



SKRIPSI

**PENGARUH KONSUMSI TABLET TAMBAH DARAH
DAN BUAH STRAWBERRY TERHADAP KADAR
HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER II
DENGAN ANEMIA DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS JATISAWIT**

WAHYU MASRLINASARI

NIM: P2.06.24.3.24.158

Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan

Jurusan Kebidanan

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

Tahun 2025



BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa kehamilan dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari hari pertama haid terakhir. Kehamilan dibagi dalam 3 triwulan yaitu triwulan pertama dimulai dari konsepsi sampai 3 bulan, triwulan kedua dari bulan keempat sampai 6 bulan, triwulan ketiga dari bulan ketujuh sampai 9 bulan.(Arifianingsih, Juniarty and Nuratikah, 2020)

Pada kehamilan anemia bukanlah masalah sederhana karena sel darah merah mempunyai peranan penting membawa nutrisi dan oksigen untuk pertumbuhan janin. Anemia adalah gangguan umum yang sering terjadi selama kehamilan. Anemia adalah kondisi di mana tubuh memiliki jumlah sel darah merah (eritrosit) yang kurang dari kebutuhan. Sel darah merah mengandung hemoglobin (Hb) yang berfungsi membawa oksigen (O₂) ke seluruh tubuh. Selain itu, kebutuhan zat gizi selama kehamilan meningkat karena pertumbuhan janin, peningkatan volume darah, pembesaran payudara, dan peningkatan metabolisme tubuh. Anemia pada kehamilan didefinisikan sebagai kondisi di mana kadar Hb < 11 g/dl pada trimester I dan III, atau < 10,5 g/dl pada trimester II (1,3).(Sari, Eva Dianing A and Sudriman, 2024)

Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko kelahiran prematur, kematian ibu dan bayi baru lahir, serta penyakit infeksi. Anemia defisiensi besi ibu dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin/bayi selama dan setelah kehamilan. Hasil Riskesdas 2018 menyatakan bahwa di Indonesia sebesar 48,9% ibu hamil mengalami anemia. Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun. Untuk mencegah anemia, setiap ibu hamil harus mengkonsumsi setidaknya 180 suplemen zat besi selama masa kehamilan (Kemenkes RI, 2022). (Yasa and Anggraini, 2024)

Penyebab kurangnya kadar hemoglobin pada kehamilan adalah kekurangan asupan zat besi, kebutuhan Fe meningkat, gangguan penyerapan zat besi pada usus. Rendahnya kadar hemoglobin pada ibu hamil sering terjadi karena ketidakpatuhan ibu untuk mengkonsumsi tablet Fe dan ibu kurang mengerti tentang manfaat serta kandungan buah dan sayuran yang selama ini dikonsumsi, sehingga cara memasak maupun menghidangkan yang kurang tepat. Kekurangan akibat kurang intake unsur zat besi ke dalam tubuh melalui makanan, gangguan penggunaan atau terlalu banyak zat besi yang keluar dari badannya misalnya pada perdarahan, dan adanya gangguan absorpsi/gangguan pada saluran cerna misal defisiensi vitamin C sehingga absorpsi terganggu. (Purwanti *et al.*, 2024)

Anemia kurang besi bisa juga disebabkan karena kekurangan zat gizi yang berperan dalam penyerapan zat besi seperti, protein dan vitamin C. Konsumsi makanan tinggi serat, *tannin* dan *phytat* dapat menghambat penyerapan zat besi. Berbagai faktor juga dapat mempengaruhi terjadinya anemia gizi besi, antara lain pola haid, pengetahuan tentang anemia, dan status gizi. (Kinasi and Saroh, 2023)

Pencegahan anemia dalam kehamilan selain dengan suplemen Fe juga dapat dilakukan dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi, asam folat dan vitamin C. Salah satu bahan makanan yang dapat digunakan untuk penanganan anemia gizi besi yaitu buah strawberry. (Purwanti *et al.*, 2024)

Buah strawberry memiliki kandungan gizi yang baik untuk meningkatkan zat besi. Dalam buah strawberry terdapat senyawa *fitomikia* yaitu: antosinan, ellagic acid, terdapat vitamin C, vitamin A, Vitamin B1, mineral., Kandungan vitamin C buah strawberry lebih tinggi yaitu sebesar 60,00 mg dibandingkan dengan vitamin C pada buah mangga (12 mg), jeruk manis (49 mg) dan nanas segar (22 mg) (Kemenkes 2018). Konsumsi buah dan sayuran yang mengandung vitamin C sangat berperan dalam absorpsi dengan jalan meningkatkan absorpsi zat besi hingga empat kali lipat. (Purwanti *et al.*, 2024)

Selain vitamin C, strawberry juga mengandung antioksidan flavonoid dan asam ellagik yang membantu melindungi sel darah merah dari kerusakan oksidatif. Hal ini menjadikan strawberry tidak hanya mendukung penyerapan zat besi, tetapi juga memperkuat kesehatan sistem darah secara keseluruhan. Ibu hamil dapat mengonsumsi sekitar 250 gram strawberry segar setiap harinya atau setara dengan 10-12 buah strawberry. Dalam bahan penelitian disarankan untuk dikonsumsi selama 2-4 minggu atau 14-30 hari. (Purwanti *et al.*, 2024)

Dari data Dinas Kesehatan Kabupaten Indramayu, pada tahun 2024 terdapat 465 ibu hamil yang mengalami anemia pada trimester II dari total keseluruhan 1.124 ibu hamil yang terdata di 49 Puskesmas (Dinkes Kabupaten Indramayu., 2024). Sedangkan menurut data dari Puskesmas Jatisawit, pada bulan Januari – Agustus 2025 terdapat 111 ibu hamil Trimester II. Dari sejumlah ibu hamil tersebut, 50 diantaranya mengalami anemia (Data Puskesmas Jatisawit, 2025).

Dari hasil wawancara dengan ibu hamil belum mengetahui pengaruh konsumsi buah strawberry untuk meningkatkan kadar Hemoglobin pada kehamilannya. Maka dari itu peneliti tertarik untuk mengambil judul “Pengaruh konsumsi tablet tambah darah dan buah strawberry terhadap peningkatan kadar Hemoglobin ibu hamil trimester II dengan anemia pada wilayah kerja puskesmas jatisawit”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah yang diangkat dalam penelitian proposal ini adalah “Apakah ada pengaruh konsumsi tablet tambah darah dan buah strawberry terhadap peningkatan kadar Hemoglobin ibu hamil trimester II dengan anemia.”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh konsumsi tablet tambah darah dan buah strawberry terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Jatisawit

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden yang meliputi usia, pekerjaan, Pendidikan, dan paritas.
- b. Mengetahui rata-rata kadar Hemoglobin sebelum intervensi
- c. Mengetahui rata-rata kadar Hemoglobin sesudah intervensi
- d. Menganalisis perbedaan kadar Hemoglobin sebelum dan setelah intervensi.
- e. Menganalisis perbedaan peningkatan kadar Hemoglobin kelompok intervensi dibanding kelompok kontrol

D. Ruang Lingkup

1. Etik Legal dan Keselamatan Pasien

Penelitian dilaksanakan dengan menjunjung tinggi prinsip etika dan legalitas, termasuk informed consent, perlindungan hak subjek penelitian, serta menjamin keselamatan ibu hamil selama intervensi konsumsi buah strawberry.

2. Komunikasi Efektif

Penelitian ini melibatkan komunikasi yang efektif antara peneliti dan responden (ibu hamil), termasuk dalam proses penyuluhan, pemberian informasi, dan pemantauan konsumsi buah strawberry, sehingga responden memahami tujuan dan manfaat intervensi.

3. Pengembangan Diri dan Profesionalisme

Peneliti sebagai mahasiswa kebidanan mengembangkan sikap profesional melalui keterlibatan langsung dalam praktik penelitian,

penerapan evidence-based practice, serta meningkatkan pengetahuan mengenai alternatif intervensi anemia pada ibu hamil.

4. Landasan Ilmiah Praktik Kebidanan

Penelitian ini didasarkan pada teori dan hasil penelitian ilmiah sebelumnya mengenai pengaruh zat gizi (terutama vitamin C dalam strawberry) terhadap peningkatan penyerapan zat besi dan kadar hemoglobin.

5. Keterampilan Klinis Dalam Praktik Kebidanan

Peneliti melakukan pengukuran kadar hemoglobin sebelum dan sesudah intervensi, serta pemantauan klinis terhadap ibu hamil yang menjadi responden, sehingga melibatkan keterampilan klinis dalam mendukung peningkatan status kesehatan ibu.

6. Promosi Kesehatan dan Konseling

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan alternatif promosi kesehatan dengan memanfaatkan konsumsi buah alami (strawberry) guna meningkatkan kadar hemoglobin secara aman dan alami, sebagai bentuk healing dan pencegahan komplikasi anemia.

7. Manajemen dan Kepemimpinan

Peneliti mengelola pelaksanaan penelitian secara sistematis, mulai dari perencanaan, pelaksanaan intervensi, hingga evaluasi hasil, serta mengambil peran kepemimpinan dalam pelaksanaan program intervensi berbasis komunitas kecil.

E. Manfaat Penelitian

1. Aspek Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah referensi dan sebagai bahan kajian dalam memberikan asuhan yang standar dalam ibu hamil khusus nya dalam upaya pencegahan anemia pada ibu hamil.

2. Aspek Praktis

a. Bagi kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam pelayanan antenatal khususnya pelayanan yang berhubungan dengan pencegahan anemia pada ibu hamil.

b. Bagi pemerintah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan dalam menetapkan kebijakan tentang penerapan standar minimal yang harus dipatuhi oleh tenaga kesehatan dalam upaya pencegahan anemia pada ibu hamil.

c. Bagi masyarakat

Bagi ibu hamil, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan pengetahuan dalam menganalisa permasalahan yang ada di masyarakat.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai anemia pada ibu hamil telah banyak dilakukan, baik dari segi faktor penyebab, dampak, maupun penanggulangannya. Namun, penelitian mengenai penggunaan buah strawberry sebagai sumber vitamin C alami untuk meningkatkan penyerapan zat besi (Fe) pada ibu hamil, khususnya trimester II, masih terbatas. Berikut adalah beberapa penelitian yang relevan sebagai perbandingan:

1. Yasa Cenayang., et all (2024) dalam penelitiannya berjudul *“Efektivitas Pemberian Jus Strawberry Dan Madu Terhadap Peningkatan Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Ketapang Kabupaten Lampung Utara”* menunjukkan bahwa pemberian buah strawberry dengan madu bisa meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil. Namun, pada penelitian ini tidak dibatasi jenis madu yang digunakan

sehingga pengaruh madu pada strawberry itu belum pasti mengandung pemanis alami atau buatan.

2. Astuti Eny., et all (2023) dalam penelitiannya berjudul “*Pemberian Jus Jambu Biji Merah dan Jus Strawberry Efektiv Dalam Menaikan Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswi Anemia di Stikes Willian Booth Surabaya*” menunjukkan bahwa dalam penelitiannya terdapat hasil kenaikan Hb ketika setelah diberikan intervensi. Akan tetapi, pada penelitian ini hanya dilakukan pada remaja putri saja tidak dengan kelompok lain. Dan juga tidak dijelaskan secara signifikan berapa lama waktu untuk mengintervensi nya sehingga mendapatkan hasil kenaikan Hb pada remaja putri tersebut.
3. Rukmaini., et all (2023) dalam penelitiannya berjudul “*Edukasi Pencegahan Anemia dan Simulasi Pengolahan Strawberry dan Buah Naga Untuk Meningkatkan Kadar Hb Pada Ibu Hamil di Kabupaten Bogor*” menunjukkan bahwa adanya perbedaan hasil Hb setelah dan sebelum diberikan pudding straga tersebut. Akan tetapi, pada penelitian ini tidak dijelaskan perbandingan kadar Hb sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.
4. Kinasih Mutiara., et all (2023) dalam penelitiannya berjudul “*Pengaruh Pemberian Jus Strawberry Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswa*” dalam hasilnya dijelaskan ada beberapa responden yang tidak ada kenaikan dalam kadar Hb setelah dilakukan intervensi. Bahwasannya hal tersebut dikarenakan beberapa faktor seperti begadang saat dilakukan intervensi. Namum pada penelitian ini, tidak dijelaskan fator-faktor apa saja kah yang bisa menghambat kenaikan kadar pada Hb.
5. Ernawati Ni Komang., et all (2025) dalam penelitiannya yang berjudul “*Pengaruh Pemberian Jus Buah Strawberry Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri SMA Negeri 12 Denpasar*” menunjukkan hasil yang signifikan pada kenaikan Hb setelah dilakukan

intervensi. Namun, pada penelitian ini hanya dilakukan pada remaja putri saja tidak untuk kelompok lain.

Penelitian mengenai anemia pada ibu hamil dan peran vitamin C pada kandungan buah strawberry dalam penyerapan zat besi telah banyak dilakukan, namun sebagian besar menggunakan buah strawberry dalam bentuk suplemen atau dilakukan dengan intervensi lain dan tidak secara khusus meneliti pengaruh buah strawberry sebagai sumber vitamin C alami dalam konteks konsumsi harian ibu hamil yang mendapatkan tablet tambah darah (TTD).

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian sebelumnya:

- Fokus pada ibu hamil trimester II dengan anemia ringan
- Menggunakan buah strawberry alami sebagai intervensi, bukan suplemen buatan.
- Mengukur perubahan kadar hemoglobin secara langsung sebelum dan sesudah intervensi.
- Menggunakan metode *accidental sampling* untuk memastikan subjek benar-benar sesuai dengan kriteria klinis yang ditentukan.

Sampai saat ini, belum ditemukan penelitian yang secara spesifik mengkaji pengaruh konsumsi buah strawberry sebagai pendamping TTD pada ibu hamil trimester II di wilayah kerja Puskesmas Jatisawit, Kecamatan Jatibarang, Kabupaten Indramayu, sehingga penelitian ini memiliki kebaruan dalam pendekatan lokal dan intervensi berbasis bahan alami.