

Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil terhadap Manfaat Konsumsi Buah Delima

Ester Pakpahan

Program Studi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sehat Medan

Corresponding Author: esterpakpahan96@gmail.com

Info Artikel

Submitted: 05 Mei 2026

Revised : 11 Juni 2026

Accepted: 15 Juli 2026

Published: 19 Juli 2026

Keywords: Knowledge, Attitude, Pomegranate

Kata Kunci: Pengetahuan, Sikap, Buah delima

Abstract

Pregnant women experience physiological changes during pregnancy, one of which is changes in hemoglobin levels due to hemodilution. This hemodilution (blood thinning) process begins at week 10 and peaks at 32-36 weeks. Pomegranates, also known as pomegranates, contain 42 milligrams of calories, 1.6 grams of protein, 0.1 gram of fat, 108 milligrams of folic acid, 27.0 milligrams of calcium, 43 milligrams of phosphorus, 23 milligrams of vitamin C, 9.6 milligrams of carbohydrates, and 1.0 milligram of iron. Therefore, pomegranate juice can be used as a non-pharmacological alternative to prevent anemia. To determine the effect of pomegranate juice on increasing hemoglobin levels in pregnant women. To determine the relationship between knowledge and attitudes of pregnant women regarding the benefits of consuming pomegranate juice for increasing hemoglobin levels in the first trimester of pregnancy. This research is a quantitative descriptive study with a case study approach. The instrument used was an observation sheet. Based on the results of the study, it was found that the knowledge of pregnant women about pomegranate consumption at the Eka Sriwahyuni Midwife Clinic was mostly lacking (10 people) and sufficient (7 people) (35.0%), and a minority (3 people) had good knowledge (15.0%). In 2026, the results showed that the majority of pregnant women's attitudes towards pomegranate consumption were disapproving. The analysis showed that of the 9 pregnant women who agreed, most had consumed pomegranates (6 people), and 3 pregnant women who had not consumed pomegranates. Meanwhile, of the 11 people who disagreed, 10 had not consumed pomegranates, and only 1 had ever consumed pomegranates.

Abstrak

Ibu hamil mengalami perubahan fisiologis selama kehamilan, salah satunya adalah perubahan kadar Haemoglobin akibat proses hemodilusi. Proses hemodilusi (pengenceran darah) yang dimulai pada minggu ke 10 dan mencapai puncak pada 32-36 minggu. Delima yang dikenal dengan nama buah Delima mengandung 42 miligram kalori, 1,6 gram protein, 0,1 gram lemak, 108 miligram asam folat, 27,0 miligram kalsium, 43 miligram fosfor, 23 miligram vitamin C, 9,6 miligram karbohidrat, dan 1,0 miligram zat besi. Sehingga jus buah delima dapat dijadikan alternatif non farmakologi dalam pencegahan anemia. Mengetahui Pengaruh Pemberian Jus Buah Delima Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil. Mengetahui hubungan pengetahuan dengan sikap ibu hamil tentang manfaat mengonsumsi buah delima untuk peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil trimester I. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan studi kasus. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang

Konsumsi Buah Delima di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni mayoritas memiliki pengetahuan kurang sebanyak 10 orang (50,0%), dan cukup 7 orang (35,0%), dan minoritas memiliki pengetahuan baik sebanyak 3 orang (15,0%). Tahun 2026. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap ibu hamil tentang Konsumsi Buah Delima mayoritas memiliki sikap Tidak setuju. Hasil analisis menunjukkan bahwa dari 9 orang ibu hamil yang memiliki sikap setuju sebagian besar sudah Konsumsi Buah Delima sebanyak 6 orang, dan ibu hamil yang tidak Konsumsi Buah Delima sebanyak 3 orang. Sedangkan dari 11 orang yang memiliki sikap Tidak setuju, sebanyak 10 orang tidak melakukan Konsumsi Buah Delima dan hanya 1 orang yang pernah melakukan Konsumsi Buah Delima



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

Publisher: Lembaga Penerbit Penelitian Nusantara

PENDAHULUAN

Ibu hamil mengalami perubahan fisiologis selama kehamilan, salah satunya adalah perubahan kadar Haemoglobin akibat proses hemodilusi. Proses hemodilusi (pengenceran darah) yang dimulai pada minggu ke 10 dan mencapai puncak pada 32-36 minggu. Delima yang dikenal dengan nama buah Delima atau Delima merah mengandung 42 miligram kalori, 1, 6 gram protein, 0, 1 gram lemak, 108 miligram asam folat, 27, 0 miligram kalsium, 43 miligram fosfor, 23 miligram vitamin C, 9, 6 miligram karbohidrat, dan 1, 0 miligram zat besi (Putri Hasna Annabila, Rina Sri Widayati) .Menurut WHO (2022) prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia mengalami penurunan sebanyak 4, 5% selama 19 tahun terakhir dari tahun 2000 sampai dengan tahun 2022. Di Indonesia tahun 2022 angka kejadian anemia pada ibu hamil meningkat 44, 2% dari tahun 2015 sebesar 42, 1%.

Haemoglobin memiliki peran penting bagi ibu hamil karena fungsinya dalam pengangkutan oksigen, pertumbuhan dan perkembangan janin, pencegahan anemia, kesehatan ibu, dan persiapan persalinan (Effendi et al., 2024). Pada ibu hamil, kadar Haemoglobin yang memadai sangat penting untuk memastikan pasokan oksigen yang cukup bagi perkembangan janin dan kesehatan ibu sendiri. Kadar Haemoglobin yang rendah, atau anemia, selama kehamilan dapat menyebabkan komplikasi serius seperti kelahiran prematur, berat badan lahir rendah, dan meningkatnya risiko kematian ibu dan bayi (Nurhayati & Rahmadyanti, 2024).

Terapi nonfarmakologis atau komplementer menjadi bagian dari terapi yang bermanfaat pada masa kehamilan (Irawan AM & Putri, 2022). Terapi tersebut berupa memakan sayur hijau, konsumsi buah kurma dan Buah Delima (Suhesti & Yuliana, 2024). Salah satunya adalah konsumsi Buah Delima. Buah Delima telah menarik perhatian sebagai salah satu makanan yang potensial untuk membantu meningkatkan kadar Haemoglobin karena kandungan

nutrisinya. Buah Delima memiliki nama latin (*Betavulgaris*) kaya akan nutrisi penting seperti zat besi, folat, vitamin C, dan antioksidan. Zat besi dalam Buah Delima berperan langsung dalam meningkatkan produksi Haemoglobin. Kandungan zat besi Buah Delima 7,4%, lebih tinggi dibandingkan buah naga dan melon.

Beberapa studi telah meneliti efek konsumsi Buah Delima pada kadar Haemoglobin. Penelitian menunjukkan bahwa konsumsi rutin Buah Delima dapat membantu meningkatkan kadar Haemoglobin dan memperbaiki status anemia pada populasi yang rentan (Irwana dkk, 2022, Sri & Lucia 2023).

METODE PENELITIAN

A. Rancangan Penelitian

Metode penelitian ini bersifat analitik bentuk pelaksanaan penelitian adalah dengan survei cross sectional dimana variable yang termasuk factor resiko di observasi sekaligus pada waktu yang sama (Notoatmodjo, 2021).

B. Populasi dan Sampel

1 Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti tersebut (Notoatmodjo, 2021) dalam hal ini yang menjadi populasi adalah seluruh ibu-ibu Hamil trimester I yang datang ke Klinik Bidan Eka Sriwahyuni sebanyak 20 responden.

2 Sampel

Sampel adalah objek yang diteliti dan dianggap seluruh populasi (Notoatmodjo, 2021). Menurut Hidayat (2022) teknik pengambilan sample dalam penelitian ini adalah dengan cara menggunakan total sampling atau populasi yaitu dengan mengambil semua anggota populasi menjadi sampel, maka sampel di ambil dari dan cara pengambilan sample dalam penelitian ini dengan menggunakan total sampling (teknik pengambilan sample dimana jumlah sample sama dengan populasi) sebanyak 20 responden .

C. Jenis dan Cara Pengumpulan Data

1 Data Primer

Data primer yang terdiri nama, umur, pendidikan, dan pekerjaan yang diperoleh melalui pengisian, setelah selesai menjawab seluruh pertanyaan, quisioner dikumpulkan kembali untuk diperiksa kelengkapan jawaban responden. Jawaban yang

telah di isi seluruhnya langsung dikumpulkan, namun jika ada jawaban yang belum lengkap, responden diminta untuk mengisi jawaban yang belum di isi tersebut.

2. Data Sekunder

Data sekunder melalui dari data yang diperoleh dari catatan riwayat kunjungan pasien yang diberikan Ibu Klinik Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2026.

3. Cara Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan kuesioner tertutup yang berisikan item-item yang berhubungan dengan masalah yang akan diteliti, masing-masing item akan diberi skor jika, jawaban benar skor diberi 1 dan jika jawaban salah diberiskor 0 penilaian.

a) Pengetahuan

Untuk kategori pengetahuan yang akan diidentifikasi berdasarkan tingkat pengetahuan responden, pengetahuan baik, cukup, kurang sebagai berikut.

- a. Kategori pengetahuan baik apabila responden mendapat skor 7-10
- b. Kategori pengetahuan cukup apabila responden mendapat skor 4-6
- c. Kategori pengetahuan kurang apabila responden mendapat skor 0-3

b) Sikap

Pernyataan positif	Nilai	Pernyataan negatif	Nilai
Setuju (S)	: 2	Setuju (S)	: 1
Tidak setuju	: 1	Tidak setuju	: 2

4. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan penjelasan maksud dari istilah yang akan secara operasional mengenai penelitian yang akan dilaksanakan. Definisi operasional ini berisi penjelasan mengenai istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian. Hal ini sebagaimana dikemukakan oleh Komaruddin (1994: 29) bahwa, "Definisi istilah adalah pengertian yang lengkap tentang sesuatu istilah yang mencakup semua unsur yang menjadi ciri utama istilah itu".

Tabel 3.1
Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Kategori	Skala Data
1.	Pengetahuan	Segala sesuatu yang diketahui oleh ibu tentang konsumsi Buah Delima.	1. Baik, jika skor yang didapat 3. 2. Cukup, jika skor yang didapat 3. 3. Kurang, jika skor yang didapat 1.	Ordinal
2.	Sikap	Segala sesuatu dirasakan, diterima atau ditolak oleh Ibu tentang konsumsi Buah Delima.	1. Setuju, jika skor yang didapat 2. 2. Tidak setuju, jika skor yang didapat	Ordinal
3.	Kadar Haemoglobin Ibu	Nilai konsentrasi Haemoglobin dalam darah yang diukur secara kuantitatif	1. Trimester 1:11,6–13,9 g/dL 2. Trimester 2:9,7–14,8 g/dL 3. Trimester 3:9,5–15 g/dL	Ordinal

D. Pengolahan Data

Data yang dikumpulkan diolah dengan cara computer dengan langkah sebagai berikut:

- a. *Editing* : Upaya untuk memeriksa kembali kebenaran data yang diperoleh atau dikumpulkan
- b. *Coding* : kegiatan pemberian kode numeric (angka) terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori.
- c. *Entry* : kegiatan memasukkan data yang telah dikumpulkan ke dalam master table atau database komputer, kemudian membuat distribusi frekuensi sederhana (Notoatmodjo, 2021).

E. Metode Analisa

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi analisis unvariat, dan bivariat.

1. Analisis Univariat

Analisis data secara univariat dilakukan untuk menggambarkan karakteristik masing-masing variabel independen dan dependen. Mengingat data kategori maka hasil analisis tersebut disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

2. Analisis Bivariat

Dalam menganalisa data secara bivariat pengujian data dilakukan dengan menggunakan uji data statistik yakni membandingkan pengetahuan dengan sikap ibu sebelum dan sesudah intervensi pada satu kelompok responden. Taraf signifikan 95% ($\alpha = 0.05$). Pedoman dalam menerima hipotesis : apabila nilai probabilitas (p) < 0.05 maka H_0 ditolak, apabila (p) > 0.05 maka H_0 gagal ditolak.

F. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni Jl. Bromo Ujung Gg. Salam No.05, Binjai, Kec. Medan Denai, Kota Medan.

G. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini dilakukan dimulai dari penyusunan proposal hingga penelitian dilakukan pada Januari sampai dengan Mei tahun 2026.

HASIL PENELITIAN

A. Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

1) Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2026 diketahui karakteristik responden berdasarkan umur, pendidikan, dan paritas yang diperoleh dari 20 responden. Hasil data karakteristik responden disajikan dalam bentuk tabel dibawah ini:

Tabel 4.1.

**Data Karakteristik Responden di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni Kecamatan Medan
Tahun 2025**

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentase (%)
1	Umur		
	20 - 35 tahun	17	85,0

Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil terhadap Manfaat Konsumsi Buah Delima
Ester Pakpahan

>35 tahun	3	15,0
Jumlah	20	100
2 Pendidikan		
SD	0	0,0
SMP	7	35,0
SMA	10	50,0
Perguruan Tinggi	3	15,0
Jumlah	20	100
3 Pekerjaan		
Bekerja	7	35,0
Tidak Bekerja	13	65,0
Jumlah	20	100
4 Paritas		
Primipara	11	55,0
Multipara	9	45,0
Jumlah	20	100

Berdasarkan tabel 1 diketahui mayoritas responden berumur 20-35 tahun sebanyak 17 orang (85,0%) dan minoritas berumur >35 tahun sebanyak 3 orang (15,0%). Dilihat dari pendidikan terakhir ibu hamil, mayoritas ibu hamil berpendidikan SMA sebanyak 19 orang (50,0%) dan minoritas berpendidikan Perguruan Tinggi sebanyak 3 orang (15,0%). Dilihat dari paritas mayoritas ibu hamil adalah primipara sebanyak 11 orang (55,0%) dan minoritas multipara sebanyak 9 orang (45,0%).

2) Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Konsumsi Buah Delima

Distribusi frekuensi data pengetahuan ibu hamil tentang konsumsi Buah Delima di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni Kecamatan Medan Tahun 2025 dapat dilihat pada tabel 4.2 berikut:

Tabel 4.2
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Konsumsi
Buah Delima di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2026

No	Pengetahuan Ibu	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	3	15,0
2	Cukup	7	35,0
3	Kurang	10	50,0
Jumlah		20	100

Berdasarkan tabel 4.2 di atas diketahui pengetahuan ibu hamil tentang konsumsi Buah Delima di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni mayoritas memiliki pengetahuan kurang sebanyak 10 orang (50,0%) dan minoritas memiliki pengetahuan baik sebanyak 3 orang (15,0%) dan cukup sebanyak 7 orang (35,0%).

3) Sikap Ibu Hamil Tentang Konsumsi Buah Delima

Distribusi frekuensi sikap ibu hamil tentang konsumsi Buah Delima di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2026 dapat dilihat pada tabel 4.3 berikut:

Tabel 4.3
Distribusi Frekuensi sikap ibu hamil tentang manfaat konsumsi Buah Delima untuk
peningkatan kadar Haemoglobin pada ibu hamil trimester I
di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2026

No	Sikap Ibu Hamil	Frekuensi	Persentase (%)
1	Positif	9	45,0
2	Negatif	11	55,0
Jumlah		20	100

Berdasarkan tabel 4.3 di atas diketahui sikap ibu hamil tentang Konsumsi Buah Delima di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni mayoritas memiliki sikap negatif sebanyak 11 orang (55,0%) dan minoritas memiliki sikap positif sebanyak 9 orang (45,0%).

2. Analisis Bivariat

Hubungan Pengetahuan Ibu Hamil dengan Konsumsi Buah Delima di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni Kecamatan Medan Tahun 2025

Data analisis dapat dilihat pada tabel 4.4 berikut

Tabel 4.4

Tabulasi Silang

Hubungan Pengetahuan dan Sikap Ibu Hamil Tentang Manfaat Konsumsi Buah Delima Untuk Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I Di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2026

Pengetahuan Ibu Hamil	Sikap				Total		<i>p-value</i>
	Positif		Negatif				
	f	%	f	%	f	%	
Baik	3	15,0	0	0,0	3	15,0	0,035
Cukup	2	10,0	5	25,0	7	35,0	
Kurang	2	20,0	8	40,0	10	50,0	
Total	7	35,0	13	65,0	20	100,0	

Tabel 4.4 menunjukkan ibu yang memiliki pengetahuan baik sebagian besar sudah Konsumsi Buah Delima yaitu 3 orang (15,0%). Dari 7 orang ibu hamil yang memiliki pengetahuan cukup mayoritas tidak Konsumsi Buah Delima sebanyak 5 orang (25,0%) dan 2 orang (10,0%) sudah Konsumsi Buah Delima. Sedangkan dari 10 orang ibu hamil yang masih memiliki pengetahuan kurang tentang Konsumsi Buah Delima mayoritas tidak melakukan Konsumsi Buah Delima sebanyak 8 orang (40,0%) dan yang sudah melakukan Konsumsi Buah Delima sebanyak 2 orang (10,0%).

Hasil analisis uji *chi-square* didapatkan nilai *p value* sebesar 0,035 dimana nilai *p* lebih kecil dari 0,05 ($0,035 < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang manfaat konsumsi Buah Delima untuk peningkatan kadar Haemoglobin pada ibu hamil trimester I di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2026.

Hasil analisis uji *chi-square* didapatkan nilai *p value* sebesar 0,007 dimana nilai *p* lebih kecil dari 0,05 ($0,007 < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan

antara sikap ibu hamil Konsumsi Buah Delima dengan Konsumsi Buah Delima di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni Medan Tahun 2025.

PEMBAHASAN

A. Pembahasan

1. Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Manfaat Konsumsi Buah Delima Untuk Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni Tahun 2026

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa pengetahuan ibu hamil tentang Konsumsi Buah Delima di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni mayoritas memiliki pengetahuan kurang sebanyak 10 orang (50,0%), dan cukup 7 orang (35,0%), dan minoritas memiliki pengetahuan baik sebanyak 3 orang (15,0%). Pengetahuan responden yang baik ini dikarenakan responden mengetahui konsumsi Buah Delima dari berbagai media yang diserap dengan baik melalui internet, makalah, iklan dan berbagai sumber lainnya. Selain itu informasi didapat dari orang lain seperti teman, tetangga dan orang sekitarnya. Menurut peneliti bahwa ibu yang memiliki pengetahuan kurang sebanyak 10 orang (50%) disebabkan responden tidak pernah mendapatkan informasi mengenai Konsumsi Buah Delima tentang Konsumsi Buah Delima dari tenaga kesehatan khususnya bidan belum pernah menyampaikan tentang Konsumsi Buah Delima. Hasil analisis uji statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu hamil tentang Konsumsi Buah Delima dengan Konsumsi Buah Delima di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni Kecamatan Medan Tembung Tahun 2025, dimana p value 0,035 ($p < 0,05$).

Dilihat dari karakteristik responden umur ibu hamil sebagian besar berumur 20-35 tahun sebanyak 17 orang (85,0%) dan sebagian kecil berumur > 35 tahun sebanyak 3 orang (15,0%). Pada usia reproduktif (20-35 tahun) pada saat ini respon ibu untuk menerima pengertian tentang Konsumsi Buah Delima, manfaat dan cara Konsumsi Buah Delima lebih efektif dan dapat mempelajarinya. Menurut (Tyas Safitri¹, Indah Yuliani Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara) diantara semua buah, Buah Delima adalah salah satu buah yang tinggi kadar asam folat sebesar 34% dan vitamin C 10,2% dan zat besi 7,4%, jika dibandingkan dengan buah lainnya Buah Delima lebih unggul karena memiliki kandungan yang lebih lengkap, dimana didalam Buah Delima terdapat kandungan asam

folat 34% dan vitamin C 10,2% dan zat besi 7,4% dimana kandungan tersebut baik untuk pembentukan sel darah dan mampu menambah kadar Haemoglobin.

Berdasarkan pendidikan terakhir responden sebagian besar responden yang memiliki pendidikan terakhir yaitu SMA dengan jumlah 10 orang (50,0%), Responden yang memiliki pendidikan terakhir SMP dengan jumlah 7 orang (35,0%) dan responden yang memiliki pendidikan terakhir yaitu D-III dengan jumlah 3 orang (15,0%). Menurut (Choirunissa et al., 2022) lebih tinggi tingkat pendidikan maka lebih terbuka terhadap orang lain dan lebih cepat dalam memperoleh informasi. Menurut asumsi peneliti penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Choirunissa dengan pendidikan tinggi maka seseorang akan cenderung untuk mendapatkan informasi. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan dimana diharapkan seseorang dengan pendidikan tinggi, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya. Dengan pendidikan tinggi seseorang dimana rasa ingin tahu nya yang besar maka lebih mudah seseorang cepat dan mudah menerima informasi.

Berdasarkan pekerjaan sebagian besar responden yang tidak bekerja sebanyak 13 orang (65%), yang bekerja sebanyak 7 orang (35%). Menurut asumsi peneliti penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Isfaroh & Angio yang dimana pekerjaan akan menambah pengalaman seseorang. Ibu yang bekerja mudah menerima informasi dan dapat menentukan keputusan terbaik pada dirinya. Ibu yang bekerja lebih terbuka terhadap orang lain dan biasanya mereka akan saling bertukar pengalaman di tempat kerja.

Hal ini sejalan dengan teori Menurut (R. Oktaviance., 2020) pengetahuan merupakan hasil mengingat sesuatu hal, termasuk mengingat kembali kejadian yang pernah dialami baik secara sengaja maupun tidak sengaja dan ini terjadi setelah orang melakukan kontak atau pengamatan terhadap suatu objek tertentu. Menurut (Notoatmojo, 2022) pengetahuan merupakan salah satu pendorong seseorang untuk mengadopsi perilaku baru. Pengetahuan responden merupakan suatu gambaran sejauh mana responden mengetahui mengenai Konsumsi Buah Delima yang dalam penelitian ini menggunakan mengetahui pengertian Konsumsi Buah Delima, manfaat dan cara Konsumsi Buah Delima. Meningkatnya pengetahuan dapat menimbulkan perubahan persepsi dan kebiasaan seseorang karena dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih baik bertahan lama dari pada yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Tingkat pendidikan ini dapat mempengaruhi cara berfikir dan berperilaku dari seseorang, semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin mudah orang tersebut untuk menyerap dan menerima informasi sehingga pengetahuan dan wawasan menjadi lebih luas. Faktor lainnya seperti lingkungan pekerjaan juga dapat membuat seseorang meningkatkan kecerdasannya.(Notoatmojo, 2022) .

Menurut (R.Oktaviance., 2022) pendidikan sangat mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang. Dengan semakin tinggi pendidikan akan semakin mudah untuk menerima informasi dari ide – ide orang lain dan sebaliknya bila ibu yang memiliki latar belakang pendidikan rendah pada umumnya mengalami kesulitan untuk menerima informasi.

Beberapa studi telah meneliti efek konsumsi Buah Delima pada kadar Haemoglobin. Penelitian menunjukkan bahwa konsumsi rutin Buah Delima dapat membantu meningkatkan kadar Haemoglobin dan memperbaiki status anemia pada populasi yang rentan (Irwana dkk, 2022, Sri & Lucia 2023).

Terapi nonfarmakologis atau komplementer menjadi bagian dari terapi yang bermanfaat pada masa kehamilan (Irawan AM & Putri, 2022). Terapi tersebut berupa memakan sayur hijau, konsumsi buah kurma dan Buah Delima (Suhesti & Yuliana, 2024). Salah satunya adalah konsumsi Buah Delima. Buah Delima telah menarik perhatian sebagai salah satu makanan yang potensial untuk membantu meningkatkan kadar Haemoglobin karena kandungan nutrisinya.

2. Sikap Ibu Hamil Tentang Manfaat Konsumsi Buah Delima Untuk Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester I di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni Tahun 2026.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sikap ibu hamil tentang Konsumsi Buah Delima mayoritas memiliki sikap Tidak setuju. Hasil analisis menunjukkan bahwa dari 9 orang ibu hamil yang memiliki sikap setuju sebagian besar sudah Konsumsi Buah Delima sebanyak 6 orang, dan ibu hamil yang tidak Konsumsi Buah Delima sebanyak 3 orang. Sedangkan dari 11 orang yang memiliki sikap Tidak setuju , sebanyak 10 orang tidak melakukan Konsumsi Buah Delima dan hanya 1 orang yang pernah melakukan Konsumsi Buah Delima. Hasil analisis uji *chi-square* didapatkan nilai p value sebesar 0,007 dimana nilai p lebih kecil dari 0,05 ($0,007 < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara hubungan pengetahuan dan sikap ibu hamil tentang manfaat

konsumsi Buah Delima untuk peningkatan kadar Haemoglobin pada ibu hamil trimester I di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2026

Sikap responden berkaitan dengan interaksi responden. Dengan adanya sikap yang baik pada responden maka responden tersebut akan tergerak untuk melakukan Konsumsi Buah Delima. Penelitian ini terdapat responden yang memiliki sikap negatif tetapi ibu tidak melakukan Konsumsi Buah Delima sebanyak 10 orang, dari hasil penelitian yang telah dilakukan 10 responden ini tidak mengetahui informasi mengenai Konsumsi Buah Delima.

Penelitian ini juga terdapat responden yang memiliki sikap negatif tetapi melakukan Konsumsi Buah Delima sebanyak 1 orang akibat dukungan dari suami dan keluarga, sehingga ibu tetap melakukan Konsumsi Buah Delima meskipun sikap responden negatif. Penelitian ini terdapat responden yang memiliki sikap positif tetapi ibu tidak melakukan Konsumsi Buah Delima sebanyak 3 orang, dari hasil penelitian 8 responden tersebut masuk ke dalam kategori responden yang tidak baik di pengetahuan, karena kurangnya mendapatkan informasi mengenai Konsumsi Buah Delima..

Penelitian ini terdapat responden yang memiliki sikap positif tetapi ibu yang melakukan Konsumsi Buah Delima sebanyak 6 orang, dari hasil penelitian 6 responden ini mendapatkan berbagai informasi mengenai Konsumsi Buah Delima. Berdasarkan penelitian mengemukakan bahwa sikap yang negatif kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor lain seperti tingkat pengetahuan, apabila ibu hamil tidak mengetahui tentang Konsumsi Buah Delima dapat berpengaruh terhadap perubahan sikap.

Ibu yang menerima informasi tentang konsumsi Buah Delima dari seorang profesional kesehatan memiliki tingkat keberlanjutan melakukan Konsumsi Buah Delima lebih tinggi daripada ibu yang mencari informasi mengenai Konsumsi Buah Delima secara mandiri. Hal tersebut disebabkan karena komunikasi antara ibu hamil dan petugas kesehatan profesional mungkin berpengaruh pada kelanjutan melakukan Konsumsi Buah Delima.

Secara khusus, konsumsi Buah Delima dalam berbagai bentuk, seperti jus atau dikombinasikan dengan buah lain, menunjukkan manfaat yang signifikan. Penelitian menunjukkan bahwa mengonsumsi jus Buah Delima saja dapat meningkatkan kadar Haemoglobin secara signifikan, berkisar antara 1.6 hingga 2.54 g/dL (Risnawati, 2021), Carolin et al., 2021, dan Nurjanah & Umami, 2023).

Systematic review ini menyimpulkan bahwa Buah Delima memiliki kandungan zat besi yang cukup tinggi, sehingga efektif dalam meningkatkan kadar Haemoglobin dalam darah pada ibu hamil dengan anemia. Pendekatan alami ini dapat menjadi strategi tambahan untuk protokol pengelolaan anemia yang sudah ada, yang pada akhirnya mendukung hasil kesehatan yang lebih baik bagi ibu dan janin. Penelitian ini memperkenalkan wawasan baru bahwa jus Buah Delima terbukti membantu meningkatkan kadar Haemoglobin pada ibu hamil dengan anemia.

Hal ini sesuai pendapat Maulana (2021) sikap itu merupakan respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulasi atau objek. Sikap tidak dapat langsung dilihat dan merupakan kesiapan untuk bereaksi terhadap objek dilingkungan tertentu sebagai suatu penghayatan terhadap objek. Sehingga di ketahui adanya responden yang bersikap positif hal ini disebabkan karena kecenderungan dan kebiasaan dari diri mereka sendiri (faktor internal) yaitu mampu mengaplikasikan pengetahuan yang mereka miliki dalam situasi dan kondisi yang sebenarnya, dan mereka tahu bahwa konsumsi Buah Delima itu bermanfaat bagi ibu hamil.

Dengan demikian, menurut asumsi peneliti seseorang yang memiliki pengetahuan tinggi akan lebih memahami tentang Konsumsi Buah Delima serta akan membentuk sikap positif terhadap penerimaanya. Dengan kata lain sikap positif akan lebih banyak ditemukan pada responden yang memiliki pengetahuan baik dibandingkan dengan yang berpengetahuan cukup, sehingga individu akan membentuk sikap positif terhadap hal-hal yang dirasakan bermanfaat baginya.

P E N U T U P

A. Kesimpulan

Berdasarkan uraian hasil dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa:

1. Pengetahuan ibu hamil tentang konsumsi Buah Delima di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2026 mayoritas memiliki pengetahuan kurang sebanyak 10 responden (50,0%).
2. Sikap ibu hamil tentang konsumsi Buah Delima di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2026 mayoritas memiliki sikap yang negatif sebanyak 11 responden (55,0%).
3. Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan ibu hamil tentang konsumsi Buah Delima dengan pengetahuan ibu hamil trimester 1 di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2026, dengan nilai $p\text{ value} = 0,035$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin

baik pengetahuan ibu hamil tentang konsumsi Buah Delima, maka ibu akan semakin siap dalam menghadapi persalinan sehingga nyeri persalinan menjadi ringan

4. Ada hubungan yang signifikan antara sikap ibu hamil tentang konsumsi Buah Delima dengan sikap ibu hamil trimester I di Klinik Bidan Eka Sriwahyuni tahun 2026, dengan nilai $p\text{ value} = 0,007$ ($p < 0,05$). Hasil tersebut menunjukkan bahwa semakin baik sikap ibu hamil tentang konsumsi Buah Delima, maka ibu akan semakin siap dalam menghadapi Kehamilan trimester I. menghadapi persalinan sehingga nyeri persalinan menjadi ringan.

B. Saran

Dari hasil penelitian yang didapat, maka muncul beberapa saran dari peneliti, yaitu:

1. Bagi Tempat Penelitian

Bagi Tenaga Kesehatan diharapkan lebih meningkatkan dalam memberikan informasi kesehatan konsumsi Buah Delima trimester I sehingga ibu mendapatkan edukasi dalam upaya preventif non farmakologis untuk meningkatkan kadar Haemoglobin ibu hamil khususnya di trimester I.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Institusi Pendidikan dapat mendorong mahasiswa untuk melakukan penelitian efek konsumsi Buah Delima untuk kadar Haemoglobin ibu hamil dan dijadikan sebagai peluang tesis

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi referensi penelitian selanjutnya. Dengan menggali lebih dalam, peneliti dapat memberikan evidensi berbasis sains untuk rekomendasi konsumsi Delima dalam perawatan kehamilan.

DAFTAR PUSTAKA

- Ayu Lestari Nurjanah, N., & Aulia Umami, D. (2023). Efektivitas Pemberian Buah Delima Terhadap Perubahan Haemoglobin Pada Ibu Hamil Effectiveness Of Feeding Beets On Changes In Haemoglobin In Pregnant Women. 13(1). <http://ejournal.politeknikkesehatankartinibali.ac.id/index.php/JGKCahaya>, W., Listya Fitriani, A., Aldy Mandaty, F., & Karya Husada Semarang, S. (2021)
- Cahaya, W., Listya Fitriani, A., Aldy Mandaty, F., & Karya Husada Semarang, S. (2021).
- Carolyn, B. T., Syamsiah, S., & Deresiyana, D. (2021). Perbedaan pemberian jambu biji merah (*psidium guajava*) dan Delima (*beta vulgaris*) terhadap kadar Haemoglobin ibu hamil.

- JOMIS (Journal of Midwifery Science), 5(2), 96–105.
<https://doi.org/10.36341/jomis.v5i2.1517>
- Setyianingsih, S., Widayati, W., & Kristiningrum, W. (2020). Keefektifan. Jus Buah Delima Dan Lemon Dalam Kenaikan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil. Jurnal Kebidanan Malahayati, 6(1), 71–76. <https://doi.org/10.33024/jkm.v6i1.2350>
- Suhesti, C., & Yuliana, D. (n.d.). Efektivitas Jus Buah Delima, Lemon Dan Madu Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Ibu Hamil Dengan Anemia. Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan, 2024(6), 115–121
- Wahyu Pujiwati, Ageng Septa Rini, Salfia Darmi Inovatif: Jurnal Penelitian Ilmu Sosial 4 (3), 323-333, 2024Verantika Dewi Saraswati¹, Anggie Pradana Putri², Rina Tri Handayani³,^{1,2,3} Program Studi D3 Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mamba'ul 'Ulum Surakarta, Indonesia²Global Lubna Jaya, Indonesia