

**PENGARUH KONSUMSI TABLET ZAT BESI DENGAN PERASAN JERUK MANIS
TERHADAP PENINGKATAN KADAR Hb IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA
BIDAN UMI SALAMAH, SST DI DESA PETERONGAN
KECAMATAN PETERONGAN KABUPATEN JOMBANG**



OLEH :

**SABRINA DWI PRIHARTINI
NIY. 11010901030**

**PRODI D3 KEBIDANAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PESANTREN TINGGI DARUL ULUM
JOMBANG
2014**

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadirat Allah SWT, karena atas rahmat dan hidayah – Nya kami dapat menyelesaikan penelitian dengan Judul “**Pengaruh Konsumsi Tablet Besi Dengan Perasan Jeruk Manis Terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil di Wilayah Kerja Bidan Umi Salamah, SST Di Desa Peterongan Jombang** “ ini dengan lancar tanpa hambatan suatu apapun.

Dalam penyusunan penelitian ini kami tidak lupa memberi ucapan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu dalam penyelesaian laporan ini yang tidak bisa penulis sebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa pembuatan penelitian ini jauh dari sempurna. Oleh karena itu, kami mengharapkan saran dan kritik dari para pembaca demi menyempurnakan penelitian ini.

Demikian penelitian ini kami buat, semoga bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Jombang, Mei 2014

Sabrina Dwi Prihartini

ABSTRAK

PENGARUH KONSUMSI TABLET ZAT BESI DENGAN PERASAN JERUK MANIS TERHADAP PENINGKATAN KADAR Hb IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA BIDAN UMI SALAMAH, SST DI DESA PETERONGAN KECAMATAN PETERONGAN KABUPATEN JOMBANG

Oleh

Sabrina Dwi Prihartini

11010901030

Kehamilan adalah suatu perubahan dalam rangka melanjutkan keturunan yang terjadi secara alami, menghasilkan janin yang tumbuh didalam rahim ibu. Data ibu hamil resiko tinggi menderita anemia pada tahun 2010 di Puskesmas Peterongan sejumlah 76 orang menderita anemia dari 136 orang ibu resiko tinggi. Di desa Mancar terdapat 10 orang menderita anemia dari 18 orang yang mempunyai resiko tinggi. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis pengaruh konsumsi tablet zat besi dengan perasan jeruk manis terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil di wilayah kerja bidan Umi Salamah, SST. Desa Peterongan Kecamatan Peterongan Kabupaten Jombang.

Desain dalam penelitian ini menggunakan pendekatan observasi dengan *Analitik-Eksperimen-Quasy Eksperimental Design* (rancangan eksperimental semu) dengan *Non Equivalent Control Group*, populasinya berjumlah 20 orang ibu hamil yang memenuhi kriteria inklusi dan sampel yang digunakan 20 orang ibu hamil. Tehnik sampel yang digunakan adalah *Stratified Random Sampling*, variabel independen dalam penelitian ini adalah konsumsi tablet zat besi dengan perasan jeruk manis dan variabel dependen dalam penelitian ini adalah peningkatan kadar Hb. Alat ukur yang digunakan observasi terstruktur.

Hasil penelitian yang dilakukan dengan uji statistik korelasi Chi-Square Tests dengan bantuan SPSS untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara variabel independent dengan dependent. Uji statistik yang didapatkan adalah hasil $p = 0,035$ sedangkan taraf signifikannya $p = 0,05$ ($0,035 < 0,05$).

Kesimpulan dari hasil diatas terdapat pengaruh konsumsi tablet zat besi dengan perasan jeruk manis terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil di wilayah kerja bidan Umi Salamah, SST. Desa Peterongan Kecamatan Peterongan Kabupaten Jombang. Dengan demikian disarankan kepada petugas kesehatan khususnya bidan agar memberikan konseling tentang gizi pada ibu hamil untuk pencegahan anemia pada kehamilan.

Kata Kunci : *Perasan Jeruk Manis, Peningkatan Kadar Hb, Ibu Hamil*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
KATA PENGANTAR	ii
ABSTRAK	iii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat teoritis	5
1.4.2 Manfaat Praktis	5
1.5 Sistematika Penulisan	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Konsep Kehamilan	8
2.1.1 Pengertian	8
2.1.2 Proses Kehamilan	8
2.1.3 Diagnosa Kehamilan	9
2.1.4 Umur Kehamilan	11
2.1.5 Menurut Myles, 2009, Perubahan Peredaran Darah Wanita Hamil .	13
2.2 Konsep Peningkatan Kadar Hemoglobin	15
2.2.1 Pengertian Hemoglobin	15
2.2.2 Fungsi Hb	16
2.2.3 Komponen Hb	16
2.2.4 Penetapan Kadar Hb	18

2.2.5 Faktor Yang Mempengaruhi Kadar Hb	20
2.3 Konsep Jeruk Manis (Citrus Aurantium)	21
2.3.1 Tips Memeras Jeruk Manis	24
2.4 Konsep Vitamin C.....	25
2.4.1 Farmakokinetik Vitamin C.....	25
2.4.2 Farmakodinamik Vitamin C	26
2.5 Konsep Zat Besi	27
2.5.1 Pengertian	27
2.5.2 Kebutuhan Zat Besi Pada Kehamilan	28
2.5.3 Farmakokinetik Zat Besi	29
2.5.4 Farmakodinamik Zat Besi	30
2.6 Konsep Dasar Pengaruh Konsumsi Tablet Zat Besi Dengan Perasan Jeruk Manis	31
2.6.1 Tips Untuk Penyerapan Zat Besi	31
2.7 Konsep Konsumsi	32
2.7.1 Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Konsumsi	33
2.7.2 Pelaku Kegiatan Konsumsi	35
2.8 Konsep Dasar Pengaruh Konsumsi Tablet Zat Besi Dengan Perasan Jeruk Manis Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin	36
2.9 Kerangka Konsep	39
2.10 Hipotesa	40

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian	42
3.2 Lokasi Dan Waktu Penelitian	44
3.2.1 Lokasi Penelitian	44
3.2.2 Waktu Penelitian	44
3.3 Populasi, Sampel, Dan Sampling	45
3.3.1 Populasi	45
3.3.2 Sampel	45
3.3.3 Sampling	46

3.4 Kriteria Sampel	47
3.4.1 Kriteria Inklusi	47
3.4.2 Kriteria Eksklusi	47
3.5 Identifikasi Variabel	48
3.5.1 Variabel Independen (Variabel Bebas)	48
3.5.2 Variabel Dependen (Variabel Terikat)	48
3.6 Definisi Operasional	49
3.7 Pengumpulan Data Dan Analisis Data	50
3.7.1 Pengumpulan Data	50
3.7.2 Analisa Data	53
3.8 Teknik Pengolahan Data	53
3.8.1 Pemeriksaan Data (<i>Editing</i>)	53
3.8.2 Pengkodean Data (<i>Coding</i>)	54
3.8.3 Pemberian Skor (<i>Skoring</i>)	55
3.8.4 Penyusunan Data (<i>Tabulating</i>)	55
3.9 Alat Ukur Yang Digunakan	55
3.9.1 Variabel Independen	56
3.9.2 Variabel Dependen	56
3.10 Etika Penelitian	56
3.10.1 <i>Informed Consent</i> (Lembar Persetujuan)	57
3.10.2 <i>Anonymity</i> (Tanpa Nama)	57
3.10.3 <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan)	57
3.11 Keterbatasan	57
3.11.1 Literatur	58
3.11.1 Kelemahan Lain	58
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian	59
4.1.1 Data Umum	59
4.1.1.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Kehamilan	59
4.1.2 Data Khusus	60
4.1.2.1 Konsumsi Tablet Zat Besi Dengan Perasan Jeruk Manis	60

4.1.2.2 Peningkatan Kadar Hemoglobin	61
4.1.2.3 Pengaruh Konsumsi Tablet Zat Besi Dengan Perasan Jeruk Manis Terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil	63
4.2 Pembahasan	64
4.2.1 Pengaruh Konsumsi Tablet Zat Besi Dengan Perasan Jeruk Manis	64
4.2.2 Peningkatan Kadar Hemoglobin	66
4.2.3 Pengaruh Konsumsi Tablet Zat Besi Dengan Perasan Jeruk Manis Terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu hamil	68
BAB V PENUTUP	
5.1 Kesimpulan	71
5.2 Saran	71
5.2.1 Bagi Institusi Pendidikan	71
5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya	72
5.2.3 Bagi Tempat Penelitian	72
DAFTAR PUSTAKA	73
LAMPIRAN-LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Umur Kehamilan Berdasarkan Tinggi Fundus Uteri	11
Tabel 2.2	Kadar Hb Normal Berbeda-beda Untuk Setiap Kelompok Umur Dan Jenis Kelamin	17
Tabel 2.3	Kandungan Zat Gizi Dan Mineral Jeruk Manis Dan Air Jeruk Manis	24
Tabel 3.1	Rancangan Non Equivalent Control Group	44
Tabel 3.2	Definisi Operasional	49
Tabel 4.1	Daftar Distribusi Responden Menurut Usia Kehamilan Di Desa Mancar Kecamatan Peterongan Kabupaten Jombang	59
Tabel 4.2	Daftar Distribusi Frekuensi Konsumsi Tablet Zat Besi Dengan Perasan Jeruk Manis Di Desa Mancar Kecamatan Peterongan Kabupaten Jombang	60
Tabel 4.3	Daftar Distribusi Frekuensi Menurut Kadar Hb Ibu Hamil Di Desa Mancar Kecamatan Peterongan Kabupaten Jombang	61
Tabel 4.4	Daftar Distribusi Frekuensi Menurut Kadar Hb Ibu Hamil Di Desa Mancar Kecamatan Peterongan Kabupaten Jombang	62
Tabel 4.5	Tabulasi Silang Pengaruh Konsumsi Tablet Zat Besi Dengan Perasan Jeruk Manis Terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 : Jeruk Manis (<i>Citrus Aurantium</i>)	21
Gambar 2.2 : Skema Kerangka Konsep	39