

**PERBEDAAN PEMBERIAN TABLET FE DENGAN JUS JERUK DAN TABLET FE
DENGAN VITAMIN C TERHADAP KENAIKAN KADAR HEMOGLOBIN
PADA IBU HAMIL TRIMESTER II**

Sunarsih¹⁾, Soraya Putri²⁾, Neneng Siti Lathifah³⁾

¹Dosen Prodi Kebidanan Universitas Malahayati
Email: sunarsih@malahayati.ac.id

²Alumni Prodi DIV Kebidanan Universitas Malahayati
Email: soraya@gmail.com

³Dosen Prodi Kebidanan Universitas Malahayati
Email: nenengmalahayati@gmail.com

ABSTRACT

Background: The prevalence of anemia in pregnancy in Lampung Province is highest in Sumatra. The high number of anemia in Lampung Province is 69,7% higher than national nutrition anemia that is 63%.

Purpose: known there is a Difference Giving Tablet Fe With Orange Juice And Fe Tablet With Vitamin C Against Increase Hemoglobin Level In Pregnant Women Trimester II at BPM Z SST Bandar Lampung Year 2018.

Methods Quantitative Research Type, quasi experimental research design with two group pretest posttest design approach. The population of 42 pregnant women. The samples were 30 pregnant women, 15 pregnant women were given treatment using FE + orange juice tablets and 15 people were treated with FE + Vitmin C. With sampling technique using purposive sampling. Data analysis with T-test.

Result: showed that the average of pretest hemoglobin level in the intervention group was 9.27 gr / dl, the mean posttest hemoglobin level of the intervention group was 9.67 gr / dl, the mean of pretest hemoglobin control group was 9.33 gr / dl, mean posttest control group hemoglobin level of 10.07gr / dl. Given the Differences of Tablet Fe Feas With Orange Juice And Fe To Feet With Vitamin C To Increase Hemoglobin Level In Pregnant Women Trimester II at BPM Zubaidahsyah, SST Bandar Lampung Year 2018. Result of t-test obtained p value $0,000 < \alpha (0,05)$.

Conclusion: Known Differences in the Administration of Fe Tablets with Orange Juice Against Increased Hemoglobin Levels in Trimester II Pregnant Women with t-test obtained (p value $0.009 < \alpha 0.05$).

Keywords: Vitamin C, Orange Juice, FE Tablet, hemoglobin level

ABSTRAK

Latar Belakang: Prevalensi anemia pada kehamilan di Provinsi Lampung adalah tertinggi dipulau sumatera. Tingginya jumlah anemia di Provinsi Lampung adalah sebesar 69,7% angka tersebut lebih tinggi dari angka anemia gizi nasional yaitu sebesar 63%.

Tujuan: diketahui ada Perbedaan Pemberian Tablet Fe Dengan Jus Jeruk Dan Tablet Fe Dengan Vitamin C Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester II di BPM Z Bandar Lampung Tahun 2018.

Metode: Jenis Penelitian Kuantitatif, rancangan penelitian quasi eksperimen dengan pendekatan two group pretest posttest design. Populasi sebanyak 42 ibu hamil. Sampel yaitu sebanyak 30 ibu hamil, dimana 15 ibu hamil diberikan perlakuan dengan menggunakan tablet FE + jus jeruk dan 15 orang diberikan perlakuan dengan tablet FE + Vitmin C. Dengan teknik sampling menggunakan purposive sampling. Analisa data dengan uji T-test.

Hasil: Rata-rata kadar hemoglobin pretest pada kelompok intervensi sebesar 9.27gr/dl, rata-rata kadar hemoglobin posttest kelompok intervensi sebesar 9.67gr/dl, rata-rata kadar hemoglobin pretest kelompok kontrol sebesar 9.33gr/dl, rata-rata kadar hemoglobin posttest kelompok kontrol sebesar 10.07gr/dl, Diketahui ada Perbedaan Pemberian Tablet Fe Dengan Jus Jeruk Dan Tablet Fe Dengan Vitamin C Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester II di BPM Z Bandar Lampung Tahun 2018. Hasil uji t- test didapat p value $0,000 < \alpha (0,05)$.

Simpulan: Diketahui Perbedaan Pemberian Tablet Fe Dengan Jus Jeruk Terhadap Kenaikan Kadar

Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester II dengan uji t didapat (p value $0,009 < \alpha 0,05$).

Kata Kunci: Vitamin C, Jus Jeruk, Tablet FE, kadar hemoglobin

PENDAHULUAN

Anemia pada kehamilan merupakan masalah nasional karena mencerminkan keadaan sosial ekonomi masyarakat dan pengaruhnya sangat besar terhadap kualitas sumber daya manusia, (Manuaba, 2012). Di seluruh dunia frekuensi anemia dalam kehamilan cukup tinggi berkisar antara 10%-20% (Prawirohardjo, 2005). Menurut WHO, kejadian anemia kehamilan berkisar antara 20% - 89% dengan menetapkan hemoglobin 11g% (g/dl) sebagai dasarnya (Manuaba, 2012). Berdasarkan RISKESDAS 2013, terdapat 37,1% ibu hamil anemia, yaitu ibu hamil dengan kadar Hb kurang dari 11,0 gram/dl. Kasus AKI di Lampung terus meningkat, berdasarkan keterangan Dinas Kesehatan Provinsi Lampung pada 2014 terdapat 122 AKI di Lampung. Jumlah itu meningkat menjadi 144 kasus di tahun 2015 dan tahun 2016 mencapai 158 kasus. Kematian ibu di provinsi Lampung disebabkan oleh perdarah sebanyak 47 kasus, eklamsi sebanyak 46 kasus, infeksi sebanyak 9 kasus, partus lama sebanyak 1 kasus, aborsi sebanyak 1 kasus dan lain-lain sebanyak 54 kasus (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2016).

Prevalensi anemia pada kehamilan di Provinsi Lampung adalah tertinggi dipulau Sumatera. Tingginya jumlah anemia di Provinsi Lampung adalah sebesar 69,7% angka tersebut lebih tinggi dari angka anemia gizi nasional yaitu sebesar 63% (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2016). Berdasarkan data dinas kesehatan kota Bandar Lampung prevalensi angka kejadian anemia dalam kehamilan tahun 2014 sebesar 5.655 kasus (24,7%) dan kejadian anemia dalam kehamilan meningkat pada tahun 2015 menjadi sebesar 6.428 kasus (26,8%), sedangkan pada tahun 2016 angka kejadian anemia sebesar

6.856 kasus (27,6%) (Dinas Kesehatan kota Bandar Lampung, 2016).

Penyebab terbanyak anemia defisiensi zat besi yaitu karena rendahnya masukan zat besi yang berasal dari makanan, serta rendahnya tingkat penyerapan zat besi dari makanan. Rendahnya tingkat penyerapan zat besi disebabkan oleh komposisi menu makanan masyarakat yang lebih banyak mengandung faktor - faktor yang dapat menghambat penyerapan zat besi (*inhibitor factors*) seperti serat, fitat, maupun tanin. Sedangkan faktor - faktor yang dapat meningkatkan penyerapan zat

besi (*enhancer factors*) seperti vitamin C dan protein hewani hanya sedikit proporsinya untuk dikonsumsi di dalam menu sehari - hari (Tarwoto dan Wasnidar, 2013).

Buah jeruk mengandung tinggi akan vitamin C. Perlu di ketahui bahwa vitamin C membantu penyerapan zat besi hingga 30%. Ketika kebutuhan zat besi yang besar maka vitamin C sangat dibutuhkan untuk membantu proses penyerapan zat besi. Asam organik seperti asam askorbat (vitamin C) dapat membantu penyerapan besi dengan cara mereduksi feri menjadi fero yang mudah diserap 3-6 kali (Almatsier, 2010). Selain mengandung vitamin C, buah jeruk mudah didapatkan, ekonomis, praktis dan hampir semua orang menyukai jeruk, serta belum ada penelitian yang menyatakan buah jeruk dapat menyebabkan alergi. Vitamin C adalah Kristal putih yang mudah larut dalam air.

Fungsi utama vitamin C adalah untuk pembentukan protein kolagen melalui proses hidroksilasi. Sementara itu, fungsi lain adalah pada metaloenzim untuk pembentukan norepinephrine, karnitine, elastine dan nukleosida. Vitamin ini juga berfungsi sebagai agen pereduksi sehingga dapat meningkatkan absorpsi Fe non heme dan pereduksi komponen metal untuk aktifitas katalitik enzim terkait serta menghambat pembentukan nitrosamine (Almatsier, 2010).

Berdasarkan hasil pra survey yang peneliti lakukan di BPM Z Bandar Lampung pada bulan April-Mei 2018 terdapat 140 ibu hamil yang melakukan kunjungan ANC, dimana diantaranya 42 ibu hamil tersebut kadar hemoglobinnnya rendah.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, desain penelitian yang di gunakan adalah *quasi eksperimen* dengan pendekatan *two group pretest posttest design*. Penelitian telah dilakukan di BPM Z Bandar Lampung pada bulan Februari - Juli tahun 2018. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil trimester II yang mengalami anemia yang melakukan *Antenatal Care* (ANC) di BPM Zubaidahsyah, SST Bandar Lampung yaitu sebanyak 42 ibu hamil, sampel yaitu sebanyak 30 ibu hamil, dimana 15 ibu hamil diberikan perlakuan dengan menggunakan tablet

FE + jus jeruk sebanyak 250 cc/hari selama 7 hari dan 15 orang diberikan perlakuan dengan tablet FE + Vitmin C sebanyak 100 mg/hari selama 7 hari. Pengambilan sample penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*.

Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu konsumsi tablet FE dengan vitamin C dan tablet FE dengan jus jeruk sedangkan variabel terikat dalam penelitian ini adalah kadar hemoglobin. Analisa univariat dalam penelitian ini untuk mengetahui nilai

mean, median, standar deviasi yaitu variabel independent berupa pengaruh vitamin C + tablet FE dan jus jeruk + tblet FE dan variabel dependent kadar hemoglobin sedangkan analisa bivariat menggunakan uji statistik "Uji T – test *independent*". H0 ditolak jika $p\text{-value} \leq 0,05$ berarti ada pengaruh yang signifikan antara kedua variabel yang diteliti dan H0 gagal ditolak jika $p\text{-value} \geq 0,05$ berarti tidak ada pengaruh yang signifikan (Hastono, 2007).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik responden

Tabel 1
Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Paritas, Pendidikan Responden, pekerjaan, dan Usia Kehamilan

Variabel	Kelompok Vitamin C		Kelompok Jus Jeruk	
	Frekuensi	Presentase (%)	Frekuensi	Presentase (%)
Usia Responden				
Beresiko (< 20 dan > 35 tahun)	0	0	0	0
Tidak Beresiko (20-35 tahun)	15	100.0	15	100.0
Total	15	100.0	15	100.0
Paritas				
Gravida 1	3	20.0	3	20.0
Gravida 2	10	66.7	8	53.3
Gravida 3	2	13.3	4	26.7
Total	15	100.0	15	100.0
Pendidikan Responden				
SMP	2	13.3	4	26.7
SMA	10	66.7	8	53.3
D3/S1	3	20.0	3	20.0
Total	15	100.0	15	100.0
Pekerjaan				
Bekerja	10	66.7	11	73.3
Tidak Bekerja	5	33.3	4	26.7
Total	15	100.0	15	100.0
Usia Kehamilan				
17 Minggu	3	20.0	3	20.0
18 Minggu	6	40.0	3	20.0
19 Minggu	4	26.7	7	46.7
20 Minggu	2	13.3	2	13.3
Total	15	100.0	15	100.0

Berdasarkan diatas terlihat bahwa karakteristik usia dari 15 responden pada kelompok vitamin C terdapat 15 orang (100,0%) usia responden tidak beresiko. Dan pada kelompok Jus Jeruk terdapat 15 orang (100,0%) usia responden tidak beresiko, sedangkan pada karakteristik paritas responden pada kelompok vitamin C dari 15 responden terdapat 3 orang (20,0%) kehamilan pertama, 10 orang (66,7%) kehamilan yang kedua dan 2 orang (13,3%)

kehamilan yang ketiga. Sedangkan pada kelompok jus jeruk, dari 15 responden terdapat 3 orang (20,0%) kehamilan pertama, 8 orang (53,3%) kehamilan yang kedua dan 4 orang (26,7%) kehamilan yang ketiga. pada karakteristik pendidikan kelompok vitamin C pendidikan SMP sebanyak 2 orang (13,3%), pendidikan SMA sebanyak 10 orang (66,7%), pendidikan D3/S1 sebanyak 3 orang, pada kelompok jus jeruk pendidikan SMP sebanyak 4 orang (26,7%),

pendidikan SMA sebanyak 8 orang (53.3%), pendidikan D3/S1 sebanyak 3 orang (20.0%). Pada karakteristik pekerjaan terlihat bahwa pada kelompok vitamin C dari 15 responden, ibu yang bekerja sebanyak 10 orang (66,6%), tidak bekerja sebanyak 5 orang (33.3%), pada kelompok jus jeruk ibu bekerja sebanyak 11 orang (73.3%), tidak bekerja 4 orang (26.7%). Pada karakteristik usia kehamilan terlihat bahwa pada kelompok vitamin C

dari 15 responden usia kehamilan 17 minggu sebanyak 3 orang (20.0%), 18 minggu sebanyak 6 orang (40.0%), 19 minggu sebanyak 4 orang (26.7%), 20 minggu sebanyak 2 orang (13.3%), sedangkan pada kelompok jus jeruk dari 15 responden usia kehamilan 17 minggu sebanyak 3 orang (20.0%), 18 minggu sebanyak 3 orang (20.0%), 19 minggu sebanyak 7 orang (46.7%), 20 minggu sebanyak 2 orang (13.3%).

Analisis Univariat

Tabel 2
Kadar Hemoglobin Sebelum dan sesudah Konsumsi Tablet Zat Besi Dengan Jus Jeruk Pada Ibu Hamil Trimester II

Variabel	N	Mean	Median	SD	Min	Max
Kadar hemoglobin sebelum konsumsi zat besi dan jus jeruk	15	9,27	9,00	0,458	9	10
Kadar hemoglobin sesudah diberikan zat besi dan jus jeruk	15	9.67	10.00	0.488	9	10

Berdasarkan table 2 diatas dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan perlakuan pada ibu hamil sebesar 9,27, dengan nilai median 9,00, standar deviasi sebesar 0,458, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 9 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maximal sebesar

10. Sedangkan setelah konsumsi zat besi dan tablet Fe dan jus jeruk diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan perlakuan sebesar 9.67, dengan nilai median 10.00, standar deviasi sebesar 0.488, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 9 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maximal sebesar 10.

Tabel 3
Kadar Hemoglobin Sebelum Dan Setelah Konsumsi Tablet Zat Besi Dengan Vitamin C Pada Ibu Hamil Trimester II

Variabel	N	Mean	Median	SD	Min	Max
Kadar hemoglobin sebelum konsumsi tablet zat besi dengan vitamin C	15	9.33	9.00	0.488	9	10
Kadar hemoglobin sesudah konsumsi Tablet Zat Besi Dengan Vitamin C	15	10.07	10.00	0.258	10	11

Berdasarkan diatas dapat diketahui bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan perlakuan pada kelompok vitamin C pada ibu hamil sebesar 9.33, dengan nilai median 9.00, standar deviasi sebesar 0.488, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 9 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maximal sebesar 10. Sedangkan setelah konsumsi tablet Fe dengan vitamin C diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan perlakuan pada kelompok Vitamin C sebesar 10.07, dengan nilai median 10.00, standar

deviasi sebesar 0.258, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 10 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maximal sebesar 11.

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui hasil uji t didapat $p\text{ value } 0,000 < \alpha (0,05)$ artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, yang berarti ada Perbedaan antara Pemberian Tablet Fe Dengan Jus Jeruk Dan Tablet Fe Dengan Vitamin C Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester II di BPM Z Bandar Lampung Tahun 2018.

Analisis Bivariat

Tabel 4

Tablet Fe Dengan Jus Jeruk Dan Tablet Fe Dengan Vitamin C Dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester II

Hasil Pengukuran Hemoglobin	N	SD	SE	P value
Kelompok Vitamin C	15	0.594	0.153	0.000
Kelompok Jus Jeruk	15	0.507	0.131	

PEMBAHASAN

Kadar Hemoglobin Sebelum dan setelah Konsumsi Tablet Zat Besi Dengan Jus Jeruk dan Konsumsi Tablet Zat Besi dan Vitamin C Pada Ibu Hamil Trimester II

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan perlakuan pada ibu hamil sebesar 9,27 dan sesudah diberikan perlakuan sebesar 9.67. Sedangkan pada kelompok ibu hamil yang mengkonsumsi Tablet Zat Besi dengan Vitamin C didapatkan bahwa dari 15 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan perlakuan pada kelompok jus jeruk pada ibu hamil sebesar 9.33, dan rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan perlakuan pada kelompok jus jeruk sebesar 10.07.

Hemoglobin adalah parameter yang digunakan secara luas untuk menetapkan prevalensi anemia. Hb merupakan senyawa pembawa oksigen pada sel darah merah. Hemoglobin dapat diukur secara kimia dan jumlah Hb/ 100 ml darah dapat digunakan sebagai indeks kapasitas pembawa oksigen pada darah (Supriasa, et al.,2012).

Pada kehamilan kebutuhan oksigen lebih tinggi sehingga memicu peningkatan produksi eritropoetin. Akibatnya volume plasma bertambah dan sel darah merah meningkat. Namun peningkatan volume plasma terjadi dalam proporsi yang lebih besar jika dibandingkan peningkatan eritrosit sehingga terjadi penurunan konsentrasi hemoglobin akibat hemodilusi (Manuaba, 2010).

Konsentrasi hemoglobin normal pada wanita hamil berbeda dengan wanita yang tidak hamil. Hal ini disebabkan karena pada kehamilan terjadi proses hemodilusi atau pengenceran darah, yaitu peningkatan volume plasma dalam proporsi yang lebih besar jika dibandingkan dengan peningkatan eritrosit. Hemodilusi berfungsi agar suplai darah untuk pembesaran uterus terpenuhi, melindungi ibu dan janin dari efek negative kehilangan darah saat proses melahirkan (Manuaba, 2010).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian

yang telah dilakukan oleh Susilo Wirawan, dkk (2015), menyatakan bahwa Pemberian suplementasi Fe dengan kombinasi vitamin C dapat meningkatkan kadar hemoglobin lebih tinggi dibandingkan dengan pemberian tablet Fe saja. Dalam penelitian menyatakan bahwa adanya perbedaan yang signifikan antara kadar hemoglobin awal dan kadar hemoglobin akhir pada kelompok perlakuan I menunjukkan bahwa pemberian tablet Fe dengan penambahan vitamin C dapat membantu peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Menurut pendapat peneliti berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa dari 15 responden pada kelompok responden pada kelompok jus jeruk 15 orang (100,0%) usia responden yang tidak beresiko. Pada kelompok jus jeruk terdapat 3 orang (20,0%) paritas responden kehamilan pertama, 8 orang (53,3%) paritas responden kehamilan kedua dan 4 orang responden (26,7%) paritas kehamilan ketiga kelompok vitamin C 15 orang (100,0%) usia responden yang tidak beresiko. Pada kelompok vitamin C terdapat 3 orang (20,0%) paritas responden kehamilan pertama, 10 orang (66,7%) paritas responden kehamilan kedua dan 2 orang responden (13,3%) paritas kehamilan ketiga. Berdasarkan hasil penelitian dimana hasil kadar hemoglobin pada ibu hamil tersebut berbeda-beda hal tersebut dikarenakan oleh beberapa faktor seperti usia dan paritas ibu dimana ibu yang usianya lebih tua memiliki kadar hemoglobin lebih rendah dibanding ibu yang usianya lebih muda, dan ibu yang paritasnya lebih tinggi memiliki kadar hemoglobin yang lebih rendah dibandingkan ibu yang memiliki paritas primipara selain itu perbedaan kadar hemoglobin pada ibu hamil dikarenakan juga oleh seperti kebiasaan ibu hamil tersebut dalam memenuhi nutrisi ibu hamil yang didapatkan dari makanan yang mereka makan setiap harinya.

Tablet Fe Dengan Jus Jeruk Dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester II

Berdasarkan hasil penelitian analisa bivariat menggunakan uji hasil uji t didapat *p value* 0,009 <

α (0,05) artinya H_0 ditolak dan H_a diterima, ada Perbedaan antara Pemberian Tablet Fe Dengan Jus Jeruk Dan Tablet Fe Dengan Vitamin C Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester II di BPM Z Bandar Lampung Tahun 2018.

Menurut (Andriani dan Wirdjatmasi, 2012), hasil dari suatu penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 37% zat besi heme dan 5% zat besi nonheme yang ada di dalam makanan dapat di absorbs. Zat besi nonheme yang rendah absorpsinya dapat di tingkatkan apabila adanya peningkatan asupan vitamin C dan factor-faktor lain seperti daging, ikan dan ayam. Vitamin C berperan dalam pembentukan substansi antara sel dari berbagai jaringan, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan aktifitas fagositosis sel darah putih, meningkatkan absorpsi zat besi dalam usus.serta transportasi besi dari tranferin dalam darah ke feritin dalam sumsum tulang, hati dan limpa.

Vitamin C sangat membantu penyerapan besi-nonheme dengan merubah bentuk feri menjadi bentuk fero, seperti telah dijelaskan bentuk fero lebih mudah diserap. Vitamin C di samping membentuk gugus besi askorbat yang tetap larut pada pH lebih tinggi dalam duodenum. Oleh karena itu sangat dianjurkan makanan super vitamin C setiap kali makan (Almatsier, 2010).

Selama kehamilan, konsentrasi vitamin C dalam darah turun akibat terjadinya hemodilusi sel darah merah. Kadar vitamin C pada janin jauh lebih tinggi dibandingkan ibu hamil (>50%). Yang disebabkan aktifasi system transport vitamin C melalui plasenta. Angka kecukupan gizi vitamin C pada ibu hamil dengan penambahan 10 mg/hari.

Penelitian yang dilakukan oleh Susilo Wirawan, dkk (2015), menyatakan bahwa pemberian suplemen Fe dengan kombinasi vitamin C dapat meningkatkan kadar hemoglobin dibandingkan dengan pemberian Fe saja. Dalam penelitian menyatakan bahwa adanya perbedaan yang signifikan antara kadar hemoglobin awal dan kadar hemoglobin akhir pada kelompok perlakuan I menunjukkan bahwa pemberian tablet Fe dengan penambahan vitamin C dapat membantu peningkatan kadar hb ibu hamil.

Berdasarkan penelitian terlihat jelas terdapat perbedaan kenaikan kadar Hb antara ibu hamil yang mengkonsumsi Fe dengan jus jeruk dengan selisih kenaikan 0,40 sedangkan ibu yang mengkonsumsi Fe dengan vitamin C yaitu 0,70. Responden yang mendapat intervensi berupa tablet Fe dan vitamin C akan sangat mudah mengkonsumsi dua suplemen tersebut, dosis yang terdapat di dalam vitamin C sudah secara tepat dan

sesuai dengan kebutuhan. Sedangkan kelompok responden dengan intervensi berupa Fe dan jus jeruk akan mendapatkan seikit kendala dalam mengkonsumsinya terutama jus jeruk tersebut, butuh waktu yang cukup untuk menghabiskan 250 cc jus jeruk dalam sekali minum. Absorpsi vitamin C setiap orang berbeda-beda tergantung kandungan sodium didalam pencernaan. Tidak semua ibu hamil mengalami peningkatan kadar hb yang sama, selain karena vitamin c, peningkatan hb juga dapat dipengaruhi oleh pola makan yang baik, kandungan besi tidak hanya didapatkan dari suplemen saja tetapi dapat juga diperoleh dari makanan yang mengandung zat besi tinggi seperti daging, hati dan limpa, begitupun dengan vitamin C yang tidak hanya didapatkan dari suplemen vitamin C ataupun jus jeruk tetapi dapat diperoleh dari makanan yang tinggi vitamin C lainnya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan hasil penelitian adalah sebagai berikut: Rata-rata kadar hemoglobin sebelum konsumsi tablet zat besi dengan Jus Jeruk Pada Ibu Hamil Trimester II yaitu sebesar 9.27 dan rata-rata kadar hemoglobin setelah konsumsi tablet zat besi dengan Jus Jeruk yaitu sebesar 9.67. Rata-rata kadar hemoglobin sebelum konsumsi tablet zat besi dengan vitamin C Pada Ibu Hamil Trimester II yaitu sebesar 9.33 dan rata-rata kadar hemoglobin setelah konsumsi tablet zat besi dengan vitamin C yaitu sebesar 10.07. Diketahui Perbedaan Pemberian Tablet Fe Dengan Jus Jeruk Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester II dengan uji t didapat (p value $0,009 < \alpha 0.05$).

SARAN

Bagi ibu hamil diharapkan untuk mengkonsumsi suplemen vitamin C bersamaan dengan tablet Fe agar Fe dapat diabsorpsi dengan baik sehingga ibu terhindar dari anemia dan tidak terjadi komplikasi pada saat persalinan seperti perdarahan. Tenaga kesehatan perlu memberikan edukasi kepada ibu hamil agar mengkonsumsi tablet Fe secara teratur dengan disertai dengan konsumsi vitamin C serta makanan yang mengandung vitamin tersebut. Bagi peneliti selanjutnya disarankan agar melakukan penelitian yang sama dengan menambah variabel – variabel yang lain dan mengembangkan penelitian dengan desain *true experiment* dengan pendekatan *pre test post test with control group design* sehingga dapat membandingkan tingkat keberhasilannya dengan kelompok kontrol sehingga diperoleh hasil

penelitian yang lebih baik lagi.

DAFTAR PUSTAKA

Manuaba, IBG. 2012. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta : EGC.
Prawirohardjo, S. 2010. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.
Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. 2016. *Profil Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2015*. Lampung
Dinas Kesehatan Kota Bandar Lampung. 2016. *Profil Kesehatan Kota Bandar Lampung Tahun 2014*. Bandar Lampung
Tarwoto & Wasnidar. 2013. *Anemia Pada Ibu hamil*. Trans Info Media : Jakarta.
Alamaitser, S. 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.

Susilo Wirawan,dkk (2015).*Pengaruh Pemberian Tablet Besi dan Tablet Besi Plus Vitamin Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil*. Buletin Penelitian Sistem Kesehatan-Vol 18, No.3 Juli 2015
Notoatmodjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta
Hastono. 2007. *Statistik Kesehatan*. Jakarta : FKM. UI.
Supriasa et al. 2012. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta : EGC.
Adriani dan Wirjatmadi. 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta : Kencana Prenada Media.
Sugiyono.2014. *Metode Penelitian Kuantitatif kualitatif dan R & D*. Bandung : ALFABETA.