

ABSTRAK

Riset Kesehatan Dasar Republik Indonesia (Riskesdas) menyebutkan bahwa prevalensi anemia zat besi yang terjadi pada balita sebesar 28,1 %, anak usia 5-12 tahun 29 %, ibu hamil 37,1 %, remaja putri usia 13-18 tahun dan wanita subur usia 15-49 tahun masing-masing sebesar 22,7 %. Kandungan zat yang ada di dalam kopi dapat mengikat zat besi sehingga dapat menghambat proses penyerapan zat besi yang berfungsi untuk hemoglobin. Proses pembentukan hemoglobin ini dapat didukung dengan konsumsi vitamin C. Jenis penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan rancangan penelitian *Pre-post Test Design* yang bertujuan untuk melihat perbandingan kadar hemoglobin peminum kopi sebelum dengan setelah intervensi vitamin C selama 7 dan 14 hari. Analisa data yang digunakan adalah uji statistika non parametrik yaitu uji Wilcoxon Signed Rank Test. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa Poltekkes Kemenkes Surabaya yang memiliki kebiasaan mengonsumsi kopi 1-2 gelas sehari dan sebanyak 30 orang responden berjenis kelamin laki-laki usia 18-23 tahun telah dilakukan pemeriksaan hemoglobin. Penelitian ini dilakukan di Laboratorium Hematologi jurusan Teknologi Laboratorium Medis pada bulan Maret hingga April 2023. Rata-rata kadar hemoglobin pada peminum kopi sebelum intervensi adalah 14,9 g/dl, sedangkan rata-rata kadar hemoglobin pada peminum kopi adalah 15,1 g/dl setelah intervensi vitamin C 7 hari dan 15,0 g/dl setelah intervensi vitamin C 14 hari. Diketahui berdasarkan uji statistika nilai *Asymp. Sig.* adalah 0,802 yang berarti terdapat kesamaan kadar hemoglobin peminum kopi sebelum dengan setelah intervensi vitamin C selama 7 dan 14 hari.

Kata Kunci : Anemia Defisiensi Besi, Hemoglobin, Vitamin C, Peminum Kopi.

ABSTRACT

Basic Health Research of the Republic of Indonesia (Riskesmas) states that the prevalence of iron anemia that occurs in toddlers is 28.1%, children aged 5-12 years 29%, pregnant women 37.1%, young women aged 13-18 years and fertile women aged 15-49 years each by 22.7%. The content of substances in coffee can bind iron so that it can inhibit the absorption of iron which functions for hemoglobin. The process of forming hemoglobin can be supported by the consumption of vitamin C. This type of research is an experimental study with a Pre-post Test Design study design which aims to compare hemoglobin levels of coffee drinkers before and after vitamin C intervention for 7 and 14 days. The data analysis used is a non-parametric statistical test, namely the Wilcoxon Signed Rank Test. The population in this study were students of the Surabaya Ministry of Health Poltekkes who had a habit of consuming 1-2 cups of coffee a day and as many as 30 male respondents aged 18-23 years had carried out hemoglobin checks. This research was conducted at the Hematology Laboratory, majoring in Medical Laboratory Technology, from March to April 2023. The average hemoglobin level in coffee drinkers before the intervention was 14.9 g/dl, while the average hemoglobin level in coffee drinkers was 15.1 g/dl. dl after 7 days of vitamin C intervention and 15.0 g/dl after 14 days of vitamin C intervention. Value-based on Asymp statistical test. Sig. is 0.802 which means that there are similarities in the hemoglobin levels of coffee drinkers before and after the vitamin C intervention for 7 and 14 days.

Keywords : Iron Deficiency Anemia, Hemoglobin, Vitamin C, Coffee Drinkers.