

# Efektifitas pemberian jus buah bit dan madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu menyusui di TPMB Hestina Rumanti

Hestina Rumanti

Rahmadiyahanti Rahmadiyahanti

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Latar Belakang pemberian bit efektif meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia. Selain itu, kandungan Fe dan asam folat yang tinggi dalam buah bit berperan dalam pembentukan otak bayi. madu juga mengandung tembaga dan magnesium yang akan membantu meningkatkan hemoglobin, sehingga buah bit dan madu sama - sama memiliki khasiat meningkatkan kadar hemoglobin. Tujuan Penulisan : untuk Efektifitas pemberian jus buah bit dan madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu menyusui di TPMB Hestina Rumanti Metode Penelitian : Metode dalam penelitian ini adalah quasi eksperimental dengan jenis penelitian Pretest Posttest With Control Group Design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui yang mengalami anemia di TPMB Hestina Rumanti pada bulan Maret sampai Juli 2023. Data yang dikumpulkan merupakan data primer yang menggunakan observasi variabel dependennya adalah peningkatan kadar HB dan variabel independennya adalah jus buah bit dan madu. Pengolahan data uji statistic menggunakan uji paired simple t test dilakukan secara univariat dan bivariat dengan bantuan komputer program SPSS 25.0. Hasil Penelitian penilaian sebelum dan sesudah pemberian jus buah dan bit di dapatka nilai Sig 0,000, nilai sig < 0,05 yang dapat di simpulkan terdapat efektifitas pemberian jus buah bit dan madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu menyusui di TPMB Hestina Rumanti. Sedangkan pada kelompok tanpa pemberian jus buah bit di dapatka nilai Sig 0,180, nilai sig > 0,05 yang dapat di simpulkan ttdak terdapat Efektifitas pemberian jus buah bit dan madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu menyusui di TPMB Hestina Rumanti Kesimpulan dan Saran : bidan dapat menjalin kerjasama dengan tim kesehatan lainnya, seperti memberikan edukasi untuk konsumsi buah bit dan madu dengan sesuai aturan agar mencegah terjadinya anemia pada ibu menyusui.

## PENDAHULUAN

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia atau World Health Organization(WHO), kematian ibu didefinisikan sebagai kematian yang terjadi saat masa kehamilan atau dalam kurun waktu 42 hari setelah persalinan. WorldHealth Organization (WHO) tahun 2020, menyebutkan sebanyak 295.000wanita di seluruh dunia kehilangan nyawa mereka selama dan setelah kehamilan dan melahirkan. Afrika, sub-Sahara dan Asia Selatan menyumbangsekitar 86% dari seluruh kematian ibu di seluruh dunia (WHO, 2020).

Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia secara umum terjadi penurunan kematian ibu selama periode 1991-2015 dari 390 menjadi 305 per 100.000 kelahiran hidup. AKI di Indonesia pada tahun 2020 sebesar 230 per 100.000 kelahiran hidup, tetapi walaupun terjadi kecenderungan penurunan angka kematian ibu, namun tidak berhasil mencapai target MDGs yang harus dicapai yaitu sebesar 102 per 100.000 kelahiran hidup pada tahun 2015(Kemenkes RI, 2020).

Penyebab langsung kematian ibu sebesar 90% adalah komplikasi yang terjadi pada saat persalinan dan setelah bersalin. Penyebab tersebut dikenal dengan "Trias Klasik" yaitu perdarahan (30,0%), hipertensi (27,1%), infeksi (7,3%), partus lama (1,8%), abortus (1,6%) dan lain-lain (40,8%). Sedangkan penyebab tidak langsung kematian ibu antara lain anemia, diabetes, kurang energi kronis (KEK) sebesar 37% dan anemia (Hb < 11gr) sebesar 40%. Penyebab tersebut sebenarnya dapat dicegah dengan pemeriksaan kehamilan (antenatal care) yang memadai (Kemenkes RI, 2020).

World Health Organization (WHO) tahun 2019 melaporkan bahwa Angka Kematian Ibu (AKI) di Negara berkembang berkaitan dengan anemia pada kehamilan disebabkan oleh defisiensi besi sebesar 40,3%. Negara di Asia dengan prevalensi tertinggi anemia ibu hamil adalah Laos (57,1%) dan Filipina (56,2%), sedangkan di negara-negara Eropa prevalensi anemia tertinggi adalah Spanyol (18,3%) dan Portugal (16,9%). Komplikasi yang menjadi mayoritas penyebab kasus kematian ibu, sekitar 75% dari total kasus kematian ibu, diantaranya adalah pendarahan, infeksi, tekanan darah tinggi saat kehamilan, komplikasi persalinan, dan aborsi yang tidak aman (WHO, 2019).

Pada tahun 2019 WHO melaporkan bahwa anemia pada wanita hamil dan menyusui di negara berkembang sebesar 45% lebih tinggi dibandingkan negara maju yaitu 13%. Prevalensi anemia kehamilan di Negara maju seperti Amerika sekitar 17% dan Turki 28%, sedangkan di Negara berkembang seperti Negara di Asia yaitu Laos 57,1%, Filipina 56,2%, India 54% dan prevalensi tertinggi adalah wilayah Afrika sebesar 60% (WHO, 2019).

Indonesia merupakan negara berkembang dengan prevalensi anemia dalam kehamilan yang cukup tinggi. Menurut Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia ibu hamil dan menyusui di Indonesia adalah sebesar 48,9%, angka ini meningkat jika dibandingkan dengan tahun 2013 yaitu sebesar 37,1%. Jumlah ibu hamil yang mengalami anemia paling banyak pada usia 15-24 tahun sebesar 84,6%, usia 25-34 tahun sebesar 33,7%, usia 35-44 tahun sebesar 33,6% dan usia 45-54 tahun sebesar 24% (RISKESDAS, 2018).

Tingginya prevalensi anemia pada ibu hamil dan menyusui di Indonesia dipengaruhi oleh kemiskinan, dimana asupan gizi sangat kurang, ketimpangan gender, serta ketidaktahuan tentang pola makan yang benar. Provinsi di Indonesia dengan kejadian anemia ibu hamil tertinggi adalah Jawa Tengah sebesar 78,9%, angka ini lebih tinggi dari angka nasional yaitu 71,2% (Kemenkes RI, 2020).

Masalah anemia pada ibu hamil dan menyusui di Indonesia sering terjadi disebabkan oleh defisiensi zat besi sebanyak 62,3%, serta mempunyai pengaruh yang dapat berakibat fatal jika tidak segera diatasi, diantaranya dapat menyebabkan keguguran, partus prematur, inersia uteri, partus lama, atonia uteri, perdarahan serta syok bahkan kematian bagi ibu dan janin (Cunningham, 2018).

Dampak lain anemia pada ibu hamil akan terjadi saat kehamilan, persalinan maupun masa nifas. Dampak pada kehamilan yaitu: gangguan pertumbuhan pada sel tubuh maupun sel otak, mengakibatkan kurangnya oksigen yang ditransfer ke sel tubuh maupun ke otak janin. Anemia pada ibu dapat mengalami perdarahan postpartum yang disebabkan karena atonia uteri. Kekurangan zat besi, kekurangan asam folat, infeksi dan kelainan darah menyebabkan anemia pada ibu hamil (Rimawati et al., 2018).

Anemia sering terjadi pada trimester ketiga dan bisa berlanjut sampai ibu menyusui. Rata-rata prevalensi anemia pada trimester ketiga lebih dari 30%, 4,5% ibu hamil menderita anemia pada trimester satu sebesar 4,5%, pada trimester kedua 44,1% dan pada trimester ketiga 45,7%. Pada trimester ketiga terjadi hemodilusi dan penurunan kadar hemoglobin yang dimulai sejak usia kehamilan 6-8 minggu dan mencapai puncaknya pada usia kehamilan 32-34 minggu (Supriasa, 2018).

Kebijakan pemerintah dalam menangani anemia kehamilan adalah dengan pemberian tablet zat besi

(Fe) dan asam folat. Ibu hamil dianjurkan mengonsumsi 60 mg zat besi dan 0,25 asam folat atau setara dengan 200 mg ferrosulfat selama masa kehamilan minimal 90 tablet. Pemberian tablet dimulai pada kehamilan trimester pertama. Namun tidak sedikit ibu hamil yang mengonsumsi tablet Fe mengalami beberapa efek samping seperti mual, muntah, konstipasi dan nyeri ulu hati (Kundaryanti et al, 2019).

Upaya untuk meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil yang sesuai dengan anjuran pemerintah biasanya melalui 2 cara yaitu farmakologi dan nonfarmakologi. Konsumsi tablet Fe selama kehamilan merupakan terapi farmakologi, sedangkan terapi non-farmakologi berupa memakan sayur hijau, konsumsi buah bit dan buah kurma (Pratami, 2017)

Buah bit memiliki peran dalam pembersih atau penteralan racun dalam tubuh dan penyembuhan infeksi maupun radang. Hasil penelitian Stephana (2018) menyebutkan bahwa pemberian bit efektif meningkatkan kadar HB pada ibu hamil dengan anemia. Selain itu, kandungan FE dan asam folat yang tinggi dalam buah bit berperan dalam pembentukan otak bayi (Stephana, 2018)

Madu juga kaya akan zat besi, vitamin, dan mineral, terdapat sekitar 0,42 mg zat besi di dalam 100 gram madu. Selain itu, madu juga mengandung tembaga dan magnesium yang akan membantu meningkatkan hemoglobin. Untuk mendapatkan manfaat madu sebagai penambah darah, bisa menambahkan satu sendok makan madu ke segelas jus buah bit atau bisa juga langsung mengonsumsinya dengan satu sendok madu di pagi hari (Sari, 2019).

Studi pendahuluan yang dilakukan di TPMB Hestina pada bulan Mei 2022, dengan melakukan wawancara terhadap 10 orang ibu menyusui didapatkan 6 orang diantaranya mengalami anemia, dari hasil wawancara langsung pada ibu yang mengalami anemia tersebut, 3 ibu menyatakan teratur minum tablet Fe tetapi jarang mengonsumsi makanan bergizi, buah dan sayur karena kondisi ekonomi ibu yang kurang, sedangkan pada 3 ibu lainnya menyatakan tidak teratur minum tablet Fe karena sering lupa dan selama kehamilan ibu jarang mengonsumsi buah-buahan yang mengandung vitamin C termasuk mengonsumsi buah bit dan madu baik berupa jus maupun makan buahnya secara langsung dan tidak mengetahui khasiat dari buah bit dan madu. Berdasarkan data di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Efektifitas pemberian jus buah bit dan madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu menyusui di TPMB Hestina Rumanti"

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui efektifitas pemberian jus buah bit dan madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu menyusui. Tempat penelitian di TPMB Hestina Rumanti, sedangkan waktu penelitian pada bulan Maret sampai Juli 2023. Metode dalam penelitian ini adalah quasi eksperimental dengan jenis penelitian Pretest Posttest With Control Group Design. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui yang mengalami anemia di TPMB Hestina Rumanti pada bulan Maret sampai Juli 2023. Data yang dikumpulkan merupakan data primer yang menggunakan observasi variabel dependennya adalah peningkatan kadar HB dan variabel independennya adalah jus buah bit dan madu. Pengolahan data uji statistik menggunakan uji paired simple t test dilakukan secara univariat dan bivariat dengan bantuan komputer program SPSS 25.0.

## HASIL PENELITIAN

No	Perubahan Kadar HB	Jumlah	Persentase
1	Ada peningkatan	30	100 %
Total		30	100%

**Table 1.** Distribusi Frekuensi Kadar HB Kelompok Intervensi

Pada tabel 1 menunjukkan perubahan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok pemberian jus buah bit dan madu keseluruhan dari 30 responden mayoritas semuanya mengalami adanya perubahan peningkatan kadar HB (100%).

No	Pekerjaan	Jumlah	Persentase
1	Ada Peningkatan	6	20%
2	Tetap Atau Tidak Ada Peningkatan	24	80%
Total		30	100%

**Table 2.** Distribusi Frekuensi Kadar HB Kelompok Kontrol

Pada tabel 2 menunjukkan perubahan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok tanpa pemberian jus buah bit dan madu didapatkan hasil mayoritas ibu menyusui yang mengalami anemia perubahan kadar HB tetap atau tidak ada peningkatan berjumlah 24 orang (80%) dan yang mengalami perubahan kadar HB meningkat berjumlah 6 orang (20%).

Penilaian Kadar HB	N	Mean	standar deviasi	Min	Max
Sebelum Pemberian jus buah bit dan madu	30	10,280	0,7976	8,8	11,6
Sesudah Pemberian jus buah bit dan madu		12,260	1,0931	10,2	14,0

**Table 3.** Rata-rata kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada ibu menyusui pada kelompok pemberian jus buah bit dan madu

Pada tabel 3 dapat diketahui bahwa penilaian kadar Hb sebelum pemberian jus buah bit dan madu di dapatkan nilai rata - rata kadar HB yaitu 10,280 , dan standar deviasi 0,7976 dengan penilaian kadar Hb minimal 8,8 gram/dl dan maksimal 11,6 gram/dl. Sedangkan nilai rata-rata kadar HB sesudah pemberian jus buah bit dan madu yaitu 12,260 , dan standar deviasi 1,0931 dengan penilaian kadar Hb minimal 10,2 gram/dl dan maksimal 14,0 gram/dl.

Penilaian Kadar HB	N	Mean	standar deviasi	Min	Max
Awal kadar Hb	30	10,533	0,8519	9,0	11,8
Akhir hari ke 14		11,367	0,392	9,2	11,8

**Table 4.** Rata-rata kadar hemoglobin awal dan akhir pada hari ke 14 pada ibu menyusui tanpa pemberian jus buah bit dan madu

Pada tabel 4 dapat diketahui bahwa penilaian kadar Hb awal penilaian kadar HB di dapatkan nilai rata - rata kadar HB yaitu 10,533 , dan standar deviasi 0,8519 dengan penilaian kadar Hb minimal 9,0 gram/dl dan maksimal 11,8 gram/dl. Sedangkan nilai rata- rata kadar HB hari ke 14 yaitu 12,260 , dan standar deviasi 0,392 dengan penilaian kadar Hb minimal 9,0 gram/dl dan maksimal 11,8 gram/dl. Data ini menunjukkan bahwa pemberian jus buah bit dan madu dapat meningkatkan kadar Hb pada ibu menyusui tanpa pemberian jus buah bit dan madu di dapatkan penilaian mayoritas tetap atau tidak naik yang di tandai nilai kadar Hb maksimal sama dengan kadar 11,8 gram/dl yang artinya tidak ada perubahan awal dan akhir hari ke 14.

	Kolmogorov - smirnov			Shapiro - wilk		
	statistik	df	sig.	statistik	df	sig.
Sebelum intervensi	.093	30	.200*	.964	30	.385
Sesudah	.117	30	.200*	.953	30	.205

Intervensi						
Sebelum kontrol	.128	30	.200*	.948	30	.146
Sesudah kontrol	.518	30	.200	.303	30	.100

**Table 5.** Hasil Uji Normalitas Data

Penilaian uji normalitas pada kelompok intervensi di dapatkan hasil nilai Shapiro - Wilk sebesar 0,385 (sebelum) dan 0,205 (sesudah) maka nilai Shapiro - Wilk dengan P-value > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa uji normalitas berdistribusi normal. Sedangkan pada kelompok kontrol di dapatkan hasil nilai Shapiro - Wilk sebesar 0,146 (sebelum) dan 0,100 (sesudah) maka nilai Shapiro - Wilk dengan P-value > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa uji normalitas berdistribusi normal. Hasil uji normalitas di dapatkan berdistribusi normal maka uji normalitas di gunakan statistik parametrik uji paired sample T test.

Variabel	N	Correlation	sig
Sebelum dan sesudah pemberian jus buah bit dan madu	30	0,678	0,000
Sebelum dan sesudah tanpa pemberian jus buah bit dan madu	30	0,252	0,180

**Table 6.** Hasil Paired sampel T tes sebelum dan sesudah pada kelompok intervensi dan kontrol

Pada tabel 6 dapat disimpulkan bahwa pada penilaian sebelum dan sesudah pemberian jus buah bit dan madu di dapatkan nilai Sig 0,000, nilai sig < 0,05 yang dapat disimpulkan terdapat Efektifitas pemberian jus buah bit dan madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu menyusui di TPMB Hestina Rumanti. Sedangkan pada kelompok tanpa pemberian jus buah bit dan madu di dapatkan nilai Sig 0,180, nilai sig > 0,05 yang dapat disimpulkan tidak terdapat Efektifitas pemberian jus buah bit dan madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu menyusui di TPMB Hestina Rumanti

## PEMBAHASAN

### Perubahan Kadar HB Pada Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol

Hasil penelitian menunjukkan bahwa perubahan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok pemberian jus buah bit dan madu keseluruhan dari 30 responden mayoritas semuanya mengalami adanya perubahan peningkatan kadar HB (100%) dan pada kelompok tanpa pemberian jus buah bit dan madu didapatkan hasil mayoritas ibu menyusui yang mengalami anemia perubahan kadar HB tetap atau tidak ada peningkatan berjumlah 24 orang (80%) dan yang mengalami perubahan kadar HB meningkat berjumlah 6 orang (20%).

Hasil penelitian tersebut terlihat bahwa pemberian jus buah bit dan madu mempunyai khasiat dalam meningkatkan kadar HB. Hal ini sesuai dengan penelitian Stepahana (2018) yang mana pada penelitiannya menjelaskan bahwa buah bit efektif dalam meningkatkan kadar HB yang mana kandungan pada buah bit terdapat kandungan FE dan asam folat yang tinggi sehingga pada buah bit tersebut dalam meningkatkan kadar HB.

Namun penelitian yang dilakukan oleh Nur Efa, et al (2021) memberikan penjelasan di harapkan ketika pemberian tablet FE disertai dengan pengawasan minum obat oleh anggota keluarga lain. Untuk ibu hamil anemia dapat diberikan madu sebagai alternatifnya. Kandungan pada madu terdapat sejumlah nutrisi yang dapat meningkatkan produksi sel darah merah dan meningkatkan kadar hemoglobin yang terdapat zat besi merupakan salah satu komponen utama dalam pembentukan hemoglobin.

Konsumsi madu secara teratur dapat membantu memenuhi kebutuhan zat besi dalam tubuh. Selain

zat besi madu juga mengandung vitamin B kompleks termasuk vitamin B12 dan asam folat yang berperan penting dalam produksi sel darah merah. Kedua jus buah bit dan madu merupakan suatu jenis pengobatan non farmakologi yang dapat meningkatkan kadar HB yang sama-sama mempunyai kandungan yang dapat meningkatkan kadar HB. Maka itu peneliti melakukan kombinasi jus buah bit dan madu. Pemberian jus buah bit dan madu pada ibu menyusui yang mengalami anemia yang disajikan dengan cara dijus yaitu  $\frac{1}{2}$  butir buah bit (100 gr) dan 1 sendok makan madu ditambah air 100 ml dikonsumsi selama 14 hari dan dalam se harinya 1 kali pemberian. Pada penelitian ini dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi (diberikan buah bit dan madu) dan kelompok kontrol (tidak diberikan buah bit dan madu) masing-masing kelompok berjumlah 30 orang dengan total ibu menyusui yang mengalami anemia sebanyak 60 orang. Pada kelompok intervensi dan kontrol di nilai kadar hemoglobin sebelum dan sesudah selama 14 hari. Maka di dapatkan hasil yang sangat efektif keduanya di kombinasi yang di konsumsi pada wanita yang mengalami anemia.

### **Efektifitas pemberian jus buah bit dan madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu menyusui**

Hasil penelitian ini menunjukkan pada penilaian sebelum dan sesudah pemberian jus buah bit dan madu di dapatkan nilai Sig 0,000, nilai sig  $< 0,05$  yang dapat di simpulkan terdapat Efektifitas pemberian jus buah bit dan madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu menyusui. Sedangkan pada kelompok tanpa pemberian jus buah bit di dapatkan nilai Sig 0,180, nilai sig  $> 0,05$  yang dapat di simpulkan tidak terdapat Efektifitas pemberian jus buah bit dan madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu menyusui.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya Maulina, N., & Amalasarini, G. (2018). Menyebutkan pada penelitiannya Tidak terdapat perbedaan efektifitas antara pemberian madu dengan dosis 1,56 micro/grBB dan ekstrak buah bit dengan dosis 1,61 micro/grBB terhadap rata-rata peningkatan kadar Hb pada mencit putih. Menurut pendapatnya pengaruh pemberian madu dapat dinilai dengan membandingkan kadar Hb antar kelompok yang diberikan madu dosis 1,56 micro/grBB dengan kelompok kontrol yang tidak diberikan madu. Pengaruh madu berperan dalam peningkatan kadar Hb pada perlakuan ini karena madu memiliki kandungan zat besi 0,42 mg, magnesium 2 mg, serta kandungan lainnya yang membantu proses pembentukan eritrosit pada pembuluh darah. Peningkatan sebesar 11,75 gr/dl oleh dosis 1,56 micro/grBB merupakan pengaruh dari makan dan madu. Madu memiliki nutrisi alami yang efek sampingnya amat minimal. Khasiat madu sudah banyak diakui di dunia kedokteran. Madu dengan kadar gulanya yang tinggi, kandungan beberapa enzim dan zat lainnya terbukti berkhasiat sebagai antibakteri, antioksidan, dan mempercepat pembentukan eritrosit dalam darah. Namun, khasiat ini juga bervariasi disesuaikan dari sumber nektarnya (sari bunga). Nutrisi madu yang lengkap dan alami menjadikan obat berbagai penyakit, terutama meningkatkan jumlah eritrosit sehingga dapat meningkatkan nilai hemoglobin (Hb) pada darah.

Kemudian pengaruh ekstrak bit pada penelitian yaitu Didalam ekstrak buah bit terkandung nitrat anorganik yang tinggi, yang mempunyai manfaat diantaranya mengurangi tekanan darah dengan melebarkan pembuluh darah, melemaskan otot-otot halus, meningkatkan kadar oksigen, meningkatkan stamina dengan mengurangi oksigen saat berolahraga, mengobati anemia dengan meningkatkan jumlah darah dan meningkatkan sirkulasi darah dan membawa oksigen. Manfaat lainnya dapat meningkatkan eritrosit (sel darah merah), mencegah cacat lahir oleh asam folat, mencegah hipertensi dan stroke, membersihkan usus, mengurangi batu ginjal, memperbaiki rheumatoid arthritis, memperbaiki masalah menstruasi. Jus buah bit sangat bermanfaat sebagai obat anemia untuk anak-anak dan remaja. Selain zat besi dan nitrat anorganik, buah bit juga mengandung vitamin C untuk proses absorpsi dari zat besi. Vitamin C membantu melepaskan zat besi dari tempat penyimpanannya. Vitamin C dapat berperan meningkatkan absorpsi zat besi non heme menjadi 4 kali lipat.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya yang sejalan dengan penelitian ini dimana peneliti

melakukan kombinasi buah bit dan madu dalam bersamaan yang dikonsumsi oleh ibu menyusui yang mengalami anemia di temukan perubahan yang maksimal dilihat berdasarkan nilai rata-rata kadar HB yaitu 10,280 ,dan standar deviasi 0,7976 dengan penilaian kadar Hb minimal 8,8 gram/dl dan maksimal 11,6 gram/dl. Sedangkan nilai rata-rata kadar HB sesudah pemberian jus buah bit dan madu yaitu 12,260,dan standar deviasi 1,0931 dengan penilaian kadar Hb minimal 10,2gram/dl dan maksimal 14,0 gram/dl.

Buah bit dan madu sama mempunyai kandungan zat besi dan asam folat. Jus buah bit dan madu yang dilakukan oleh peneliti secara bersamaan memiliki manfaat membantu meningkatkan kadar hemoglobin ( HB ) dalam tubuh. Menurut asumsi peneliti di simpulkan berdasarkan penelitian sebelumnya bahwa buah bit kaya akan zat besi dan asam folat semestara madu mengandung zat besi dan vitamin B kompleks yang penting dalam pembentukan sel darah merah. Buah bit mengandung zat besi yang diperlukan untuk produksi hemoglobin. Zat besi merupakan komponen utama dalam molekul hemoglobin yang membantu mengangkut oksigen ke seluruh tubuh sehingga konsumsi jus buah bit dapat meningkatkan asupan zat besi dan memperbaiki kekurangan zat besi yang dapat menyebabkan anemia. Selain itu, madu juga memiliki manfaat dalam meningkatkan kadar HB karena madu mengandung zat besi dan vitamin B kompleks seperti B12 dan asam folat. Dengan kombinasi jus buah bit dan madu dapat mengoptimalkan manfaat keduanya dalam meningkatkan kadar HB

## KESIMPULAN

1. perubahan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok pemberian jus buah bit dan madu keseluruhan dari 30 responden mayoritas semuanya mengalami adanya perubahan peningkatan kadar HB ( 100%)
2. Perubahan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok tanpa pemberian jus buah bit dan madu didapatkan hasil mayoritas ibu menyusui yang mengalami anemia perubahan kadar HB tetap atau tidak ada peningkatan berjumlah 24 orang (80%) dan yang mengalami perubahan kadar HB meningkat berjumlah 6 orang (20%).
3. Nilai rata-rata kadar HB yaitu 10,280 ,dan standar deviasi 0,7976 dengan penilaian kadar Hb minimal 8,8 gram/dl dan maksimal 11,6 gram/dl. Sedangkan nilai rata-rata kadar HB sesudah pemberian jus buah bit dan madu yaitu 12,260 ,dan standar deviasi 1,0931 dengan penilaian kadar Hb minimal 10,2 gram/dl dan maksimal 14,0 gram/dl
4. Nilai rata-rata kadar HB yaitu 10,533 ,dan standar deviasi 0,8519 dengan penilaian kadar Hb minimal 9,0 gram/dl dan maksimal 11,8 gram/dl. Sedangkan nilai rata-rata kadar HB hari ke 14 yaitu 12,260 ,dan standar deviasi 0,392 dengan penilaian kadar Hb minimal 9,0 gram/dl dan maksimal 11,8 gram/dl
5. pada penilaian sebelum dan sesudah pemberian jus buah bit dan madu di dapat nilai Sig 0,000, nilai sig < 0,05 yang dapat di simpulkan terdapat Efektivitas pemberian jus buah bit dan madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu menyusui di TPMB Hestina Rumanti. Sedangkan pada kelompok tanpa pemberian jus buah bit di dapat nilai Sig 0,180, nilai sig > 0,05 yang dapat di simpulkan tidak terdapat Efektivitas pemberian jus buah bit dan madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu menyusui di TPMB Hestina Rumanti

## DAFTAR PUSTAKA

- Dewi Farhanah, (2018). Atasi Anemia dengan Konsumsi Madu, <https://www.tribunnews.com/tribunners/2018/11/14/atasi-anemia-dengan-konsumsi-madu>.
- Kementerian Kesehatan RI. (2020). Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2019. Kementerian Kesehatan RI. Sekretariat Jenderal
- Maulina, N., & Amalajari, G. (2018). Perbandingan Efektivitas Madu dengan Ekstrak Buah Bit (Beta



Vulgaris) terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Mencit Putih Jantan (Mus Musculus L) Strain Double Ditsch Webster. *Anatomica Medical Journal*, 1(3), 167-178.

Meli Romayanti & Novita (2020). Efektifitas Pemberian Jus Buah Bit dan Kurma terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamildengan Anemia), 187-192. <https://doi.org/10.30604/well.221422022>

Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Edisi Revisi, Rineka Cipta, Jakarta.

Nur Efia, Ana Mariza, Nita Evrianasari, Astriana. (2021). Efektivitas Pemberian Tablet FE dan Madu Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. <https://e-jurnal.ipohrr.com/index.php/chi/article/view/150/186>

Risnawati, (2021). Efektivitas Pemberian Jus Buah Bit Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Dengan Anemia di Puskesmas Tayu I . *Indonesia Jurnal Kebidanan Volume 5 Nomor 1 (2021)*

Sari Mutia Nisa, (2019). 5 Makanan Penambah Darah yang Wajib Dikonsumsi Penderita Anemia. <https://hot.liputan6.com/read/4022965/5-makanan-penambah-darah-yang-wajib-dikonsumsi-penderita-anemia>

Sathya P, Gandhimathi R, Viruthasarani K, Poornima MR, Rajeswari PM, Subhathra N, dkk. (2017). A study to assess the prevalence of anemia among women in a selected urban area in Coimbatore district. *JSIR*. 2017.

Stephana, W., Utami, S. & Elita, V. (2018). Efektivitas Pemberian Jus Buah Bit Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Dengan Anemia. *Jurnal Ilmu Keperawatan*. 2018: 334-341.

Sugiyono, (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Alfa Beta, Bandung.

Sulastris, (2021). Bisa Jadi Pemanis Alami, Manfaat Mengonsumsi Madu untuk Ibu Menyusui. <https://www.popmama.com/pregnancy/birth/maey/manfaat-mengonsumsi-madu-untuk-ibu-menyusui/3>

WHO. *World Health Statistics*, (2020). World Health Organization; 2019

Wulansari, D. (2018). *Madu Sebagai Terapi Komplementer*. Yogyakarta: Graha Ilmu.