

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN TABLET FE KOMBINASI JUS JERUK
TERHADAP RERATA KADAR HB SAAT MENSTRUASI
PADA MAHASISWA TINGKAT I PRODI D-IV
KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES
MEDAN TAHUN 2020**



IRMAWATI SITUMORANG
P07524416050

**PRODI D-IV KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
POLTEKKES KEMENKES RI MEDAN
TAHUN 2020**

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN TABLET FE KOMBINASI JUS JERUK
TERHADAP RERATA KADAR HB SAAT MENSTRUASI
PADA MAHASISWA TINGKAT I PRODI D-IV
KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES
MEDAN TAHUN 2020**

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Diploma IV



IRMAWATI SITUMORANG
P07524416050

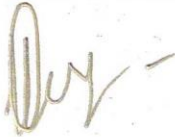
**PRODI D-IV KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
POLTEKKES KEMENKES RI MEDAN
TAHUN 2020**

LEMBAR PERSETUJUAN

NAMA :IRMAWATI SITUMORANG
NIM :P07514416050
JUDUL :PENGARUH PEMBERIAN TABLET FE KOMBINASI JUS
JERUK TERHADAP RERATA KADAR HB SAAT
MENSTRUASI PADA MAHASISWA TINGKAT I PRODI
D-IV KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES MEDAN
TAHUN 2020

**SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI UNTUK DIPERTAHANKAN
PADA UJIAN SIDANG SKRIPSI
TANGGAL 19 MEI 2020**

**Oleh:
PEMBIMBING UTAMA**



**(Evi Desfauza, SST, M.Kes)
NIP.195912261983022001**

PEMBIMBING PENDAMPING



**(Ardiana Batubara, SST, M.Keb)
NIP.196605231996012001**

**MENGETAHUI,
KETUA JURUSAN KEBIDANAN MEDAN**



**BETTY MANGKUJI, SST, M.Keb
NIP.196609101994032001**

LEMBAR PENGESAHAN

NAMA : IRMAWATI SITUMORANG
NIM : P07514416050
**JUDUL : PENGARUH PEMBERIAN TABLET FE KOMBINASI JUS
JERUK TERHADAP RERATA KADAR HB SAAT
MENSTRUASI PADA MAHASISWA TINGKAT I PRODI
D-IV KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES MEDAN
TAHUN 2020**

**Telah Berhasil Dipertahankan Di Hadapan Penguji Dan Diterima Sebagai
Bagian Persyaratan Yang Diperlukan Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Terapan Kebidanan Pada Program Studi Diploma IV
Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI
Medan Pada Tanggal 19 Mei 2020**

DEWAN PENGUJI

- | | |
|-----------------------------------|---|
| 1. Evi Desfauza, SST, M.Kes | () |
| 2. Julietta Hutabarat, SST, M.Keb | () |
| 3. Ardiana Batubara, SST, M.Keb | () |

**MENGETAHUI,
KETUA JURUSAN KEBIDANAN MEDAN**



BETTY MANGKUJI, SST, M.Keb

NIP. 196609101994032001

**PENGARUH PEMBERIA TABLET FE KOMBINASI JUS JERUK
TERHADAP RERATA KADAR HB SAAT MENSTRUASI
PADA MAHASISWA TINGKAT I PRODI-DIV
KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES
MEDAN TAHUN 2020**

IRMAWATI SITUMORANG

Poltekkes Kemenkes Medan
Prodi D-IV Kebidanan
Email : irmasitumorang10@gmail.com

ABSTRAK

Salah satu kendala pada remaja putri adalah anemia sehingga kadar Hb menurun. Menurut data Riskesdas (2013) anemia remaja putri sebanyak 37.1% dan terjadi peningkatan di tahun 2018 menjadi 48.9% (Kemenkes, 2018), penyebab anemia yaitu meliputi dari pola makan, pola tidur dan istirahat yang tidak baik, apalagi remaja putri yang paling rentan mengalami anemia karena mengalami menstruasi setiap bulannya sehingga terjadi pengeluaran zat besi berjumlah 1-2 mg/hari dengan jumlah darah 35-50 ml (Laila, 2018). Pemberian tablet Fe kombinasi jus jeruk adalah salah satu penanganan anemia secara non farmakologis yang dapat meningkatkan kadar Hb saat menstruasi (Briawan, 2014), penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh tablet Fe kombinasi jus jeruk terhadap kadar Hb saat menstruasi pada Mahasiswa tingkat I Prodi DIV Kebidanan Poltekkes Medan Tahun 2019. Jenis penelitian Quasi Eksperimen dengan *one group without control* dan pengambilan sampel *purposive sampling*, sampelnya adalah remaja putri Mahasiswa Kebidanan tingkat 1 yang berjumlah 15 orang, dengan kriteria inklusi sedang mengalami menstruasi, siklus menstruasi normal 28 hari, lama menstruasi 6 hari dan hanya mengonsumsi makanan dari Asrama. Berdasarkan hasil uji paired sampel t test dependen, diperoleh nilai $p (0.00) < \alpha (0,05)$, artinya tablet Fe kombinasi jus jeruk terbukti signifikan meningkatkan kadar Hb saat menstruasi pada mahasiswa tingkat I Kebidanan. Rerata Hb awal adalah 11.7 gr% setelah diberikan pemberian tablet Fe kombinasi jus jeruk Hb menjadi 13.1 gr%. Di harapkan bagi penanggung jawab asrama mampu mengawasi Mahasiswanya dalam pola makan, pola tidur dan pola istirahat sehingga mereka tidak mengalami anemia dan dapat mengikuti proses belajar mengajar di Kampus dengan baik

Kata kunci : Tablet Fe kombinasi jus jeruk, peningkata kadar Hb saat menstruasi.

**THE EFFECT OF CONSUMING FE TABLET COMBINED WITH
ORANGE JUICE TOWARDS THE MEAN OF HB LEVELS
DURING MENSTRUATION IN FEMALE STUDENTS
OF MIDWIFERY PROGRAM OF HEALTH
POLYTECHNIC OF MINISTRY OF
HEALTH 2020**

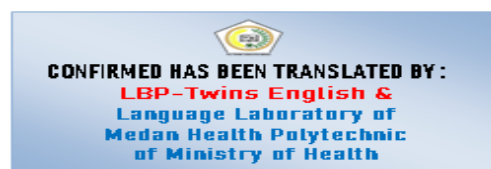
IRMAWATI SITUMORANG

**Medan Health Polytechnic Of Ministry Of Health
Extention Program Of Applied Health Science In Midwifery
Email: irmasitumorang10@gmail.com**

ABSTRACT

Anemia is one of the obstacles that is often encountered in female adolescent girls, the Hb level in their blood decreases. Based on data from Riskesdas (2013), anemic female adolescents reached 37.1% and in 2018 there was an increase to 48.9% (Ministry of Health, 2018). Causes of anemia include poor diet, sleep and rest patterns, and menstrual cycles. During menstruation, female adolescents are most vulnerable to anemia because menstruation occurs around 1-2 mg / day of iron with a blood amount of 35-50 ml (Laila, 2018). Provision of Fe tablets combined with orange juice is a non-pharmacological treatment of anemia that can increase Hb levels during menstruation (Briawan, 2014). This study aims to determine the effect of Fe tablets combined with orange juice on Hb levels during menstruation in first-level students of the Applied Science of Midwifery Program at Poltekkes Medan in 2019. This research is a Quasi Experimental study designed with one group without control and 15 female students were taken as the research samples through purposive sampling technique after fulfilling the inclusion criteria, being in a menstrual period, normal menstrual cycle is 28 days, menstruation lasts for 6 days and only consuming food provided in the dormitory. Based on the results of the paired sample t test dependent, the value of $p(0.00) < \alpha(0.05)$ was obtained, meaning that Fe tablets combined with orange juice were proven to significantly increase the Hb levels of students during menstruation. The initial mean Hb was 11.7 g% and after consuming Fe tablets combined with Hb orange juice became 13.1 g%. The person in charge of the dormitory is expected to be able to supervise students living in the dormitory in terms of eating, sleeping and resting patterns so that they avoid anemia so that they are able to follow the learning process on campus properly.

Key words: Fe tablet combined with orange juice, increased mean Hb levels during menstruation



KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nyalah yang selalu dilimpahkan sehingga sehingga peneliti dapat menyelesaikan proposal ini, adapun judul dari proposal ini pengaruh pemberian tablet Fe kombinasi jus jeruk terhadap kadar Hb saat menstruasi pada Mahasiswa tingkat I prodi DIV Kebidanan Potekkes Kemenkes Medan Tahun 2020. Disusun sebagai syarat dalam menyelesaikan pendidikan Diploma IV Politeknik Kesehatan Kemenkes Jurusan Medan untuk mencapai gelar sarjana sains terapan kebidanan.

Pada kesempatan ini peneliti ingin menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah banyak memberikan bimbingan dan bantuan dalam menyelesaikan proposal ini. Dengan segala kerendahan hati dan rasa hormat peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dra. Ida Nurhayati, M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan yang telah memfasilitasi penulis untuk melakukan penelitian ini.
2. Betty Mangkuji, SST, M.Keb selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
3. Yusniar Siregar, SST, M.Kes selaku Ketua Prodi Jurusan D-IV Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan
4. Evi Desfauza SST, M.Kes selaku Pembimbing pertama yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan masukan, kritik, dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.

5. Ardiana Batubara, SST, M.Keb selaku Pembimbing kedua yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan masukan, kritik, dan saran dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Julietta Hutabarat SST,M.Keb selaku ketua penguji yang memberikan kritik dan saran dalam penyusunan skripsi saya.
7. Betty Mangkuji, SST,M.Keb selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Medan yang telah memberi izin kepada penulis dalam melakukan penelitian ini.
8. Teristimewa kedua Orang tua tercinta saya, Bapak (Sabam Situmorang) dan Mama (Osti Sitanggang) yang senantiasa memberikan doa, cinta, kasih sayang dan dukungan kepada penulis sehingga skripsi ini dapat selesai pada waktunya.
9. Kakak saya (Buana Situmorang) dan abang saya (Johan Pebriadi Situmorang) yang selalu memberikan doa dan motivasi sampai saat ini sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
10. Buat orang yang terkasih (Ericson Rajagukguk) yang selalu memberikan motivasi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
11. Teman yang saya Kasih Maulida Rahmah, Putri Rizky Ananda dan Perbi Ginting dan nia adelina harahap yang selalu memberikan nasihat dan dukungan doa hingga saat ini skripsi saya dapat terselesaikan

13. Kakak Alumni saya Febri Theresia Sihaloho yang memberi dukungan dan motivasi hingga skripsi ini dapat terselesaikan.

14. Rekan-rekan Mahasiswa Program DIV Reguler Kebidanan Poltekkes Medan angkatan ketiga yang saling memberikan doa dan semangat dan motivasi selama perkuliahaan hingga penyusunan skripsi ini.

Akhir kata saya nerharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segsls kebsiksn semua pihak yang telah memberikan segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Medan, 19 Mei 2020

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

KATA PENGANTAR	.i
DAFTAR ISI	.iv
DAFTAR TABEL	.v
DAFTAR GAMBAR	.vi
LAMPIRAN	vii
BAB I PENDAHULUAN	.1
A. Latar Belakang.....	.1
B. Rumusan Masalah.....	.4
C. Tujuan.....	.4
a. Tujuan Umum.....	.4
b. Tujuan Khusus.....	.5
D. Manfaat	.5
a. Manfaat Teoritis	.5
b. Manfaat Praktis	.6
E. Keaslian Penulisan.....	.6
BAB II TINJAUAN TEORI	.7
A. Anemia	
1. Defenisi anemia.....	.8
2. Anemia defisiensi zat besi.....	.8
B. Konse remaja	.9
1. Konsep remaja.....	.9
2. Kebutuhan gizi remaja	14
C. Menstruasi	15
1. Defenisi menstruasi.....	15
2. Proses terjadinya menstruasi	16
D. Tablet Fe	17
1. Kandungan tablet Fe	17
2. Mekanisme kerja Tablet Fe	19
E. Jus Jeruk.....	20
1. Kandungan jeruk	20
2. Cara membuat jus jeruk	21
3 Mekanisme jus jeruk	22
F. Kerangka teori.....	24
G. Kerangka konsep	25
H. Hipotesa.....	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	26
A. Jenis dan Desain Penelitian	26
B. Populasi dan Sampel Penelitian.....	26

1. Populasi penelitian	27
2. Pampel penelitian	28
C. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	29
1. Lokasi Penelitian	29
2. Waktu Penelitian	30
D. Defenisi Operasional	31
E. Jenis dan Cara Pengumpulan Data.....	32
1. Jenis Data.....	32
a.Data Primer	32
b.Data Sekunder.....	32
2. Cara Pengumpulan Data	32
F. Alat Ukur/ Instrumen dan Bahan Penelitian	33
G. Prosedur Penelitian.....	34
H. Pengolahan dan Analisis Data	35
1. Pengolahan Data.....	35
2. Analisis Data	35
a. Analisis Univariate	35
b. Analisis Bivariate	35
I. Etika Penulisan.....	36
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	37
A.1 Hasil dan analisis data univariate	37
A.2 Analisis data bivariate	38
B. Pembahasan	40
B.1Pengaruh rerata kadar Hb sebelum dan sesudah pemberian tablet Fe kombinasi jus jeruk terhadap kadar Hb saat menstruasi pada Mahasiswa tingkat I Prodi D-IV Kebidanan Poltekkes Poltekkes Medan Tahun 2020.....	40
B.2 Menganalisa pemberian tablet Fe kombinasi jus jeruk terhadap rerata kadar Hb saat menstruasi pada Mahasiswa tingkat I Prodi D-IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan Tahun 2020.....	43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	44
A. Kesimpulan	44
B. Saran.....	45
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Anjuran Kecukupan Gizi (AKG) Pada Usia Remaja.....	8
Tabel 2.2 Batas Normal Kadar Hemoglobin.....	15
Tabel 2.3 Kebutuhan Zat Besi Menurut Kelompok Usia.....	18
Tabel 3.1 Waktu Penelitian	30
Tabel 3.2 Defenisi Operasional.....	31
Tabel 4.1 rerata kadar Hb sebelum dan sesudah pemberian tablet Fe kombinasi jus jeruk terhadap rerata kadar Hb saat Menstruasi pada Mahasiswa tingkat I Prodi DIV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan tahun 2020	40
Tabel 4.2 Menganalisa pengaruh tablet Fe kombinasi jus jeruk terhadap rerata kadar Hb saat menstruasi pada Mahasiswa tingkat I Prodi DIV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan Tahun 2020	43

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	25
Gambar 2.2Kerangka Konsep	26
Gambar 3.2 Prosedur Penelitian.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat permohonan penelitian
- Lampiran 2 Surat izin penelitian
- Lampiran 3 Surat izin layak etik
- Lampiran 4 SOP Pemberian Tablet Fe dengan Jus Jeruk
- Lampiran 5 Lembar Penjelasan Penelitian
- Lampiran 6 Lembar Persetujuan Informed Consent
- Lampiran 7 Lembar Observasi
- Lampiran 8 Lembar CheckList
- Lampiran 9 Analisis *univariate*
- Lampiran 10 Analisis *bivariate*
- Lampiran 11 Hasil uji *T test dependen*
- Lampiran 12 Taksasi dana pengeluaran penelitian