

## **PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH BIT TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DENGAN ANEMIA**

Miftakul Munawaroh<sup>1</sup>, Winarni<sup>2</sup>  
[miftahalmunawaroh@gmail.com](mailto:miftahalmunawaroh@gmail.com)  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang;** Anemia terjadi ketika kadar hemoglobin kurang dari normal atau kadar sel darah merah dalam darah mengalami penurunan. Pigmen betasianin buah bit dikenal sebagai trimetil glisin dan banyak dimanfaatkan sebagai *radical scavenging*, perlindungan terhadap gangguan akibat stres oksidatif (antioksidan), memproduksi sel termasuk sel darah merah. Sehingga jus buah bit dapat dijadikan alternatif non farmakologi dalam pencegahan anemia. **Tujuan;** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Dengan Anemia di SMP Darul Ihsan Muhammadiyah Sragen. **Metode;** Jenis penelitian yang digunakan yaitu metode penelitian kuantitatif. Rancangan penelitian yang digunakan adalah Preksperimental dengan pendekatan *one group pretest – posttest design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan simple random sampling yaitu 21 remaa putri yang anemia di SMP Darul Ihsan Muhammadiyah Sragen. Analisi Bivariat menggunakan *Wilcoxon Signed Rank Test* menggunakan pengolahan *SPSS 26 for windows*. **Hasil;** Penelitian menunjukkan rata-rata kadar hemoglobin sebelum pemberian perlakuan sebesar 11,414 g/dL dan rata-rata kadar hemoglobin setelah pemberian perlakuan sebesar 11,757 g/dL atau rata-rata meningkat sebesar 0,343 gdL. Didapatkan hasil  $p = 0,001$  ( $Pvalue < 0,05$ )  $p$ -value. **Kesimpulan;** Ada pengaruh pemberian jus buah bit terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia di SMP Darul Ihsan Muhammadiyah Sragen.

**Kata kunci:** *Anemia, Buah Bit, Hemoglobin, Remaja Putri*