil dapat menyebabkan perdarahan antepartum dan postpartum, upaya untuk meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil dengan mengkonsumsi buah stroberi. Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh konsumsi jus stroberi terhadap peningkatan kadar HB pada ibu hamil dengan anemia. Metode Penelitian menggunakan one group pretest dan post test, Teknik Pengambilan sampel menggunakan consecutive sampling dengan jumlah responden 30 responden . analisis yang digunakan adalah paired T test. Hasil penelitian terdapat peningkatan kadar HB pada Ibu hamil antara pretest dan posttest dengan p value < 0,05. Kesimpulan dari penelitian adanya peningkatan kadar HB pada ibu hamil anemia dengan diberikan jus Stroberi.

## 1. PENDAHULUAN

Angka kematian ibu (AKI) adalah gambaran dari status gizi, kesehatan ibu, dan tingkat pelayanan kesehatan terutama bagi ibu hamil, melahirkan, serta ibu nifas. Kesejahteraan suatu negara dapat dilihat dari tingginya AKI. Sampai saat ini tingginya AKI di Indonesia merupakan masalah yang menjadi prioritas di bidang kesehatan.

Kematian ibu lebih banyak disebabkan karena terjadinya perdarahan. Salah Satu faktor penyebab dari AKI yaitu ada pada wanita yang menderita anemia.

Anemia merupakan masalah kesehatan secara global, baik di negara maju maupun di negara berkembang. Dampak anemia dirasakan oleh kurang

lebih seperempat penduduk di dunia, termasuk ibu hamil. Dampak negatif yang dapat terjadi karena anemia adalah meningkatnya resiko kematian ibu (WHO,2014). Anemia menempati persentase tertinggi penyebab kematian ibu di Indonesia yaitu sebesar 28 % (Kemenkes, 2014). Dampak anemia banyak hal yang dapat timbul diantaranya adalah bahaya terhadap kehamilan dan janin selama kehamilan berupa abortus, persalinan prematur, hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim, mudah mengalami infeksi, resiko terjadi dekompensasi kordis pada Hb kurang dari 6 gr%, terjadi molahidatiosa, hiperemesis gravidarum, perdarahan antepartum dan ketuban pecah dini. (BKKBN, 2014).

Angka kejadian anemia di dunia tahun 2011 pada wanita hamil 38,2%, Prevalensi kejadian anemia di Jawa Tengah pada tahun 2013 mencapai 57,1% (DinkesJateng,2014). Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia meningkat dibandingkan dengan 2013, pada tahun 2013 sebanyak 37,1% ibu hamil anemia sedangkan pada tahun 2018 meningkat menjadi 48,9% (Riskesdas, 2018).

Program penanggulangan anemia yang dilakukan pemerintah adalah memberikan tablet tambah darah yaitu preparat Fe yang bertujuan untuk menurunkan angka anemia pada balita, ibu hamil, ibu nifas, remaja putri, dan WUS (Wanita Usia Subur). Penanggulangan anemia pada ibu hamil dilaksanakan dengan memberikan 90 tablet Fe kepada ibu hamil selama periode kehamilannya. Selain terapi farmakologi peningkatan kadar HB juga dapat dihasilkan dari buah stroberi.

Hasil penelitian Siswi Wulandari dan Ajunnisa (2016) yang berjudul *The Effect Of Consumption Strawberry Juice Against Level Of Haemoglobin In Third Trimester Of Pregnant Woman* menunjukkan dari 15 responden yang diteliti, bahwa pemberian jus strawberry lebih efektif untuk meningkatkan hemoglobin sebesar 30%.

## 2. METODE

Metode penelitian ini menggunakan One Group Pre test dan post test. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh Ibu hamil Trimester III di wilayah Kerja Puskesmas Karanganyar dengan jumlah populasi 143 orang. Sampel pada penelitian ini berjumlah 30 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *consecutive sampling* sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrument yang digunakan pada penelitian ini adalah lembar kuesioner, lembar observasi dan HB Sahli. Pelaksanaan penelitian dilakukan setelah mendapat izin dari Komisi Etik.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### 3.1. Karakteristik Responden

Tabel. 1 Karakteristik Responden

No	Ket.	Kategori	Frek	%
1	Usia	< 20 tahun	2	6,6
		20-35 tahun	22	53,3
		> 35 tahun	6	0
	Jumlah		30	100
2	Pendidikan	Dasar	1	3,4
		Menengah	29	96,6
		Perguruan tinggi	0	0
	Jumlah		30	100
3	Pekerjaan	IRT	18	60
		Swasta	4	13,3
		Wiraswasta	8	26,6
	Jumlah		30	100
4	Paritas	Primigravida	12	40
		Multigravida	16	53,3
		Grande multigravid	2	6,6
	Jumlah		30	100

Berdasarkan table diatas karakteristik responden berdasarkan usia persentase yang paling bedar adalah usia 20-35 tahun sebesar 53, 3% .sedangkan karakteristik responden berdasarkan Pendidikan, ibu hamil yang mengalami anemia adalah ibu hamil yang lulusan sekolah tingkat menengah baik menengah pertama (SMP) dan menengah atas (SMA) sebesar 96, 6%. Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan persentase terbesar ibu hamil yang mengalami anemia adalah Ibu yang bekerja sebagai Ibu Rumah tangga sebesar 60 persent dan karakteristik berdasarkan Gravida, ibu hamil yang mengalami anemia adalah Primigravida sebesar 40 Persent.

### 3.2. Pengaruh Jus Stroberi sebelum dan sesudah pada kadar HB

Tabel 2Kadar HB Sebelum dan Sesudah

Kadar HB	Mea n	Media n	SD	SE	N
Sebelum perlakuan	9,57	9,05	0,96	0,96	3
Sesudah	11,9	11,45	0,66	0,66	3

Perlakuan	7		1	1	0
kenaikan	2,4	P value	0,00	$\alpha$	0,05

Hasil dari uji *T-Test* diperoleh  $value = 0,000$  maka nilai  $p\ value < \alpha = 0,05$ . Hal ini berarti  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, sehingga kesimpulannya ada pengaruh pemberian jus strawberry terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil.

*Anemia* adalah suatu keadaan di mana kadar hemoglobin dalam darah dibawah normal. *Anemia* yang paling sering terjadi terutama pada ibu hamil adalah *anemia* karena kekurangan zat besi (Fe), sehingga lebih dikenal dengan istilah *Anemia Gizi Besi (AGB)*. *Anemia* defisiensi besi merupakan salah satu gangguan yang paling sering terjadi selama kehamilan. *Anemia* pada kehamilan adalah *anemia* karena kekurangan zat besi, jenis *anemia* yang pengobatannya relatif mudah, bahkan murah (Sulistyoningsih, 2011).

Perkembangan sebelum dan sesudah dilakukan penerapan metode pemberian jus stroberi, Setelah dilakukan pemberian jus menunjukkan hasil pengecekan kadar hemoglobin dalam darah ibu hamil trimester ketiga mengalami kenaikan yakni lebih tinggi yang berarti lebih baik dari kadar hb sebelum dilakukan intervensi.

Berdasarkan penelitian Gratia Karolin Iravati Jemali dan Dewi Kartika Sari (2018) yang berjudul *Pengaruh Pemberian Jus Strawberry Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III* di pustu Bujel kota Kediri Dalam jurnal Health Science Faculty menunjukkan jika pemberian Jus strawberry selama 7 hari dengan pemberian 200cc/hari dapat meningkatkan kadar hemoglobin.

Buah strawberry memiliki kandungan zat gizi yang tinggi. Dalam buah strawberry terdapat senyawa fitokimia yaitu : antosianin, ellagic acid, terdapat vitamin C, vitamin A, vitamin B1, mineral. Vitamin C yang terkandung dalam 100 gr buah strawberry adalah

sebesar 60,00 mg (Lenan, 2013). Konsumsi buah dan sayuran yang mengandung vitamin C sangat berperan dalam absorpsi besi dengan jalan meningkatkan absorpsi zat besi hingga empat kali lipat (Muchtadi, 2014).

#### 4. KESIMPULAN

Adanya peningkatan kadar HB setelah diberikan Jus Stroberi pada Ibu Hamil dengan Anemia.

#### REFERENSI

- [1] Adawiyani, R 2013. *Pengaruh Pemberian BOOKLET Anemia Terhadap Pengetahuan, Kepatuhan Minum Tablet Tambah Darah dan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil di Unit Rawat Jalan Rumkital Dr. Ramelan Surabaya*. Surabaya : Jurnal Ilmiah google cendekia. <http://mediainfo.sourceforge.net>, (diakses 27 januari 2014).
- [2] Departemen Kesehatan RI, 2010. *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI
- [3] Dinas kesehatan provinsi jawa tengah. 2012. *Buku Profil Kesehatan Kabupaten Jawa Tengah tahun 2012*. Semarang : Dinas Kesehatan
- [4] Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen. 2015. *Profil Kesehatan Kabupaten Kebumen Tahun 2015*. Kebumen: Dinas Kesehatan Kabupaten Kebumen
- [5] Jumirah. 1999. *Anemia Ibu hamil dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi Serta Dampaknya pada Berat Bayi Lahir di Kecamatan Medan Tuntungan Kotamadya Medan*. Laporan Penelitian : Medan.
- [6] Siswi Wulandari dan Ajunnisa 2016. *The Effect Of Consumption Strawberry Juice Against Level Of Haemoglobin In Third Trimester Of Pregnant Woman..* Belitung Nursing Journal
- [7] Widyaningsih A, et al. 2017. *Effect Of Consuming Red Dragon Fruit (Hylocereus Costaricensis) Juice On The Levels Of Hemoglobin and Erythrocyte Among Pregnant Women*: Belitung Nursing Journal, 3, 255-264.

- [8] World Health Organization. *The Global Prevalence Of Anaemia In 2011*. Geneva: World Health Organization, 2015.