



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 3 Tahun 2024 Page 323-333

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Asuhan Kebidanan Ibu Hamil Trimester 1 dengan Anemia Ringan Pemberian Jus Bayam Hijau dan Buah Bit Di PMB F Tahun 2024

Wahyu Pujiwati<sup>1✉</sup>, Ageng Septa Rini<sup>2</sup>, Salfia Darmi<sup>3</sup>

Universitas Indonesia Maju

Email: [wahyupujiwati11@gmail.com](mailto:wahyupujiwati11@gmail.com)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Pendahuluan: Anemia dalam kehamilan merupakan kurangnya kadar hemoglobin (Hb) kurang dari 11% pada wanita yang sedang hamil. Menurut WHO (2019) prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia mengalami penurunan sebanyak 4,5% selama 19 tahun terakhir dari tahun 2000 sampai dengan tahun 2019. Di Indonesia tahun 2019 angka kejadian anemia pada ibu hamil meningkat 44,2% dari tahun 2015 sebesar 42,1%. Tujuan: Memberikan Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil trimester 1 Anemia Ringan Dengan Pemberian Jus Bayam Hijau Dan Buah Bit Di PMB F Tahun 2024 Metode: Menggunakan studi kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang dilakukan secara langsung pada 2 ibu hamil trimester 1 yang mengalami anemia ringan. Responden 1 diberikan jus bayam hijau dan responden 2 diberikan buah bit. Hasil penelitian: kenaikan kadar haemoglobin pada pemberian jus bayam hijau selama 14 hari sebanyak 0,2 gr% sedangkan pada konsumsi buah bit sebanyak 0,6 gr%. peningkatan kadar haemoglobin darah dengan selisih 0,4gr%. Kesimpulan: Pemberian buah Bit lebih efektif dalam peningkatan kadar haemoglobin darah dibandingkan dengan pemberian jus bayam hijau Saran: Diharapkan bidan maupun tenaga kesehatan lainnya dapat menyampaikan kepada ibu hamil tentang peningkatan kadar haemoglobin darah dengan alternatif pemberian jus bayam hijau dan buah Bit sesuai dengan prosedur sehingga dapat mempercepat naiknya kadar haemoglobin darah.

Kata Kunci: *Anemia, Buah Bit, Bayam Hijau*

## Abstract

Introduction: Anemia in pregnancy is a lack of hemoglobin (Hb) levels of less than 11% in pregnant women. According to WHO (2019), the prevalence of anemia in pregnant women throughout the world has decreased by 4.5% over the last 19 years from 2000 to 2019. In Indonesia in 2019 the incidence of anemia in pregnant women increased by 44.2% from 2015 amounting to 42.1%. Objective: Providing Midwifery Care to Pregnant Women in the 1st trimester with Mild Anemia by Providing Green Spinach and Beetroot Juice at PMB F in 2024 Method: Using a qualitative study with a case study approach carried out directly on 2 pregnant women in the first trimester who experienced mild anemia. Respondent 1 was given green spinach juice and respondent 2 was given beetroot. Research results: the increase in hemoglobin levels when given green spinach juice for 14 days was 0.2 gr%, while when consuming beets it was 0.6 gr%. increase in blood hemoglobin levels by a difference of 0.4gr%. Conclusion: Giving beetroot is more effective in increasing blood hemoglobin levels compared to giving green spinach juice Suggestion: It is hoped that midwives and other health workers can convey to pregnant women about increasing blood hemoglobin levels by alternatively giving green spinach juice and beetroot in accordance with procedures so that they can accelerate the rise in blood hemoglobin levels.

Keywords: *Anemia, Beetroot, Green Spinach*

## PENDAHULUAN

Anemia dalam kehamilan merupakan kurangnya kadar hemoglobin (Hb) kurang dari 11% pada wanita yang sedang hamil. Salah satu penyebab komplikasi pada kehamilan adalah kurangnya zat besi sehingga menyebabkan kematian selama proses kehamilan dan pasca kehamilan. Terdapat 20% kematian di negara berkembang, penyebab utamanya adalah kekurangan jumlah sel darah merah. Anemia sangat besar pengaruhnya terhadap masa kehamilan, persalinan, nifas dan bayi. Pengaruh anemia terhadap kehamilan yang dapat terjadi antara lain persalinan prematur, perdarahan antepartum, KPD, abortus, dll. Anemia juga dapat berpengaruh pada persalinan antara lain retensio plasenta dan perdarahan postpartum karena atonia uteri. Pada masa nifas anemia dapat mengakibatkan terjadinya subinvolui uteri, anemia kala nifas. Pada janin, ibu dengan anemia akan mengurangi kemampuan metabolisme tubuh sehingga mengganggu pertumbuhan dan perkembangan janin dalam rahim dan dapat terjadi gangguan dalam bentuk abortus, BBLR, kematian intrauterine, cacat bawaan(SA'DIYAH, 2021).

Anemia dalam kehamilan merupakan kondisi ibu dengan kadar hemoglobin kurang dari 11,0 gram/dl (Rahmayanti et al., 2019). Anemia menjadi salah satu penyebab tidak langsung kematian ibu hamil.

Menurut WHO (2019) prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia telah mengalami penurunan sebanyak 4,5% selama 19 tahun terakhir, dari tahun 2000 sampai dengan tahun 2019, sedangkan di Indonesia pada tahun 2019 angka kejadian anemia pada ibu hamil meningkat 44,2% dari tahun 2015 sebesar 42,1%. Indonesia termasuk salah satu negara berkembang dengan tingkat kesehatan yang rendah ditandai dengan masih tingginya angka kematian ibu hamil. Data dari Kementerian Kesehatan RI menyatakan bahwa pada tahun 2015 angka kematian ibu secara nasional yaitu sebesar 305 per 100.000 orang. Target Millenium Development Goals (MDGs) pada tahun 2015 masih belum mencapai target yang diharapkan, oleh karena itu dilanjutkan dengan Sustainable Development Goals (SDGs) tahun 2020, diharapkan angka kematian ibu (AKI) turun menjadi 70 per 100.000 orang kelahiran hidup (Kemenkes, 2018).

Hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018 menunjukkan bahwa proporsi anemia ibu hamil adalah sebesar 48,9%, meningkat 11% dibandingkan data RISKESDAS 2013 sebesar 37,1%. Ibu hamil yang berusia 15-24 tahun memiliki persentase tertinggi yaitu sebesar 84,6%, diikuti usia 25-34 tahun (33,7%), usia 35-44 tahun (33,6%) dan usia 45-54 tahun (24%). Pemerintah telah mengupayakan kesehatan ibu hamil yang diwujudkan dalam pemberian antenatal care (ANC) minimal empat kali selama masa kehamilan (K4). Pelayanan ini diupayakan diantaranya agar mendapat tablet tambah darah (TTD) minimal 90 tablet selama kehamilan serta pelayanan tes laboratorium sederhana yaitu tes hemoglobin (Hb). Menarik untuk dilihat bahwa kejadian anemia pada ibu hamil meningkat dari tahun ke tahun yang berbanding lurus dengan proporsi ibu hamil yang mendapatkan TTD sebesar (73,2%) akan tetapi ketika dilihat lebih rinci persentase ibu hamil yang mendapatkan TTD  $\geq$  90 butir hanya sebesar 38,1% dan sisanya mendapat  $<$  90 butir (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan Data Dinas Kesehatan DKI Jakarta (2018) menunjukkan bahwa prevalensi anemia di DKI Jakarta pada tahun 2018 yaitu (12,31%). Wilayah dengan kasus anemia tertinggi di Kepulauan Seribu dengan persentase (28,38%), urutan kedua di Jakarta Pusat (18,58%)(Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta, 2018).

Berdasarkan data laporan di BPM F dalam 3 bulan terakhir yaitu bulan September, Oktober dan November 2023 jumlah kunjungan ibu hamil untuk melakukan ANC sebanyak 73 orang dengan kasus anemia sebesar 17 orang (23%). Kunjungan ibu hamil dengan anemia ringan yaitu sebanyak 13 kasus (76,5%), dan ibu hamil dengan anemia sedang sebanyak 4 kasus (23,5%).

Upaya dalam mengatasi anemia pada ibu hamil ada beberapa macam diantara dengan farmakologis dan non farmakologis(Nazir, 2019). Cara farmakologis bisa dengan

mengonsumsi minimal 90 tablet Fe selama kehamilan dengan dosis 60 mg. Sedangkan cara non farmakologis dapat dilakukan dengan pemberian obat herbal atau tumbuhan, seperti kacang- kacangan, bayam merah, buah beta vulgaris L (bit) dan kurma(Hidayah et al., 2022)

Dari hasil survey awal tanggal 12 Nopember 2023 di PMB F didapat hasil bahwa dari 5 orang ibu hamil trimester I yang dilakukan pemeriksaan kadar haemoglobin didapatkan 3 diantaranya mengalami anemia dan berdasarkan hasil wawancara didapat hasil bahwa ibu hamil belum pernah mengetahui serta mengonsumsi jus bayam hijau dan buah bit sebagai alternative pengganti zat besi, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "Asuhan Kebidanan Ibu Hamil Trimester 1 Anemia Ringan Dengan Pemberian Jus Bayam Hijau Dan Buah Bit Di PMB F Tahun 2024".

## METODE PENELITIAN

Metode dalam studi kasus ini adalah menggunakan studi kualitatif dengan pendekatan studi kasus yang dilakukan secara langsung pada 2 ibu hamil trimester 1 yang mengalami anemia ringan. Dua ibu hamil tersebut dibagi menjadi 2 yaitu: ibu hamil 1 diberikan jus bayam hijau dan ibu hamil 2 diberikan buah Bit. Penelitian kualitatif adalah suatu penelitian yang pada dasarnya menggunakan pendekatan deduktif-induktif. Pendekatan ini berangkat dari suatu kerangka teori, gagasan para ahli, maupun pemahaman peneliti berdasarkan pengalamannya yang kemudian di kembangkan menjadi permasalahan-permasalahan beserta pemecahannya yang di ajukan untuk memperoleh pembenaran (verifikasi) dalam bentuk dukungan data empiris di laporan(Priadana & Sunarsi, 2021). Waktu penelitian dilakukan pada bulan Januari tahun 2024. Tempat penelitian dilakukan di BPM F Jakarta Selatan dan kunjungan rumah responden. Sample dalam penelitian ini adalah 2 ibu hamil trimester 1 yang mengalami anemia ringan di BPM F Jakarta Selatan. Tehnik sampling pengambilan sample dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling yaitu pengambilan sample di tentukan oleh peneliti.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pemberian Jus Bayam Hijau pada ibu hamil Trimester 1 dengan Anemia Ringan

Pada responden 1, hasil kunjungan pertama tanggal 21 Januari 2024 masalah yang ditemukan pada ibu hamil Ny M mengeluh penglihatan kadang berkunang kunang, dari hasil pemeriksaan didapatkan hasil pemeriksaan TTV tensi: 100/60mmhg suhu: 36,3 ° c, Nadi: 89x/mnt, Rr: 20x/mnt, pemeriksaan lain nya dalam batas normal, hasil laboratorium nilai

kadar HB 10.1 gr%, Ketika kekurangan hemoglobin, ibu hamil akan merasa pusing, mata berkunang-kunang, bahkan bisa sampai tidak sadarkan diri atau pingsan. Kekurangan hemoglobin memang sering dialami oleh ibu hamil. Kekurangan hemoglobin disebabkan oleh kurangnya sumber penghasil hemoglobin, yaitu zat besi. Penyebab utama anemia dalam kehamilan adalah defisiensi mikronutrien (vitamins A and B12, riboflavin, and asam folat), penyakit yang disebabkan parasit dan bakteri, infeksi seperti malaria, cacing, HIV dan kelainan bawaan sejak lahir pada sel darah merah bawaan seperti thalassemia (Melku, et al., 2014). Biasanya, kondisi ini disebut anemia defisiensi besi. Peneliti memberikan penjelasan tentang cara mengkonsumsi jus bayam hijau.

Pada kunjungan ke dua tanggal 28 Januari 2024 Ny M mengeluh kurang nafsu makan. Hasil pemeriksaan TTV tensi: 100/70mmhg, Nadi: 80x/mnt, Suhu: 36,3 °c, Rr: 19x/mnt. pemeriksaan fisik didapatkan hasil normal tidak ada kelainan. Intervensi yang di berikan berupa konsumsi jus bayam hijau selama 7 hari belum ada peningkatan kadar HB karena responden menyatakan bahwa, selama beberapa hari terakhir responden tidak nafsu makan, peneliti menganjurkan untuk makan dengan porsi kecil tapi sering dan mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi.

Pada kunjungan ke tiga tanggal 04 Februari 2024 hasil penelitian setelah mengkonsumsi jus bayam hijau selama 14 hari, ibu mengatakan tidak ada keluhan, hasil TTV tensi: 100/60mmhg, Nadi: 88x/mnt, Suhu: 36,4 °c, Rr: 20x/mnt, pemeriksaan fisik didapatkan hasil normal tidak ada kelainan. Adanya peningkatan kadar Hb sebanyak 0,2gr%. Peneliti menganjurkan untuk melanjutkan konsumsi tablet tambah darah dan vitamin yang diberikan olah bidan.

Hasil pelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu dilakukan oleh Kundryati, (2018) menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian jus bayam hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil anemia.

Menurut Wulan sari, (2019), bayam adalah sayuran yang memiliki gizi lengkap bagi penderita anemia. Bayam juga mengandung vitamin C yang cukup tinggi. Vitamin C memiliki peranan penting dalam penyerapan zat besi, sehingga zat besi yang ada dapat dimanfaatkan secara optimal. Daun Bayam hijau (*Amaratus hybridus L*) memiliki kandungan zat besi (Fe) sebesar 8,3 mg per 100gram.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penetian Dhilon (2020), di PMB Rosmidah Wilayah Kerja Puskesmas Kuok, menunjukkan bahwa ada peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengonsumsi jus bayam hijau. Selisih mean sebelum dan setelah diberi jus bayam hijau adalah 3,24. Berdasarkan uji Wilcoxon test didapatkan bahwa ada pengaruh

signifikan antara pemberian jus bayam hijau terhadap kadar hemoglobin ibu hamil. Hal ini dibuktikan dengan  $p= 0,000 < 0,05$ .

Minum jus bayam saat hamil merupakan salah satu cara yang paling cocok bagi ibu hamil untuk menaikkan kadar Hb ke kadar yg diinginkan. Jumlah daun bayam yang digunakan buat menghasilkan jus bayam ialah 100 gram serta air matang gunakan 150 ml. Bayam hijau (*Amaratus hybridus L*) mengandung 8,3 mg zat besi (Fe) per 100 gramnya. (Rohmantika & Umarianti, 2017). Selain itu, bayam hijau memiliki kandungan klorofil dan betakaroten yang lebih tinggi dibandingkan bayam merah. Bayam hijau memiliki sifat antioksidan, antikanker, hipotensi serta hipoglikemik (Rohmatika & Umarianti, 2017).

Pemberian buah Bit pada ibu hamil Trimester 1 dengan Anemia Ringan

Pada responden 2 hasil kunjungan pertama tanggal 17 Januari 2024 masalah yang ditemukan pada Ny G mengeluh kadang merasa cepat lelah setelah beraktifitas. Peneliti memberikan penjelasan tentang cara pengolahan buah bit untuk di konsumsi selama 14 hari dan menganjurkan pada ibu untuk melakukan olahraga ringan seperti jalan di pagi hari, beristirahat setelah melakukan aktifitas dan tidur yang cukup  $\pm 7-8$  jam sehari.

Pada kunjungan ke dua tanggal 24 Januari 2024 Ny M mengatakan tidak ada keluhan dan beraktifitas seperti biasa. Hasil pemeriksaan TTV tensi: 120/70mmhg, Nadi: 89x/mnt, Suhu: 36,4 °c, Rr: 19 x/mnt. pemeriksaan fisik didapatkan hasil normal tidak ada kelainan. Intervensi yang telah di berikan berupa konsumsi buah Bit selama 7 hari sudah ada peningkatan kadar HB sebanyak 0.3gr% menjadi 9,3gr%. Peneliti menganjurkan untuk tetap mengkonsumsi buah bit sesuai dengan yang telah di ajarkan dan mengkonsumsi makanan yang tinggi akan zat besi.

Pada kunjungan ke tiga tanggal 31 Januari 2024 hasil penelitian pada Ny G, setelah mengkonsumsi buah Bit selama 14 hari, ibu mengatakan tidak ada keluhan, hasil TTV tensi: 120/80mmhg, Nadi: 88x/mnt, Suhu: 36,3 °c, Rr: 20x/mnt, pemeriksaan fisik didapatkan hasil normal tidak ada kelainan. Pada hasil pemeriksaan HB adanya peningkatan kadar Hb sebanyak 0,6gr% menjadi 9.6gr%. Peneliti menganjurkan untuk melanjutkan konsumsi tablet tambah darah dan vitamin yang diberikan oleh bidan.

Penelitian Triana (2020) memberikan intervensi berupa suplementasi beetroot powder sebanyak 8 gram yang diberikan selama 14 hari efektif mampu meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil. Hal ini sejalan dengan penelitian Liananiar (2020). Penelitian ini memberikan intervensi dengan kuantitas serta durasi yang lebih banyak dan lama yaitu subjek diberikan buah bit sebanyak 4.000 gram selama 5 minggu.

Penelitian yang dilakukan Setyianingsih S tahun 2020, dikatakan bahwa jus buah bit dapat dikombinasikan dengan beberapa buah lain salah satunya adalah dengan lemon . Kombinasi buah bit dan lemon, serta tablet besi yang diberikan kepada ibu hamil, dapat menyebabkan peningkatan hemoglobin dengan rata-rata 1,1 g/dl dari hemoglobin awal.

Penelitian yang dilakukan oleh Hurin Safira pada tahun 2021, yang meneliti tentang efektivitas pemberian jus buah bit untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri di Pesantren gontor, menunjukkan peningkatan hemoglobin yang di dapat adalah sebesar 1,57 g/dl dari hemoglobin awal.

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. Ramuan herbal penurun kolesterol. Jakarta: Niaga swadaya; 2008)

#### Perbandingan Efektifitas Jus Bayam Hijau Dan Buah Bit Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin

Tabel 1 Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan Antara Responden 1 dan Responden 2

No.	Intervensi	Kunjungan dan Hasil Pemeriksaan Haemoglobin		
		K1	K2	K3
1	Responden 1 (Pemberian Jus Bayam Hiaju	10,1 gr%	10,1 gr%	10,3 gr%
2	Responden 2 (Pemberian Buah Bit)	9 gr%	9,3 gr%	9,6 gr%

Berdasarkan hasil pengkajian, pemberian jus bayam hijau dan buah bit sama-sama efektif dalam peningkatan kadar haemoglobin darah namun pemberian buah bit lebih efektif dengan selisih 0,4gr%.

Pada responden 1 kadar haemoglobin awal 10.1 gr% setelah 7 hari konsumsi jus bayam hijau belum ada peningkatan kadar Haemoglobin, setelah konsumsi jus bayam hijau selama 14 terlihat peningkatan kadar haemoglobin menjadi 10.3 gr%, mengalami kemaikan sebesar 0,2gr%. Sedangkan pada responden 2 kadar haemoglobin sebelum mengkonsumsi buah bit adalah 9 gr%, setelah mengkonsumsi buah bit 7 hari kadar haemoglobin 9,3 gr% dan

setelah konsumsi buah bit selama 14 terlihat peningkatan kadar hsemoglobin menjadi 9,6 gr%, mengalami kenaikan 0,6gr%.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian buah bit lebih efektif dalam peningkatan kadar haemoglobin darah dibandingkan dengan pemberian jus bayam hijau dengan selisih 0,4gr%.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Pratiwi Hariyani Putri, Fildzah Karunia Putri, Syarafina Rahmawato (2020), Dari hasil Systematic literature review ini adalah bayam dan buah bit efektif dapat meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil dengan durasi pemberian minimal selama 7 hari pada berbagai jenis olahan, berpengaruh dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia ( $p : 0.000 < 0,05$ ) di UPT Puskesmas Kampar Tahun 2019

Kandungan zat besi pada bayam hijau, bayam merah dan bit yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Ibu hamil yang mengkonsumsi ketiga sayuran tersebut dalam bentuk puding bahirat (bayam hijau, merah dan bit) terjadi peningkatan kadar hemoglobin dengan rata-rata peningkatan sebanyak 4.05. Sejalan dengan penelitian (Nursela et al., 2021) setelah pemberian jus buah bit nilai rata-rata peningkatan kadar Hb ibu hamil yaitu 1.9353. Penelitian yang dilakukan (Misrawati, 2022) pemberian jus bayam hijau kepada ibu hamil kadar Hb meningkat dengan nilai rata-rata peningkatan sebanyak 0.67. Penelitian (Suwardi et al, 2021) dalam pemberian jus bayam merah kadar Hb ibu hamil meningkat dengan nilai rata-rata peningkatan 1.542.

## SIMPULAN

Peneliti menyimpulkan bahwa ada kesesuaian antara praktek dan teori, dimana pengaruh pemberian jus bayam hijau dan buah Bit terhadap kadar Hb yaitu adanya peningkatan kadar Hb hamil trimester I setelah diberikan intervensi.

1. Bahwa pemberian jus bayam hijau dapat meningkatkan kadar haemoglobin terhadap ibu hamil dengan anemia. Pada responden 1 ibu hamil trimester 1 terlihat peningkatan kadar haemoglobin sebesar 0,2 gr% setelah mengkomsumsi jus bayam hijau selama 14 hari, yang awalnya kadar haemoglobin ibu sebesar 10,1 gr% menjadi 10.3 gr%.
2. Pemberian buah bit yang kaya akan vitamin dan nutrisi mampu menaikkan kadar hemoglobin. Pemberian jbuah bit pada responden 2 selama 14 hari berturut – turut dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester 1 sebesar 0,6 gr% yang awalnya kadar Haemoglobin ibu 9 gr% menjadi 9,6 gr%.

3. Pemberian jus bayam hijau dan buah bit yang dilakukan selama 14 hari pada ibu hamil trimester 1 dengan anemia ringan untuk peningkatan kadar haemoglobin darah lebih efektif adalah dengan konsumsi buah bit. Peningkatan kadar haemoglobin dengan pemberian jus bayam hijau sebesar 0,2 gr% sedangkan peningkatan kadar haemoglobin dengan pemberian buah bit sebesar 0,6 gr%. adanya selisih kadar haemoglobin sebesar 0,4 gr%. Untuk peningkatan kadar haemoglobin secara non farmakologi pada ibu hamil trimester 1 dengan anemia ringan lebih efektif adalah dengan pemberian konsumsi buah bit.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Al-aboud, N. M. (2018). Effect of red beetroot (*Beta vulgaris* L.) intake on the level of some hematological tests in a group of female volunteers. *ISABB Journal of Food and Agricultural Sciences*, 8(2), 10–17.
- Astriana, W. (2017). Kejadian anemia pada ibu hamil ditinjau dari paritas dan usia. *Jurnal Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 123–130.
- Astuti, D. L. P. (2021). *Gambaran Kejadian Ketuban Pecah dini di Rumah sakit Surya Husadha Denpasar Tahun 2020*. Jurusan Kebidanan 2021.
- Astuti, R. Y., & Ertiana, D. (2018). *Anemia dalam kehamilan*. Pustaka Abadi.
- Cunningham, F. G., Leveno, K. J., Bloom, S. L., Spong, C. Y., Dashe, J. S., Hoffman, B. L., Casey, B. M., & Sheffield, J. S. (2016). *Williams obstetrics* (Vol. 7). McGraw-Hill Medical New York.
- Dinas Kesehatan Provinsi DKI Jakarta. (2018). *Laporan Tahunan Dinas Kesehatan Jakarta Tahun 2018*.
- FATIMAH, F., & Arantika, M. P. (2022). *Pathologi Kehamilan: Memahami Berbagai Gangguan Dan Kelainan Kehamilan*. LP2M Universitas Alma Ata.
- Hidayah, N., Imaningsih, A. N., Damayanti, E. D., Fitria, N. W., Merisdiansyah, W. E., & Shahla, G. R. V. (2022). PENGARUH EDUKASI TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA PEREMPUAN DESA JIPURAPAH TENTANG ANEMIA DAN GIZI SEIMBANG: The Effect of Education on Adolescent Girls' Knowledge Level Jipurapah Village About Anemia and Balanced Nutrition. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(4), 612–619.
- Kemenkes. (2018). *Strategi Penurunan AKI dan Neonatal*.
- Lestari, V. O. P. (2016). *Karakteristik Ibu Hamil Dengan Anemia Di Puskesmas Tegalrejo Yogyakarta Tahun 2015*. Kebidanan.

- Mangkuji, B., Ginting, I., & Lubis, R. (2012). *Asuhan Kebidanan: 7 Langkah SOAP*.
- Manuaba, I. B. G. (2018). *Ilmu kebidanan, penyakit kandungan & keluarga berencana untuk pendidikan bidan*.
- Meiriska, I. P., Anggraini, D., & Susanti, M. (2022). Hubungan Kadar Ferritin Serum Pada Ibu Hamil Dengan Berat Badan Bayi Baru Lahir di Rsi Siti Rahmah Padang Tahun 2018-2019. *Scientific Journal*, 1(1), 1–10.
- Nazir, M. Y. (2019). Profil Kesehatan Provinsi Riau. *Dinas Kesehatan Provinsi Riau*.
- Pibriyanti, K., & Safira, H. (2021). The effectiveness of giving beetroot juice on increasing hemoglobin (hb) levels of adolescent women in islamic boarding school. *Darussalam Nutrition Journal*, 5(1), 55–60.
- Priadana, M. S., & Sunarsi, D. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Pascal Books.
- Purba, E. M., & Azizah, N. (2019). Prevalensi anemia pada ibu hamil dengan menggunakan metode sahli dan metode cyanmethemoglobin di wilayah kerja puskesmas sialang buah tahun 2019. *Excellent Midwifery Journal*, 2(2), 21–29.
- Putri, P. H., Putri, F. K., & Rahmawati, S. R. (2021). Efektivitas Bayam Dan Buah Bit Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. *Medical Technology and Public Health Journal*, 5(1), 52–61.
- Qolik, A. (2014). Buku Pintar Bertanam Bayam & Sawi. *Indoliterasi. Yogyakarta Xvii*.
- Rahmayanti, R., Mariati, U., & Susilawati, N. (2019). Perbedaan Efektivitas Pemberian Tablet Fe terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 2(2), 29–36.
- Rofiani, R., & Ratnawati, R. (2016). *Hubungan Sikap, Motivasi, Dan Perilaku Ibu Dalam Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungwuni II Kabupaten Pekalongan*.
- Rohmatika, D., & Umarianti, T. (2017). Uji Laboratorium Pengukuran Kandungan Zat Besi (Fe) Pada Ekstrak Bayam Hijau (*Amarathus Hybridus* L). *Jurnal Ilmiah Maternal*, 2(2).
- SA'DIYAH, N. U. R. K. (2021). *EFEKTIFITAS PEMBERIAN JUS BUAH BIT DAN KURMA PADA IBU HAMIL DENGAN ANEMIA TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN DI PUSKESMAS 01 KECAMATAN KEDUNG KABUPATEN JEPARA*. Universitas Islam Sultan Agung.
- Salamatullah, A. M., Hayat, K., Alkaltham, M. S., Ahmed, M. A., Arzoo, S., Husain, F. M., Al-Dossari, A. M., Shamlan, G., & Al-Harbi, L. N. (2021). Bioactive and antimicrobial properties of oven-dried beetroot (pulp and peel) using different solvents. *Processes*, 9(4), 588.

- Setiawati, I. (2019). Efektifitas Teknik Massage Effleurage Dan Teknik Relaksasi Terhadap Nyeri Punggung Pada Ibu Hamil Trimester III. *Prosiding Seminar Nasional: Pertemuan Ilmiah Tahunan Politeknik Kesehatan Karya Husada Yogyakarta*, 1(1), 1–7.
- Setyianingsih, S., Widayati, W., & Kristiningrum, W. (2020). Keefektifan jus buah bit dan lemon dalam kenaikan kadar Hb pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(1), 71–76.
- Wulansari, A., Gz, S., Wulansari, A., & Gz, S. (2019). *Peran Gizi Remaja dalam Menghasilkan Sumberdaya yang Berkualitas*.