

## **Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit Pada Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin di Wilayah UPTD Puskesmas Peulumat Kecamatan Labuhanhaji Timur**

### **The Effect of Giving Beetroot Juice to Pregnant Women on Increasing Hemoglobin Levels in the UPTD Area of Peulumat Health Center, Labuhanhaji Timur**

**Elvi Era Liesmayani<sup>1</sup>, Nurrahmaton<sup>2</sup>, Mey Elisa<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Dosen S1 Kebidanan, Fakultas Farmasi dan Kesehatan Umum, Institut Kesehatan Helvetia Medan  
Email : <sup>1</sup>elviera@helvetia.ac.id, <sup>2</sup>nurrahmaton@helvetia.ac.id, <sup>3</sup>meyelisa@helvetia.ac.id

#### **Abstrak**

Angka anemia di UPTD Puskesmas Peulumat mencapai 16.4 % sedangkan tablet tambah darah di UPTD Puskesmas Peulumat selalu di berikan pada ibu hamil. Hal ini dapat disebabkan beberapa faktor salah satunya adalah malabsorpsi. Sehingga diperlukan tambahan vitamin C untuk dapat membantu menyerap tablet Fe yang dikonsumsi dengan cara minum jus buah bit. Penelitian ini bertujuan untuk menguji pengaruh pemberian jus buah bit pada ibu hamil terhadap peningkatan kadar hemoglobin di wilayah UPTD Puskesmas Peulumat Tahun 2022. Jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi experiment* dengan rancangan *pretest-posttest with control group design*. Populasi dan sampel adalah 30 responden dengan kelompok Perlakuan sebanyak 15 responden dan kelompok kontrol sebanyak 15 responden dengan Teknik pengambilan sampel secara purposive sampling dengan ketentuan inklusi dan eksklusi. Hasil penelitian menunjukkan uji statistik *paired sample t test* pada kelompok kontrol didapatkan  $P_{value} = 0,455 > 0.05$  dan pada kelompok Perlakuan didapatkan  $P_{value} = 0.000 > 0.05$  jadi, ada pengaruh pemberian jus jambu buah bit pada ibu hamil terhadap peningkatan kadar hemoglobin. Disarankan kepada instansi pemerintahan terkait di kabupaten aceh selatan secara intens melakukan penyuluhan kepada masyarakat khususnya tentang manfaat Jus buah bit dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil, ibu hamil.

**Kata kunci :** Anemia, Ibu hamil, Buah Bit

#### **Abstract**

*The rate of anemia in the UPTD of the Peulumat Health Center reached 16.4% while the blood-added tablets at the UPTD of the Peulumat Health Center were always given to pregnant women. This can be caused by several factors, one of which is malabsorption. So that additional vitamin C is needed to help absorb Fe tablets consumed by drinking beetroot juice. This study aims to examine the effect of giving beetroot juice to pregnant women on increasing hemoglobin levels in the UPTD Puskesmas Peulumat in 2022. The type of research used was a quasi-experimental design with a pretest-posttest with control group design. The population and sample were 30 respondents with a group design. The treatment was 15 respondents and the control group was 15 respondents with purposive sampling technique with the provision of inclusion and exclusion. The results showed that the statistical test paired sample t test in the control group obtained P value = 0.455 > 0.05 and in the Treatment group obtained P value = 0.000 > 0.05 so, there is an effect of giving beetroot juice to pregnant women on increasing hemoglobin levels. It is recommended to the relevant government agencies in South Aceh Regency to intensively educate the public,*

*especially about the benefits of beetroot juice to increase hemoglobin levels in pregnant women, pregnant women.*

**Keywords:** *Anemia, Pregnant women, Bit*

## PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan sesuatu yang wajar yang terjadi kepada Wanita yang produktif. Ibu hamil adalah seorang wanita yang sedang mengandung yang dimulai dari konsepsi sampai lahirnya janin. Kehamilan adalah waktu transisi, yaitu masa antara kehidupan sebelum memiliki anak yang sekarang berada dalam kandungan dan kehidupan nanti setelah anak itu lahir. Kehamilan merupakan penyatuan dari spermatozoa dan ovum dan dilanjutkan dengan nidasi. Bila dihitung dari saat fertilisasi hingga lahirnya bayi, kehamilan normal akan berlangsung dalam waktu 40 minggu atau 9 bulan menurut kalender internasional. Maka, dapat disimpulkan bahwa kehamilan merupakan bertemunya sel telur dan sperma di dalam atau diluar Rahim dan berakhir dengan keluarnya bayi dan plasenta melalui jalan lahir (1)

Anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Kadar hemoglobin normal umumnya berbeda pada laki-laki dan perempuan. Untuk pria, anemia biasanya didefinisikan sebagai kadar hemoglobin kurang dari 13,5 gram/100ml dan pada wanita sebagai hemoglobin kurang dari 12,0 gram/100ml. Pada wanita usia subur Hb < 12,0 g/dl dikatakan anemia, sedangkan pada ibu hamil dikatakan anemia bila Hb < 11,0 g/dl. Anemia kehamilan merupakan peningkatan kadar cairan plasma selama kehamilan mengencerkan darah (hemodilusi) yang dapat tercermin sebagai anemia. Anemia kehamilan yang paling sering dijumpai adalah anemia gizi besi (2)

Data *World Health Organization* (2019) Anemia merupakan masalah yang dialami oleh 41,8% ibu hamil di dunia. Sekitar setengah dari kejadian anemia tersebut disebabkan karena defisiensi besi. Adapun prevalensi anemia pada ibu hamil di dunia yaitu diperkirakan Afrika sebesar 57,1%, Asia 48,2% , Eropa 25,1% dan Amerika 24,1% (3) Penderita anemia pada ibu hamil di Indonesia adalah 70 %, artinya dari 10 ibu hamil, sebanyak 7 orang akan menderita anemia. Hasil riset kesehatan dasar mencatat pada tahun 2013 anemia pada ibu hamil sebesar 37,1%, dan di Tahun 2018 kasus anemia sebesar 34,23% (4) Provinsi Aceh memiliki jumlah ibu hamil dengan anemia sebesar 12.500 orang pertahun, laporan dinas Kesehatan Aceh Selatan Tahun 2021 yang menderita anemia ringan-sedang sebanyak 810 orang. Di UPTD Puskesmas Peulumat data ibu yang menderita Anemia sebanyak 31 orang di Tahun 2021.

Cara mengatasi anemia pada ibu hamil biasanya penanganan ada 2 cara yang dilakukan yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Cara farmakologis yaitu dengan memberikan minimal 90 tablet Fe selama kehamilan diharapkan akan meningkatkan kadar Hb dimana pemberian tablet Fe itu juga termasuk dalam program pemerintah. Adapun cara non farmakologi pengobatan anemia dapat dilakukan dengan cara mengkonsumsi buah bit yang kaya antioksidan dan nutrisi, termasuk magnesium, natrium, kalium, Vitamin C, dan betaine, yang berfungsi dengan bertindak pada nutrisi lain untuk mengurangi konsentrasi homosistein, homolog dari alami asam amino sistein, yang telah disarankan untuk dapat merusak pemburuh darah (5)

Buah bit adalah tanaman yang berasal dari keluarga *Amaranthaceae-Chenopodiaceae*. Artinya, buah bit masih satu keluarga dengan sayuran lobak dan sayuran berakar lainnya. Umumnya, orang lebih suka menggunakan akarnya yang terasa manis sebagai obat kesehatan. Namun, saat ini banyak yang mengonsumsi daging buah dan daun dari buah bit, karena memiliki kandungan nutrisi yang melimpah serta manfaat yang baik untuk kesehatan. Kandungan nutrisi pada buah bit, dalam 100 gram buah bit kandungan nutrisi

seperti berikut: Air: 87.6 gram, Protein: 1.6 gram, Lemak: 0.1 gram, Karbohidrat: 9.6 gram, Serat: 2.6 gram, Kalsium: 27 miligram (mg), Fosfor: 43 mg, Zat besi: 1.0 mg, Natrium: 29 mg, Kalium: 404.9 mg, Tembaga: 0.20 mg, Seng: 0.7 mg, Karoten total: 20 mcg, Thiamin (Vitamin B1): 0.02 mg, Riboflavin (Vitamin B2): 0.05 mg, Niasin: 0.3 mg, Vitamin C: 10 mg. Manfaat buah bit untuk kesehatan misalnya sebagai pewarna makanan alami dan pemanis campuran dalam makanan maupun minuman. Namun, tak hanya itu, buah bit ternyata juga memiliki banyak sekali manfaat kesehatan.

Hemoglobin adalah protein di dalam sel darah merah yang berfungsi untuk menghantarkan oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Jika ibu hamil memiliki kadar hemoglobin yang rendah, maka dapat menyebabkan anemia yang membahayakan kondisi janin. Anemia adalah kondisi ketika tubuh kekurangan sel darah merah yang lebih rendah daripada jumlah normalnya. Salah satu akibat dari anemia pada ibu hamil adalah meningkatkan risiko bayi lahir prematur atau bayi lahir dengan berat badan yang rendah. Hemoglobin yang rendah pada ibu hamil juga akan memengaruhi ibu hamil itu sendiri selama kehamilan. Ketika kekurangan hemoglobin, ibu hamil akan merasa pusing, mata berkunang-kunang, bahkan bisa sampai tidak sadarkan diri atau pingsan. Saat memeriksa kandungan, setiap ibu hamil harus menjalani tes darah untuk melihat kadar hemoglobin dalam tubuh selama kunjungan prenatal pertama dan di akhir masa kehamilan. Menurut WHO, penentuan kadar hemoglobin normal ibu hamil dan kategori batasan anemia dari ringan hingga berat: Normal: Hb > 11 gr/dl, Anemia ringan: Hb 8 – 11 gr/dl, Anemia berat: Hb < 7 gr/dl. Kekurangan hemoglobin memang sering dialami oleh ibu hamil. Kekurangan hemoglobin disebabkan oleh kurangnya sumber penghasil hemoglobin, yaitu zat besi. Biasanya, kondisi ini disebut anemia defisiensi besi. Seorang ibu hamil membutuhkan kadar sel darah merah yang lebih banyak untuk mencukupi perubahan dalam tubuh. Sel darah merah juga berfungsi dalam pembentukan sel-sel darah merah pada janin. Itu juga sebabnya kebutuhan zat besi ibu hamil, akan meningkat hingga dua kali lipat dibandingkan sebelumnya. Jika tidak dipenuhi kebutuhannya, maka dapat memicu anemia sebagai akibat dari kekurangan asupan zat besi. Ibu hamil harus mengonsumsi tablet Fe minimal 1 tablet setiap hari hingga 90 tablet.

Adapun cara non farmakologis pengobatan anemia dan pencegahannya salah satu diantaranya adalah dengan cara mengonsumsi buah bit, Cara non farmakologis ini pada buah bit mengandung zat seperti karbohidrat, asam folat, kalium, serat, vitamin C, magnesium, triptofan, zat besi, tembaga, fosfor, caumarin, betalain, efek nikrat kandungan yang ada dalam buah bit dapat mengatasi penderita anemia. Manfaat pertama dari buah bit adalah sebagai obat hati, pembersih alami ginjal dan kandung empedu, selain itu juga dapat membersihkan dan menetralkan racun di dalam tubuh, melawan infeksi dan radang serta mengatasi masalah batu ginjal. Diantara semua buah, buah bit adalah salah satu buah yang tinggi kadar asam folat yaitu 108 mg dari buah lainnya. Buah ini juga direkomendasikan oleh ahli naturopati sebagai pembersih usus.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan Gustina dengan judul ‘Manfaat pemberian jus buah bit pada ibu hamil dengan anemia terhadap peningkatan Hb di wilayah kerja puskesmas kec. jatinegara dan puskesmas kec. kramat jadi tahun 2019 diketahui bahwa dari hasil penelitian didapatkan hasil uji Independen bahwa Ibu yang mengonsumsi buah bit pada kelompok eksperimen mempunyai rata-rata kenaikan kadar HB lebih tinggi yaitu 0,72 gram/dl dengan variasi sebesar 0,46 gram/dl dibanding dengan Ibu yang tidak mengonsumsi jus buah bit pada kelompok kontrol memiliki rata-rata kenaikan kadar HB 0,23 gram/dl dengan variasi sebesar 0,41 gram/dl. Hasil uji statistik diperoleh p-value = 0,001 < 0,005 artinya secara statistik ada perbedaan yang signifikan antara kenaikan kadar Hb Ibu yang mengonsumsi jus bit dengan Ibu yang tidak mengonsumsi jus bit. (6)

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan Maret 2022 di Puskesmas Peulumat melalui wawancara, 5 orang ibu hamil yang mengatakan Hb ibu rata-rata 9, gr/dl sampai dengan 10 gr/dl, ibu hamil hanya di berikan therapy tablet tambah darah 10 tablet setiap kali kunjungan ke puskesmas. Ibu hamil juga belum pernah meminum jus buah bit untuk peningkatan Hb pada ibu hamil.

Uptd Puskesmas Peulumat salah satu Puskesmas yang ada di Aceh Selatan, Puskesmas Peulumat termasuk jauh dari Kabupaten kota Aceh Selatan , dimana akses informasi kesehatan lambat di terima , karna jarak jauh dari pusat Kabupaten Kota. Pelatihan Untuk tenaga Kesehatan juga masing jarang di lakukan, sehingga ilmu trenn issu terbaru sering lambat di terima oleh tenaga Kesehatan di wilayah Uptd Puskesmas Peulumat. Berdasarkan survey tersebut penelititertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit Pada Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Di Wilayah Kerja Puskesmas Peulumat Kecamatan Labuhanhaji Timur Tahun 2022”.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian *quasi experiment* yaitu untuk mengidentifikasi pengaruh jus buah Bit (*Beta Vulgaris*) pada ibu hamil terhadap peningkatan kadar Hemoglobin (Hb) Di Wilayah Kerja Puskesmas Peulumat Kecamatan Labuhanhaji Timur dilakukan dari bulan Maret sampai dengan bulan Agustus 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang ada di Wilayah Puskesmas Peulumat Kecamatan Labuhanhaji Timur Kabupaten Aceh Selatan sejumlah 100 orang. Teknik Purposive Sampling peneliti mengambil kriteria inklusi berdasarkan pada pertimbangan peneliti yaitu ibu hamil Trimester III dengan jumlah 30 sampel di wilayah kerja Puskesmas Peulumat. Analisis data dalam penelitian ini dilakukan berdasarkan analisis univariat dan bivariat.

## HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan di Puskesmas Peulumat Kecamatan Labuhanhaji Timur yang dilakukan terhadap 30 responden, dan hasilnya dapat dilihat pada tabel distribusi frekuensi dibawah ini ;

Tabel 1. Kerateristik Responden

<b>Kerateristik</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
<b>Umur ibu kelompok kontrol</b>		
20-35 tahun	10	66.7
> 35 Tahun	5	33.3
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100</b>
<b>Umur ibu kelompok perlakuan</b>		
20-35 Tahun	9	60
> 35 Tahun	6	40
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100</b>
<b>Usia kehamilan ibu kelompok kontrol</b>	<b>f</b>	<b>%</b>
< 28 Minggu	0	0
>28 Minggu	15	100
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100</b>
<b>Usia kehamilan ibu kelompok perlakuan</b>	<b>f</b>	<b>%</b>

< 28 Minggu	0	0
>28 Minggu	15	100
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa umur responden pada kelompok kontrol di wilayah UPTD Puskesmas Peulumat lebih banyak umur 20-35 Tahun sebanyak 10 Orang (66.7 % ) dan lebih sedikit dengan umur > 35 Tahun sebanyak 5 orang ( 33.3 % ) lebih banyak umur 20-35 Tahun sebanyak 9 Orang ( 60 % ) dan lebih sedikit dengan umur > 35 Tahun sebanyak 6 orang ( 40 % ).Usia kehamilan > 28 minggu dengan jumlah 15 orang (100%), artinya semua yang diteliti adalah usia kehamilan yang lebih dari 28 minggu. usia kehamilan > 28 minggu dengan jumlah 15 orang (100%), artinya semua yang diteliti adalah usia kehamilan yang lebih dari 28 minggu

Tabel 2 Distribusi Kadar Hemoglobin Sebelum Dan Sesudah Pada Responden Kelompok Kontrol Dan Perlakuan Di Wilayah Uptd Puskesmas Peulumat Tahun 2022

No	Kelompok Kontrol		Kelompok Perlakuan	
	Sebelum	Sesudah	Sebelum	Sesudah
1.	10	10,4	9,4	12
2.	12	11	10,2	12
3.	10	10	10,1	13
4.	10,5	10,5	9,5	12
5.	9,5	10	9,7	12
6.	10,4	10	10,4	13
7.	10	10,2	10,1	13
8.	10,5	10,8	9,8	12
9.	10,4	10,1	9,7	12
10.	10	10,3	10,3	13
11.	10,2	10,3	10,2	12
12.	9,8	9,9	9,8	12
13.	10,6	10	11	12
14.	11	9,8	11	12
15.	10,8	10,9	11	13

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat dari kelompok kontrol perubahan hemoglobin sebanyak 8 orang ( 53.3 % ) dan yang tidak mengalami perubahan sebanyak 7 orang (46. %). Pada kelompok perlakuan dari ke 15 responden semua mengalami perubahan hemoglobin (100 %)

Tabel 3 Uji Normalitas Rata-Rata Perubahan Kadar Hemoglobin Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Kontrol

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hb pre_test kontrol	.156	15	.200*	.899	15	.092
Hb post_test kontrol	.173	15	.200*	.902	15	.104

Tabel 3 Berdasarkan uji normalitas data menggunakan Shapiro Wilk didapatkan bahwa semua variabel pada kelompok kontrol memiliki signifikansi lebih besar dari pada  $\alpha$  (0,05) sehingga dinyatakan bahwa data berdistribusi normal.

Tabel 4 Uji Normalitas Rata-Rata Perubahan Kadar Hemoglobin Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Perlakuan

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	Df	Sig.
Pre_test perlakuan	.147	15	.200*	.910	15	.134
Post_test perlakuan	.193	15	.137	.877	15	.042

Tabel 4 Berdasarkan uji normalitas data menggunakan Shapiro Wilk didapatkan bahwa semua variabel pada kelompok perlakuan memiliki signifikansi lebih besar dari pada  $\alpha$  (0,05) sehingga dinyatakan bahwa data berdistribusi normal.

Tabel 5 Pengaruh Rata-Rata Perubahan Kadar Hemoglobin Sebelum dan Sesudah Pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

		Paired Samples Test							
		Paired Differences							
		Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
					Lower	Upper			
Pair 1	pre perlakuan - post perlakuan	69.3333	36.66775	9.46757	49.02741	89.63926	7.323	14	.000
Pair 2	pre kontrol - post kontrol	-6.2000	64.49828	16.6533	-41.91796	29.51796	-.372	14	.715

Berdasarkan output pair 1 diperoleh nilai sig 2 tailed sebesar  $0.000 < 0,05$  maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata nilai hemoglobin pada ibu hamil kelompok perlakuan. Sedangkan output pair 2 nilai sig 2 tailed sebesar  $0.715 > 0.05$  maka dapat disimpulkan tidak ada perbedaan rata-rata nilai hemoglobin pada ibu hamil kelompok kontrol.

## PEMBAHASAN

### 1. Pengaruh kadar hemoglobin pada kelompok kontrol

Berdasarkan hasil analisis uji t berpasangan ( Paired sample t test ) pada kelompok kontrol didapatkan hasil *P-Value* 0,715 Sehingga tidak ada perbedaan yang bermakna kadar hemoglobin pada ibu hamil di wilayah UPTD Puskesmas Peulumat.

Kehamilan adalah masa dimana seorang wanita membawa embrio atau fetus di dalam tubuhnya. Masa kehamilan mulai dari ovulasi sampai partus kira-kira 280 hari ( 40 minggu ) dan tidak boleh lebih dari 300 hari ( 43 minggu ) . Terjadi perubahan sistem tubuh dalam upaya adaptasi terhadap kehamilan termasuk sistem sirkulasi darah (*Cardiovascular*). Pengenceran darah (hemodilusi) yang pesat terjadi pada trimester II kehamilan dan mulai

berkurang pada trimester III mengakibatkan ibu hamil yang memasuki trimester III masih rentan akan mengalami anemia terutama anemia defisiensi besi. Maka dari itu diperlukan zat besi tambahan dalam bentuk suplemen agar membantu kecukupan zat besi harian ibu.(7)

Hal ini sesuai dengan Asiyah (2019) bahwa kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang hanya mengonsumsi tablet Fe saja rata-rata 0,2 mg/dL yang tidak memberikan perbedaan bermakna. Dijelaskan oleh Kemenkes R.I (2018) bahwa kebutuhan zat besi ibu hamil sekitar 800 mg, pada makanan menghasilkan 8-10 mg Fe sehingga harus mengonsumsi tablet tambah darah minimal sebanyak 60 tablet selama hamil dan harus mengonsumsi vitamin C yang membantu proses penyerapan zat besi di dalam tubuh. Sejalan dengan Sianturi (2018), zat besi dengan vitamin C membentuk askorbat besi kompleks yang larut dan mudah diserap oleh organ – organ pada tubuh manusia. Pengubahan zat besi non-heme dalam bentuk senyawa inorganic Ferri ( $Fe^{3+}$ ) menjadi Ferro ( $Fe^{2+}$ ) akan semakin besar apabila pH di dalam lambung semakin asam. Vitamin C dapat menambah keasaman pH lambung sehingga dapat membantu penyerapan zat besi di dalam lambung. Vitamin C dapat meningkatkan penyerapan zat besi sebanyak 30%.(8)

Menurut peneliti dapat disimpulkan bahwa pada kelompok kontrol tidak adanya kenaikan hemoglobin secara signifikan karena tidak ada masuknya zat besi di dalam tubuh maka tidak ada perubahan yang berarti pada kelompok kontrol.

## **2. Pengaruh jus buah bit terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil pada kelompok perlakuan**

Berdasarkan hasil analisis uji t berpasangan ( Paired sample t test ) pada kelompok perlakuan didapatkan hasil *P-Value* 0.000 Sehingga jus buah bit memiliki pengaruh terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III di wilayah UPTD Puskesmas Peulumat

Besarnya kebutuhan zat besi pada ibu hamil trimester III mengharuskan ibu untuk membantu penyerapan zat besi yang ia konsumsi, karena terdapat beberapa makanan dan minuman yang dapat mengganggu penyerapan zat besi tersebut. Anemia dapat di sebabkan oleh malabsorpsi ( gangguan cerna bahan makanan ) zat besi yang dapat mengakibatkan zat besi dari tablet tambah darah tidak mampu diserap maksimal. Hal ini sesuai dengan pratiwi (2018) bahwa ibu hamil yang mengonsumsi pangan inhibitor zat besi 76,9% mengalami anemia, untuk memperbaiki hal tersebut di anjurkan konsumsi vitamin C yang akan membantu penyerapan zat besi sehingga anemia dapat berkurang atau teratasi.(9)

Hal ini sesuai dengan penelitian Liananiar,dkk (2019) bahwa mengonsumsi jus buah bit dapat Meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III. Diketahui bahwa dari hasil penelitian hb ibu hamil sebelum minum jus buah bit pada kelompok eksperimen ialah 10,1-11,0 gr/dl dan nilai hb sebelum pada kelompok control 9,1-11,0 gr/dl, setelah diberikan jus buah bit pada kelompok eksperimen nilai hb ibu hamil sekitar 12,0 gr/dl dan pada kelompok kontrol 9,5 gr/dl.(10)

Menurut peneliti, dapat disimpulkan bahwa pemberian jus buah bit yang kaya akan vitamin dan nutrisi mampu menaikkan kadar hemoglobin dengan membantu penyerapan makanan sumber zat besi. Pemberian jus buah bit pada ibu hamil selama 14 hari berturut – turut dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

## KESIMPULAN

Hasil uji statistik *paired sample t test* pada kelompok kontrol didapatkan  $P_{\text{value}} = 0,455 > 0.05$  dan pada kelompok Perlakuan didapatkan  $P_{\text{value}} = 0.000 > 0.05$  jadi, ada pengaruh pemberian jus jambu buah bit pada ibu hamil terhadap peningkatan kadar hemoglobin.

## DAFTAR PUSTAKA

- HedrianaH (2019) .Karakteristik Ibu Hamil. Modul Bahan Ajar Cetak [Internet].;53(9):168999.Availablefrom:<http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1316/4/Chapter2.doc.pdf>
- J Ilm Bidan. 2020;V(1):36–44.
- Kariani NK, Rachma S. (2022) Edukasi Anemia pada Ibu Hamil Masa Pandemi Covid-19 Di.;1(2):74–7.
- Kemendes RI. 92018) Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementrian Kesehat RI. 2018;53(9):1689–99.
- Liananiar, Harahap FSD, Liesmayani EE. (2020) Analisis Pengaruh Konsumsi Buah Bit Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. Heal Care J Kesehat. 2020;9(1):1–8.
- Megawati. (2020) Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah Dan Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III.
- Noya dr. AB leuan.(2018) Gejala Anemia pada Ibu Hamil dan Cara Mengatasinya. Alodokter [Internet].;1. Available from: <https://www.alodokter.com/gejala-anemia-pada-ibu-hamil-dan-cara-mengatasinya>
- Nursavitri P. (2020) Pengaruh Pemberian Serbuk Daun Kelor Kombinasi Tablet Fe Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia Di Puskesmas Siniu Kabupaten Parigi Moutong Effect of Moringa Powder Combined With Fe Tablets on the Increase in Hemoglobin in Anemic Pregnant.;1–81.
- Nursela P, Syukri DM, Kurniasari D, Evayanti Y, Isnaini N. (2021) Pemberian Buah Bit Temberian Buah Bit Terhadap Kenaikan Kadar Hb Ibu Hamilerhadap Kenaikan Kadar Hb Ibu Hamil. J Kebidanan Malahayati. 2021;7(2):257–64.
- Panjaitan connie pranchis.(2019) Pengaruh penambahan sari buah bit terhadap donat daya terima donat.
- Qiscus.(2021) Analisis Data: Pengertian, Fungsi, dan Cara Menerapkannya.;1–12. Available from: <https://www.qiscus.com/id/blog/analisis-data-pengertian-fungsi-dan-cara-menerapkannya-dengan-efisien>
- Ramadhani Khija, ludovick Uttoh MKT. (2015) Teknik Pengambilan Sampel\_. Ekp. 13(3):1576–80.
- Saula LS, Hermawan K, Hasna VL, Lubis CF, Putri GK, Andini SD. (2020) Artikel : Buah Bit (*Beta Vulgaris L.*) Sebaga Antianemia. Farm Fak Ilmu Kesehat Univ Singaperbangsa Karawang. ;53(9):14–6.
- Salmaa. (2021) Ciri-ciri , Contoh , dan Cara Menyusunnya.;1–24.



Syafnidawati. (2020) Apa Itu Populasi Dan Sampel penelitian. Online [Internet].:1–6.  
Available from: <https://raharja.ac.id/2020/11/04/apa-itu-populasi-dan-sampel-dalam-penelitian/>

Syafnidawati. Hipotesis.;9–12.

Soekijo.(2017) Konsultasi skripsi jogja pengertian kerangka konsep.;7–8.

Yogi P. (2017) Instrumen Penelitian. J Acad. 59–75.