

Literature Review: Case Study Penanganan Anemia Ringan Pada Ibu Hamil Dengan Jus Jambu Merah Dan Tablet Fe

Maranis Chasanah¹, Milka Anggreni K², Meinasari Kurnia Dewi³, Iha Miftahul Janah⁴, Enong Uswatun Hasanah⁵, Nidatul Hasanah⁶, Ika Fitri Solihawati⁷

¹Universitas Indonesia Maju, maranisch@gmail.com

²Universitas Indonesia Maju, milkaemail01@gmail.com

³Universitas Indonesia Maju, meinasarikurniadewi@gmail.com

⁴Universitas Indonesia Maju, ihamiftahuljanah@gmail.com

⁵Universitas Indonesia Maju, uswatun071098@gmail.com

⁶Universitas Indonesia Maju, nidatulhasanah93@gmail.com

⁷Universitas Indonesia Maju, seroja.bunga1@gmail.com

ABSTRAK

Menurut data World Health Organization tahun 2023, sekitar 260.000 ibu meninggal selama masa kehamilan, persalinan, maupun nifas. Sekitar 40% kematian ibu di negara berkembang berkaitan dengan anemia pada masa kehamilan. Di Indonesia, jumlah kematian ibu tercatat sebanyak 4.005 kasus pada tahun 2022 dan meningkat menjadi 4.129 kasus pada tahun 2023. Profil Kesehatan Indonesia tahun 2020 menunjukkan bahwa 49% ibu hamil mengalami anemia, terutama akibat kekurangan zat besi. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh pemberian jus jambu biji merah yang dikombinasikan dengan tablet Fe dibandingkan pemberian tablet Fe saja terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil trimester I di Puskesmas Cimanuk tahun 2025. Hasil menunjukkan bahwa ibu yang mendapat kombinasi intervensi pulih dari anemia ringan pada hari ke-7, sedangkan kelompok yang hanya mengonsumsi tablet Fe baru mengalami peningkatan Hb normal pada hari ke-14. Kesimpulannya, kombinasi jus jambu biji merah dan tablet Fe lebih efektif meningkatkan kadar hemoglobin. Diharapkan ibu yang mengalami anemia dapat menggunakan resep pemberian jus buah naga, bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan variasi menu

Kata Kunci : Anemia, Ibu Hamil, Jus Jambu Biji Merah

Literature Review Case Study Of Handling Mild Anemia In Pregnant Women With Red Guava Juice And Fe Tablets

ABSTRACT

According to data from the World Health Organization in 2023, approximately 260,000 maternal deaths occurred during pregnancy, childbirth, and the postpartum period. Around 40% of maternal deaths in developing countries are associated with anemia during pregnancy. In Indonesia, maternal deaths were recorded at 4,005 cases in 2022 and increased to 4,129 cases in 2023. The Indonesian Health Profile of 2020 shows that 49% of pregnant women experience anemia, primarily due to iron deficiency. This study aims to determine the effect of administering red guava juice combined with iron (Fe) tablets compared to Fe tablets alone on increasing hemoglobin levels among first-trimester pregnant women at Cimanuk Public Health Center in 2025. The results indicate that mothers who received the combination intervention recovered from mild anemia by day 7, whereas those who consumed only Fe tablets reached normal hemoglobin levels on day 14. In conclusion, the combination of red guava juice and Fe tablets is more effective in increasing hemoglobin levels. It is expected that pregnant women with anemia may consider using dragon fruit juice as an alternative, and future researchers are encouraged to explore variations in nutritional menu options.

Keywords: Anemia, Pregnant Women, Red Guava Juice

PENDAHULUAN

Kematian ibu secara global masih tinggi, dengan sekitar 260.000 perempuan meninggal selama kehamilan, persalinan, dan masa nifas pada tahun 2023 (WHO, 2024). Sebagian besar, yaitu 92%, terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah, dan mayoritas sebenarnya dapat dicegah (WHO, 2024). Penyebab tersering kematian ibu meliputi perdarahan hebat, infeksi, hipertensi dalam kehamilan, serta komplikasi persalinan dan aborsi tidak aman, yang secara keseluruhan menyumbang sekitar 75% kasus (WHO, 2024). Sekitar 40% kematian ibu di negara berkembang terkait dengan anemia pada kehamilan, terutama akibat defisiensi besi dan perdarahan akut (WHO, 2019). Prevalensi anemia ibu hamil secara global mencapai 36,5% pada tahun 2019 (WHO, 2019). Pada tahun 2023, prevalensi anemia pada perempuan usia 15–49 tahun tercatat 30,7%, pada ibu hamil 35,5%, perempuan tidak hamil 30,5%, dan anak-anak 39,8% (WHO, 2025).

Di Indonesia, terdapat 4.005 kematian ibu pada tahun 2022 dan meningkat menjadi 4.129 pada tahun 2023, terutama akibat hipertensi dalam kehamilan dan perdarahan (Kemenkes, 2021). Target nasional AKI tahun 2024 adalah 182 per 100.000 kelahiran hidup, dan Indonesia masih membutuhkan percepatan penurunan AKI untuk mencapai target SDGs sebesar 70 per 100.000 kelahiran hidup pada 2030 (Kemenkes, 2021). Data MDPN tahun 2023 mencatat bahwa 48,9% kematian ibu berkaitan dengan anemia dari total 4.129 kasus (Nabila Syafa Gunawan et al., 2024). Anemia pada kehamilan berdampak signifikan terhadap morbiditas dan mortalitas ibu dan janin, serta mencerminkan tingkat kesejahteraan masyarakat (Alamsyah, 2020).

Survei Kesehatan Indonesia 2023 melaporkan prevalensi anemia nasional sebesar 16,2%, dengan angka lebih tinggi pada perempuan yaitu 18% dibandingkan laki-laki 14,4% (Kemenkes RI, 2021). Profil Kesehatan Indonesia 2020 menunjukkan bahwa 49% ibu hamil mengalami anemia, terutama pada kelompok usia 15–25 tahun (Kemenkes RI, 2021). Di Provinsi Banten, prevalensi anemia mencapai 37,1% (Dinkes Provinsi Banten, 2022). Di Kabupaten Pandeglang, kasus anemia meningkat dari 4.329 pada tahun 2021 menjadi 5.390 pada tahun 2022

(Dinkes Provinsi Banten, 2022). Di Kecamatan Cimanuk, prevalensi anemia pada usia 5–14 tahun sebesar 26,8% dan usia 15–24 tahun sebesar 32% (Dinkes Banten, 2020). Penyebab utama kematian ibu di Banten, seperti di tingkat nasional dan global, adalah perdarahan, hipertensi kehamilan, dan infeksi (Dinkes Banten, 2020).

Anemia pada ibu hamil terutama dipicu oleh kekurangan zat besi akibat asupan nutrisi yang rendah, sumber makanan yang miskin zat besi, atau adanya zat penghambat penyerapan besi (Rooselyn, 2016). Rendahnya pengetahuan ibu hamil mengenai konsumsi tablet Fe yang benar, termasuk pentingnya meminumnya bersama vitamin C dan menghindari teh atau susu, turut memperburuk kondisi anemia (Rooselyn, 2016). Anemia selama kehamilan dapat menyebabkan abortus, kelahiran prematur, gangguan pertumbuhan janin, BBLR, persalinan lama, perdarahan postpartum, hingga kematian (Miarti, 2020).

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa konsumsi jus jambu biji merah bersama tablet Fe efektif meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia ringan (Triani et al., 2024). Studi lain juga membuktikan bahwa kombinasi jus jambu biji merah dan tablet Fe lebih efektif meningkatkan hemoglobin dibandingkan pemberian Fe saja (Afrahul Padilah Siregar et al., 2024). Berdasarkan bukti tersebut, terapi makanan berbasis bahan alami kaya vitamin C, seperti jambu biji merah, dapat menjadi pendukung terapi anemia pada ibu hamil (Alamsyah, 2020). Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menelaah penanganan anemia ringan pada ibu hamil dengan pemberian jus jambu biji merah kombinasi tablet Fe dibandingkan tablet Fe saja di Puskesmas Cimanuk.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif untuk menggali fenomena dalam konteks alami, dengan peneliti berperan sebagai instrumen utama penelitian (Sugiyono, 2020). Pengumpulan data dilakukan melalui triangulasi, yaitu kombinasi observasi, wawancara, dan dokumentasi untuk memperoleh informasi yang lebih mendalam (Sugiyono, 2020). Analisis data bersifat induktif, sehingga temuan

berfokus pada pemaknaan dan pemahaman terhadap keunikan suatu fenomena. Penelitian ini juga memakai desain studi kasus, yaitu pengkajian intensif pada satu unit kasus seperti individu atau

kelompok tertentu (Nursalam, 2016). Dalam penerapannya, penelitian ini mengacu pada *Evidence-Based Midwifery* sebagai dasar pelaksanaan studi kasus.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Hasil Asuhan Kebidanan Kasus 1

Diberikan Intervensi Jus jambu biji merah kombinasi tablet Fe	Kunjungan Awal		Evaluasi Hari Ke 7		Evaluasi Hari Ke 14		Kenaikan HB
	Kadar HB	Klasifikasi Anemia	Kadar HB	Klasifikasi Anemia	Kadar HB	Klasifikasi Anemia	
R 1	10,4gr%	Anemia Ringan	11,4gr%	Tidak Anemia	12,6gr%	Tidak Anemia	2,2
R 2	10,6gr%	Anemia Ringan	11gr%	Tidak Anemia	12,4gr%	Tidak Anemia	1,8
R 3	10,2gr%	Anemia Ringan	11,4gr%	Tidak Anemia	12,2gr%	Tidak Anemia	2
R 4	10gr%	Anemia Ringan	11gr%	Tidak Anemia	12,4gr%	Tidak Anemia	2,4
R 5	9,8gr%	Anemia Ringan	11,2gr%	Tidak Anemia	12gr%	Tidak Anemia	2,2
R 6	10,8gr%	Anemia Ringan	11,8gr%	Tidak Anemia	12,8gr%	Tidak Anemia	2

Tabel 2. Hasil Asuhan Kasus 2.

Hanya diberikan Tablet Fe	Kunjungan Awal		Evaluasi Hari Ke 7		Evaluasi Hari Ke 14		Kenaikan HB
	Kadar HB	Klasifikasi Anemia	Kadar HB	Kenaikan HB	Kadar HB	Klasifikasi Anemia	
R 7	10,6gr%	Anemia Ringan	10,8gr%	Anemia Ringan	11,6gr%	Tidak Anemia	1
R 8	10,4gr%	Anemia Ringan	10,6gr%	Anemia Ringan	11,2gr%	Tidak Anemia	1,2
R 9	10,4gr%	Anemia Ringan	11gr%	Tidak Anemia	11,8gr%	Tidak Anemia	1,4
R 10	9,6gr%	Anemia Ringan	10gr%	Anemia Ringan	11gr%	Tidak Anemia	1,4
R 11	10,4gr%	Anemia Ringan	10,8gr%	Anemia Ringan	11,7gr%	Tidak Anemia	1,3
R 12	10gr%	Anemia Ringan	10,6gr%	Anemia Ringan	11,4gr%	Tidak Anemia	1,4

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa terdapat perbedaan hasil asuhan kebidanan pada ibu hamil yang di berikan intervensi Pemberian jus jambu biji merah kombinasi tablet Fe dengan ibu hamil yang tidak di berikan jus jambu biji merah, hanya diberikan tablet Fe. Pada tabel.1 Responden 1 yang menjadicontoh asuhan kebidanan pada ibu yang diberikan intervensi jus jambu biji merah kombinasi tablet fe terdapat kenaikan pada kadar HB ibu yaitu menjadi 12,6gr% setelah 14 hari diberikan intervensi dan ibu sudah tidak termasuk dalam anemia, begitu pula pada responden 2,3,4,5 dan 6 yang juga mengalami peningkatan kadar Hb setelah pemberian jus jambu biji merah kombinasi tablet Fe setelah 14 hari, sehingga ibu sudah tidak mengalami anemia ringan. Sedangkan pada tabel.2 pada Responden ke 7 yang menjadi contoh asuhan kebidanan pada ibu yang tidak diberikan intervensi jus jambu biji merah, hanya dengan mengkonsumsi tablet tambah darah saja kenaikan HB pada hari ke 7 hanya meningkat dengan hasil laboratorium 10,8 gr%, hasil ini menunjukan ibu masih mengalami anemia ringan dan baru pada hari ke 14 kadar Hb menjadi normal yaitu 11,6gr%.

Ibu hamil yang di intervensi dengan pemberian jus jambu biji merah kombinasi tablet fe sembuh pada hari ke 7 dan tidak lagi mengalami anemia ringan sedangkan ibu yang tidak di berikan intervensi hanya dengan mengkonsumsi tablet fe saja di hari ke 7 masih mengalami anemia ringan, dan baru pada hari ke 14 kadar Hb menjadi normal. Hanya pada responden 9 ibu tidak lagi mengalami anemia, dengan kadar Hb meningkat menjadi normal yaitu 11gr%. Ada perbedaan waktu proses kenaikan HB antara ibu hamil yang di berikan intervensi dan tidak, dengan nilai signifikan kenaikan HB yaitu 2,4gr% selama 14 hari dilakukan intervensi, yang terjadi pada responden 4, dan nilai HB keterlambatan yaitu dengan kenaikan hanya 1gr% selama 14 hari yaitu pada responden 7 yang hanya mengkonsumsi tablet fe saja, dengan demikian perbandingannya adalah 1,4 gr%.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan menilai pengaruh pemberian jus jambu biji merah yang dikombinasikan dengan tablet Fe dibandingkan

pemberian tablet Fe saja terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia ringan di Puskesmas Cimanuk tahun 2025. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kombinasi jus jambu biji merah dan tablet Fe efektif meningkatkan kadar Hb secara signifikan, dengan rata-rata kenaikan 2,1 gr% dalam 14 hari, sedangkan kelompok yang hanya mengonsumsi tablet Fe mengalami kenaikan lebih lambat, yaitu rata-rata 1,25 gr%. Perbedaan peningkatan Hb terlihat jelas, di mana kadar Hb kelompok intervensi naik dari 10,3 menjadi 12,4, sementara kelompok tanpa jus jambu hanya meningkat dari 10,2 menjadi 11,45. Studi kasus juga menguatkan temuan tersebut, menunjukkan bahwa responden yang menerima kombinasi intervensi mencapai peningkatan hingga 2,4 gr%, jauh lebih tinggi dibandingkan kenaikan 1 gr% pada responden yang hanya mengonsumsi tablet Fe, dengan selisih efektivitas sebesar 1,4 gr%.

Anemia dalam kehamilan terjadi ketika kadar hemoglobin berada di bawah nilai normal, yaitu <11 g/dL pada trimester I dan III serta <10,5 g/dL pada trimester II, umumnya disebabkan kekurangan zat besi, folat, atau vitamin B12 (Georgief, 2023). Pada penelitian ini, 12 ibu hamil menunjukkan kadar Hb <11 g/dL sehingga dikategorikan anemia. Penyebab utama anemia adalah defisiensi zat besi, dengan faktor pendukung berupa kurangnya asupan dan kehilangan darah, sementara kekurangan folat, vitamin B12, dan vitamin A juga berperan (WHO, 2022b).

Diagnosis anemia ditetapkan melalui anamnesis, pemeriksaan fisik, dan tes laboratorium; kadar Hb 9–10 g/dL termasuk anemia ringan, sesuai kondisi responden yang mengeluh lemas dan pusing serta memiliki Hb 9,6–10,8 g/dL (Astutik, 2018). Tablet Fe bermanfaat untuk meningkatkan kadar besi dan mencegah defisiensi pada ibu hamil anemia (Ningrum, 2025). Selain suplemen Fe, pencegahan anemia memerlukan nutrisi adekuat, termasuk konsumsi jus jambu biji merah yang kaya vitamin C dan membantu penyerapan zat besi (Georgief, 2023). Kombinasi jus jambu biji merah dan tablet Fe terbukti meningkatkan kadar Hb secara signifikan, sebagaimana ditunjukkan dalam hasil penelitian ini.

Penelitian Afrahul Padilah Siregar et al. (2024) menunjukkan bahwa jus jambu biji merah dan tablet Fe efektif meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia. Temuan serupa dilaporkan Triani dkk (2024), di mana kelompok intervensi mengalami peningkatan Hb sebesar 2,25, jauh lebih tinggi dibanding kelompok kontrol yang hanya meningkat 0,64, sehingga membuktikan bahwa kombinasi jus jambu biji merah dan tablet Fe lebih efektif dibanding tablet Fe saja. Yuliva dkk (2023) juga melaporkan peningkatan Hb yang signifikan setelah pemberian jus jambu biji merah bersamaan dengan tablet Fe pada ibu hamil anemia ringan. Fitriana dkk (2025) menegaskan adanya pengaruh bermakna konsumsi jus jambu biji merah dan tablet Fe terhadap peningkatan Hb, karena vitamin C dan zat besi dalam jambu biji mendukung pembentukan sel darah merah. Selain itu, penelitian Supriyatin dan Idealistiana (2024) membuktikan bahwa konsumsi jus jambu biji merah selama dua minggu meningkatkan Hb pada ibu hamil trimester III anemia. Secara keseluruhan, kombinasi jus jambu biji merah dan tablet Fe merupakan strategi efektif untuk meningkatkan Hb pada ibu hamil anemia.

Menurut asumsi peneliti pemberian jus jambu biji merah kombinasi tablet Fe efektif meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia karena kandungan vitamin C yang tinggi pada jambu biji yang membantu penyerapan zat besi, sejalan dengan temuan Afrahul Padilah Siregar et al. (2024). Ibu hamil membutuhkan asupan protein, vitamin C, dan zat besi lebih besar, sehingga kombinasi jus jambu biji merah dan tablet Fe mampu meningkatkan hemoglobin secara optimal, sebagaimana diperkuat oleh penelitian Fitriana dkk (2025). Perbedaan rata-rata kenaikan Hb pada kelompok yang mendapat kombinasi intervensi dibandingkan yang hanya mengonsumsi tablet Fe juga menunjukkan efektivitas signifikan, sesuai hasil Triani dkk (2024) dan Yuliva dkk (2023). Intervensi selama 14 hari memperlihatkan peningkatan Hb yang konsisten, mendukung temuan Supriyatin dan Idealistiana (2024). Peneliti juga memberikan edukasi mengenai manfaat dan cara pembuatan jus jambu biji merah sebagai terapi tambahan nonfarmakologis. Hasil penelitian ini selaras dengan berbagai studi sebelumnya.

PENUTUP

Pemberian jus jambu biji merah kombinasi tablet Fe lebih efektif meningkatkan kadar Hb ibu hamil dengan anemia ringan dibandingkan pemberian tablet Fe saja, sehingga intervensi ini dapat direkomendasikan bagi pasien, dijadikan acuan peningkatan mutu pelayanan bagi tenaga kesehatan, serta menjadi referensi bagi institusi pendidikan

REFERENSI

- Afrahul Padilah Siregar, Nasution, Y. E., & Siregar, L. S. (2024). Efektifitas pemberian jus jambu biji merah (*Psidium guajava* Linn) dan tablet Fe terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil anemia. *Jubida*, 3(2), 1–11. <https://doi.org/10.58794/jubida.v3i2.967>
- Alamsyah, W. (2020). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian penyakit anemia pada ibu hamil usia kehamilan 1–3 bulan di wilayah kerja Puskesmas Bontomarannu Kabupaten Gowa, 1(2), 41–48.
- Astutik, R., & Ertiana, D. (2018). Anemia dalam kehamilan. *Pustaka Abadi*.
- Dai, N. F. (2021). Anemia pada ibu hamil. Penerbit NEM.
- Dinas Kesehatan Provinsi Banten. (2020). Profil kesehatan Kabupaten Pandeglang. Dinkes Banten.
- Dinas Kesehatan Provinsi Banten. (2022). Profil kesehatan Kabupaten Pandeglang. Dinkes Banten.
- Fitriana, A., Stianto, M., Fatimah, S., Fatma, I. D., & Hani, T. (2025). Pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap anemia dalam kehamilan, 6, 5747–5753.
- Georgief. (2023). Pengaruh jus jambu biji merah disertai tablet Fe terhadap kadar hemoglobin ibu hamil anemia. *Georgief*.
- Hussain, S. Z., Naseer, B., Qadri, T., Fatima, T., & Bhat, T. A. (2021). Fruits grown in highland regions of the Himalayas: Nutritional and health benefits.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2019). Pedoman pencegahan dan penanggulangan anemia pada remaja putri dan wanita usia subur (WUS). Direktorat Jenderal Kesehatan Masyarakat.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). Riset kesehatan dasar (RISKESDAS).

- Balitbang Kesehatan RI.
- Manuaba. (2016). Ilmu kebidanan penyakit kandungan dan KB untuk pendidikan bidan. EGC.
- Miarti, N. K., Sunarsih, & Nurmiaty. (2020). Analisis faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Dana dan Puskesmas Pasir Putih Kabupaten Muna. *Midwifery Journal*, 5(1), 13–18.
- Nabila Syafa Gunawan, Hidayah, S. N., & Rahmanindar, N. (2024). Asuhan kebidanan komprehensif pada Ny. M di Puskesmas Slawi Kabupaten Tegal tahun 2023 (Studi kasus anemia ringan dengan penerapan pijat oksitosin). *Jurnal Anestesi*, 2(4), 243–247. <https://doi.org/10.59680/anestesi.v2i4.1409>
- Ningrum. (2025). Fakultas Ilmu Kesehatan. UNSULBAR.
- Nursalam. (2016). Metode penelitian studi kasus. <https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Rooselyn. (2016). Strategi dalam penanggulangan pencegahan anemia. *Jurnal Ilmiah Widya*, 3(3), 4.
- Solihati. (2024). Kadar haemoglobin pada ibu hamil trimester III di PMB Y Kabupaten Garut tahun 2023. *INNOVATIVE: Journal of Social Science Research*, 4, 7843–7857.
- Sugiyono. (2019). Metode penelitian kuantitatif kualitatif dan R&D. Alfabeta.
- Sugiyono. (2020). Metode penelitian kualitatif. Alfabeta.
- Supriyatin, T., & Idealistiana, L. (2024). Pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil trimester III dengan anemia di TPMB ES Cibitung Kabupaten Bekasi. *Malahayati Nursing Journal*, 6(4), 1329–1340. <https://doi.org/10.33024/mnj.v6i4.11119>
- Triani, D., Hastuti, N., Novianti, N., Rhafdiani, D. M., & Marzuarini, I. (2024). Pengaruh konsumsi jus jambu biji merah dan tablet tambah darah terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil. *Algebra: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Sains*, 4(3), 146–152. <https://doi.org/10.58432/algebra.v4i3.1147>
- Waryana. (2016). Gizi reproduksi. Pustaka Rihama
- World Health Organization. (2019). World health statistics report 2019. WHO.
- World Health Organization. (2022). SDG target 3.1: Maternal mortality. <https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/sdg-target-3-1-maternal-mortality>
- World Health Organization. (2024). World health statistics report 2024. WHO.
- Yuliva, Y., Zaimy, S., Rahayu, E. S., & Eravianti, E. (2023). Pemberian kombinasi tablet Fe dan jus jambu biji merah terhadap peningkatan kadar haemoglobin ibu hamil dengan anemia ringan. *Jurnal Sehat Mandiri*, 18(2), 293–303. <https://doi.org/10.33761/jsm.v18i2.1272>