



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 3 Tahun 2024 Page 1410-1419

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Pengaruh Jus Alpukat Dan Telur Ayam Rebus Dalam Mengatasi Anemia Pada Ibu Hamil TM I di PMB A Kab. Bangka Selatan Tahun 2024 Studi Kasus Pada Ibu Hamil di PMB A Tahun 2024

Agustiawati^{1✉}, Irma Jayatmi², Rita Ayu Yolandia³

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi Fakultas Vokasi

Universitas Indonesia Maju Jakarta

Email: agus.tiawati.at@gmail.com^{1✉}

Abstrak

Anemia dalam kehamilan kondisi dimana sel darah merah menurun atau menurunnya hemoglobin, sehingga kapasitas daya angkut oksigen untuk kebutuhan organorgan vital pada ibu dan janin menjadi berkurang. Selama kehamilan, indikasi anemia adalah jika konsentrasi hemoglobin kurang dari 10,5 sampai dengan 11 g/dl. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil yang di beri jus alpukat dan telur ayam rebus dalam peningkatan kadar Hemoglobin. Metode penelitian ini akan menggunakan metode studi kualitatif. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan eksperimen yang dilakukan secara langsung kepada ibu hamil yang mengalami kadar Hb dibawah normal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Jus Alpukat Dan Telur Ayam Rebus Dalam Mengatasi Anemia Pada Ibu Hamil Tm I di PMB A Kab. Bangka Selatan Tahun 2024. Penelitian kualitatif, dengan metode studi kasus (case study). Sampel penelitian 2 Ibu hamil dengan Anemia ringan selama 7 hari. Hasil penelitian pada pasien pertama yang diberikan Intervensi tablet fe dan jus Alpukat terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester I di PMB A tahun 2024. Didapatkan hasil mengalami kenaikan yaitu dari 10,4 gr/dl menjadi 11,3 mg/dl dan keluhan sudah berkurang. Pasien kedua diberikan Telur Ayam Rebus dan Tablet Fe, Didapatkan hasil mengalami kenaikan yaitu dari 10,5 gr/dl menjadi 12,0 gr/dl dan keluhan sudah tidak diarsakan lagi. Kesimpulan intervensi tablet fe dan Telur ayam rebus lebih efektif untuk meningkatkan kadar HB pada Ibu Hamil TM I. Disarankan ibu hamil untuk mengkonsumsi Telur Ayam Rebus dan Tablet Fe untuk meningkatkan kadar Hemoglobin.

Kata Kunci : *Anemia, Ibu Hamil, dan Hemoglobin*

Abstract

Anemia in pregnancy is a condition where red blood cells decrease or hemoglobin decreases, so that the oxygen carrying capacity for the needs of vital organs in the mother and fetus is reduced. During pregnancy, the indication of anemia is if the hemoglobin concentration is less than 10.5 to 11 g/dl. The aim of this research is to determine the increase in hemoglobin levels of pregnant women who are given avocado juice and boiled chicken eggs to increase hemoglobin levels. This research method will use qualitative study methods. This research was carried out using an experimental approach carried out directly on pregnant women who experienced Hb levels below normal. This study aims to determine the effect of avocado juice and boiled chicken eggs in treating anemia in pregnant women in Tm I in PMB A District. South Bangka 2024. Qualitative research, using the case study method. Research sample 2 Pregnant women with mild anemia for 7 days. The results of the research on the first patient who was given the intervention of fe tablets and avocado juice to increase hemoglobin levels in pregnant women in the first trimester at PMB A in 2024. The results showed an increase, namely from 10.4 gr/dl to 11.3 mg/dl and complaints had reduce. The second patient was given boiled chicken eggs and Fe tablets. The results showed an increase, namely from 10.5 gr/dl to 12.0 gr/dl and complaints were no longer reported. Conclusion: The intervention of fe tablets and boiled chicken eggs is more effective in increasing HB levels in TM I pregnant women. It is recommended that pregnant women consume boiled chicken eggs and fe tablets to increase hemoglobin levels.

Keyword: *Anemia, Pregnant Women, and Hemoglobin*

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan proses yang terjadi dari pembuahan sampai kelahiran dimana peristiwa indah ini sangat dinanti-nanti pasangansuami istri. Proses ini dimulai dari sel telur yang dibuahi oleh sperma, lalu tertanam di dalam lapisan rahim, dan kemudian menjadi janin. Lamanya hamil normal adalah 280 hari (40 minggu atau 9 bulan 7 hari) dihitung dari haid pertama haid terakhir. Kehamilan dibagi dalam 3 trimester, pertama dimulai dari hasil konsepsi sampai 3 bulan, trimester kedua dimulai dari bulan keempat samapai keenam, trimester ketiga dari bulan ketujuhsampai sembilan bulan. Anemia dalam kehamilan kondisi dimana sel darah merah menurun atau menurunnya hemoglobin, sehingga kapasitas daya angkut oksigen untuk kebutuhan organorgan vital pada ibu dan janin menjadi berkurang. Selama kehamilan, indikasi anemia adalah jika konsentrasi hemoglobin kurang dari 10,5 sampai dengan 11 g/dl. (Nafilah, 2021)

Organisasi Kesehatan Dunia WHO (World Health Organization) 2018 melaporkan bahwa 40% kematian ibu di negara berkembang berkaitan dengan anemia pada kehamilan, kebanyakan disebabkan oleh defisiensi besi dan perdarahan akut, tidak jarang keduanya saling berinteraksi. Prevalensi wanita hamil yang mengalami kekurangan darah sebesar 35%

- 75% yang telah mempengaruhi hampir setengah dari jumlah wanita hamil yang menderita anemia di Dunia di mana 52% di negara berkembang dan 23% di negara maju dan kondisi ini terus meningkat seiring bertambahnya usia gestasi(WHO, 2019)

Indikator Angka Kematian Ibu (AKI) tidak hanya mampu menilai program kesehatan ibu, terlebih juga mampu menilai derajat kesehatan masyarakat karena sensitifitasnya terhadap perbaikan pelayanan kesehatan, baik dari sisi aksesibilitas maupun kualitas. Menurut Survei Penduduk Antar Sensus (SUPAS) tahun 2015, AKI sebesar 305 per 100.000 jumlah kelahiran hidup. Sedangkan AKB tahun 2015 mencapai 22,33 per 100.000 kelahiran hidup, yang artinya sudah mencapai target MDG 2015 sebesar 23 per 1000 jumlah kelahiran hidup. Jumlah kematian ibu di Indonesia sebanyak 4.627 jiwa pada 2020. Jumlah tersebut meningkat 8,92% dari tahun sebelumnya yang sebanyak 4.197 jiwa. (World Health Organization, 2020)

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menyebutkan bahwa ibu hamil yang terkena anemia mencapai 40%-50% yang artinya 5 dari 10 ibu hamil mengalami anemia. Proporsi angka kejadian anemia pada ibu hamil pada tahun 2018 sangat meningkat yaitu (48,9%), prevalensi anemia pada ibu hamil berdasarkan usia, pada usia 15-24 tahun (84,6%), usia 25-34 tahun (33,7%), usia 35-44 tahun (33,6%), usia 45-54 tahun (24%).. (Kementrian kesehatan RI, 2018)

Berdasarkan profil Dinas Kesehatan Kepulauan Bangka Belitung Angka Kematian Ibu (AKI) tahun 2018 Angka Kematian Ibu adalah 167,24/100.000 kelahiran hidup, tahun 2019 Angka Kematian Ibu adalah 137,33/100.000 kelahiran hidup, sedangkan tahun 2020 jumlah kematian ibu sebanyak 26 kasus dan di tahun 2020 jumlah kematian neonatal 0-28 hari sebanyak 135 kasus dengan penyebab terbanyak karena BBLR 54 kasus (40%). Sedangkan data prevalensi ibu hamil yang mendapat Tablet Tambah Darah (TTD) (90 tablet) di tahun 2018 sebesar 94,3%, tahun 2019 prevalensi ibu hamil yang mendapat TTD (90 tablet) sebesar 92,49%, hal ini menunjukkan ada penurunan ibu hamil yang mendapatkan TTD dan untuk prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil pada tahun 2018 sebesar 9,66%, tahun 2019 sebesar 8,67% dan pada tahun 2020 sebesar 7,89% (Profil Dinkes Provinsi Kepulauan Bangka Belitung, 2021)

Data di PMB A Tahun 2021 ada 174 ibu hamil, tahun 2022 ada 182 ibu hamil dan tahun 2024 dari Januari - November ada 176 ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya di PMB.

Anemia pada kehamilan tidak dapat dipisahkan dengan perubahan fisiologis yang terjadi selama proses kehamilan, umur janin, dan kondisi ibu sebelum hamil. Pada saat hamil, tubuh akan mengalami perubahan yang signifikan, jumlah darah dalam tubuh meningkat sekitar 20-30% sehingga memerlukan peningkatan kebutuhan pasokan zat besi

dan vitamin untuk membuat hemoglobin (Hb). (Astuti R, Ertiana D, 2018)

Peningkatan ini dimaksudkan untuk memasok kebutuhan janin untuk bertumbuh (pertumbuhan janin memerlukan banyak sekali zat besi), pertumbuhan plasenta dan peningkatan volume darah ibu. Kebutuhan zat besi selama trimester I relatif sedikit yaitu 0,8 mg/hari, kemudian meningkat tajam selama trimester II dan III, yaitu 6,3 mg/hari. (Aulia, 2017) Selain itu, Pada masa kehamilan trimester III pula terjadi penurunan kadar hemoglobin dan hematokrit yang menyebabkan viskositas darah juga menurun. Pada masa ini konsentrasi hemoglobin ibu sangat penting untuk diperhatikan. Ibu hamil cenderung memiliki kadar hemoglobin yang lebih rendah dibandingkan dengan ibu yang tidak hamil. (Astuti, 2018)

Kekurangan zat besi atau Defisiensi besi merupakan penyebab terbanyak terjadinya anemia pada ibu hamil dikarenakan kebutuhan akan zat besi semakin bertambah seiring bertambahnya usia kehamilan. Menurut hasil penelitian Herdiani (2019) menyatakan bahwa. Anemia defisiensi besi adalah anemia yang timbul akibat kosongnya cadangan besi tubuh sehingga penyediaan zat besi untuk proses pembentukan sel darah merah berkurang, yang pada akhirnya pembentukan hemoglobin (Hb) akan ikut berkurang juga. (Charumati LV, 2018)

Dampak anemia terhadap ibu hamil selama kehamilan dapat menyebabkan terjadinya abortus, persalinan *prematum*, hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim, mudah terjadi infeksi, ancaman dekompensasi kordis Hb < 6 gr/dl, ketuban pecah dini, dan pendarahan antepartum. Saat persalinan, efek anemia dapat menyebabkan gangguan kekuatan mengejan yang berhubungan langsung dengan gangguan kala nifas yaitu terjadinya pendarahan postpartum, mudah terinfeksi, anemia kala nifas, dan *dekompensasi kordis* mendadak setelah persalinan. Dampak Anemia terhadap janin yaitu terjadinya abortus, kematian, berat badan lahir rendah (BBLR), kelahiran dengan Anemia dan cacat bawaan. (Herdiani, 2019)

Pada wanita hamil, anemia meningkatkan frekuensi komplikasi pada kehamilan dan persalinan. Risiko kematian maternal, berat badan bayi lahir rendah, angka prematuritas, dan angka kematian perinatal menjadi meningkat. Perdarahan antepartum dan postpartum lebih sering dijumpai pada wanita yang anemis dan lebih sering berakibat fatal, sebab wanita anemis tidak dapat mentolerir kehilangan darah. (Departemen Gizi dan Kesehatan Masyarakat, 2021)

Menurut Hayuningtyas, S. (2022). Dengan judul Penerapan Jus Alpukat Dalam Mengatasi Anemia Ringan Pada Ibu Hamil Trimester 1. Metode penelitian yang digunakan adalah penerapan. Hasilnya setelah melakukan interpretasi data dan merencanakan

asuhan kebidanan ibu hamil dengan masalah anemia ringan dengan pemberian jus alpukat selama 14 hari didapatkan hasil ada peningkatan pada hemoglobin ibu, yaitu dengan terjadi kenaikan 0,6 gr%, dimana pada awal kunjungan hemoglobin ibu 10,4gr% dan sekarang menjadi 11,0 gr%, anemia ringan dalam kehamilan dapat ditangani. Berdasarkan penerapan yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan yaitu, pemberian jus alpukat selama 14 hari dapat meningkatkan hemoglobin. Setelah dilakukannya penerapan ini diharapkan tenaga kesehatan kedepannya dapat menerapkan metode ini dalam penanganan anemia ringan pada ibu hamil sehingga dapat mengatasi anemia pada ibu hamil. (Hayuningtyas, S, 2022)

Dalam daging buah alpukat terkandung protein, mineral Ca, Fe, vitamin A, B, dan C (Samson, 1980; Andi, 2013). Dengan kandungan nutrisi yang banyak tersebut maka alpukat dapat dimanfaatkan untuk berbagai kebutuhan dan baik jika dikonsumsi selama masa kehamilan. (Hayuningtyas, S, 2022)

Faktor-faktor penyebab anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan resiko kelahiran prematur, kematian ibu dan anak, serta penyakit infeksi. Anemia defisiensi besi pada ibu dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin atau bayi saat kehamilan maupun setelahnya. Untuk mencegah anemia setiap ibu hamil diharapkan mendapatkan tablet tambah darah (TTD) minimal 90 tablet selama kehamilan. (Naomi Christina Hutabarat, 2018)

Program pemberian minimal 90 tablet besi selama kehamilan menjadi salah satu komponen penting dalam upaya pencegahan anemia defisiensi besi. Namun penyerapan besi non-heme ini dapat ditingkatkan dengan mengkonsumsi vitamin C baik dari buah, sayur ataupun faktor faktor makanan lain yang mempermudah absorpsi. Salah satunya dengan hasil bumi kearifan lokal Kabupaten Pekalongan yaitu daun ubi jalar yang dimanfaatkan sebagai sayuran. (Naomi Christina Hutabarat, 2018)

Data di PMB A dari bulan September sampai November tahun 2024 ada 21 orang ibu hamil yang berkunjung dan yang mengalami anemia ada 6 ibu hamil yaitu 12,6 %. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang "Pengaruh Jus Alpukat Dan Telur Ayam Rebus Dalam Mengatasi Anemia Pada Ibu Hamil Tm I Di PMB A Kab. Bangka Tahun 2024".

METODE PENELITIAN

Metode dalam studi kasus ini adalah menggunakan studi kualitatif, dengan desain case study atau studi kasus yang dilakukan secara langsung kepada ibu hamil yang mengalami anemia. Studi kasus adalah metode yang ditujukan untuk menyelidiki atau mempelajari peristiwa atau fenomena tentang sesuatu. Penelitian dilakukan di PMB A di

Bangka Selatan. Sampel pada penelitian terdiri dari 2 Ibu hamil Trimester I dengan anemia ringan dengan usia 24-25 tahun, 1 ibu hamil diberikan Jus Alpukat dan Fe dan 1 ibu hamil diberikan Telur Ayam Rebus dan tablet Fe.

Teknik Sampling:

- a. Kriteria Inklusi adalah 2 ibu hamil Trimester I, hamil anak pertama yang mengalami anemia ringan dan mau menjadi responden
- b. Kriteria eksklusi adalah ibu hamil yang tidak mengalami anemia dan tidak bersedia menjadi responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Pengaruh tablet Fe dan jus alpukat terhadap peningkatan kadar HB

Intervensi jus alpukat dan tablet dilakukan selama 7 hari dan dilakukan 3 kali observasi. Hari pertama didapatkan Hb 10,4 gr/dL, terjadi peningkatan pada hari ke-4 menjadi 10,7 gr/dL, dan pada kunjungan terakhir di hari ke tujuh meningkat kembali menjadi 11,3 gr/dL. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh tablet fe jus alpukat terhadap peningkatan kadar Hb pada Ibu Hamil.

Penelitian Fransisca, D.B. (2019). dengan judul Studi Kasus Pada Ibu Hamil Terhadap Ny. I Dengan Anemia Sedang Menggunakan Penerapan Buah Alpukat Di PMB Susiati Sragi Lampung Selatan Tahun 2019. Hasil Menurut penullis setelah dilakukan studi kasus dengan 3 kali kunjungan didapatkan keadaan umum ibu baik, ibu mengerti tentang penyakit yang dialami adalah hal fisiologis dan mengerti cara mencegah Anemia, ibu mengkonsumsi tablet Fe (etabion), maka dengan gizi seimbang tinggi zat besi dan pprotein. Sehingga dapat disimpulkan pada langkah penerapan Studi Kasus Kebidanan pada Ny.I G1P0A0 ini tidak ada kesenjangan antara teori dan praktik. (Fransisca, 2019)

Hasil lain juga dilakukan oleh Hayuningtyas, S. (2022). Dengan judul Penerapan Jus Alpukat Dalam Mengatasi Anemia Ringan Pada Ibu Hamil Trimester 1. Metode penelitian yang digunakan adalah penerapan. Hasilnya setelah melakukan interpretasi data dan merencanakan asuhan kebidanan ibu hamil dengan masalah anemia ringan dengan pemberian jus alpukat selama 14 hari didapatkan hasil ada peningkatan pada hemoglobin ibu, yaitu dengan terjadi kenaikan 0,6 gr%, dimana pada awal kunjungan hemoglobin ibu 10,4gr% dan sekarang menjadi 11,0 gr%, anemia ringan dalam kehamilan dapat ditangani. Berdasarkan penerapan yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan yaitu, pemberian jus alpukat selama 14 hari dapat meningkatkan hemoglobin. Setelah dilakukannya penerapan ini diharapkan tenaga kesehatan kedepannya dapat menerapkan metode ini dalam penanganan anemia ringan pada ibu hamil sehingga dapat mengatasi anemia pada ibu

hamil. (Hayuningtyas, S, 2022)

Menurut peneliti pemberian tablet fe dan jus alpukat sangat membantu ibu hamil dalam peningkatan kadar Hb ibu selama hamil dikarenakan di dalam jus alpukat banyak mengandung provitamin A, vitamin B dan vitamin C, Selain itu juga terdapat banyak kandungan karbohidrat dan lemak serta sedikit protein yang sangat berguna sebagai penghasil energi dan kesehatan tubuh kita.

2. Pengaruh tablet Fe dan telur ayam rebus terhadap peningkatan kadar HB

Intervensi tablet fe dan telur ayam rebus dilakukan selama 7 hari dan dilakukan 3 kali observasi. Hari pertama didapatkan Hb 10,5 gr/dL, terjadi peningkatan pada kunjungan ke 2 yaitu hari ke empat menjadi 10,8 gr/dL dan pada kunjungan terakhir di hari ke tujuh meningkat kembali menjadi 12,0 gr/dL. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh tablet fe dan telur ayam rebus terhadap peningkatan kadar Hb pada Ibu Hamil.

Penelitian yang dilakukan oleh Lutfiasari, D., & Yanuaringsih, G. P. (2020) dengan judul Pengaruh Konsumsi Telur Ayam Ras Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil. Metode penelitian ini menggunakan pre eksperimental dengan pendekatan pre test post test one grup design. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kadar hemoglobin sebelum perlakuan rata-rata 9,21 gr% dan kadar hemoglobin setelah dilakukan perlakuan yaitu 10,99gr%. Hasil uji statistic didapatkan p value 0,001 dimana p value < 0,05 sehingga terhadap pengaruh konsumsi telur ayam ras terhadap kadar hemoglobin ibu hamil. (Lutfiasari, D., & Yanuaringsih, G. P, 2020)

Selain itu penelitian juga dilakukan oleh Suheni, R., Indrayani, T., & Carolin, B. T. Tahun 2020 yang berjudul Pengaruh Pemberian Telur Ayam Ras Rebus Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Walantaka Kota Serang. Metode penelitian menggunakan Quasi experimental dengan Pretest-posttest control grup design untuk mengetahui pengaruh pemberian telur ayam ras rebus pada ibu hamil. Populasinya adalah ibu hamil Anemia sebanyak 56 orang. Hasil uji pada posttest kelompok eksperimen nilai rata-rata hemoglobin 11,133 mg/dl sedangkan kontrol post-test 10,45 mg/dl. Hasil uji statistik independent sampel test terjadi kenaikan sebesar 1,366 mg/dl pada kelompok eksperimen, dan kontrol 0,56 mg/dl, artinya ada pengaruh pemberian telur ayam ras rebus terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil. (Suheni, R., Indrayani, T., & Carolin, B. T, 2020)

Menurut peneliti jika ibu hamil mengkonsumsi tablet Fe dan telur ayam rebus dengan rutin maka dapat akan ada beberapa manfaat yang dirasakan ibu misalnya berkurangnya rasa pusing, merasa lebih kuat, tidak lekas lelah dan memiliki nafsu makan yang lebih baik.

Sehingga dapat terjadi peningkatan kadar hemoglobin pada Ibu. Oleh sebab itu telur dapat dijadikan salah satu alternatif guna meningkatkan kadar Hb darah pada ibu hamil yang rentan mengalami anemia. Adapun mekanisme penyerapan telur sebagai protein ini adalah untuk mengatur proses metabolisme dalam bentuk hormon dan enzim sebagai mekanisme pertahanan tubuh dalam melawan berbagai zat toksik dan mikroba lain, serta dapat memelihara jaringan dan sel tubuh manusia.

3. Perbandingan pengaruh kadar Hb yang diberikan Jus alpukat serta tablet fe dan telur ayam serta tablet Fe.

Tabel 1 perbandingan

	Rebusan Jus alpukat dan tablet Fe			Telur ayam rebus dan Tablet Fe		
Kunjungan	Hari 1	Hari 4	Hari 7	Hari 1	Hari 4	Hari 7
kategori	Anemia ringan	Anemia ringan	Normal	Anemia ringan	Anemia ringan	Normal
Hb	10,4 g/dl	10,7 g/dl	11,3 g/dl	10,5 g/dl	10,8 g/dl	12,0 g/dl

Sumber : Hasil Pemeriksaan

Setelah dilakukan asuhan kebidanan pada Ibu hamil yang diberikan jus alpukat dan tablet fe yang diberikan dalam waktu 7 hari, dimana hari pertama didapatkan kadar Hb 10,4 g/dl, hari ke empat didapatkan 10,7 g/dl, hari ke tujuh didapatkan 11,3 g/ yang mana dalam waktu tujuh hari naik 0,9 g/dl. Hal ini dapat terjadi karena antusias ibu mengikuti saran dari bidan untuk mengkonsumsi jus alpukat diminum 1 kali dalam sehari setelah makan, rutin mengkonsumsi tablet fe, dan makanan dan minuman yang mendukung lainnya.

Pada pasien yang kedua juga dilakukan intervensi diberikan telur ayam rebus tablet fe yang diminum rutin 1 kali sehari selama 7 hari. Hasil yang didapat hari pertama kadar Hb 10,5 g/dl, hari ke empat 10,8 g/dl, dan meningkat pada hari ke tujuh menjadi 12,0 g/dl yang mana dalam waktu 7 hari meningkat 1,5 g/dl. Hal ini dapat terjadi karena pasien mengikuti arahan dari bidan untuk mengkonsumsi tablet Fe 1xsehari dan mengkonsumsi telur ayam rebus sebanyak 2 butir setiap harinya.

Penelitian ini menunjukkan bahwa ada perbedaan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang telah diberikan intervensi dengan jus alpukat beserta tablet fe dan telur ayam rebus

beserta tablet fe. Sehingga dapat disimpulkan bahwa yang paling berpengaruh dalam peningkatan kadar Hb pada ibu hamil adalah pemberian telur ayam rebus dan Tablet Fe.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tentang "Pengaruh Jus Alpukat Dan Telur Ayam Rebus Dalam Mengatasi Anemia Pada Ibu Hamil TM I Di PMB A Kab. Bangka Tahun 2024" di peroleh kesimpulan sebagai berikut:

- a.** Mengetahui pengaruh jus alpukat dan tablet fe terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester I di PMB A Tahun 2024. Didapatkan hasil mengalami kenaikan yaitu dari 10,4 gr/dl menjadi 11,3 mg/dl dan keluhan yang di rasakan sudah tidak ada.
- b.** Mengetahui pengaruh Telur ayam rebus dan tablet fe terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester I di PMB A Tahun 2024. Didapatkan hasil mengalami kenaikan yaitu dari 10,5 gr/dl menjadi 12,0 gr/dl dan keluhan sudah tidak dirasakan.
- c.** Mengetahui perbandingan Pengaruh kadar hemoglobin yang diberikan telur ayam rebus beserta tablet fe dan yang diberikan jus alpukat beserta tabet Fe pada ibu hamil trimester I di PMB A Tahun 2024. Pada pasien yang diberikan telur ayam rebus beserta tablet fe dan didapatkankan kenaikan 1,5 gr/dl, sedangkan yang diberikan jus alpukat beserta tablet fe hanya mengalami kenaikan 0,9 gr/dl.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, K., & Salnus, S. (2021). . *Pengaruh Pemberian Jus Alpukat Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin. Jurnal TLM Blood Smear, 2(2), 41-47.*
- Dr. K. M. Agus Riyanto. (2019). *Aplikasi Metodologi Penelitian Kesehatan* (A. Fiddarain (ed.); 3rd ed.). Nuamedika.
- Fransisca. (2019). . *Studi Kasus Pada Ibu Hamil Terhadap Ny. I Dengan Anemia Sedang Menggunakan Penerapan Buah Alpukat Di Pmb Susiati Sragi Lampung Selatan Tahun 2019 (Doctoral Dissertation, Poltekkes Tanjungkarang).*
- Hayuningtyas, S. (2022). . *Penerapan Jus Alpukat Dalam Mengatasi Anemia Ringan Pada Ibu Hamil Trimester 1 (Doctoral Dissertation, Poltekkes Tanjungkarang).*
- Herdiani. (2019). No Title. *Manfaat Pemberian Jus Jambu Biji Terhadap Kenaikan Nilai Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil. J SMART Kebidanan. 2019;6(2):101.*
- Hoffbrand, et.al. (2016). . *Kapita Selekta Hematologi Edisi Ke-6. Penerbit Buku Kedokteran, Jakarta, EGC;*

- Keintjem, dkk. (2022). No Title. *Asupan Telur Ayam Rebus Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil. JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 9(2), 72-78.
- Kurniawan. (2014). . *Khasiat Dahsyat Alpukat Mengobati Dan Mencegah Semua Penyakit. Jakarta: Healthy Books Lembar Langit Indonesia.*
- Lutfiasari, D., & Yanuaringsih, G. P. (2020). No Title. *Pengaruh Konsumsi Telur Ayam Ras Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil. Jurnal Bidan Pintar*, 1(1), 11-20.
- Mustaghfiroh, dkk. (2017). No Title. *Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Dengan Suplementasi Zat Besi. Global Health Science*, 2(3), 304-308.
- Suheni, R., Indrayani, T., & Carolin, B. T. (2020). No Title. *Pengaruh Pemberian Telur Ayam Ras Rebus Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Walantaka Kota Serang. Jurnal Akademi Keperawatan Husada Karya Jaya*, 6(2).
- Taylor Jones. (2022). No Title. *Telur Ayam Kampung VS Telur Ayam Negeri.*