

Pengaruh Pemberian Jus Bayam dan Jus Tomat Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia Ringan di Desa Kubangkampil Pandeglang Tahun 2024

¹Erniyati, ²Uci Ciptiasrini, ³Maryam Syarah

^{1,2,3}Univeritas Indonesia Maju, Jl. Harapan No.50, RT.2/RW.7, Lenteng Agung, Kec. Jagakarsa, Kota Jakarta Selatan, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12610
e-mail : 900ernii@gmail.com

Abstrak

Anemia umumnya terjadi karena kekurangan zat besi. Dampak anemia pada ibu hamil berbahaya pada janin, yang dapat mengurangi kemampuan metabolisme tubuh sehingga mengganggu pertumbuhan dan perkembangan janin dalam rahim. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian jus bayam dan jus tomat terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia ringan di Desa Kubangkampil Pandeglang tahun 2024. Metode Penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Hasil penelitian diperoleh setelah intervensi dengan tablet Fe dan bayam selama 7 hari, terjadi peningkatan kadar Hb sebesar 0,9 gr%. Diperoleh setelah intervensi dengan tablet Fe dan jus tomat selama 7 hari, terjadi peningkatan kadar Hb sebesar 1,2 gr%. Pemberian tablet Fe dan bayam dan pemberian tablet Fe dan jus tomat berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. Pemberian tablet Fe dan jus tomat memiliki pengaruh lebih besar dibandingkan dengan yang diberikan tablet Fe dengan jus bayam sehingga ada perbedaan terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di Kubangkampil tahun 2024. Dapat menembah wawasan klien tentang cara meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia ringan dan dapat memberitahu ibu hamil lainnya dengan anemia agar mengkonsumsi jus bayam dan jus tomat untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah.

Kata Kunci : Anemia, Fe, Jus Bayam, Jus Tomat

Abstract

Anemia generally occurs due to iron deficiency. The impact of anemia in pregnant women is dangerous for the fetus, which can reduce the body's metabolic ability, thereby disrupting the growth and development of the fetus in the womb. The aim of this research is to determine the effect of giving spinach juice and tomato juice on increasing hemoglobin levels in mildly anemic pregnant women in Kubangkampil Pandeglang Village in 2024. Qualitative research method with a case study approach. The research results were obtained after intervention with Fe tablets and spinach for 7 days, there was an increase in Hb levels of 0.9 gr%. Obtained after intervention with Fe tablets and tomato juice for 7 days, there was an increase in Hb levels of 1.2 gr%. Giving Fe tablets and spinach and giving Fe tablets and tomato juice have an effect on increasing hemoglobin levels in pregnant women with anemia. Giving Fe tablets and tomato juice has a greater effect than giving Fe tablets with spinach juice so that there is a difference in increasing hemoglobin levels in pregnant women with anemia in Kubangkampil in 2024. Can increase client insight on how to increase Hb levels in pregnant women with anemia light and can tell other pregnant women with anemia to consume spinach juice and tomato juice to increase hemoglobin levels in the blood.

Keywords : Anemia, Fe, Spinach Juice, Tomato Juice

PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu kondisi tubuh dimana jumlah dan ukuran sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) lebih rendah dari normal, yang akan mengakibatkan terganggunya distribusi oksigen oleh darah ke seluruh tubuh (KEMENKES, 2019). Anemia dalam kehamilan adalah keadaan ibu hamil yang mengalami kekurangan zat besi dalam darah. Anemia dalam kehamilan

merupakan kondisi ibu dengan kadar hemoglobin <11 gr% pada trimester 1 dan trimester 3, sedangkan pada trimester 2 kadar hemoglobin <10 gr%. Kadar Hb ibu hamil sebaiknya lebih dari 11 g/dL (Astuti S. , 2017).

Prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil di dunia yaitu sebanyak 43,9%, di Asia sebanyak 49,4%, Afrika sebanyak 59,1%, Amerika sebanyak 28,2% dan Eropa sebanyak 26,1%. Prevalensi anemia ibu hamil di Indonesia tahun 2013 sebanyak 37,1%, pada tahun 2018 meningkat menjadi 48,9% (Risksedas, 2018). Prevalensi anemia pada ibu hamil di Provinsi Banten tahun 2018 sebesar 35,2% meningkat pada tahun 2019 sebesar 37,7% (DINKES, 2019). Angka kejadian anemia di Kabupaten Pandeglang menunjukkan bahwa jumlah ibu hamil dengan anemia pada tahun 2019 sebanyak 61,5%, tahun 2020 sebanyak 63,02% dan tahun 2021 sebanyak 67,77% (DINKES, 2021). Angka kejadian anemia pada ibu hamil di Posyandu Kubangkampil yaitu pada tahun 2021 sebanyak 22,2%, tahun 2022 sebanyak 19,5%, dan 2023 sebanyak 23,8%. Angka kejadian anemia pada ibu hamil di Desa Kubangkampil yaitu pada tahun 2021 sebanyak 14 orang (18,2%) dari 77 ibu hamil, tahun 2022 sebanyak 10 orang (13,5%) dari 74 ibu hamil dan tahun 2023 sebanyak 8 orang (10,8%) dari 74 (Perdana, 2023).

Anemia dapat disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi, vitamin B12, dan asam folat. Namun pada umumnya anemia terjadi karena kekurangan zat besi. Peningkatan volume plasma darah terjadi lebih dahulu dibandingkan produksi sel darah merah. Kondisi ini menyebabkan penurunan kadar Hb dan hematokrit pada trimester I dan III. Hemoglobin merupakan protein dalam eritrosit yang berfungsi sebagai pengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Hemoglobin juga mengangkut karbondioksida kembali menuju paru-paru untuk dikeluarkan dari tubuh. Pada ibu hamil terjadi peningkatan 30% sampai 40% volume plasma dalam darah, sehingga terjadi pengenceran darah (hemodilusi) (Rismawaty, 2020)

Anemia dalam kehamilan berakibat terjadinya perdarahan. Penyebab kematian ibu di Indonesia terbanyak pada tahun 2019 adalah perdarahan 4,3%. Begitu juga dengan Provinsi Banten penyebab kematian ibu yaitu perdarahan. Kabupaten Pandeglang penyebab kematian tertinggi disebabkan oleh perdarahan sebesar 30% (DINKES, 2019).

Dampak anemia pada ibu hamil berbahaya pada janin, yang dapat mengurangi kemampuan metabolisme tubuh sehingga mengganggu pertumbuhan dan perkembangan janin dalam rahim. Akibat anemia dapat terjadi gangguan dalam bentuk abortus, kematian intrauterine, persalinan prematuritas tinggi, berat badan lahir rendah, kelahiran dengan anemia, dapat terjadi cacat bawaan, bayi mudah dapat infeksi sampai kematian perinatal dan intelegensia rendah (Rismawaty, 2020). Dampak buruk anemia yaitu morbiditas dan mortalitas ibu maupun bayi. Dampak anemia terhadap janin diantaranya adalah Intra Uterine Growth Retardation (IUGR), bayi lahir prematur, bayi dengan cacat bawaan, Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) dan peningkatan risiko kematian janin dalam kandungan. Dampak anemia pada ibu hamil adalah sesak napas, kelelahan, palpitasi, hipertensi, gangguan tidur, preklamsia, abortus dan meningkatkan risiko perdarahan sebelum dan saat persalinan bahkan sampai pada kematian ibu (Olii, 2019).

Anemia pada ibu hamil harus dideteksi sedini mungkin dan diberikan penatalaksanaan yang tepat. Pengobatan anemia dapat dilakukan dengan beberapa cara, yaitu dengan transfusi darah, kortikosteroid atau obat - obatan lain yang menekan sistem kekebalan tubuh, pemberian obat erythropoietin (obat yang membantu sumsum tulang untuk membuat lebih banyak sel darah), dan konsumsi suplemen zat besi, vitamin B12 (KEMENKES, 2022)

Program Pemerintah telah melakukan pengendalian anemia pada ibu hamil dengan cara pemberian tablet Fe selama kehamilan untuk mengurangi anemia (IBI, 2021). Penanganan anemia secara non farmakologis dapat juga dengan cara mengkonsumsi sayuran yang berwarna hijau seperti bayam (*Amaranthus spp*). Daun bayam dapat dijadikan sayur maupun dijadikan jus yang bermanfaat untuk menambah asupan zat besi dalam tubuh dan tentunya mampu mengatasi atau mencegah anemia (Zuiatna, 2021). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Rini Kundaryanti

(2019) diperoleh hasil penelitian bahwa terdapat peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengonsumsi jus bayam hijau (Kundryanti, 2019).

Jus tomat dapat dikonsumsi untuk ibu hamil dalam mencegah dan mengobati anemia pada ibu hamil anemia. Berdasarkan Penelitian Fitriani (2020) ada pengaruh pemberian jus tomat terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil. (Fitriani, 2020)

Pada studi pendahuluan di Desa Kubangkampil bulan Mei 2024 terdapat ibu hamil yang diperiksa hamil sebanyak 38 orang, yang mengalami anemia sebanyak 5 orang (13.1%), dan hasil wawancara dengan ibu hamil anemia yang datang ke posyandu Kubangkampil sebanyak 5 orang hanya 1 orang (20%) yang mengetahui bahwa mengonsumsi jus bayam dan jus tomat akan meningkatkan kadar Hb dalam darah, mereka mengetahui informasi tersebut dari browsing di internet (Perdana, 2024)

METODE PENELITIAN

Metode Penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Penelusuran rujukan ilmiah untuk memperoleh konsep teori asuhan kebidanan berdasarkan hasil penelitian terdahulu dan studi kasus yaitu studi langsung penerapan kebidanan berdasarkan *Evidence Based* (Sugiyono, 2019). Penelitian ini dilakukan di Desa Kubangkampil Kecamatan Sukaresmi Kabupaten Pandeglang Banten 42265. Waktu penelitian yaitu pada bulan Agustus tahun 2024. Informan pada penelitian ini yaitu 2 orang ibu hamil trimester III dengan anemia ringan yang di periksa ke Desa Kubangkampil tahun 2024. Ibu hamil yang masuk ke dalam penelitian ini adalah ibu hamil anemia ringan dan menandatangani *informed consent* sebagai bentuk kesediaan menjadi subjek penelitian. Adapun ibu hamil yang mengalami kelelahan, ibu dengan kehamilan yang beresiko dan adanya kelainan pada kontraksi rahim tidak dilakukan penelitian.

Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi untuk mengetahui kenaikan kadar hemoglobin yang dilakukan sesuai dengan standar operasional prosedur. Pengukuran anemia menggunakan alat cek Hb stik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Perbandingan Kadar Hb antara Responden 1 dan Responden 2

	Kunjungan Awal		Evaluasi hari ke-1		Evaluasi hari ke-3		Evaluasi hari ke-7	
	Kadar Hb	Klasifikasi Anemia	Kadar Hb	Klasifikasi Anemia	Kadar Hb	Klasifikasi Anemia	Kadar Hb	Klasifikasi Anemia
Responden 1 (Diberikan Intervensi Tablet Fe dan Bayam)	10,6 gr%	Anemia Ringan	10,7 gr%	Anemia Ringan	10,9 gr%	Anemia Ringan	11,5 gr %	Tidak Anemia
Kenaikan Kadar HB	-	-	0,1 gr%	-	0,2 gr%	-	0,6 gr%	-
Kenaikan Kadar HB dari awal sampai 7 hari setelah intervensi	0,9gr%							
Responden 2 (Diberikan Intervensi Tablet Fe dan Jus tomat)	10,6 gr%	Anemia Ringan	10,7 gr%	Anemia Ringan	11,1 gr%	Tidak Anemia	11,8 gr %	Tidak Anemia
Kenaikan Kadar HB	-	-	0,1 gr%	-	0,4 gr%	-	0,8 gr%	-
Kenaikan Kadar HB dari awal sampai 7 hari setelah intervensi	1,2 gr%							
Perbandingan	Sama	Sama	Sama	Sama	Lebih banyak kenaikan kadar Hb yang diberikan intervensi tablet Fe dan jus tomat dibandingkan dengan yang diberikan intervensi tablet Fe dan bayam. Dengan selisih 0,2gr%	Kriteria pada yang diberikan itervensi tablet fe dan bayam masih mengalami anemia ringan sedangkan pada yang diberikan intervensi tablet Fe dan jus tomat sudah tidak mengalami anemia lagi.	Lebih banyak kenaikan kadar Hb yang diberikan intervensi tablet Fe dan jus tomat dibandingkan dengan yang diberikan intervensi tablet Fe dan bayam. dengan selisih 0,3gr%	Sama

Pada Responden 1 yang diberikan tablet Fe dan bayam, kadar Hb awal adalah 10,6 gr%. Demikian juga dengan Responden 2 yang kadar Hb awalnya sama, yaitu 10,6 gr%, menunjukkan bahwa keduanya mengalami anemia ringan. Setelah intervensi, evaluasi kadar Hb pada hari pertama menunjukkan peningkatan menjadi 10,7 gr% pada kedua responden, yang berarti ada kenaikan sebesar 0,1 gr%. Namun, pada hari ketiga, kadar Hb Responden 1 meningkat menjadi 10,9 gr%, sedangkan Responden 2 mencapai 11,1 gr%, menunjukkan peningkatan yang lebih besar pada Responden 2 sebesar 0,2 gr% lebih banyak. Pada evaluasi hari ketujuh, kadar Hb Responden 1 mencapai 11,5 gr%, sedangkan Responden 2 mencapai 11,8 gr%, dengan perbedaan peningkatan 0,3 gr% lebih tinggi pada Responden 2 yang diberikan jus tomat.

Secara keseluruhan, Responden 1 mengalami peningkatan kadar Hb sebesar 0,9 gr% dari awal pemeriksaan, sementara Responden 2 mengalami peningkatan sebesar 1,2 gr%. Berdasarkan hasil ini, peneliti menyimpulkan bahwa ada perbedaan peningkatan kadar Hb antara pemberian tablet Fe dengan bayam dan tablet Fe dengan jus tomat. Pemberian tablet Fe dengan jus tomat lebih efektif dibandingkan dengan tablet Fe dan bayam. Namun, keduanya tetap mampu meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil trimester II dengan anemia ringan di Kubangkampil tahun 2024.

Terdapat perbedaan hasil asuhan kebidanan pada ibu hamil trimester III dengan anemia ringan yang diberikan intervensi tablet Fe dan bayam, dibandingkan dengan yang diberikan tablet Fe dan jus tomat. Selama intervensi 7 hari, perbedaan peningkatan kadar Hb antara Responden 1 dan Responden 2 adalah 0,3 gr%.

1. Pengaruh Pemberian Jus Bayam Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Ringan

Berdasarkan hasil pengkajian terhadap responden 1, ditemukan data subjektif berupa keluhan pusing dan sedikit lemas. Hal ini sejalan dengan pendapat Astuti (2017), yang menyebutkan bahwa gejala anemia meliputi rasa lemah, lesu, mudah lelah, telinga berdenging, mata berkunang-kunang, kaki terasa dingin, dan sesak napas. Karena responden 1 mengalami salah satu gejala anemia yang dijelaskan oleh Astuti (2017), dapat disimpulkan bahwa terdapat kesesuaian antara teori dan keluhan responden 1.

Hasil data objektif dari responden 1 menunjukkan adanya konjungtiva yang anemis (pucat) saat pemeriksaan fisik mata. Temuan ini sesuai dengan pendapat Astuti (2017), yang menyatakan bahwa pada ibu hamil dengan anemia, pucat dapat terlihat pada konjungtiva, mukosa mulut, telapak tangan, dan jaringan di bawah kuku. Hal ini didukung oleh hasil pemeriksaan laboratorium yang menunjukkan kadar Hb 10,6 gr%, yang selaras dengan teori Wulandari (2021), yang menjelaskan bahwa kadar Hb yang baik pada trimester III harus lebih dari 11 gr% untuk dikatakan tidak anemia (Wulandari R. C., 2021). Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat kesenjangan antara teori dan hasil pemeriksaan fisik pada responden 1.

Pada analisa data diperoleh berdasarkan hasil anamnesa data subjektif dan data objektif pada responden 1 sehingga diperoleh diagnosa Ny. S Usia 20 tahun G1POA0 Hamil 34 minggu dengan anemia ringan. Pada responden 1, yang merupakan ibu hamil dengan anemia ringan, diberikan intervensi berupa tablet Fe dan konsumsi bayam untuk meningkatkan kadar Hb dalam darah, dengan tujuan mencegah terjadinya anemia. Pada kunjungan awal, kadar Hb tercatat 10,6 gr% (anemia ringan). Pada evaluasi hari pertama, kadar Hb meningkat menjadi 10,7 gr% (anemia ringan), menunjukkan peningkatan 0,1 gr%. Pada evaluasi hari ketiga, kadar Hb menjadi 10,9 gr% (anemia ringan), dengan peningkatan 0,2 gr%. Pada evaluasi hari ketujuh, kadar Hb mencapai 11,5 gr% (tidak anemia), dengan peningkatan 0,6 gr%. Secara keseluruhan, responden 1 mengalami peningkatan kadar Hb sebesar 0,9 gr% dari kunjungan awal hingga evaluasi hari ketujuh, berubah dari kategori anemia ringan menjadi tidak anemia setelah mendapatkan intervensi dengan tablet Fe dan bayam.

Program pemerintah mengendalikan anemia pada ibu hamil dengan menyediakan 90 tablet Fe selama kehamilan untuk mengurangi risiko anemia. Selain itu, penanganan anemia secara non-farmakologis juga dapat dilakukan dengan mengonsumsi sayuran hijau seperti bayam (*Amaranthus spp*). Bayam dapat diolah menjadi sayur atau jus yang bermanfaat untuk

meningkatkan asupan zat besi dalam tubuh, sehingga mampu mengatasi atau mencegah anemia (Zuiatna, 2021). Berdasarkan penelitian Dian Zuiatna (2021), hasil menunjukkan p-value sebesar $0,000 < 0,05$, menunjukkan adanya pengaruh pemberian jus bayam terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester I dan II (Zuiatna, 2021).

Penelitian Rini Kundryanti (2019) juga menunjukkan bahwa konsumsi jus bayam hijau oleh ibu hamil menyebabkan peningkatan kadar hemoglobin rata-rata sebesar 1,23 gr/dl. Hasil uji statistik dengan p-value $0,000 < 0,05$ menunjukkan adanya pengaruh pemberian jus bayam hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Minggu, Jakarta Selatan (Kundryanti, 2019).

Berdasarkan asumsi peneliti, pemberian tablet Fe dan bayam berpengaruh terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil anemia. Hasil penelitian ini konsisten dengan teori dan penelitian sebelumnya, sehingga tidak ditemukan adanya kesenjangan.

2. Pengaruh pemberian jus tomat terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia ringan

Berdasarkan pengkajian data subjektif pada responden 2, hasil anamnesis menunjukkan keluhan pusing dan sedikit lemas. Hal ini konsisten dengan teori Astuti (2017), yang menyatakan bahwa gejala anemia meliputi rasa lemah, lesu, mudah lelah, telinga berdenging, mata berkunang-kunang, kaki terasa dingin, dan sesak napas. Karena responden 2 mengalami salah satu dari gejala tersebut, maka teori dan kondisi keluhan pasien dalam studi kasus ini menunjukkan kesesuaian, tanpa ada kesenjangan.

Dari data objektif pada responden 2, hasil pemeriksaan fisik menunjukkan adanya konjungtiva yang anemis, yang sejalan dengan teori Astuti (2017), yang menjelaskan bahwa ibu hamil dengan anemia akan tampak pucat, terutama terlihat pada konjungtiva, mukosa mulut, telapak tangan, dan jaringan di bawah kuku. Selain itu, hasil pemeriksaan laboratorium menunjukkan kadar Hb < 11 gr%, yang sesuai dengan teori Wulandari (2021), yang menyatakan bahwa kadar Hb yang baik pada trimester III harus lebih dari 11 gr% (Wulandari R. C., 2021). Oleh karena itu, terdapat kesesuaian antara teori dan data objektif yang diperoleh.

Analisis data berdasarkan hasil anamnesis data subjektif dan objektif pada responden 2 menunjukkan bahwa diagnosis untuk Ny. A, usia 24 tahun G1P0A0 hamil 33 minggu dengan anemia ringan.

Penatalaksanaan pada responden 2, yang merupakan ibu hamil dengan anemia ringan, dilakukan dengan memberikan intervensi berupa tablet Fe dan jus tomat untuk meningkatkan kadar Hb dalam darah, dengan tujuan mencegah anemia. Pada kunjungan awal, kadar Hb tercatat 10,6 gr% (anemia ringan). Pada evaluasi hari pertama, kadar Hb meningkat menjadi 10,7 gr% (anemia ringan), menunjukkan peningkatan 0,1 gr%. Pada evaluasi hari ketiga, kadar Hb mencapai 10,1 gr% (tidak anemia), dengan peningkatan 0,4 gr%. Pada evaluasi hari ketujuh, kadar Hb naik menjadi 11,8 gr% (tidak anemia), dengan peningkatan 0,7 gr%. Secara keseluruhan, responden 2 mengalami peningkatan kadar Hb sebesar 1,2 gr% dari kunjungan awal hingga evaluasi hari ketujuh, dari kategori anemia ringan menjadi tidak anemia setelah intervensi dengan tablet Fe dan jus tomat.

Intervensi pada responden 2 meliputi pemberian tablet Fe pada malam hari, sesuai dengan rekomendasi Kemenkes (2021) dalam buku *Midwifery Update* (MU) revisi 2021, yang menyatakan bahwa penanganan anemia pada ibu hamil secara farmakologis dapat dilakukan dengan pemberian tablet Fe. Untuk mencegah anemia, ibu hamil diwajibkan meminum tablet Fe sekali sehari, dengan pemantauan melalui lembar pada buku KIA. Ibu hamil harus mengonsumsi tablet Fe dari usia kehamilan 0 hingga 9 bulan (IBI, 2021).

Tomat termasuk dalam kategori sayuran dan buah-buahan. Tomat mengandung vitamin C (askorbat), yang merupakan asam organik bermanfaat untuk membantu penyerapan zat besi dengan mengubah zat besi ferri menjadi ferro, sehingga lebih mudah diserap sebanyak 3-6 kali. Sebagai sumber vitamin, tomat sangat baik untuk mencegah dan mengobati berbagai penyakit, seperti sariawan yang disebabkan kekurangan vitamin C dan xerophthalmia pada mata akibat kekurangan vitamin A. Selain itu, sebagai sumber mineral, tomat bermanfaat dalam

pembentukan tulang dan gigi. Kandungan zat besi (Fe) dalam tomat berperan penting dalam pembentukan sel darah atau hemoglobin.

Menurut penelitian Fitriani (2020), rata-rata kadar hemoglobin sebelum pemberian jus tomat adalah 9,687, sedangkan rata-rata kadar hemoglobin setelah pemberian jus tomat meningkat menjadi 11,773. Berdasarkan hasil uji statistik yang dilihat dari nilai Sig. (2-tailed) pada tabel uji sampel berpasangan, yang menunjukkan nilai $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak. Ini menunjukkan adanya pengaruh pemberian jus tomat terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil (Fitriani, 2020).

Penelitian ini sejalan dengan temuan Suci Dwi Jayanti Lestari (2022), yang juga menunjukkan bahwa konsumsi jus tomat berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III (Lestari S. D., 2022).

Menurut asumsi peneliti, pemberian tablet Fe dan jus tomat berpengaruh terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil yang mengalami anemia. Penatalaksanaan dalam penelitian ini konsisten dengan teori dan hasil penelitian sebelumnya, sehingga tidak ada perbedaan antara teori, penelitian terdahulu, dan studi kasus yang dilakukan oleh peneliti.

3. Perbandingan pengaruh pemberian jus bayam dan jus tomat terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia ringan

Pada Responden 1 yang diberikan tablet Fe dan jus bayam serta pada Responden 2 yang diberikan tablet Fe dan jus tomat keduanya mampu meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil trimester II dengan anemia ringan di Kubangkampil tahun 2024. Selama intervensi 7 hari, perbedaan peningkatan kadar Hb antara Responden 1 dan Responden 2 adalah 0,3 gr%. Pemberian tablet Fe dengan jus tomat lebih efektif dibandingkan dengan tablet Fe dan bayam.

Peran bidan pada ibu hamil dengan anemia dimulai dari kunjungan awal yaitu mendeteksi dini risiko kehamilan bermasalah (anemia), pemberian edukasi sesuai dengan ketidaknyamanan yang di alami dan solusi mengatasinya dengan melibatkan suami dan keluarga sebagai motivator dalam pengadaan bahan makanan bergizi maupun kepatuhan mengkonsumsi dan mencegah komplikasi lebih lanjut dengan mengkonsumsi tomat secara teratur (Hijriani et al., 2023).

Sejalan dengan penelitian Emilia inda fajariyah, Lely Aprilia Vidayati (2022) diperoleh hasil uji statistik Wilcoxon diperoleh ($0,003 < 0,05$), disimpulkan jika terdapat pengaruh hemoglobin ibu hamil trimester III yang sudah diberikan jus tomat (Fitriani et al., 2020). Sama dengan penelitian menurut Made (2024) hasil penelitian tentang Pemberian Jus Tomat pada Wanita Hamil yang Menderita Anemia Ringan terdapat peningkatan kadar Hb setelah diberikan jus tomat (Made et al., 2023).

Asumsi Peneliti Jus tomat kaya akan vitamin C, yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi non-heme (zat besi dari sumber nabati) dalam tubuh. Vitamin C mengubah zat besi non-heme menjadi bentuk yang lebih mudah diserap oleh usus. Keasaman jus tomat juga dapat membantu memecah ikatan zat besi non-heme sehingga lebih cepat diserap. Meski bayam mengandung zat besi, bayam juga mengandung senyawa yang disebut asam oksalat, yang dapat mengikat zat besi dan mencegah penyerapan zat besi dalam tubuh. Zat besi dalam bayam juga termasuk dalam zat besi non-heme, yang lebih sulit diserap oleh tubuh dibandingkan dengan zat besi heme (dari sumber hewani), terutama tanpa bantuan vitamin C.

SIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa pemberian tablet Fe dan jus tomat memiliki pengaruh lebih besar dibandingkan dengan yang diberikan tablet Fe dengan jus bayam sehingga ada perbedaan terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di Kubangkampil tahun 2024.

SARAN

Diharapkan dapat memberikan Asuhan Kebidanan Kehamilan yang bermutu dan menjadikan upaya untuk pengendalian dan pencegahan anemia pada ibu hamil serta dapat meminimalisir dampak jangka pendek maupun dampak jangka panjang yang disebabkan oleh anemia pada ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti. (2017). *Asuhan Ibu Dalam Masa Kehamilan*. Jakarta: Erlangga.
- Astutik, R. Y. (2018). *Anemia dalam Kehamilan*. Jawa Timur: Pusaka Abadi.
- Bogdanov, S. (2018). *Honey in medicine.. 2018;1-25*. Plant Journal.
- DINKES. (2019). *Profil Kesehatan Banten*. Serang: DINKES Banten.
- DINKES. (2021). *Profil kesehatan*. Pandeglang: DINKES Pandeglang.
- Fitriani, F., Evayanti, Y., & Isnaini, N. (2020). Pemberian Jus Tomat Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Iii Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(2), 230–235. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i2.1743>
- Hijriani, I., Yulidar, & Luciana, L. (2023). Jurnal Peduli Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM) - Aphelion*, 5(JUNI), 207–212. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPM>
- Indrawati, D. Z. (2021). *Pengaruh Pemberian Bayam hijau terhadap peningkatan kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III dengan Anemia di Wilayah Puskesmas Puguk Kecamatan Seluma Utara* (Vol. 4, Issue 1).
- IBI. (2021). *Modul Pelatihan Midwifery Update*. Jakarta: Pengurus Pusat Ikatan Bidan Indonesia IBI Provinsi Banten.
- KEMENKES. (2019). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Balitbangkes.
- KEMENKES. (2022). *Pencegahan dan Pengobatan Penyakit Anemia*. Jakarta: Kementrian Kesehatan.
- Kundayanti, R. (2019). pengaruh pemberian jus bayam hijau terhadap perubahan kadar haemoglobin ibu hamil anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Minggu Jakarta Selatan. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Nasional*, Volume 1 Nomor 1.
- Lestari, S. D., Aulya, Y., & Widowati, R. (2022). Pengaruh Konsumsi Jus Tomat terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III dengan Anemia di RSUD Ciawi Tahun 2022. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 11(1), 135. <https://doi.org/10.36565/jab.v11i1.523>
- Made, N., Kusuma, I., Gampur, R., Advaita, S., Tabanan, M., & Consultant, P. (2023). *Zona Kebidanan – Vol. 13 No. 3 Agustus 2023*. 13(3), 116–126.
- Masrizal. (2017). Anemia Defisiensi Besi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*.
- Novyriana, E. (2019). Pemberian Jus Tomat terhadap Peningkatan Kadar. *The 10th University Research Colloquium*.
- Olii, N. (2019). Pisang Ambon Dan Agar-Agar Rumput Laut Terhadap Hemoglobin Ibu Hamil . *Jambura Health and Sport Journal*, Vol 01 No 02 .
- Perdana, P. (2023). *Profil Kesehatan*.
- Posyandu Kubangkampil. (2024). *Register Bulanan ANC*. Pandeglang.
- Ratnasari, E. E. (2020). Kadar Hemoglobin (Hb) Ibu Hamil Pre Dan Post Pemberian Tablet Zat Besi (Fe) Di Uptd Puskesmas Kecamatan Sananwetan Kota Blitar. *Jurnal*
- Risikesdas. (2018). *Prevalensi Anemia pada Ibu Hamil*. Jakarta.

- Rismawaty. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Ibu Hamil Tentang Manfaat Mengonsumsi Zat Besi Di Desa Garingging Tahun 2019. *CHMK Heart journal*, Vol 4 no 2.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta. Ghazali, I., & Latan. H.
- Suranto, A. (2018). *Khasiat dan manfaat madu herbal*. Jakarta: Agromedia Pustaka.
- Suryani, I. S. (2021). *Pencegahan Anemia Dengan Makanan Tambahan Menuju Ibu Hamil Sehat Dan Kreatif*. Tasikmalaya: EDU Publisher.
- Fitriani, F., Evayanti, Y., & Isnaini, N. (2020). Pemberian Jus Tomat Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Iii Tahun 2019. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(2), 230–235. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i2.1743>
- Hijriani, I., Yulidar, & Luciana, L. (2023). Jurnal Peduli Masyarakat. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat (JPKM) - Aphelion*, 5(JUNI), 207–212.
- Made, N., Kusuma, I., Gampur, R., Advaita, S., Tabanan, M., & Consultant, P. (2023). *Zona Kebidanan – Vol. 13 No. 3 Agustus 2023*. 13(3), 116–126.