

**UPAYA MENINGKATKAN KEEFEKTIFAN MANAJEMEN  
KESEHATAN DENGAN PEMBERIAN JUS JAMBU BIJI  
MERAH PADA KELUARGA DENGAN ANEMIA**

**JURNAL PUBLIKASI**

**Diajukan Untuk Memenuhi persyaratan Tugas Akhir  
Dalam Rangka Menyelesaikan Pendidikan Program  
Studi Diploma III Keperawatan**



**Disusun Oleh :**

**A VRIORI REYSCA AVISTA**

**NIM.2016.011.878**

**INSTITUT TEKNOLOGI SAINS DAN KESEHATAN  
PKU MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2019**

## UPAYA MENINGKATKAN KEEFEKTIFAN MANAJEMEN KESEHATAN DENGAN PEMBERIAN JUS JAMBU BIJI MERAH PADA KELUARGA DENGAN ANEMIA

A Vriori Reysca Avista<sup>1</sup>, Anis Prabowo<sup>2</sup>, Hafiduddin<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa DIII Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan PKU Muhammadiyah Surakarta

<sup>2</sup>Dosen DIII Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan PKU Muhammadiyah Surakarta

<sup>3</sup>Dosen DIII Keperawatan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan PKU Muhammadiyah Surakarta  
Jl. Tulang Bawang Selatan No.26 Tegalsari RT 02 RW 32, Kadipiro, Surakarta

### **Kata Kunci**

Anemia,  
Jambu  
Biji  
Merah,  
Keluarga

### **Abstrak**

*Latar Belakang: Anemia adalah keadaan dimana kadar hemoglobin, hematokrit, dan sel darah merah lebih rendah dari nilai normal. Anemia terjadi karena kadar hemoglobin dalam sel darah merah berkurang. Prevalensi anemia diseluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% menderita anemia. Upaya menangani anemia dengan terapi Non Farmakologi seperti pemberian jus jambu biji merah untuk meningkatkan kadar hemoglobin. Kandungan mineral dan zat besi yang ada dalam buah jambu biji merah dapat memperlancar proses pembentukan hemoglobin sel darah merah. Tujuan: Mengidentifikasi manfaat pemberian jus jambu biji merah untuk upaya meningkatkan keefektifan manajemen kesehatan keluarga dengan anemia. Metode Penelitian: Metode yang digunakan dalam studi kasus ini adalah diskriptif. Instrumen yang digunakan pada studi kasus ini berupa format asuhan keperawatan keluarga dan alat ukur hematoglobometer. Teknik yang digunakan oleh penulis adalah dengan membandingkan penelitian sebelumnya. Hasil: Terjadi peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan jus jambu biji merah selama 1 minggu, yaitu Ny.F 9,14 g/dL menjadi 11,0 g/dL, Nn.H 8,7 g/dL menjadi 11,8 g/dL, dan Nn.S 10,3 g/dL menjadi 13,0 g/dL. Kesimpulan: Pemberian jus jambu biji merah kepada keluarga Ny.F, Nn.H, Nn.S ini sangat efektif untuk mengatasi anemia pada asuhan keperawatan keluarga..*

## EFFORTS TO IMPROVE THE EFFECTIVENESS OF HEALTH MANAGEMENT BY GIVING RED GUAVA ON THE FAMILY WITH ANEMIA

### **Keywords**

Anemia,  
Red  
Guava,  
Family

### **Abstract**

*Background: Anemia is a condition where hemoglobin, hematocrit, and red blood cells are lower than normal values. Anemia occurs because the hemoglobin level in red blood cells decreases. The prevalence of anemia throughout the world, especially developing countries, is estimated at 30% to suffer from anemia. Efforts to deal with anemia with Non-Pharmacological therapy such as giving red guava juice to increase hemoglobin levels. The mineral and iron content in red guava fruit can facilitate the formation of red blood cell hemoglobin. Objective: Identify the benefits of giving red guava juice to improve the effectiveness of family health management with anemia. Research methods: The method used in this case study is descriptive. The instrument used in this case study was in the form of family nursing care and hematoglobometer measuring instruments. The technique used by the author is to compare previous research. Results: There was an increase in hemoglobin levels after being given red guava juice for 1 week, namely Ny.F 9.14 g/dL to 11.0 g/dL, Nn.H 8.7 g/dL to 11.8 g/dL, and Nn.S 10.3 g/dL becomes 13.0 g/dL. Conclusion: Provision of red guava juice to the family of Ny. F, Nn. H, Nn. This is very effective to overcome anemia in family nursing care.*

## PENDAHULUAN

Anemia adalah keadaan dimana kadar hemoglobin, hematokrit, dan sel darah merah lebih rendah dari nilai normal. Anemia terjadi karena kadar hemoglobin dalam sel darah merah berkurang. Jumlah kadar hemoglobin dalam setiap sel darah merah akan menentukan kemampuan darah mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh termasuk ke pembuluh darah yang memberi asupan makanan dan oksigen (Muliarini, 2010).

Angka kejadian anemia di dunia sangat besar. *World Health Organization* (WHO) prevalensi anemia berkisar 40-88% (WHO, 2013). Menurut data hasil Riskesdas tahun 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita berumur 15-24 tahun (Kemenkes RI, 2014). Angka kejadian anemia di Jawa Tengah pada tahun 2013 mencapai 57,1%. di Kabupaten Sukoharjo didapatkan anemia pada balita umur 0-5 tahun sebesar 40,5%, usia sekolah sebesar 26,5%, Wanita Usia Subur (WUS) sebesar 39,5%, pada ibu hamil sebesar 43,5% (Dinkes Prov. Jateng, 2014).

Ketidakefektifan manajemen kesehatan keluarga muncul karena keluarga tidak mampu meningkatkan atau memperbaiki kondisi kesehatan anggota keluarga. Indikator status nutrisi keluarga dapat terpenuhi antara lain : keluarga mampu memenuhi asupan protein, asupan vitamin, asupan mineral, asupan zat besi anggota keluarga yang dirawat (Moorhead, 2016).

Upaya untuk menangani anemia bisa dilakukan dengan terapi Farmakologi atau Non Farmakologi. Secara Farmakologi dapat dilakukan dengan mengkonsumsi obat-obat yang termasuk suplemen zat besi, vitamin B12, asam folat dan bisa dilakukan transfusi darah. Dapat juga dilakukan dengan terapi Non Farmakologi seperti pemberian jus jambu biji merah untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

Kandungan zat kimia dalam jambu biji adalah asam amino (triptofan, lisin), kalsium, fosfor, besi, belerang, vitamin A, vitamin B1, dan vitamin C. Kandungan mineral yang ada dalam buah jambu biji merah dapat mengatasi penderita anemia

(kekurangan darah merah) karena didalam buah jambu biji merah mengandung juga zat mineral yang dapat memperlancar proses pembentukan hemoglobin sel darah merah. Kandungan mineral seperti magnesium, tembaga, dan mangan. Mangan digunakan oleh tubuh sebagai faktor rekan untuk enzim antioksidan, superoksida dismutase. Tembaga dibutuhkan dalam produksi sel darah merah (Ningtyastuti dan Suryani, 2018).

Senyawa lain dalam buah jambu biji yang berfungsi sebagai antioksidan adalah karotenoid seperti *beta-karoten*, *lycopene*, *beta-cryptoxanthin* dan *polifenol*. Pada buah jambu biji merah juga dijumpai fosfat, oksalat asam, asam malat. Buah juga mengandung saponin, asam oleanolic, morin-3-O-lyxo pyranoside, morin-3-O- $\alpha$ -Larabopyranoside dan flavonoid, guaijavarin dan quercetin.

Sebagai salah satu bahan alam yang mengandung berbagai jenis antioksidan, aktivitas antioksidan buah jambu biji merah telah diuji di laboratorium dengan menggunakan metode DPPH (2,2-diphenil-1-picrilhidrazil) dengan menggunakan spektrofotometer visible (Rismunandar dalam Sinaga, 2016). Upaya penatalaksanaan untuk menurunkan *dismenorea* akan lebih efektif apabila melibatkan anggota keluarga. Diantara tugas keluarga menurut Freeman, salah satunya adalah merawat anggota keluarga yang sakit (Padila, 2012).

Keterlibatan keluarga sangat penting karena hal itu mencerminkan bahwa anggota keluarga memberi dukungan dan perhatian kepada anggota keluarga yang lain, dan diharapkan keluarga mampu mengalihkan terapi obat-obatan dengan terapi obat alami atau non farmakologi.

## METODE PENELITIAN

Studi ini merupakan penelitian dengan menggunakan metode deskriptif adalah suatu penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi didalam masyarakat (Donsu, 2017). Lokasi pengambilan studi kasus ini dilakukan di Kampung Grajegan, Tawang Sari, Sukoharjo pada tanggal 18 Januari-5 Februari 2019.

Cara mendapatkan responden atau partisipan adalah dari keluhan yang dirasakan pasien penderita anemia (kekurangan darah merah). Kriteria partisipan yang dipilih oleh peneliti untuk studi kasus ini adalah keluarga dengan anemia dan kadar hemoglobin kurang dari 8-10 g/100 ml. Partisipan yang akan diteliti berjumlah 3 keluarga dengan salah satu anggotanya penderita anemia ringan. Metode yang akan digunakan untuk mengambil partisipan yaitu observasi, wawancara, pengukuran, dokumentasi dan instrumen yang digunakan yaitu format asuhan keperawatan keluarga, buku tulis, alat tulis, *hemoglobin testing system quik-check*, nursing kit, SOP pembuatan jus jambu biji merah, lembar observasi, dan jadwal harian.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Pada tanggal 18 Januari 2019 sampai dengan 5 Februari 2019 dengan subyek pada 3 keluarga yang salah satu anggota keluarga mengalami anemia dan tidak melakukan penanganan khusus :

1. Keluarga Tn.F termasuk dalam tipe keluarga inti yang terdiri dari 2 orang, Ny.F sebagai istri, umur 26 tahun, pekerjaan ibu rumah tangga, pendidikan SMA, agama islam, suku jawa dan bangsa indonesia. Hasil pemeriksaan fisik Ny. F didapatkan Td : 110/60 mmHg, Nadi : 90 x/menit, Pernafasan : 22x/menit, Suhu : 37°C, Hb : 9,14 g/dL. Ny.F mengatakan mudah lelah, Ny.F juga mengatakan memiliki kadar hemoglobin rendah karena semasa Ny.F hamil selalu memeriksakan kesehatannya, sebelumnya pernah hamil 3 kali tetapi keguguran karena hemoglobin rendah, dan sekarang Ny.F hamil umur 6 bulan. Keluarga sudah mengetahui apa itu anemia dan Ny.F biasa meminum tablet zat besi (Fe) untuk ibu hamil dan Ny.F biasanya hanya beristirahat.
2. Keluarga Tn.S termasuk dalam tipe keluarga inti yang terdiri dari 6 orang, Nn.H sebagai anak, umur 15 tahun, tidak bekerja, pendidikan SMA, agama islam, suku jawa dan bangsa indonesia. Hasil

pemeriksaan fisik Nn.H didapatkan TD : 110/70 mmHg, Nadi : 90x/menit, Pernafasan : 20x/menit, Suhu : 36,5°C, Hb : 8,7 g/dL. Nn.H mengatakan badan sering lemas, tidak konsentrasi dalam belajar, sering cepat lelah saat melakukan aktifitas, mudah mengantuk. Keluarga juga belum mengetahui apa itu Anemia, dan belum ada tindakan untuk mengatasi Anemia.

3. Keluarga Tn.T termasuk dalam tipe keluarga inti yang terdiri dari 5 orang, Nn.S sebagai anak, umur 21 tahun, pendidikan mahasiswi, agama islam, suku jawa dan bangsa indonesia. Hasil pemeriksaan fisik Nn.S didapatkan TD : 100/70 mmHg, Nadi : 84x/menit, Pernafasan : 18x/menit, Suhu : 36,3°C, Hb : 10,3 g/dL. Nn.S mengatakan badan sering lemas, tidak konsentrasi dalam belajar, sering cepat lelah saat melakukan aktifitas, mudah mengantuk. Keluarga juga belum mengetahui apa itu anemia, dan belum ada tindakan untuk mengatasi anemia tersebut.

Diagnosa keperawatan yang muncul untuk ketiga keluarga tersebut adalah Ketidakefektifan Manajemen Kesehatan Keluarga.

Tujuan dan kriteria hasil dari intervensi tersebut adalah setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x kunjungan keluarga mampu menunjukkan upaya pengetahuan:proses penyakit yang dialami anggota keluarga yang sakit dan mengetahui tentang anemia.

Intervensi keperawatan yang akan dilakukan adalah melakukan pengkajian tingkat pengetahuan keluarga tentang pengertian, penyebab dan tanda gejala anemia, dan memberikan pendidikan kesehatan tentang pengertian, penyebab dan tanda gejala, serta mendemonstrasikan cara pembuatan jus jambu biji merah.

Implementasi yang telah dilakukan sesuai dengan perencanaan atau intervensi yang telah dibuat yaitu keluarga Ny.F, Nn.H dan Nn.S keluarga rutin memberi jus jambu biji merah.

Evaluasi yang dilakukan pada ketiga partisipan yaitu Ny.F, Nn.H dan Nn.S

dengan melihat lembar observasi di dapatkan hasil Ny.F dari 9,14 g/dL menjadi 10,5 g/dL, 10,5 g/dL menjadi 11,0 g/dL, Nn.H dari 8,7 g/dL menjadi 9,8 g/dL, 9,8 g/dL menjadi 11,8 g/dL, Nn.S dari 10,3 g/dL menjadi 11,7 g/dL, 11,7 g/dL menjadi 13,0 g/dL.

Evaluasi yang didapat dari ketiga keluarga Tn.F, Tn.S dan Tn.T yaitu data subjektif : keluarga mengatakan anemia adalah suatu kondisi medis di mana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal,, data objektif : keluarga rutin membuat jus jambu biji merah yang dapat diketahui dari jadwal harian yang telah dibuat, analisa : keluarga mampu melakukan pengajaran:proses penyakit dan merawat anggota yang sakit dengan membuat jus jambu biji merah untuk anemia. *Planning* adalah intervensi dihentikan.

### **Pembahasan**

Pembahasan penelitian ini difokuskan pada proses keperawatan keluarga yang dilakukan pada ketiga keluarga dengan anemia, bahwa proses meningkatkan kadar hemoglobin dengan pemberian jus jambu biji merah.

Anemia ringan biasanya tidak menimbulkan gejala apapun. Jika anemia secara perlahan terus menerus (kronis), tubuh dapat beradaptasi dan mengimbangi perubahan, dalam hal ini mungkin tidak ada gejala apapun sampai anemia menjadi lebih berat. Untuk pria, anemia biasanya didefinisikan sebagai kadar hemoglobin kurang dari 13,5 gram/100 ml dan pada wanita sebagai hemoglobin kurang dari 12,0 gram/100 ml (Proverawati, 2011). Keterlibatan anggota keluarga dalam perawatan sangat penting seperti terlibat dalam pembuatan keputusan, dan memberi asuhan seperti mengalihkan terapi obat-obatan dengan terapi obat alami atau nonfarmakologi (Moorhead, dkk 2016). Tujuan pembuatan jus jambu biji merah ini adalah untuk meningkatkan kadar hemoglobin, agar keluarga mengalihkan obat-obatan dengan nonfarmakologi yaitu dengan pemberian jus jambu biji merah.

Berdasarkan kandungan zat kimia dalam buah jambu biji adalah asam amino

(*triptofan, lisin*), kalsium, fosfor, besi, belerang, vitamin A, vitamin B1, dan vitamin C. Kandungan mineral yang ada dalam buah jambu biji dapat mengatasi penderita anemia (kekurangan darah merah) karena di dalam buah jambu biji merah mengandung juga zat mineral yang dapat memperlancar proses pembentukan hemoglobin sel darah merah. Kandungan mineral seperti magnesium, tembaga dan mangan. Mangan digunakan oleh tubuh sebagai faktor rekan untuk enzim antioksidan, superoksida dismutasi. Tembaga dibutuhkan dalam produksi sel darah merah (Ningtyastuti, 2018).

Tidak ada kendala yang dihadapi saat melakukan jus jambu biji merah, keluarga diminta untuk mempraktekkan kembali cara membuat jus jambu biji merah dan memotivasi keluarga untuk rutin meminum jus jambu biji merah ini apabila ada anggota keluarga yang mengalami anemiatindakan tersebut. Setelah diberikan contoh cara membuat.

Evaluasi yang didapat dari ketiga keluarga Tn.F, Tn.S dan Tn.T yaitu data subjektif : keluarga mengetahui tentang anemia dan keluarga akan menerapkan jus jambu biji merah ini jika ada anggota keluarga yang mengalami anemia, data objektif : keluarga mampu menjelaskan pengertian, penyebab dan tanda gejala anemia, keluarga dapat membuat jus jambu biji merah sesuai dengan SOP, analisa : keluarga mampu melakukan upaya pengajaran:proses penyakit pada anggota keluarga yang sakit, *planning* : intervensi dihentikan.

Evaluasi dari ketiga klien Ny.F, Nn.H dan Nn.S setelah diberikan pendidikan kesehatan dan cara membuat jus jambu biji merah terdapat peningkatan kadar hemoglobin dengan penerapan meminum selama 1 minggu. Dengan mengobservasi jadwal harian dapat dilihat bahwa keluarga mampu merawat anggota keluarga yang sakit dengan memberikan jus jambu biji merah, dan keluarga mampu menjelaskan pengertian, penyebab dan tanda gejala anemia.

Pemberian jus jambu biji merah yang telah diberikan selama 1 minggu dengan jumlah 1x/hari setiap sore, didapatkan hasil

terjadi peningkatan kadar hemoglobin pada Ny.F (dari Hb : 9,14 g/dL menjadi Hb : 11,0 g/dL), Nn.H (dari Hb : 8,7 g/dL menjadi 11,8 g/dL), Nn.S (dari Hb : 10,3 g/dL menjadi 13,0 g/dL). Sehingga jambu biji merah ini dapat dikatakan efektif dan mampu untuk mengatasi anemia pada asuhan keperawatan keluarga dengan catatan keluarga yang mengalami anemia dan meminum rutin jus jambu biji merah ini.

## KESIMPULAN

Dari implementasi yang dilakukan untuk mengatasi anemia adalah dengan pemberian jus jambu biji merah, yaitu keluarga mampu mempraktekkan ulang cara membuat jus jambu biji merah, dan keluarga juga mampu menjelaskan tentang apa itu anemia. Evaluasi yang didapat dari ketiga keluarga yaitu mampu melakukan upaya keefektifan manajemen kesehatan dengan membuat jus jambu biji merah, dan keluarga mampu merawat anggota keluarga yang sedang sakit.

Kesimpulan yang didapat adalah jus jambu biji merah ini sangat efektif untuk mengatasi anemia yang dapat dilihat dari hasil lembar observasi yaitu pada Ny.F (dari Hb : 9,14 g/dL menjadi 11,0 g/dL), Nn.H (dari Hb : 8,7 g/dL menjadi 11,8 g/dL), Nn.S (dari Hb : 10,3 g/dL menjadi 13,0 g/dL).

## REFERENSI

- Bulechek, G.M., Butcher, H.K., Dochterman, J.M., Wagner, C.M. 2016. *Nursing Interventions Classification (NIC)*. Affiliate : Mosby elsvier.
- Depkes RI. 2017. *Prevalensi Angka Kejadian Anemia di Indonesia*. [eprints.ums.ac.id](http://eprints.ums.ac.id). Diakses pada tanggal 30 Oktober 2018 jam 20:29 WIB.
- Donsu, J. D. T. 2017. *Metodologi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta : Pustaka Barupress.
- Herdman, T.H., Kamitsuru, S. 2015. *NANDA International Nursing Diagnoses Definitions and*

*Classification 2015-2017*. Oxford : Wiley Blackwell.

- Jhonson, R dan Leny, R. 2010. *Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Jitowiyono, S. 2018. *Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Hematologi*. Yogyakarta : Pustaka Baru Press.
- Karsinah, 2010. *Asuhan Keperawatan Pada Penderita Anemia*. *Fakultas Ilmu Kesehatan UMP*.
- Moorhead, S., Marion, J., Meridean, L., and Elizabeth. 2016. *Nursing Outcome Classification (NOC) : measurement of health outcomes*. Affiliate : Mosby elsvier.
- Muliarini, P. 2010. *Pola Makan Dan Gaya Hidup Sehat Anemia Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Ningtyastuti, Y. E dan Suryani, E. 2018. Pengaruh Mengonsumsi Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Di Kelurahan Bandung Kecamatan Ngampel Kabupaten Sragen. *Jurnal Publikasi, Jurusan Kebidanan Klaten*. Poltekkes Kemenkes Surakarta.
- Notoatmodjo, S. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Padila. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Keluarga*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Pitasari, R.N. 2017. Pengaruh Mengonsumsi Jus Jambu Biji Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Post Partum Di BPM Cicilia Retno W, Amd. Keb Ayah Kabupaten Kebumen. *Jurnal Publikasi*

- Proverawati, A. 2011. *Anemia Dan Anemia Kehamilan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Riasmini, N.M, dkk. 2017. *Panduan Asuhan Keperawatan Individu, Keluarga, Kelompok, dan Komunitas dengan Modifikasi NANDA, ICNP, NOC, NIC di Puskesmas dan Masyarakat*. Jakarta : Universitas Indonesia.
- Sinaga, F. A. 2016. Pengaruh Pemberian Jus Buah Jambu Biji Merah Terhadap Kadar Hemoglobin Dan  $V_{O_2max}$  Pada Aktifitas Fisik Maksimal. *Medan*. V Hal 36-46.
- Suharjiman, Iden. 2016. Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah Terhadap Kadar Hb Pada Remaja Putri Anemia defisiensi Besi Di STIKES JENDERAL ACHMAD YANI CIMAHI. *Jurnal Kesehatan Kartika*., Volume 11, Nomor 1. Hal 42-46.