

**PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH BIT TERHADAP PENINGKATAN  
KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DENGAN ANEMIA  
DI PUSKESMAS GATAK SUKOHARJO**

Kukuh Setya Utami<sup>1</sup> Yuyun Triani<sup>2</sup>  
[Kukuhutami.students@aiska-university.ac.id](mailto:Kukuhutami.students@aiska-university.ac.id)

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

**ABSTRAK**

**Latar belakang:** Ibu hamil dengan anemia di Indonesia menduduki peringkat keempat dalam kategori berat yaitu sebesar 44,2 %. Berdasarkan data dinas kesehatan Provinsi Jawa Tengah tahun 2021 prevalensi anemia ibu hamil adalah 43,5%. anemia kehamilan berpotensi membahayakan ibu dan anak yang dikandung. Kebutuhan zat besi meningkat selama kehamilan sehingga kurangnya mengkonsumsi makanan yang tinggi zat besi penyebab umum ibu hamil mengalami anemia. Salah satu makanan yang dapat mengatasi anemia secara nonfarmakologi yaitu buah bit karena mengandung zat besi, asam folat, dan vitamin C yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh jus buah bit terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia di wilayah Puskesmas Gatak Sukoharjo. **Metode:** Penelitian menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan *pre-experimental design* dengan rancangan *one group pretest posttest*, sampel berjumlah 20 ibu hamil dengan anemia yang berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. **Hasil:** Penelitian menunjukkan rata rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum diberikan perlakuan sebesar 9,97 gr/dl dan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia sesudah diberikan jus buah bit 200 ml selama 7 hari yaitu sebesar 10,96 gr/dl. Hasil uji statistik *paired sample t test* didapatkan *p value* = 0,000 <  $\alpha$  0,05. Kesimpulan: Jus buah bit berpengaruh dalam meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia.

**Kata kunci:** Anemia, ibu hamil, jus buah bit, kadar hemoglobin