

INTISARI

PEMBERIAN BUAH BIT (*BETAVULGARIS*) TERHADAP INDEK ERITROSIT PADA REMAJA PUTRI DENGAN ANEMIA

Sukma Ayu Wardani (2020)
Program Studi Diploma III Kebidanan
Universitas 'Aisyiyah Surakarta
Rina Sri Widayati, SKM, M. Kes, Sri Sustiyati, SST., M.Keb

Latar Belakang : Dampak anemia pada remaja putri menyebabkan terhambatnya pertumbuhan, rentan infeksi, mudah letih, dan menurunnya semangat belajar. Mengonsumsi buah bit dapat menjadi salah satu cara alternatif untuk meningkatkan kadar hemoglobin karena dalam buah bit meningkatkan kadar hemoglobin, karena didalam buah bit mengandung kadar zat besi yang cukup tinggi dibandingkan dengan buah yang lain seperti buah naga dan buah melon **Tujuan** : membentuk dan mempertahankan kesehatan sel darah merah sehingga bisa menjamin sirkulasi oksigen dan zat gizi yang dibutuhkan remaja putri **Metode** : Media pendidikan kesehatan. Contohnya poster. Poster adalah suatu media cetak berisi pesan-pesan Kesehatan Hasil: Poster kesehatan yang berjudul **PEMBERIAN BUAH BIT (*BETAVULGARIS*) TERHADAP INDEK ERITROSIT PADA REMAJA PUTRI DENGAN ANEMIA**. **Kesimpulan** : Poster dapat memberikan informasi dan edukasi kepada masyarakat luas khususnya remaja putri yang mengalami anemia

Kata Kunci : Remaja Putri, Anemia, Poster