

PENGARUH PEMBERIAN JUS JAMBU BIJI MERAH TERHADAP ANEMIA DALAM KEHAMILAN

Alfira Fitriana^{1*}, Mitayakuna Stianto², Siti Fatimah³, Inge Devita Fatma⁴, Tifani Hani Santika⁵

STIKes Bahrul Ulum Jombang^{1,2,3,4,5}

*Corresponding Author : firafitriana01@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian jus jambu biji merah dan tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil trimester II dan III yang mengalami anemia. Penelitian ini menggunakan quasi-experiment dengan model pre-test dan post-test dengan kontrol group. Populasi adalah seluruh ibu hamil trimester II dan III yang mengalami anemia. Pengambilan sampel menggunakan total sampling sebanyak 56 responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang dibagi menjadi 28 kelompok eksperimen dan 28 kelompok kontrol. Pengumpulan data dilakukan dengan mengukur kadar Hb sebelum dan Setelah dilakukannya pemberian jus jambu biji dengan tablet Fe sebanyak 250ml/hari selama 14 hari pada kelompok eksperimen dan mengukur kadar Hb sebelum dan setelah dilakukannya pemberian tablet Fe saja selama 14 hari pada kelompok kontrol. Hasil analisis menggunakan uji t dependent menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan kadar hemoglobin (Hb) sebelum dan sesudah pemberian tablet Fe dan jus jambu biji merah pada ibu hamil di Puskesmas Tambakrejo Jombang. Hasil analisis rata-rata Hb pada ibu hamil kelompok intervensi sebelum diberikan jus jambu biji merah dan tablet Fe sebesar 10.39 gr/dl dan sesudah diberikan jus jambu biji merah plus tablet Fe sebesar 11.67 gr/dl. Sedangkan rata-rata Hb pada ibu hamil kelompok kontrol sebelum diberikan tablet Fe sebesar 10.45 gr/dl dan sesudah diberikan tablet Fe sebesar 11.31 gr/dl. Analisis bivariat didapatkan nilai p-value 0.000 ($p < 0.05$). Dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara konsumsi jus jambu biji merah dan tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil trimester II dan III yang mengalami anemia di wilayah kerja Puskesmas Tambakrejo Kabupaten Jombang.

Kata kunci : anemia, hemoglobin, jus jambu biji, kehamilan

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of giving red guava juice and Fe tablets on increasing Hb levels in second and third trimester pregnant women who are anemic. This study used a quasi-experiment with a pre-test and post-test model with a control group. The population was all pregnant women in the second and third trimester who experienced anemia. Sampling using total sampling of 56 respondents who fit the inclusion and exclusion criteria divided into 28 experimental groups and 28 control groups. Data collection was carried out by measuring Hb levels before and after giving guava juice with Fe tablets as much as 250ml / day for 14 days in the experimental group and measuring Hb levels before and after giving Fe tablets alone for 14 days in the control group. The results of the analysis using the dependent t test showed that there was a significant difference in hemoglobin (Hb) levels before and after giving Fe tablets and red guava juice to pregnant women at Puskesmas Tambakrejo Jombang. The results of the analysis of the average Hb in pregnant women in the intervention group before being given red guava juice and Fe tablets amounted to 10.39 gr/dl and after being given red guava juice plus Fe tablets amounted to 11.67 gr/dl. While the average Hb in pregnant women in the control group before being given Fe tablets was 10.45 gr/dl and after being given Fe tablets was 11.31 gr/dl. Bivariate analysis showed a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). The conclusion of this study here is a significant effect between the consumption of red guava juice and Fe tablets on increasing the Hb levels of pregnant women in the second and third trimester who experience anemia in the Tambakrejo Health Center working area, Jombang Regency.

Keywords : anemia, hemoglobin, guava juice, pregnancy

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan masa yang dimulai dari konsepsi hingga lahirnya janin. Lama kehamilan selama 280 hari atau 40 minggu (Situmorang R, 2021). Kehamilan dan persalinan merupakan proses alamiah, namun hal tersebut dapat berubah menjadi abnormal. Yang dikatakan abnormal salah satunya adalah anemia (Kasmiati, 2023). Anemia pada ibu hamil masih menjadi permasalahan kesehatan di Indonesia. Anemia terjadi karena kurangnya sel darah merah yang menyebabkan terbatasnya aliran oksigen ke organ tubuh (Kemenkes, 2022). Anemia sering terjadi pada ibu hamil adalah anemia karena defisiensi besi (Fe). Cara mengatasi kekurangan zat besi pada tubuh dengan cara mengkonsumsi 60-120 mg besi (Fe) per hari dan meningkatkan asupan makanan sumber besi (Fe) (Wulandari & Flonata, 2023). Bahan makanan sumber zat besi diantaranya daging, hati, ikan, susu, yogurt, kacang-kacangan, sayuran berwarna hijau dan buah-buahan (Iswahyuni & Sunaryanti, 2018).

Menurut (WHO) *World Health Organization* mencatat pada tahun 2022, prevalensi anemia adalah 43,6% pada perempuan usia subur, dan 36,5% pada perempuan hamil (WHO, 2022). Pada tahun 2018 angka kejadian anemia di Indonesia adalah 48,9% (Kemenkes, 2022). Di Provinsi Jawa Timur angka kejadian anemia pada tahun 2020 sebesar 19,6%, artinya 1-2 dari 10 perempuan hamil menderita anemia (Dinkes Jatim, 2020). Pada tahun 2018 profil kesehatan Dinas Kesehatan Kabupaten Jombang menyatakan terdapat 21.288 perempuan hamil namun hanya 18.287 yang memeriksakan kadar hemoglobinnya dan dari data tersebut ada 3.653 perempuan hamil dengan kadar hemoglobin antara 8 dan 11 g/dL, dan 200 perempuan hamil dengan kadar hemoglobin di bawah 8 g/dL. Pengambilan data awal dilakukan di Puskesmas Tambakrejo dimana data perempuan hamil yang mengalami anemia dari bulan Januari-Desember 2023 sebanyak 207 orang (Sumber data primer, 2023).

Tanda dan gejala yang muncul pada perempuan hamil yang mengalami anemia diantaranya cepat merasa lelah, sering pusing, kulit pucat, mata berkunang-kunang, lidah pucat, peningkatan denyut jantung, nafsu makan menurun, konsentrasi menurun atau sampai hilang, nafas pendek, serta penurunan pertumbuhan rambut dan kulit (Pratiwi & Fatimah, 2020). Untuk mengatasi anemia pada ibu hamil ada 2 cara penanganan yang dilakukan yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Cara farmakologis yaitu dengan memberikan minimal 90 tablet Fe selama kehamilan. Satu tablet Fe mengandung 60 mg zat besi dan 200 mg asam folat. Menurut Purwani (2023), Konsumsi tablet Fe memberikan pengaruh terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil dengan catatan harus diminum setiap hari secara patuh (Purwani & Wijayanti, 2023). Pemberian tablet Fe ini akan berhasil mengatasi anemia dalam kehamilan jika ibu rutin dan patuh dalam meminumnya (Arisman, 2009).

Adapun cara non farmakologis pengobatan anemia dapat dilakukan dengan cara mengkonsumsi makanan yang kaya akan zat besi dan meningkatkan konsumsi makanan yang mempercepat penyerapan zat besi dalam tubuh serta mengurangi makanan yang menghambat penyerapan zat besi dalam tubuh. (Nursela, Syukri, & Kurniasari, 2021). Pengetahuan ibu tentang sumber-sumber makanan tinggi zat besi dan cara pengolahannya sangat penting untuk terwujudnya ibu hamil bebas anemia (Ramadhanti & Sulistiyono, 2022).

Cara pencegahan anemia dalam kehamilan dengan meningkatkan asupan makanan tinggi zat besi seperti sayuran hijau, daging merah dan kacang-kacangan Untuk mencegah anemia pada ibu hamil meliputi meningkatkan asupan makanan yang kaya zat besi seperti sayuran hijau, daging merah, dan kacang tanah dapat bisa membantu memastikan tubuh untuk menjaga pasokan zat besi yang diperlukan agar berfungsi dengan baik (Arisman, 2009). Pemberian vitamin untuk memastikan tubuh setidaknya mendapatkan 27 mg zat besi setiap hari. Salah satu cara untuk meningkatkan kadar hemoglobin ibu adalah dengan mengkonsumsi jus jambu biji merah sebanyak 250 ml/hari selama 14 hari serta menjaga makanan ibu sehari-hari dan menjaga istirahat malam 8 jam dan 1 jam istirahat siang, jambu biji merah mengandung vitamin

C untuk mempermudah absorpsi zat besi (Soleha, Astriana, & Amirus, 2020). Wanita hamil membutuhkan banyak makanan tambahan termasuk protein, vitamin C dan zat besi dibandingkan wanita biasa. Jika ibu hamil kekurangan gizi terutama zat besi dan asam folat maka dapat terjadi anemia defisiensi besi karena pada masa kehamilan kebutuhan zat-zat makanan meningkat dan juga terjadi perubahan pada darah dan sumsum tulang. Selain itu, kebutuhan zat gizi pada masa kehamilan sangat dibutuhkan untuk pertumbuhan janin, plasenta dan jaringan lainnya (Juliarti, 2022).

Penelitian ini diperkuat dengan teori yang menyatakan bahwa salah satu zat yang sangat membantu penyerapan zat besi adalah vitamin C (asam askorbat). Asam askorbat dapat diperoleh dari buah, buah yang mengandung asam askorbat adalah jambu biji 2 kali lipat dari jeruk yaitu sekitar 87 mg/100 gram jambu biji (Juliarti, 2022). Hasil penelitian ini membuktikan bahwa mengkonsumsi tablet Fe yang disertai dengan konsumsi jambu biji merah sebanyak 250 gram per hari secara rutin dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil, karena seorang ibu hamil membutuhkan 85 mg vitamin C per hari, sedangkan dalam 100 gram jambu biji merah mengandung 42,9 mg vitamin C (Dahlia, Pangestu, & Ciptiasrini, 2024).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian jus jambu biji merah dan tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil trimester II dan III yang mengalami anemia.

METODE

Jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan *quasy experiment* dengan desain *pre test* dan *post test* dengan kelompok kontrol. Subyek Penelitian merupakan ibu hamil trimester II dan III yang mengalami anemia di Puskesmas Tambakrejo Jombang selama periode Januari-November 2023. Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 56 orang, yang diambil melalui teknik total sampling. Semua ibu hamil yang terdaftar dan memenuhi kriteria inklusi diikutsertakan dalam penelitian ini, yaitu ibu hamil yang mengalami anemia dengan kadar hemoglobin <10,5 g/dL untuk kehamilan TM II dan <11 g/dL untuk kehamilan TM III. Dalam penelitian ini 56 ibu hamil dibagi menjadi 28 ibu kelompok intervensi yaitu responden yang diberikan intervensi jus jambu biji merah serta tablet Fe dan 28 ibu kelompok kontrol yaitu ibu yang hanya diberikan tablet Fe.

Penelitian diawali dengan mengukur kadar hemoglobin seluruh responden dengan menggunakan alat ukur Easy Touch Hemoglobin sebelum diberikan intervensi. Selanjutnya diberikan intervensi setiap hari selama 14 hari berturut-turut. Setelah tahap intervensi, dilakukan pengukuran kadar hemoglobin kembali pada seluruh partisipan dengan menggunakan alat yang sama untuk memastikan perubahan kadar hemoglobin yang terjadi. Data dikumpulkan dari hasil wawancara responden dan hasil *pre-test* dan *post-test* di catat pada lembar observasi responden. Analisa data meliputi analisis univariat yang meliputi distribusi frekuensi dan hasil dari *mean* dan *standart deviasi* dan analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui pengaruh jus jambu biji merah dengan tablet Fe pada ibu hamil dengan anemia, dilakukan dengan Uji *t-independent* dengan tingkat kemaknaan 95% (α 0.05).

HASIL

Tabel 1 menunjukkan hasil analisis rata-rata kadar hemoglobin ibu sebelum diberikan jus jambu biji merah dan Fe adalah 10.39 gr/dl dan rata-rata hemoglobin ibu setelah diberikan jus jambu biji merah dan Fe sebesar 11.67 gr/dl.

Tabel 2 menunjukkan hasil analisis rata-rata kadar hemoglobin ibu sebelum diberikan tablet Fe adalah 10.45 gr/dl dan rata-rata hemoglobin ibu setelah diberikan tablet Fe sebesar 11.31 gr/dl.

Tabel 1. Distribusi Kadar Hemoglobin Kelompok Intervensi

Variabel intervensi	Mean	N	Standar deviasi
Hemoglobin pre-test	10.3968	28	0.24392
Hemoglobin post-test	11.6782	28	0.39108

Tabel 2. Distribusi Kadar Hemoglobin Kelompok Kontrol

Variabel intervensi	Mean	N	Standar deviasi
Hemoglobin pre-test	10.4561	28	0.21142
Hemoglobin post-test	11.3193	28	0.32905

Tabel 3. Hasil Uji Normalitas Data

Variabel	Intervensi			Kontrol		
	Statistik	df	Sig.	Statistik	df	Sig.
Hemoglobin Pretest	0.972	28	0.649	0.969	28	0.544
Hemoglobin Posttest	0.940	28	0.111	0.932	28	0.071

Tabel 3 menunjukkan hasil uji normalitas bahwa kadar Hb pre-test antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol didapatkan signifikansi lebih dari 0.05 ($p > 0.05$). dari pengujian ini ditunjukkan normalitas data pada variabel tersebut terpenuhi dan proses uji statistik dilakukan dengan uji t berpasangan (*paired t-test*).

Tabel 4. Perbedaan Kadar Hb *Post-Test* antara Kelompok Intervensi dengan Kelompok Kontrol

Group Statistics					
	Kelas	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Nilai	Posttest_Intervensi	28	11.6782	.39108	.07391
	Posttest_Kontrol	28	11.1839	.18739	.03541

Tabel 4 diketahui jumlah data dari kelompok intervensi adalah 28 responden dan kelompok kontrol 28 responden. Nilai rata-rata atau mean dari kelompok intervensi adalah 11.67 dan dari kelompok kontrol adalah 11.31. dengan demikian secara deskriptif statistik dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata kadar hemoglobin responden antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Untuk membuktikan apakah perbedaan tersebut signifikan (nyata) maka akan ditafsirkan dengan hasil dari uji *Independent samples test* pada tabel selanjutnya.

Tabel 5. Hasil Uji *Independent Samples Test*

Independent Samples Test										
Levene's Testt-test for Equality of Means for Equality of Variances										
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Nilai	Intervensi	.842	.363	3.716	54	.000	.35893	.09659	.16528	.55257
	Kontrol			3.716	52.466	.000	.35893	.09659	.16515	.55270

Tabel 5 menunjukkan Sig. Levene's Test for Equality of Variances sebesar $0.363 > 0.05$ maka diartikan bahwa varians data antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol adalah homogen. Sehingga penafsiran tabel berpedoman pada tabel Equal Variances assumed. Berdasarkan tabel output independent samples test diketahui nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0.000 < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada perbedaan

yang signifikan antara rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.

PEMBAHASAN

Pada Kelompok Intervensi, ada peningkatan kadar hemoglobin ibu setelah diberikan jus jambu biji dan tablet Fe memiliki nilai rata-rata yang lebih tinggi daripada saat belum diberikan jus jambu biji dan tablet Fe. Hal itu membuktikan bahwa jus jambu biji dan tablet Fe dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil yang menderita anemia, dan hasil setelah diuji statistik menunjukkan angka yang signifikan, jika dibandingkan dengan kelompok yang hanya diberikan tablet Fe saja rata-rata kenaikannya lebih tinggi yang disertai dengan pemberian jus jambu biji merah. Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa intervensi konsumsi jus jambu biji merah bersama dengan tablet Fe dapat meningkatkan kadar HB ibu hamil yang mengalami anemia. Sehingga dapat disimpulkan bahwa konsumsi jus jambu biji merah dengan tablet Fe dapat membantu meningkatkan kadar HB ibu hamil yang mengalami anemia. Hal ini sejalan dengan penelitian Sopiah, dkk (2024), yang menyatakan bahwa pemberian tablet Fe dan jus jambu biji merah dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada penderita anemia (Sopiah, Munawaroh, & Pangestu, 2024).

Dari hasil penelitian pada kelompok kontrol dimana responden hanya meminum tablet Fe saja sesuai anjuran yaitu 2 tablet sehari, juga ditemukan adanya peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil. Hal ini dikarenakan konsumsi tablet Fe secara patuh dan teratur setiap hari tanpa disertai konsumsi makanan yang mengganggu penyerapan kadar hemoglobin memiliki resiko yang kecil untuk mengalami anemia. Menurut penelitian Maryani, D (2022), menyatakan bahwa konsumsi tablet Fe dapat membantu menaikkan kadar Hb namun dalam jumlah yang sedikit, dan akan menurunkan kualitasnya jika waktu pemberian dan cara minum tablet Fe yang kurang tepat dan tidak teratur (Maryani & Himalaya, 2022).

Jambu biji merah merupakan buah yang kaya akan nutrisi dan mengandung vitamin C dan zat besi yang sangat dibutuhkan oleh ibu hamil yang mengalami anemia. Vitamin C membantu meningkatkan penyerapan zat besi yang berasal dari sumber nabati di dalam tubuh. Ibu hamil memerlukan zat besi yang cukup untuk membantu pembentukan sel darah merah sehingga dapat membantu meningkat kadar Hb ibu. Meskipun kandungan zat besi dalam jambu biji merah tidak begitu tinggi, akan tetapi jambu biji merah memiliki kandungan vitamin C yang tinggi. Sehingga jika pemberiannya disertai dengan pemberian tablet Fe akan lebih membantu meningkatkan kadar Hb ibu hamil yang mengalami anemia (Gita & Yuliaswati, 2024). Kandungan lainnya dalam jambu biji merah adalah vitamin A, serat dan antioksidan yang sangat bermanfaat untuk menjaga kesehatan ibu hamil untuk melindungi sel-sel tubuh dari kerusakan serta meningkatkan kekebalan tubuh (Yuliva, Zaimy, Rahayu, & Eravianti, 2023).

Hasil dari uji *independent sample test*, tabel output independent samples test diketahui nilai Sig. (2-tailed) sebesar $0.000 < 0.05$, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kombinasi antara pemberian tablet Fe dan Jus Jambu Biji Merah lebih efektif untuk meningkatkan kadar hemoglobin dibandingkan dengan pemberian Fe saja tanpa Jus Jambu Biji Merah. Hal tersebut karena kandungan vitamin C dari jambu biji merah lebih tinggi daripada buah lainnya yaitu berkisar antara 200-400 mg per 100 gram buah. Beberapa penelitian menyatakan bahwa kandungan vitamin C pada jambu biji merah per 100 gram adalah 42,9 mg, sedangkan kebutuhan vitamin C harian ibu hamil adalah 85 mg (Lestari, Hikmah, & Dewi, 2024). Ibu hamil bisa mengonsumsi minimal 200 gram jambu biji merah per harinya untuk bisa memenuhi kebutuhan vitamin C harian (Lail, 2023). Kandungan zat besi dalam jambu biji merah adalah 0,26 mg per 100 gram jambu biji merah, sedangkan kebutuhan zat besi harian ibu hamil adalah 27 mg, oleh karena itu jambu biji merah

bukan sebagai pengganti tablet Fe akan tetapi harus diberikan beriringan dengan tablet Fe untuk mencapai hasil yang maksimal dan dapat membantu meningkatkan kadar Hb dalam tubuh dan mengurangi angka kejadian anemia pada ibu hamil.

KESIMPULAN

Dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara konsumsi jus jambu biji merah disertai dengan tablet Fe terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil trimester II dan III yang mengalami anemia di wilayah kerja Puskesmas Tambekrejo Kabupaten Jombang.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Kepala Puskesmas Tambakrejo yang berkenan memberikan izin serta menyiapkan tempat untuk melakukan penelitian dan tak lupa kepada Bidan dan Kader yang membantu dalam proses penelitian serta responden yang sudah bersedia dan sangat kooperatif menjadi bagian dari penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisman, M. (2009). *Buku Ajar Ilmu Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Dahlia, M., Pangestu, G. K., & Ciptiasrini, U. (2024). Pengaruh Pemberian Teh Bungan Rosella dan Jus Jambu Biji Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja Anemia di PMB "M" Toboali Bangka Selatan Tahun 2024. *Journal Of Social Science Research*, 1574-1583.
- Dinkes Jatim, .. (2020). *Hasil Utama Riskesdas 2018 Provinsi Jawa Timur*. Surabaya: Dinkes Jatim.
- Gita, R. M., & Yuliaswati, E. (2024). Pengaruh Pemberian Tablet Fe Disertai Jus Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia Trimester III Di Klinik Salman Medika. *Medic Nutricia Jurnal Ilmu Kesehatan*, 25-31.
- Iswahyuni, S., & Sunaryanti, S. S. (2018). Pengaruh Konsumsi Jus Jambu Terhadap Kadar Hemoglobin pada Mahasiswi Asrama Mamba'ul Ulum Surakarta. *Avicenna Journal of Health Research*, 29-39.
- Juliarti, D. (2022). Pemberian Jus Jambu Biji Merah Untuk Ibu Hamil Anemia di Klinik Pratama Arrabih Kota Pekanbaru. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 1-10.
- Kasmiati, d. (2023). *Asuhan Kehamilan*. Jakarta: Perpustakaan.
- Kemenkes, R. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia*. Jakarta: Kemenkes RI.
- Lail, N. H. (2023). Pemberian Tablet Fe dan Jus Jambu Biji Merah Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III di Banten. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5496-5508.
- Lestari, M., Hikmah, & Dewi, S. K. (2024). Pengaruh Pemberian Tablet Fe Bersama Jus Jambu Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Voice Of Midwifery*, 81-91.
- Maryani, D., & Himalaya, D. (2022). Karakteristik Ibu Post Partum Dengan Anemia Ringan di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Kota Bengkulu Tahun 2021. *Journal of Nursing and Public Health*, 293-303.
- Nursela, P., Syukri, D., & Kurniasari, D. (2021). Pemberian Buah Bit Terhadap Kenaikan Kadar Hb Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 257-264.
- Pratiwi, A. M., & Fatimah. (2020). *Patologi Kehamilan*. Jakarta: Pustaka Baru Press.

- Purwani, R., & Wijayanti, A. (2023). Pengaruh Konsusmsi Tablet Fe Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Ibu Hamil Di Desa Sindangmulya Kecamatan Cibirusah Kabupaten Bekasi Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Abdurahman*, 109-115.
- Ramadhanti, S., & Sulistiyono, P. (2022). Perubahan Pangan Sumber, Pemacu dan Penghambat Zat Besi Pada Ibu Hamil Anemia. *Nutrition and Food Science Application Journal*, 1-11.
- Situmorang R, d. (2021). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Pada Kehamilan*. Tuban: Pustaka El Queena.
- Soleha, N., Astriana, A., & Amirus, K. (2020). Pemberian Jus Buah Naga Mempengaruhi Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 335-341.
- Sopiah, S., Munawaroh, M., & Pangestu, G. K. (2024). Pengaruh Pemberian Tablet Fe dan Jus Jambu Biji Merah terhadap Kadar Hb pada Remaja Putri yang Sedang Menstruasi di PMD S Tahun 2024. *Journal Of Social Science Research*, 14578-14588.
- WHO. (2022). *Anemia*. WHO.
- Wulandari, C. L., & Flonata, J. (2023). Jus Jambu Biji (Psidium Guajava) Efektif Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Dengan Anemia. *Jurnal Kebidanan Khatulistiwa*, 28-31.
- Yuliva, Zaimy, S., Rahayu, E. S., & Eravianti. (2023). Pemberian Kombinasi Tablet Fe dan Jus Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Dengan Anemia Ringan. *Jurnal Sehat Mandiri*, 293-303.