

ABSTRAK

Kehamilan merupakan suatu peristiwa fisiologis yang dialami oleh seorang wanita. Pada masa kehamilan, tubuh akan mengalami perubahan seperti terjadinya peningkatan volume darah yang disebut hemodilusi atau pengenceran darah dan berdampak menjadi anemia, salah satu penyebab anemia dalam kehamilan yaitu cara mengkonsumsi tablet Fe yang kurang baik. Sebanyak 40-50% ibu hamil di Indonesia mengalami anemia dalam kehamilan. Tujuan dari penelitian ini yaitu dapat memberikan asuhan secara komprehensif pada kehamilan khususnya ibu hamil dengan anemia ringan, persalinan, nifas, dan bayi baru lahir. Jenis penelitian ini bersifat deskriptif dengan pendekatan secara *continuity of care* dan menggunakan sampel seorang ibu hamil dengan usia kehamilan 37-38 minggu dengan cara pengambilan sampel secara *purposive sampling*. Ibu hamil diberikan intervensi berupa pemberian jus jeruk sebanyak 50 ml dan dicampurkan dengan 200 ml air hangat yang dikonsumsi bersamaan saat meminum tablet Fe selama satu minggu berturut-turut, hasil yang didapatkan berupa terjadi peningkatan kadar Hemoglobin. Dapat disimpulkan bahwa jus jeruk lemon dapat membantu mengoptimalkan proses penyerapan zat besi sehingga Hb dapat meningkat menjadi 0,5 g/dL dalam satu minggu, diharapkan pemberian jus jeruk lemon dapat dijadikan pendamping dalam memberikan tablet Fe pada asuhan kebidanan khususnya pada ibu hamil trimester III dengan anemia ringan.

Kata Kunci : Anemia, Besi, Hemoglobin, Jus Jeruk Lemon.

Sumber : 30 Buku (2015 – 2019).

9 Jurnal (2015 – 2019).

ABSTRACT

Pregnancy is physiological event experienced by a woman. During pregnancy, the body will experience changes such as an increase in blood volume called hemodilution or blood thinning and the impact becomes anemia, one of the causes of anemia in pregnancy is how to consume Fe tablets that are not good. As many as 40-50% of pregnant women in Indonesia experience anemia in pregnancy. The purpose of this study is to provide comprehensive care for pregnancy especially pregnant women with mild anemia, childbirth, puerperium, and newborns. The type of research is descriptive with a continuity of care approach and uses a sample of a pregnant women with 37-38 weeks gestational age by means of a purposive sampling. Pregnant women are given an intervention in the form of giving 50 ml of lemon juice and mixed with 200 ml of warm water that is consumed together while taking Fe tablets for one week in a row, the result obtained in the form of an increase haemoglobin levels. It can be concluded that lemon juice can help optimize the process of absorption of iron so that Hb can increase to 0,5 g/dL in one week, it's hoped that the lemon juice can be used as a companion in giving Fe tablets in obstetric care, especially in third trimester pregnant women with mild anemia.

Keywords : Anemia, Hemoglobin, Iron, Lemon Juice.

Source : 30 Books (2015 – 2019).

9 Journals (2015 – 2019).