

# **Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester II Dengan Anemia di RS M Yusuf Kalibalangan Lampung Utara**

Eva Mesi Setiana<sup>1</sup>, Lailaturohmah<sup>2</sup>  
[ruzaindavamaru@gmail.com](mailto:ruzaindavamaru@gmail.com), [ellalalala89@gmail.com](mailto:ellalalala89@gmail.com)

<sup>1</sup>D III Kebidanan An Nur Husada Walisongo Lampung Utara

<sup>2</sup>D III Kebidanan Stikes Ganesha Husada Kediri

## **ABSTRAK**

Anemia pada kehamilan dapat mengakibatkan dampak yang membahayakan bagi ibu dan janin. Bahaya anemia terhadap kehamilan dapat terjadi abortus, persalinan prematuritas, ancaman dekomposisi Hemoglobin kurang dari enam, mola hidatidosa, hyperemesis gravidarum, perdarahan antepartum dan KPD. Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh sari kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester II dengan anemia di RS M Yusuf Kalibalangan Lampung Utara. Jenis penelitian yang digunakan adalah pre-eksperimental dengan rancangan one group pretest post test. Populasi Ibu Hamil trimester II dengan anemia yang melakukan pemeriksaan di RS M Yusuf Kalibalangan Lampung Utara sebanyak 10 Ibu Hamil. Pengambilan sampel berdasarkan *Total Sampling* sejumlah 10 responden. Analisa data dengan uji statistik *t dua sampel berpasangan* menggunakan program spss. Penelitian menunjukkan sebagian besar responden setelah pemberian sari kurma menjadi tidak mengalami anemia yaitu sebanyak 8 responden (80%), dan sebagian kecil dikategorikan mengalami anemia ringan sebanyak 2 responden (20%) dari total 10 responden dan ada pengaruh antara pemberian sari kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester II dengan anemia di RS M Yusuf Kalibalangan Lampung Utara dengan nilai sig p value ( $0,000 < 0,005$ ) maka,  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Dalam penelitian ini adalah ada pengaruh pemberian Jus Buah Bit terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester II dengan anemia di RS M Yusuf Kalibalangan Lampung Utara. Untuk itu responden diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang anemia, dengan cara melakukan pemeriksaan dan konsultasi ke tenaga kesehatan terdekat ataupun membaca lewat buku maupun media sosial.

**Kata Kunci : Kehamilan, Jus Buah Bit, Hemoglobin**

## **PENDAHULUAN**

Angka kematian Ibu (AKI) merupakan salah satu indikator keberhasilan layanan kesehatan di Indonesia. Kematian ibu dapat terjadi karena anemia. Angka

kematian ibu menunjukkan bahwa angka kematian ibu adalah 70% untuk ibu-ibu yang anemia dan 19,7% untuk mereka yang non anemia. Kematian ibu 15-20 secara langsung atau tidak langsung berhubungan dengan anemia. Anemia pada kehamilan juga berhubungan dengan meningkatnya kesakitan ibu (Amalia, 2018)

Kehamilan merupakan suatu proses pertumbuhan dan perkembangan pada janin intrauteri mulai konsepsi hingga permulaan persalinan. Proses kehamilan juga akan menimbulkan perubahan adaptasi dalam tubuh ibu, salah satunya adalah perubahan hematologis antara lain peningkatan volume darah ibu, penurunan hemoglobin dan hematokrit, peningkatan kebutuhan zat besi, perubahan pada sistem imunologis dan leukosit, serta koagulasi dan fibrinolisis. Ibu hamil merupakan kelompok yang rentan terhadap masalah gizi karena terjadi peningkatan metabolisme dalam tubuh sehingga kebutuhan zat gizinya meningkat. Salah satu zat gizi diperlukan adalah zat besi dan asam folat. Kekurangan zat besi dan asam folat selama kehamilan akan berdampak pada terjadinya anemia pada ibu hamil. (Cunningham FG, 2014)

Anemia yaitu suatu kondisi dimana jumlah dan ukuran sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin dibawah nilai batas normal, akibatnya dapat mengganggu kapasitas darah untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Anemia merupakan indikator untuk gizi buruk dan kesehatan yang buruk. Anemia pada ibu hamil dapat terkait dengan mortalitas dan morbiditas pada ibu dan bayi, termasuk resiko keguguran, lahir mati, prematuritas dan berat bayi lahir rendah (WHO, 2014)

Menurut badan kesehatan dunia atau World Health Organization (WHO) bahwa prevalensi ibu hamil yang mengalami anemia defisiensi besi sekitar 35-37% semakin meningkat seiring pertambahan usia kehamilan. Dan WHO melaporkan secara global prevalensi anemia pada ibu hamil diseluruh dunia adalah 41,8%. Diketahui, prevalensi anemia pada ibu hamil di Asia sebesar 49,4%, Afrika 59,1%, Amerika 28,1%, Eropa 26,1% (WHO, 2014)

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, pravelensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 48,9% yang terdiri dari anemia pada

ibu hamil umur 15-24 sebesar 84,6% umur 23- 34 sebesar 33,7% umur 35-44 sebesar 33,6% dan umur 45-54 sebesar 24%. Data tersebut menunjukkan peningkatan prevalensi anemia pada ibu hamil dari tahun 2013 sebesar 37,1% (Kementerian Kesehatan RI, 2018)

Provinsi Lampung tahun 2018 menunjukkan bahwa angka kejadian anemia cukup tinggi yaitu sebanyak 33% (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2016). Di kabupaten Lampung Utara pada tahun 2019 prevalensi anemia sebesar 9,8% dan di kecamatan Kalibalangan prevalensi anemia sebesar 16,2%. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan di RS M Yusuf Kalibalangan pada bulan Desember 2021, di wilayah kerja puskesmas Kalibalangan terhadap 10 ibu hamil, di dapatkan 4 orang mengalami anemia, sedangkan 6 orang tidak mengalami anemia.

Kejadian anemia pada kehamilan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu umur, pendidikan ibu, pendapatan, jarak setelah nifas, paritas, kecukupan tablet Fe, dan status gizi. Anemia pada usia kehamilan 1 sampai 6 bulan tidak mempengaruhi kejadian BBLR serta lahir preterm, sedangkan anemia pada kehamilan lebih dari 6 bulan dapat mempengaruhi kejadian tersebut (Fadli, 2019)

Dampak anemia pada kehamilan dapat terjadi abortus, persalinan prematuritas, hambatan tumbuh kembang janin dan rahim, mudah terjadi infeksi, perdarahan antepartum, ketuban pecah dini (KPD), saat persalinan dapat mengakibatkan gangguan HIS, kala 1 dapat berlangsung lama, dan dapat terjadi partus terlantar, dan pada kala nifas terjadi subinvolusi uteri menimbulkan perdarahan postpartum, memudahkan infeksi puerperium, dan pengeluaran ASI berkurang (Aryanti, 2013)

Pola makan yang baik selama kehamilan dapat membantu tubuh mengatasi permintaan khusus karena hamil, serta memiliki pengaruh positif terhadap bayi. Pola makan sehat pada ibu hamil adalah makanan yang dikonsumsi ibu hamil harus memiliki jumlah kalori dan zat-zat gizi yang sesuai dengan kebutuhan

seperti karbohidrat, lemak protein, vitamin, mineral, serat dan air (Manuaba, 2015)

Upaya untuk mencegah terjadinya anemia dalam kehamilan dapat diberikan dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi adalah dengan pemberian tablet Fe untuk meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil, akan tetapi obat ini memiliki efek samping seperti, perut terasa tidak enak, mual, susah buang air besar dan feses berwarna hitam (Fathonah, 2016) Sedangkan terapi non farmakologi yang dapat diberikan untuk mempercepat peningkatan kadar Hemoglobin pada ibu hamil salah satunya yaitu dengan mengonsumsi Jus Buah Bit. Buah bit juga dapat mencegah terjadinya anemia. Diantara semua buah, bit adalah salah satu buah yang tinggi kadar asam folat yaitu 108 mg/100 gram (Kementerian Kesehatan RI, 2018)

Penelitian Kundaryanti Tahun 2018 menyebutkan tentang pemberian buah bit terhadap index eritrosit yang diperhitungkan dari kadar Hb, jumlah eritrosit dan hematokrit pada remaja yang mengalami anemia yang diberikan intervensi selama 7 hari, menunjukkan hasil  $P < 0,005$  dengan rata-rata peningkatan hemoglobin sebesar 1,3 gr/dl (12%) dan hematokrit sebesar 4 vol% (13%). (Kundaryanti R, 2018)

Uraian yang dikemukakan diatas menjadi dasar urgensi penelitian tentang Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit terhadap kadar Hemoglobin ibu hamil. Rumusan permasalahan yang akan diteliti dalam penelitian adalah bagaimana pengaruh pemberian jus buah bit terhadap kadar hemoglobin ibu hamil TM II yang mengalami Anemia.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian ini adalah *Pre- eksperimental* dengan rancangan *one grup pretest post test*. Penelitian dilakukan di RS M Yusuf Kalibalangan pada Bulan Februari sampai dengan Maret Tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh ibu hamil trimester II dengan anemia yang melakukan pemeriksaan di RS M Yusuf Kalibalangan Lampung Utara yang berjumlah 10 ibu hamil. Sampel

dalam penelitian ini yaitu sebanyak 10 ibu hamil. Dengan teknik pengambilan sampel yaitu *Total Sampling*. Analisa data dalam penelitian ini adalah uji t dua sampel berpasangan, yang disajikan dalam tabel distribusi frekuensi.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Analisa data dilakukan untuk melihat distribusi frekuensi karakteristik responden meliputi umur, pendidikan terakhir, pekerjaan, dan usia kehamilan.

Tabel 1. Karakteristik Responden

<b>Karakteristik</b>	<b>F (n)</b>	<b>%</b>
<b>Umur</b>		
20-35 tahun	10	100
>35 tahun	0	0
<b>Pendidikan</b>		
SMP	3	30
SMA	6	60
S1	1	10
<b>Pekerjaan</b>		
IRT	7	70
Karyawan Swasta	2	20
PNS	1	10
<b>TOTAL</b>	<b>10</b>	<b>100</b>

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi usia responden seluruhnya dengan usia 20-35 tahun yaitu sebesar 100%. Berdasarkan pendidikan responden sebagian besar responden dengan tingkat pendidikan SMA yaitu 60%. Dan berdasarkan status pekerjaan responden sebagian besar dengan pekerjaan sebagai ibu rumah tanggayaitu 70%.

Tabel 2 Analisis kadar HB sebelum dan sesudah diberikan Jus Buah Bit

Kadar HB sebelum diberikan Jus Buah Bit		Kadar HB setelah diberikan Jus Buah Bit	
Kadar HB	F (n)	Kadar HB	F (n)
Hb > 10,0gr/dL (tidak anemia)	0	Hb > 10,0gr/dL (tidak anemia)	8
Hb 10-10,0gr/dL (anemia ringan)	9	Hb 10-10,0gr/dL (anemia ringan)	2
Hb 7-9,9gr/dL (anemia sedang)	1	Hb 7-9,9gr/dL (anemia sedang)	0
<b>TOTAL</b>	<b>10</b>	<b>TOTAL</b>	<b>10</b>

Berdasarkan tabel 2 dari 10 ibu hamil trimester II yang mengalami anemia sebelum diberikan jus buah bit dapat diketahui 9 orang (90%) ibu hamil dengan kadar Hb 10-10,0gr/dL (anemia ringan) dan sebanyak 1 orang (10%) ibu hamil dengan kadar Hb 7-9,9gr/dL (anemia sedang). Sedangkan berdasarkan hasil analisa setelah diberikan jus buah bit pada 10 ibu hamil, 8 orang responden (80%) ibu hamil sudah tidak mengalami anemia dan 2 orang (20,0%) mengalami anemia ringan. Menurut kerangka pemikiran dan paradigma penelitian yang telah dilakukan, 1 orang yang tetap mengalami anemia ringan disebabkan karena konsumsi gizi seimbang yang tetap tidak diperhatikan, serta berkaitan dengan hal-hal yang perlu diperhatikan saat mengonsumsi jus buah bit yaitu harus tetap mengonsumsi makanan makanan gizi seimbang.

Tabel 3 Hasil Analisis Uji T dua sampel berpasangan

<i>Sig (P)</i>	<b>0,000</b>
<b>Con.Interval</b>	
<b>Batas Atas</b>	0,72
<b>Batas Bawah</b>	1,05
<b><math>\alpha = 5\% = 0,005</math></b>	

Hasil uji t dua sampel berpasangan menunjukkan bahwa nilai *Sig. P* < 0,05 (tabel 4.5) yang berarti ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap kenaikan

kadar hemoglobin. Dimana terdapat 8 orang (80%) ibu hamil sudah tidak mengalami anemia dan 2 orang (20,0%) menjadi mengalami anemia ringan. Dengan kata lain sari kurma berpengaruh dalam mengatasi anemia pada ibu hamil. Berdasarkan tabel 4 diketahui nilai  $Sig.P < \alpha$  yaitu  $0,000 < 0,005$ . Dalam uji t dua sampel berpasangan jika nilai sig p < 0.005 maka H0 ditolak dan H1 diterima. Sehingga hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh antara pemberian jus buah bit dengan kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil TM II dengan anemia di RS M Yusuf Kalibalangan Lampung Utara. Dengan demikian peneliti berasumsi bahwa mengonsumsi jus buah bit secara rutin dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia.

## **PEMABAHASAN**

Buah bit memiliki banyak kelebihan bagi kesehatan maupun pengobatan. Tanaman ini memiliki manfaat bagi ibu hamil antara lain kandungan asam folat sebesar 34% berfungsi untuk membantu proses pertumbuhan dan perbaikan sel yang rusak, 13,6% serat untuk mencegah ibu hamil yang mengalami sembelit, zat besi 7,4% sebagai energi metabolisme dan sistem kekebalan tubuh dan 10,2% vitamin C sebagai perbaikan jaringan, menormalkan pembuluh darah dan membantu penyerapan zat besi dalam tubuh. Hal inilah yang menjadikan buah bit terbukti efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. (Wijayakusuma H, 2008)

Selanjutnya (Anggraini DD, 2019) melakukan penelitian pada 16 ibu hamil dengan diberikan jus buah bit 200 ml selama 7 hari. Intervensi ini juga memberikan hasil yang signifikan terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil. (Stephana W, 2018) pada penelitiannya yang memberikan intervensi jus buah bit selama 7 hari juga berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil.

Dari hasil review yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa Pemberian buah bit baik berupa jus, ekstrak/ suplemen secara efektif mampu meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil dengan durasi pemberian minimal 7 hari. Hal ini

tentu didukung dengan adanya motivasi dari ibu hamil dan keluarga untuk patuh pada intervensi yang diberikan serta peneliti yang tertib dalam melakukan kontrol ketaatan intervensi yang dilakukan

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dari penelitian yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa ibu hamil yang mengalami anemia dapat mengonsumsi jus buah bit untuk meningkatkan kadar Hb, karena sudah terbukti bahwa kandungan yang terdapat pada sari kurma mampu meningkatkan kadar hemoglobin.

## **SARAN**

Bagi Responden ibu hamil yang mengalami anemia, khususnya di Trimester II diharapkan dapat menambah pengetahuan seputar anemia, tanda bahaya serta komplikasi yang dapat terjadi dan penanganan anemia dengan cara melakukan pemeriksaan dan konsultasi ke tenaga kesehatan terdekat, ataupun membaca lewat buku maupun media sosial.

Bagi Profesi tenaga kesehatan terutama kepada bidan diharapkan agar dapat memberikan penyuluhan kepada ibu hamil tentang anemia dan cara penanganannya.

Bagi peneliti diharapkan penelitian ini dapat dijadikan pengalaman serta menambah wawasan bagi peneliti terutama tentang anemia dalam kehamilan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Amalia. (2018). *Pengantar Pendidikan Kesehatan Dan Ilmu Prilaku*. Rineka Cipta.
- Anggraini DD, S. N. (2019). *Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit Terhadap Kenaikan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester III*.

- Aryanti, dkk. (2013). *Faktor Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Sekampung Kabupaten Lampung Timur Tahun 2013*.
- Cunningham FG. (2014). *Williams Obstetrics* (24N ed.). The McGraw-Hill Companies.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2016). *Rencana Strategis Dinas Kesehatan Provinsi Lampung Tahun 2015-2019*. Provinsi Lampung.
- Fadli, & F. (2019). *Analisis Faktor Penyebab Kejadian Anemia pada Ibu Hamil*.
- Fathonah. (2016). *Gizi & Kesehatan Untuk Ibu Hamil*. Erlangga.
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018*. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI.
- Kundayanti R. (2018). *Pengaruh Pemberian Jus Bayam Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Minggu Jakarta Selatan* .
- Manuaba, I. B. G. (2015). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan Dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. EGC.
- Stephana W, U. S. E. v. (2018). *Efektivitas Pemberian Jus Buah Bit Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Dengan Anemia*.
- WHO. (2014). *The Global Prevalence Of Anemia In 2011*. World Health Organization.
- Wijayakusuma H. (2008). *Ramuan herbal penurun kolesterol*. Niaga swadaya.