
EFEKTIVITAS JUS JAMBU BIJI MERAH DAN KONSUMSI SAYUR BAYAM HIJAU TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DENGAN ANEMIA DI TPMB I TAHUN 2024

Oleh

Ayu Gita Dwi Septiani¹, Ratna Wulandari², Meinasari Kurnia D³, Eneng Aisah⁴, Imas Ediwati⁵, Nuriyani Fauziah Khoerun Nisa⁶, Septiana Nurrahmawati⁷, Siti Ghina Kaamilah⁸

^{1,2,3,4,5,6,7,8} Universitas Indonesia Maju

Email: 1ayugitadwi@gmail.com

Article History:

Received: 03-09-2024

Revised: 18-09-2024

Accepted: 27-10-2024

Keywords:

Anemia, Ibu Hamil, Jambu Merah, Sayur Bayam

Abstract: Anemia merupakan suatu keadaan adanya penurunan kadar hemoglobin, hematokrit dan jumlah Eritrosit di bawah nilai normal. Pada penderitaan anemia lebih sering disebut kurang darah, kadar sel darah merah (Hb) di bawah nilai normal. Anemia pada ibu hamil jika tidak segera ditangi maka dapat menyebabkan kegawat daruratan baik pada ibu maupun pada janin. Penelitian untuk mengetahui efektivitas jus jambu biji merah dan konsumsi sayur bayam hijau terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di TPMB I tahun 2024. Penelitian ini adalah menggunakan studi kasus untuk membandingkan pemberian jus jambu dan sayur bayam terhadap kenaikan kadar HB pada ibu hamil trimester III. Kegiatan ini dilaksanakan pada 6 orang ibu hamil trimester III yang berada di wilayah kerja TPMB I dan 3 ibu hamil diberikan intervensi pemberian jus jambu dan 3 ibu lainnya diberikan sayur bayam. Hasil penelitian ini yaitu ibu dengan pemberian jus jambu merah mempunyai pengaruh yang signifikan dalam menaikkan kadar HB pada ibu hamil trimester III dimana hasil penelitian dari 3 orang ibu hamil dengan anemia ringan setelah diberikan intervensi jus jambu merah selama 14 hari menjadi tidak anemia. Kesimpulan pada penelitian ini adalah jus jambu merah lebih efektif untuk menaikkan kadar HB ibu hamil di TPMB I. Maka peneliti berharap intervensi pemberian jus jambu merah ini dapat digunakan untuk menaikkan kadar HB pada ibu hamil trimester III.

PENDAHULUAN

Ibu hamil adalah seseorang yang tengah mengalami proses kehamilan untuk melahirkan keturunan. Kehamilan merupakan fase hidup yang krusial; oleh karena itu, seorang ibu hamil perlu mempersiapkan dirinya secara optimal untuk mencegah masalah

kesehatan pada dirinya, bayi, dan proses kelahiran, salah satunya adalah anemia (Frisčila et al., 2023). Anemia terjadi ketika jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin dalam tubuh tidak mencukupi kebutuhan fisiologis. Tanda-tanda anemia muncul jika konsentrasi hemoglobin berada di bawah 11,0 g/dl. Konsekuensi dari anemia pada ibu hamil mencakup risiko abortus, persalinan prematur, hambatan pertumbuhan janin, peningkatan risiko infeksi, bayi lahir dengan berat rendah, serta komplikasi lainnya seperti kesulitan saat persalinan, kelainan bawaan, dan risiko syok saat proses kelahiran (Apriana et al., 2021).

Wanita hamil di dunia mempunyai masalah global yaitu anemia. Menurut WHO ibu hamil anemia sebesar 41,8% ibu hamil di dunia mengalami anemia dan sebagian besar dikarenakan kekurangan zat besi, dengan kadar Hb kurang dari 11 mg/L. Kebutuhan zat besi pada masa kehamilan yaitu sebesar 1,190 mg. Target pemberian Fe pada ibu hamil tahun 2014 sebesar 95%, namun cakupan yang didapatkan baru menunjukkan 32,5% (WHO, 2020)

Prevalensi anemia pada ibu hamil tahun 2020 secara global yaitu 36,5%. Berdasarkan Riskesdas tahun 2013 sebesar 37,15% sedangkan hasil Riskesdas 2018 telah mencapai 48,9% sehingga dapat disimpulkan selama 5 tahun terakhir masalah anemia pada ibu hamil telah meningkat sebesar 11,8% (Kemenkes RI, 2018). Berdasarkan hasil data Dinas Kesehatan Jawa Barat tahun 2021, kasus anemia pada ibu hamil di Provinsi Jawa Barat pada tahun 2019 melebihi angka 80.000 ibu hamil/tahun dan angka tersebut turun di tahun berikutnya, yaitu pada tahun 2020 sekitar 60.000 ibu hamil/tahun. Berdasarkan laporan tahunan di Kabupaten Cianjur menunjukkan adanya peningkatan kejadian anemia pada masa kehamilan. Pada tahun 2020 sebanyak 9,69%, tahun 2021 sebanyak 10,16% dan pada tahun 2022 sebanyak 14,11%. Di TPMB I angka kejadian anemia ibu hamil pada tahun 2023 dari 170 ibu hamil terdapat ibu hamil anemia berat 1 orang, anemia sedang 14 ibu hamil, anemia ringan 16 ibu hamil. (Profil Kes Jawa barat, 2019)

Kondisi ibu saat hamil, melahirkan, masa nifas, dan bayi yang dilahirkan sangat dipengaruhi oleh kesehatan ibu. Kehadiran komplikasi saat kehamilan seperti anemia, pre-eklamsia, hipertensi, eklamsia, dan kelahiran prematur dapat memengaruhi proses persalinan, menyebabkan komplikasi seperti distosia bahu, persalinan yang sulit, retensi plasenta, dan kejang (Lestari et al., 2022).

Anemia merupakan suatu kondisi dimana jumlah dan ukuran sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin dibawah nilai batas normal, yang apabila tidak ditangani dapat mengganggu kapasitas darah untuk mengangkut oksigen kesekitar tubuh. (Mandasari, 2024)

Dampak dari anemia atau kurangnya kadar hemoglobin pada ibu hamil dapat menyebabkan masalah pada ibu hamil dan janin yang dikandungnya, antara lain: pertumbuhan bayi dalam rahim terhambat, Ketuban Pecah Dini (KPD), bayi lahir premature atau dengan berat rendah, bayi lahir dengan anemia, bayi mengalami gangguan tumbuh kembang pada masa anak-anak, daya tahan tubuh ibu menurun sehingga lebih rentan terserang infeksi, jika disertai defisiensi asam folat, kehamilan dengan anemia dapat meningkatkan resiko bayi lahir dengan kecacatan. Misalnya kecacatan saraf tulang belakang dan otak (James Andra, 2021).

Terapi komplementer biasanya mencakup penggunaan metode tradisional dalam konteks pengobatan modern, dan menjadi alternatif bagi masyarakat yang mengalami efek samping atau biaya tinggi dari pengobatan konvensional. Terapi ini juga dapat berperan sebagai pendukung dalam asuhan kebidanan yang standar (Wijaksono et al., 2023).

Salah satu buah yang sangat kaya vitamin C adalah Jambu biji. Kandungan Vitamin C pada jambu biji setara dengan 6 kali kandungan vitamin C pada jeruk, 10 kali kandungan vitamin C pada pepaya, 17 kali kandungan vitamin C pada jambu air, dan 30 kali kandungan Vitamin C pada pisang. Jus jambu biji merah memiliki 87 mg asam askorbat per 100 gram. Jus jambu biji memiliki 49 kalori, 0,9 gram protein, 0,3 gram lemak, 12,2 gram karbohidrat, 14 mg kalsium, 28 mg fosfor, 1,1 mg zat besi, 25 SI vitamin A, 0,05 mg vitamin B1, 3 dan 86 gram air per 100 gram. Jus jambu biji mengandung vitamin C yang meningkatkan penyerapan zat besi dan meningkatkan kadar Hb (Nugraheny, 2020).

Sedang bayam hijau memiliki manfaat baik bagi tubuh karena merupakan sumber kalsium, vitamin A, vitamin E, vitamin C, serat dan juga betakaroten. Selain itu bayam juga memiliki kandungan zat besi yang tinggi untuk mencegah anemia. Kandungan mineral pada bayam cukup tinggi, terutama Fe yang dapat digunakan untuk mencegah kelelahan akibat anemia. (Juliani, 2024)

Menurut penelitian yang dilakukan Titin Supriyatin dan Lia Idealistiana (2024) dengan hasil Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Anemia Di Tpmbs Cibitung Kabupaten Bekasi dengan hasil penelitian Hasil *uji paired simple t test* didapatkan nilai *p value* = 0,000. Terdapat pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III. Ibu hamil diharapkan rajin mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi salah satunya jus jambu biji merah dan patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe agar dapat meningkatkan kadar Hb dalam darah ibu.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Titin Supriyatin dan Lia Idealistiana 2024 tentang Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Anemia Di Tpmbs Cibitung Kabupaten Bekasi dengan hasil penelitian Analisis bivariat menggunakan uji *paired simple t test*. Hasil penelitian univariat kadar Hb ibu hamil sebelum pemberian jus jambu biji merah rata-rata = 9,631gr/dl dan sesudah pemberian jus jambu biji merah rata-rata = 12,126gr/dl. Hasil uji *paired simple t test* didapatkan nilai *p value* = 0,000. Terdapat pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III. Ibu hamil diharapkan rajin mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi salah satunya jus jambu biji merah dan patuh dalam mengkonsumsi tablet Fe agar dapat meningkatkan kadar Hb dalam darah ibu.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Nurjana Al Idrus dkk tahun 2024 Perbandingan Efektivitas Konsumsi Bayam Merah Dan Bayam Hijau Terhadap Kadar Hb Ibu Hamil Trimester I Dengan Anemia dengan hasil penelitian Terdapat perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah konsumsi sayur bayam merah dengan nilai *p-value* $0,003 \leq 0,05$. Terdapat perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah konsumsi sayur bayam hijau dengan nilai *p-value* $0,009 < 0,05$. Hasil uji independen tidak terdapat perbedaan konsumsi sayur bayam merah dengan sayur bayam hijau pada rata-rata kadar Hb.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan hasil wawancara dari 10 ibu hamil yang melakukan pemeriksaan ANC di PMB I dari hasil pemeriksaan 2 diantaranya mengalami anemia ringan, dari hasil wawancara terhadap ibu hamil mengatakan bahwa selama ini jarang mengkonsumsi jus jambu merah dan sayur bayam. Selama ini ib hamil dalam mencegah anemia hanya mengandalkan tablet Fe yang diberikan oleh bidan. Penelitian

ini bertujuan untuk mengetahui “Efektivitas Jus Jambu Biji Merah Dan Konsumsi Sayur Bayam Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Tpmmb I Tahun 2024” .

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini Adalah *Study Case Literature Review* (SCLR) yaitu penelusuran Ilmiah untuk memperoleh konsep teori Asuhan Kebidanan berdasarkan hasil penelitian terdahulu dan studi kasus yaitu studi langsung penerapan kebidanan berdasarkan evidence Based. Penelitian ini dilakukan selama 14 hari di TPMB I Tahun 2024.

Populasi pada penelitian adalah ibu hamil trimester III dengan anemia ringan dengan masing masing kelompok berjumlah 4 orang ibu hamil.

Sampel pada penelitian ini berjumlah 4 orang ibu hamil trimester III dengan anemia ringan, 2 orang pada kelompok intervensi dan 2 orang lainnya kelompok control. Metode pengumpulan data dengan cara primer atau data dikumpulkan langsung oleh peneliti dari responden langsung. Pengumpulan data digunakan dengan menggunakan multichek yang dilakukan langsung oleh peneliti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Perbandingan Intervensi 1 dan intervensi 2

Intervensi 1 (pemberian Jus jambu merah)				
No	Nama	Kunjungan 1	Kunjungan 2	Kunjungan 3
1	Ny. N	10,3	10,8	11,4
2	Ny. S	10,5	10,9	11,5
3	Ny. T	10,3	10,6	11,1
Intervensi 2 (pemberian sayur bayam)				
No	Nama	Kunjungan 1	Kunjungan 2	Kunjungan 3
1	Ny. Y	10,4	10,7	11
2	Ny. R	10,2	10,6	10,9
3	Ny. F	10,3	10,6	11,2

pembahasan

Efektivitas jus jambu biji merah terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di TPMB I Tahun 2024.

penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi pemberian jus jambu merah menunjukkan kenaikan kadar HB pada ibu hamil yang sangat signifikan dengan hasil observasi dengan memberikan cara memberikan jus jambu merah selama 14 hari. Pada kunjungan 1 ibu dengan anemia ringan pada kunjungan 3 dengan ibu sudah tidak anemia.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Catur eny wulandari dan Januarni Fonata (2023) dengan judul jus jambu biji (psidium guajava) efektif terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia dengan hasil penelitian adanya perbedaan ada kenaikan kadar hemoglobin pada responden dengan pemberian perakuan. hasil penelitian Catur dan Januari dapat disimpulkan pemberian jus jambu efektif untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

penelitian lain menunjukkan Titin Supriyatin dan lia Ideaistliana (2024) dengan hasil Pengaruh pemberian Jus Jambu Biji Merah terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu hamil Trimester Iii Dengan anemia Di Tpmmb Es Cibitung Kabupaten Bekasi dengan hasil penelitian

hasil uji paired simpe t test didapatkan nilai p value = 0,000. Terdapat pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III. Ibu hamil diharapkan rajin mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi saah satunya jus jambu biji merah dan patuh daam mengkonsumsi tablet Fe agar dapat meningkatkan kadar Hb daam darah ibu.

Saah satu buah yang sangat kaya vitamin C adaah Jambu biji. Kandungan Vitamin C pada jambu biji setara dengan 6 kali kandungan vitamin C pada jeruk, 10 kali kandungan vitamin C pada pepaya, 17 kali kandungan vitamin C pada jambu air, dan 30 kali kandungan Vitamin C pada pisang. Jus jambu biji merah memiliki 87 mg asam askorbat per 100 gram. Jus jambu biji memiliki 49 kaori, 0,9 gram protein, 0,3 gram emak, 12,2 gram karbohidrat, 14 mg kadium, 28 mg fosfor, 1,1 mg zat besi, 25 SI vitamin A, 0,05 mg vitamin B1, 3 dan 86 gram air per 100 gram. Jus jambu biji mengandung vitamin C yang meningkatkan penyerapan zat besi dan meningkatkan kadar Hb.

Asumsi penelitian bahwa kenaikan kadar HB karena adanya peran penting dari jus jambu merah sebagai vitamin C. secara teori vitamin C dapat mengoptimalkan kedar HB pada ibu hamil.

Efektivitas konsumsi sayur bayam hijau terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di TPMB I Tahun 2024.

penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi pemberian sayur bayam menunjukkan kenaikan kadar HB pada ibu hamil yang cukup signifikan dengan hasil observasi dengan memberikan cara memberikan sayur bayam seama 14 halri. Pada 2 orang ibu hamil pada kunjungan 1 ibu dengan anemia ringan pada kunjungan 3 dengan ibu sudah tidak amenlia. Sedangkan pada 1 ibu hamil masih anemia ringan.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurjana A Idrus et a (2024) dengan judul Perbandingan Efektivitas Konsumsi Bayam Merah Dan Bayam Hijau terhadap Kadar Hb Ibu hamil Trimester I Dengan anemia dengan hasil penelitian Terdapat perbedaan rata-rata sebeum dan sesudah konsumsi sayur bayam merh dengan nilai p-value $0,003 \leq 0,05$. Terdapat perbedaan rata-rata sebeum dan sesudah konsumsi sayur bayam hijau dengan nilai p-value $0,009 < 0,05$. hasil uji independen tidak terdapat perbedaan konsumsi sayur bayam merah dengan sayur bayam hijau pada rata-rata kadar Hb.

penelitian lain yang dilakukan oleh Sri julliani et a (2024) Efektivitas pemberian olahan Daun Bayam terhadap Peningkatan Kadar hemoglobin Pada Ibu hamil Di Kinik Seamat Medan dengan hasil penelitian hasil Uji Statistic Paired Sampe T-test didapat nilai T=-2.646 dengan pvalue=0,033 < 0,05, sehingga keputusan hipotesis diterima bahwa ada pengaruh pemberian olahan bayam untuk meningkatkan hemoglobin. Kesimpulan penelitian ada Efektifitas pemberian Ekstrak Bayam terhadap Peningkatan Kadar hemoglobin Pada ibu hamil Dengan anemia Ringan Di Kinik Seamat Medan. Disarankan kepada responden atau agar ibu hamil yang anemia dapat mengkonsumsi ekstrak bayam daam membantu meningkatkan kada hemoglobin.

Asumsi penelitian dari hasil penelitian ynag dilakukan bahwa sayur bayam cukup signifikan daam menaikan kadar HB, Adapun ibu yang beum optima daam menliakan HB boleh jadi dari poa hidup yang kurang baik.

Perbandingan efektivitas jus jambu biji merah dan konsumsi sayur bayam hijau terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di TPMB I Tahun 2024.

Dari hasil penelitian yang dilakukan pada kelompok intervensi jus jambu merah dan sayur bayam didapatkan bahwa hasil dari intervensi jus jambu merah didapatkan dari 3 orang ibu hamil dengan dengan anemia ringan setelah diberikan aromaterapi sayur bayam. Hasil dari pemberian jus jambu merah sangat signifikan terhadap kenaikan kadar HB ibu, ibu yang diberikan jus jambu merah ibu dari anemia ringan menjadi tidak anemia sedangkan pada terapi sayur bayam cukup signifikan dimana 2 ibu hamil dari anemia ringan menjadi tidak anemia dan 1 ibu hamil masih tetap anemia ringan.

penelitian berasumsi bahwa kedua terapi ini boleh diberikan karena besar manfaatnya terhadap kenaikan kadar HB ibu hamil. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Titin Supriyatin dan Lia Ideastliana (2024) dengan hasil Pengaruh pemberian Jus Jambu Biji Merah terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu hamil Trimester Iii Dengan anemia Di TpmB Es Cibitung Kabupaten Bekasi dengan hasil penelitian hasil uji paired sample t test didapatkan nilai p value = 0,000. Terdapat pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III. Ibu hamil diharapkan rajin mengonsumsi makanan yang mengandung zat besi salah satunya jus jambu biji merah dan patuh dalam mengonsumsi tablet Fe agar dapat meningkatkan kadar Hb dalam darah ibu. Penelitian lain yang dilakukan oleh Sri Juliani et al (2024) Efektivitas pemberian olahan Daun Bayam terhadap Peningkatan Kadar hemoglobin Pada Ibu hamil Di Klinik Seamat Medan dengan hasil penelitian hasil Uji Statistic Paired Sample T-test didapat nilai $T = -2.646$ dengan $p\text{-value} = 0,033 < 0,05$, sehingga keputusan hipotesis diterima bahwa ada pengaruh pemberian olahan bayam untuk meningkatkan hemoglobin. Kesimpulan penelitian ada Efektivitas pemberian Ekstrak Bayam terhadap Peningkatan Kadar hemoglobin Pada ibu hamil Dengan anemia Ringan Di Klinik Seamat Medan. Disarankan kepada responden atau agar ibu hamil yang anemia dapat mengonsumsi ekstrak bayam dalam membantu meningkatkan kadar hemoglobin.

KESIMPULAN

- Pemberian jus jambu merah efektif terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di TPMB I Tahun 2024.
- Pemberian sayur bayam cukup efektif konsumsi sayur bayam hijau terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di TPMB I Tahun 2024.
- Perbandingan efektivitas jus jambu biji merah dan konsumsi sayur bayam hijau terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di TPMB I Tahun 2024, dengan hasil bahwa jus jambu merah lebih efektif untuk menaikkan kadar HB ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Apriana, W., et al. 2021. Hubungan Pengetahuan dan Akses Informasi dengan Tingkat Kecemasan tentang Kehamilan Selama Masa Pandemi Covid-19 pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Poskesdes Mantangai Tengah Kabupaten Kapuas. Proceeding Of Sari Mulia University Midwifery National Seminars.
- [2] Arantika, Pratiwi M. (2020). *Patologi Kehamilan*. Pustaka Baru Press.
- [3] Catur Leny Wulandari Dan Januarni Flonata. 2023. Jus Jambu Biji (*Psidium Guajava*) Efektif Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia. *Urnal Kebidanan Khatulistiwa*. Vol 9 No. 1.

- [4] Kemenkes RI. Buku Kesehatan Ibu dan Anak. 2020. Kemenkes RI
- [5] Dinas Kesehatan Kabupaten Cianjur 2022 tentang prprofil Dinkes Kabupaten Cianjur
- [6] Friscila, I., et all. 2023. Pengoptimalisasi Penggunaan Buku KIA Pada Era Digital Di Wilayah Kerja Puskesmas Kandui. Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh, 299–307.
- [7] Hadiati, dkk. 2015. Bertanam Jambu Biji Di Pekarangan. Jakarta: Agriflo.
- [8] Ida Farida Handayani dan Ugi Sugiarsih. 2020. Efektivitas Kombinasi Senam Hamil dan Konsumsi Sayuran Berdaun Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. MyJM. Vol 1(2).
- [9] Idrus, Nurjana Al. et all. 2024. Perbandingan Efektivitas Konsumsi Bayam Merah Dan Bayam Hijau Terhadap Kadar Hb Ibu Hamil Trimester I Dengan Anemia. JMM. Vol 6 No 2.
- [10] Juliani, Sri. Et all. 2024. Efektivitas Pemberian Olahsan Daun Bayam Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Di Klinik Selamat Medan. MAHESA. Vol 4 (1).
- [11] Lestari, Y. P., & Friscila, I. 2023. Prenatal Yoga terhadap Tingkat Kesehatan Mental Ibu Hamil. Media Informasi, 19(1).
- [12] Malaka, Nur M.,A., et all. 2023. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Tapa. Journal Health & Science.
- [13] Mandasari, Arniati. Et all. 2024. Pengaruh Pemberian Pisang Ambon Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Ii Di Wilayah Kerja Puskesmas Manggar Kecamatan Balikpapan Timur. Jurnal Inovasi Kesehatan Adaptif. Vol. 6 (5).
- [14] Manurung, Goretti et all. 2024. Pengaruh Pemberian Jus Tomat dan Jus Jambu Biji Merah terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil dengan Anemia. Jurnal Penelitian Inovatif (JUPIN). Vol 4 No 2.
- [15] Mutaharah, Siti. Et all. 2022. Red Dragon Fruit Juice to Increase Hemoglobin Levels in Pregnant Women with Anemia. URECOL.
- [16] Pabutak, Natalia. Et all. 2024. Efektivitas Konsumsi Sayur Bayam Dan Senam Hamil Teratur Dalam Meningkatkan Hb Ibu Hamil Tm I & Ii Di Pkm Bintuni Teluk Bintuni Papua Barat. Jurnal Ilmiah kebidanan.
- [17] Pracaya. 2019. Bertanam Sayur Organik. Penebar Swadaya.
- [18] Pratiwi AM, Fatimah. 2019. Patologi Kehamilan. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- [19] Pratiwi, E. 2016. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Anemia Pada Siswi MTS Ciwandan Kota Cilegon Tahun 2014.
- [20] Reeder, S.J, dkk. 2014. Keperawatan Maternitas : Kesehatan Wanita, Bayi & Keluarga (ed 18). Jakarta : EGC.
- [21] Rohmatika, D., & Umarianti, T. 2019. Efektifitas Pemberian Ekstrak Bayam Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Ringan, Ix(2).
- [22] Rusdi, P.H.N. 2020. Pengaruh Pemberian Jus Jambu Merah (Psidium Guajava.L) Terhadap Kadar Hemoglobin Penderita Anemia Remaja Putri. Junal Human Care .
- [23] Rusmiati, T ., Suciawati, A., & Rukmaini. (2021). Efektivitas Terapi Kombinasi Jus Bayam, Jeruk Nipis, Madu Dengan Fe Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia Di Upt Puskesmas Cikampek. *Journal For Quality In Women's Health*, 4(2), 160– 168.

-
- [24] Syafrudin, Damayani, Delmaifanis. 2016. Himpunan penyuluhan kesehatan: pada remaja, keluarga, lansia dan masyarakat. Jakarta : Trans Info Media
- [25] Soedarya. 2014. Penelitian Status Gizi. Jakarta: EGC.
- [26] Titin Supriyatin Dan Lia Idealistiana. 2024. Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester Iii Dengan Anemia Di Tpmbs Es Cibitung Kabupaten Bekasi. Manuju: Malahayati Nursing Journal. Vol 6 No 4.
- [27] Pabutak, Natali, et all. 2024. Efektivitas Konsumsi Sayur Bayam Dan Senam Hamil Teratur Dalam Meningkatkan Hb Ibu Hamil Tm I & Ii Di Pkm Bintuni Teluk Bintuni Papua Barat.
- [28] Prambudi, Ghaniy. 2019. Perbedaan Hemoglobin Dengan Metode Point Of Care Testing Dan Cyanmethemoglobin. Tugas Akhir.
- [29] Yantina, Yuli, Et All. 2024. Sosialisasi Konsumsi Jus Jambu Biji Untuk Meningkatkan Hb Pada Ibu Hamil Dengan Anemia (Jus Jamila) Di Desa Lebungsari, Kecamatan Merbau Matram, Lampung Selatan. Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada Masyarakat. Vol 6 No 1.
- [30] Widiawati, Wri Riska. Et All. 2023. Perbandingan Khasiat Jus Jambu Biji Merah Dengan Jus Daun Kelor Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Yang Mengalami Anemia: Literatur Review. Mahesa: Malahayati Health Student Journal. Vol 4 No 1.
- [31] Wijaksono, M. A., et all. 2023. Edukasi Terapi Komplementer JAMU (Jahe dan Madu) Untuk Menurunkan Kadar Glukosa Darah Pada Penderita Diabetes Melitus Tipe 2. Prosiding Seminar Nasional Masyarakat Tangguh, 126–130.