

PENGARUH PEMBERIAN FE DAN BUAH BIT PADA IBU HAMIL UNTUK MENCEGAH
ANEMIA DI KLINIK PRATAMA RWAT INAP SITI ZACHROH
SETU PROVINSI JAWA BARAT

Tyas Safitri^{1*}, Indah Yuliani²

¹⁻²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Email Korespondensi: tyassafitri02@gamil.com

Disubmit: 31 Juli 2024

Diterima: 15 Januari 2025

Diterbitkan: 01 Februari 2025

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v5i2.16632>

ABSTRAK

Di Indonesia berdasarkan hasil Riskesdas 2018 menggambarkan anemia terjadi pada 48,9% ibu hamil. Upaya pemerintah dalam menurunkan angka kejadian anemia terdiri dari deteksi dini anemia melalui pemeriksaan kadar hemoglobin yang dilaksanakan pada saat *antenatal care* dan pemberian suplemen Tablet Tambah Darah (TTD). Prevalensi anemia dalam kehamilan di Jawa Barat sendiri ditahun 2020 mengalami penurunan dibandingkan di tahun 2019 sebanyak 85,82% ibu hamil mengalami anemia dan di tahun 2020 sebanyak 53,24% ibu hamil mengalami anemia. Walaupun mengalami penurunan, namun angka prevalensi kejadian anemia pada kehamilan masih diatas $\geq 40\%$ dan menurut WHO diklasifikasikan menjadi permasalahan kesehatan prioritas. Untuk melihat apakah ada Pengaruh Pemberian Fe dan Buah Bit Pada Ibu Hamil Untuk Mencegah Anemia Di Klinik Pratama Rawat Inap Siti Zachroh. Kuantitatif dengan pendekatan *Eksperimen 2* grup. Uji *statistic* yang digunakan untuk menguji hubungan antara variabel *independent* dengan variabel *dependent* adalah uji *Chi Square* (kai kuadrat). Distribusi frekuensi anemia pada ibu hamil untuk pemberian sebelum dan sesudah Fe dan Buah Bit Di Klinik Pratama Rawat Inap Siti Zachroh Setu Provinsi Jawa Barat 2024 dapat dilihat bahwa nilai rata-rata *Pre Test* Fe sebesar 9,71 *Post Tes* sebesar 9,91. Sedangkan nilai rata-rata *Pre Tes* Fe sebesar 10,45 dan Buah Bit sebesar 11,61. Hasil analisis diperoleh *p value* (0,000) $< \alpha$ (0,05) yang berarti ada pengaruh atau perbedaan nilai signifikan antara sebelum dan sesudah pemberian Fe dan Fe dan Buah Bit. Ada pengaruh pemberian Fe, dan Fe dan Buah Bit pada ibu hamil untuk mencegah anemia.

Kata Kunci: Anemia, Fe, Buah Bit

ABSTRACT

Therefore, all parties involved in health services must be aware of anemia in pregnant women. In Indonesia, based on the 2018 Riskesdas results, anemia occurs in 48.9% of pregnant women. The government's efforts to reduce the incidence of anemia consist of early detection of anemia through checking hemoglobin levels carried out during antenatal care and providing Blood Additive Tablet (TTD) supplements. The prevalence of anemia in pregnancy in West Java itself in 2020 decreased compared to 2019, as many as 85,82% of pregnant women experienced anemia and in 2020 as many as 53,24% of pregnant women experienced anemia. Even though it has decreased, the prevalence rate

of anemia in pregnancy is still above $\geq 40\%$ and according to WHO is classified as a priority health problem. To see whether there is an effect of giving Fe and Beet to Pregnant Women to Prevent Anemia at the Siti Zachroh Inpatient Primary Clinic. Quantitative with a 2 group experimental approach. The statistical test used to test the relationship between the independent variable and the dependent variable is the Chi Square test. Distribution of the frequency of anemia in pregnant women for administration before and after Fe and Beet at the Siti Zachroh Setu Pratama Inpatient Clinic, West Java Province 2024. It can be seen that the average value of Pre Test Fe is 9,1 Post Test is 9,91 . Meanwhile, the average pre-test value for Fe was 10,45 and for beets was 11,61. The results of the analysis obtained p value (0,000) < a (0,5) which means there is a significant influence or difference in value between before and after administration of Fe and Fe and Beet Fruit. There is an effect of giving Fe, and Fe and Beet Fruit to pregnant women to prevent anemia.

Keywords: Anemia, Fe, Beetroot

PENDAHULUAN

Anemia dalam kehamilan merupakan permasalahan klasik yang tidak pernah terselesaikan, terutama di negara berkembang. Anemia dalam kehamilan dapat memberikan dampak buruk bagi janin dan ibunya. Menurut *World Health Organization* (WHO, 2022) mendefinisikan anemia dalam kehamilan sebagai kadar Hemoglobin (Hb) kurang dari 11g/dL. Menurut *World Health Organization* (WHO), anemia pada ibu hamil merupakan ancaman “Potensial Bahaya Bagi Ibu Dan Anak”. Oleh karena itu, semua pihak yang terlibat dalam pelayanan kesehatan harus mewaspadai anemia pada ibu hamil.

Anemia adalah keadaan protein dalam sel darah merah (Hemoglobin) kurang dari normal (Kementrian Kesehatan RI, 2021). Pada ibu hamil diperlukan sel darah merah untuk perkembangan janin. Selama 5 tahun terakhir, kasus ibu hamil dengan anemia tertinggi terjadi pada tahun 2019 yaitu 80.000k dan mengalami penurunan pada tahun 2020 yaitu 60.000k. Ibu hamil yang menderita anemia beresiko melahirkan bayi berat lahir rendah. (BBLR) Jumlah ibu hamil dengan anemia berkolerasi tinggi dengan jumlah BBLR. Hasil uji signifikan pada tingkat kepercayaan 5%

menghasilkan kesimpulan bahwa jumlah ibu hamil dengan anemia berpengaruh signifikan terhadap jumlah BBLR pada tahun 2020, 1 dari 50 bayi terlahir dengan bayi berat lahir rendah (BBLR).

Menurut Riskesdas (2018), 48,9 % ibu hamil di Indonesia mengalami anemia. Menurut Kemenkes RI (2018), antara usia 15 hingga 24 tahun, 84,6% ibu hamil mengalami anemia. Hasil Riskesdas tahun 2018 juga menunjukkan bahwa 84,6% ibu hamil yang berumur kurang dari 25 tahun mengalami anemia dan 57,6% ibu hamil yang berumur lebih dari atau sama dengan 35 tahun mengalami anemia.

Di Indonesia berdasarkan hasil Riskesdas 2018 menggambarkan anemia terjadi pada 48,9% ibu hamil. Upaya pemerintah dalam menurunkan angka kejadian anemia terdiri dari deteksi dini anemia melalui pemeriksaan kadar hemoglobin yang dilaksanakan pada saat *antenatal care* dan pemberian suplemen Tablet Tambah Darah (TTD). Namun sebagian besar ibu hamil telah mengalami anemia sebelum memulai kehamilan.

Prevalensi anemia dalam kehamilan di Jawa Barat sendiri ditahun 2020 mengalami penurunan

dibandingkan di tahun 2019 sebanyak 85,82% ibu hamil mengalami anemia dan di tahun 2020 sebanyak 53,24% ibu hamil mengalami anemia. Walaupun mengalami penurunan, namun angka prevalensi kejadian anemia pada kehamilan masih diatas $\geq 40\%$ dan menurut WHO diklasifikasikan menjadi permasalahan kesehatan prioritas

Anemia dalam kehamilan disebabkan oleh kekurangan zat besi (*Anemia Defisiensi Besi*). Zat besi merupakan bahan untuk pembuatan sel darah merah dan komponen penting dalam hemoglobin. Pada masa kehamilan, tambahan zat besi harian diperlukan sebanyak 30 mg dan selama kehamilan dibutuhkan sekitar 1040 mg zat besi.

Dampak anemia pada kehamilan dapat terjadi abortus, persalinan prematuritas, hambatan tumbuh kembang janin dan rahim, mudah terjadi infeksi, perdarahan terpartum, 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 *subinvolusiuteri* menimbulkan perdarahan *post partum* menimbulkan infeksi *peurperium* dan pengeluaran ASI berkurang.

Diantara semua buah, Buah Bit adalah salah satu buah yang tinggi kadar asam folat sebesar 34% dan vitamin C 10,2% dan zat besi 7,4%, jika dibandingkan dengan buah lainnya Buah Bit lebih unggul karena memiliki kandungan yang lebih lengkap, dimana didalam Buah Bit terdapat kandungan asam folat 34% dan vitamin C 10,2% dan zat besi 7,4% dimana kandungan tersebut baik untuk pembentukan sel darah dan mampu menambah kadar hemoglobin.

TINJAUAN PUSTAKA

Anemia adalah kondisi dimana seseorang tidak memiliki cukup sel darah merah yang sehat untuk membawa oksigen yang cukup ke jaringan tubuh. Anemia adalah suatu kondisi di mana konsentrasi hemoglobin lebih rendah dari biasanya (Nurbaya, 2019). Kondisi ini mengakibatkan kurangnya jumlah normal eritrosit dalam sirkulasi. Akibatnya, jumlah oksigen yang dikirim ke jaringan tubuh juga berkurang (Annisa, 2022).

Tanda dan gejala anemia biasanya seperti pucat, mudah lelah, berdebar takikardi dan sesak napas. Kecepatan bisa diperiksa pada telapak tangan, kuku dan konjungtiva palpebral. Tanda khas meliputi anemia, stomatitis angularis, glositis disfagia, hipoklodidia, koilonika dan pagofagia. Tanda yang kurang khas berupa kelelahan, anoreksia, kepekaan terhadap infeksi penyakit meningkat, kelainan perilaku tertentu, kinerja intelektual serta kemampuan kerja menyusut (Selawati, 2018).

Anemia akut sering terkompensasi dengan buruk dan bermanifestasi sebagai peningkatan frekuensi nadi, bising, aliran darah, intoleransi aktivitas, nyeri kepala, tidur berlebihan (terutama pada bayi), malas makan dan sinkop. Manfaat Umbi Bit Adapun beberapa manfaat dari bit adalah sebagai berikut (Hairunnisa, 2019):

a. Memperkuat Susunan Tulang

Bit mengandung banyak kalium (Potassium). Kadarnya sebesar 518,6 mg/cup dan masuk dalam kategori unggul. Keberadaan kalium dalam bit dapat memperkuat matriks tulang. Tanpa kalium yang cukup, tulang yang terbentuk tidak dapat tumbuh sempurna karena ikatan antarselnya longgar (Sakdiyah, 2021).

b. Pembersih Darah yang Ampuh.

Umbi bit mampu membersihkan darah dari racun, seperti logam berat, alkohol, dan zat kimia beracun. Bit juga mampu melakukan detoksifikasi hati yang tercemar oleh obat beracun, yaitu berbagai macam obat terlarang, obat yang tidak diresepkan oleh dokter, alkohol dan zat adiktif makanan yang berbahaya.

c. Memaksimalkan Perkembangan Otak Bayi

Bit mengandung folat dalam jumlah cukup banyak sehingga berguna bagi perkembangan janin. Folat diperlukan pada minggu-minggu awal kehamilannya dalam jumlah memadai agar perkembangan otak bayi normal.

d. Mengatasi Anemia

Folat yang terkandung dalam bit juga bermanfaat untuk pembentukan darah merah. Bit merupakan obat alami yang ampuh untuk anemia dan memperkuat daya tahan tubuh.

e. Anti kanker

Bit mengandung betasianin yang dikenal sebagai fitokimia antikanker. Dalam menghambat

kanker, betasianin bekerja sama dengan beberapa mineral dan fitokimia yang berperan sebagai antikanker. Ada beberapa macam fitokimia pada umbi bit, yaitu betain, betalain, allatine, farnesol, asam salisilat, dan saponin.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan Eksperimen 2 grup, yang artinya pengambilan sampel mengenai faktor pengaruh pemberian Fe (*zat besi*) dan Buah Bit untuk mencegah anemia pada ibu hamil. Variabel dependennya adalah pencegahan anemia, sedangkan variabel independennya adalah Fe dan buah Bit. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer Pengaruh Pemberian Fe dan Buah Bit Untuk Mencegah Anemia Pada Ibu Hamil di Klinik Pratama Rawat Inap Siti Zachroh Setu Provinsi Jawa Barat Tahun 2024. Uji statistik yang digunakan untuk menguji hubungan antara variabel *independent* dengan variabel *dependent* adalah uji *Chi Square* (kai kuadrat).

HASIL PENELITIAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Anemia Pada Ibu Hamil Untuk Pemberian Sebelum dan Sesudah Fe Dan Buah Bit Di Klinik Pratama Rawat Inap Siti Zachroh Setu Provinsi Jawa Barat

Anemia Pada Ibu Hamil	Pre Tes		Post Tes	
	F	%	f	%
Beresiko	2	13,3	0	0
Tidak Beresiko	28	86,7	30	100
Total	30	100	30	100

Dari tabel diatas, didapatkan bahwa responden yang beresiko sejumlah 2 orang (13,3%) dan

responden yang tidak beresiko 28 orang (86,7%).

Tabel 2. Pengaruh Pemberian Fe dan Buah Bit Pada Ibu Hamil Untuk Mencegah Anemia Di Klinik Pratama Rawt Inap Siti Zachroh

Berdasarkan tabel diatas, dapat dilihat bahwa nilai rata-rata *Pre Test* Fe sebesar 9,71 dan *Post*

antara sebelum dan sesudah pemberian Fe, dan Fe dan Buah Bit. Dari hasil uji statistik dapat

Kelompok	Frekuensi		Mean		Selisih Mean	Selisih SD	P Value
	<i>Pre Tes Fe</i>	<i>Post Tes Fe</i>	<i>Pre Tes Fe dan Buah Bit</i>	<i>Post Tes Fe dan Buah Bit</i>			
Fe dan Buah Bit	9,71	9,91	10,45	11,61	0,02	0,39	0,000

Tes sebesar 9,91. Sedangkan nilai rata-rata *Pre Tes* Fe sebesar 10,45 dan Buah Bit sebesar 11,61. Hasil analisis diperoleh *p value* (0,000) < α (0,05) yang berarti ada pengaruh atau perbedaan nilai signifikan

disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian Fe dan Buah Bit pada ibu hamil untuk mencegah anemia di Klinik Pratama Rawat Inap Siti Zachroh Tahun 2024.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 15 responden sebelum dilakukan pemberian Fe sebanyak 5 responden beresiko 40,0% dan setelah pemberian Fe 10 responden 66,7% tidak beresiko anemia. Sedangkan hasil 15 responden sebelum dilakukan pemberian Fe dan Buah Bit 4 responden 26,7% beresiko dan setelah dilakuman pemberian Fe dan Buah Bit 15 responden 100% tidak beresiko. Hasil analisis bivariate dalam penelitian ini ditemukan *P value* 0,000 artinya ada pengaruh pemberian Fe dan Buah Bit pada ibu hamil.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya dengan judul: Pengaruh Buah Bit (*Beta Vulgaris L*) terhadap penurunan hemoglobin pada ibu hamil Trimester III di wilayah Kerja Puskesmas Kebun Durian tahun 2021. Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui nilai kemaknaan (*P*) sebesar 0,000. Nilai kemaknaan $p <$

0,005 menunjukkan bahwa adanya pengaruh konsumsi jus buah bit terhadap peningkatan kadar hemoglobin ada ibu hamil trimester III.

Hasil peneliti berdasarkan dari analisis uji t berpasangan (*Paired sample tes*) pada kelompok perlakuan didapatkan hasil *P-value* 0,000 sehingga jus buah bit memiliki pengaruh terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III UPTD Puskesmas Pleumat. Penelitian yang menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan dari pemberian jus Buah Bit pada kenaikan kadar Hb ibu hamil trimester III Desa Plosoarang Kabupaten Blitar, ditunjukkan dengan nilai *P-value* 0,0004. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya dengan menunjukkan bahwa, ada pengaruh pemberian jus Buah Bit terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di BPM

Miftah Wahyudi Kec. Jatijajar Depok, dibuktikan nilai *P-value* 0,000.

Menurut peneliti, berdasarkan analisis *paired t test sampel* hasil *p value* 0,000 dari ada pengaruh pemberian Fe trimester 1 dan Fe dan buah bit dalam kadar peningkatan hemoglobin pada ibu hamil terutama pada trimester 3. Pada penelitian ini ada pengaruh makanan yang bisa meningkatkan kadar hemoglobin seperti: bayam, kacang-kacangan, vitamin C seperti jus jambu dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Dari penelitian ini ada faktor yang tidak berpengaruh pada penyerap zat besi pada tubuh ibu hamil yang menyebabkan kadar hemoglobin tidak normal, dan dapat disebabkan karena kekurangannya makanan yang mengandung zat besi, asam folat dan vitamin B12 seperti hati, ikan teri, daging merah, kacang-kacangan, sayuran berwarna hijau, kuning telur dan buah-buahan. Jumlah darah yang ada terpakai untuk kebutuhan janin dan ibu, volume darah pada ibu berkurang pada trimester I sampai semester III, terjadi tekanan darah rendah yang disebabkan karena terjadinya peningkatan plasma darah, dan terjadinya penambahan cairan tubuh (volume plasma) yang tidak sebanding dengan penambahan masa sel darah merah, akibatnya kadar hemoglobin menurun.

KESIMPULAN

Ada pengaruh pemberian Fe dan Fe dan Buah Bit Untuk Mencegah Anemia Pada Ibu Hamil Di Klinik Pratama Rawat Inap Siti Zachroh Setu Provinsi Jawa Barat Tahun 2024 dengan nilai *p value* 0,000 yang berarti ada pengaruh nilai *signifikan* antara sebelum dan sesudah diberika Fe dan Fe dan Buah Bit.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfi Fauziah, N., Dwi Fara, Y., & Desni Sagita, Y. (2024). The Effect Of Drinking Beetroot Juice On Hemoglobin Levels In Pregnant Women In The Third Trimester. *Wellnes And Healthy Magazine*, 6(1), 38-46. <https://Wellness.Journalpress.Id/Wellness>
- Annisa, S. P. (2022). *Asuhan Keperawatan Pada An. U Dengan Diagnosa Medis Anemia Defisiensi Besi Di Ruang D2 Anak Rspal Dr. Ramelan Surabaya* (Doctoral Dissertation, Stikes Hang Tuah Surabaya).
- Anggraini, D. D., & Saragita, N. (2019). Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit Terhadap Kenaikan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester Iii. *Jurnal Darul Azhar*, 8(1), 7-14.
- Deswati, D. A., Suliska, N., & Maryam, S. (2019). Pola Pengobatan Anemia Pada Ibu Hamil Di Salah Satu Rumah Sakit Ibu Dan Anak. *Familyedu: Jurnal Pendidikan Kesejahteraan Keluarga*, 5(1).
- Dian Soekmawaty Riezqy Ariendha, Irni Setyawati, Kusniyati Utami, H. (2022). 3262-Article Text-11319-2-10-20221113. *Journal Midwifery*, 10(2), 97-104.
- Dinkes Jabar. (2021). *Anemia Pada Ibu Hamil Di Jawa Barat*. Dinkes Jabar. <https://Opendata.Jabarprov.Go.Id/Id/Visualisasi/Anemia-Pada-Ibu-Hamil-Di-Jawa-Barat>
- Kesehatan, F., & Nuswantoro, U. D. (2018). *Hemoglobin Pada Ibu Hamil Food Supplement Interventions For Increasing Hemoglobin Level On Pregnant Women Masa Kehamilan , Persalinan Maupun Masa Tubuh Maupun Ke Otak* .

- Anemia Pada Ibu Disebabkan Karena Atonia Uteri . 4 Anemia Ibu Hamil Yaitu Dengan Pembe.* 9(November), 161-170.
- Lestari, F., Zakiah, L., & Ramadani, F. N. (2023). *Faktor Risiko Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Bpm Bunda Helena Bukit.* 8(1), 91-98.
- Masthura, S., Desreza, N., & Nurhalita, S. (2021). *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Kabupaten Aceh Barat Daya.* *Idea Nursing Journal*, Xii(3), 36-45.
- Munawaroh, M., & Winarni, W. (2023). *Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Dengan Anemia.* *Jurnal Anestesi*, 1(4), 248-260.
- Nurbaya, S., Yusra, S., & Handayani, S. I. (2019). *Cerita Anemia.* Universitas Indonesia Publishing.
- Ode Salma, W., Tosepu, R., Kesehatan Lingkungan, D., & Kesehatan Masyarakat, F. (2022). *Article Analisis Faktor Risiko Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil.* <https://stikes-nhm.e-journal.id/obj/index>
- Pengetahuan, H., Kepatuhan, D. A. N., & Hamil, I. B. U. (2021). *Dalam Mengonsumsi Tablet Tambah Darah Di Wilayah Kerja.* 8(May 2019), 78-88.
- Phounna, R., Isnani, D., Fazira, F., & Fazlaini, R. (2024). *Efektivitas Jus Buah Bit Dan Tablet Besi (Fe) Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil* *Anemia Ringan Effectiveness Of Beetroot Juice And Iron*
- Rohanah, R., Puspita, R. R., & Wijaya, R. D. (2023). *Pemanfaatan Jus Buah Naga Dan Buah Bit Sebagai Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja.* *Jam: Jurnal Abdi Masyarakat*, 4(2), 148-154.
- Sa'diyah, N. 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* (Doctoral Dissertation, Universitas Islam Sultan Agung).
- Selawati, D. (2018). *Hubungan Jarak Kehamilan Dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester Ii Dan Trimester Iii Di Puskesmas Simpang Kiri Subulussalam Tahun 2018* (Doctoral Dissertation, Institut Kesehatan Helvetia Medan).
- Suryandari, A. E., & Happinasari, O. (2015). *Perbandingan Kenaikan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Yang Diberi Fe Dengan Fe Dan Buah Bit Di Wilayah Kerja Puskesmas Purwokerto Selatan.* *Jurnal Kebidanan.*