

Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Bit C Terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil Di PMB Kutirah Palembang

Bina Marsasi¹, Dina Julia², Novita Magumi³, Dalinur Qur'andini⁴

^{1,2,3,4} STIKes Ponpes Assanadiyah

E-mail: binamarsasi0204@gmail.com

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i1.6598>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 15 Juli 2026

Revised: 20 Juli 2026

Accepted: 23 Juli 2026

Kata Kunci

Jus Buah Naga Bit C,
Hemoglobin, Ibu Hamil,
Anemia

Keywords

*Dragon Fruit Juice, Beetroot
C, Hemoglobin , Pregnant
Women, Anemia*



ABSTRACT

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh memberikan jus Buah Naga Bit C terhadap peningkatan kadar hemoglobin (Hb) pada ibu hamil di PMB Kustirah Palembang tahun 2025. Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimen dengan pendekatan satu kelompok pretest- posttest. Sampel diambil secara pengambilan sampel tidak disengaja terhadap ibu hamil yang memenuhi kriteria inklusif. Data kadar Hb dikumpulkan sebelum dan sesudah intervensi memberikan jus Buah Naga Bit C, kemudian dianalisis menggunakan uji Wilcoxon dengan tingkat signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan signifikan kadar hemoglobin sebelum diberikan sebesar 10,160g/dl dan sesudah memberikan jus Buah Naga Bit C sebesar 10,946 g/dl dengan nilai $p < 0,05$ berdasarkan hasil uji statistik Wilcoxon. Rata-rata kadar Hb meningkat setelah intervensi.

Study This aim For know influence give Dragon Fruit Beetroot Juice C to improvement level hemoglobin (Hb) in the mother pregnant at PMB Kustirah Palembang tahun 2025. Research This used design pre-experiment with approach one pretest- posttest group . Samples were taken in a way accidental sampling to Mother pregnant who fulfills criteria inclusive. Data on Hb levels were collected before and after intervention give Dragon Fruit Beet C juice, then analyzed using the Wilcoxon test with level significance 0.05. Research result show there is improvement significant level hemoglobin before and after provide Dragon Fruit Juice Bit C with mark $p < 0.05$ based on Wilcoxon statistical test results. The average Hb level increased after intervention..



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite Bina Marsasi et al (2026) Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Bit C Terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil Di PMB Kutirah Palembang <https://doi.org/10.31004/jerkin.v5i1.6598>

PENDAHULUAN

Setiap kehamilan memiliki kemungkinan terjadinya komplikasi atau komplikasi yang dapat membahayakan ibu atau bayi, baik pada kehamilan risiko rendah maupun risiko tinggi (Chou et al., 2018). *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa salah satu komplikasi kehamilan yang sering terjadi adalah anemia, dimana kisarannya antara 20% sampai 89% dengan menetapkan Hb 11 gr % sebagai dasarnya.

rendah (Mizawati, 2021). Di Indonesia ditemukan jika rata-rata ibu hamil melahirkan bayi dengan berat yang rendah dan di tunjukkan pada angka 6.2% (Kemenkes RI, 2020). Selain itu banyak ibu hamil yang melahirkan bayi prematur dengan presentase angka sebesar 14%. Hal ini menunjukkan jika angka anemia pada ibu hamil semakin tinggi maka akan semakin tinggi pula angka kelahiran bayi abnormal. Anemia juga akan memiliki resiko pada ibu hamil yaitu mengalami pendarahan pasca persalinan. Kejadian ini tercatat pada data Kementerian Kesehatan sebesar 5%-15% (Kemenkes RI, 2020).

Faktor Yang menyebabkan anemia pada ibu hamil yaitu Asupan Nutrisi Diabetes Gestasional,

Kehamilan Multipel, Kehamilan Remaja, anemia pada kehamilan remaja disebabkan oleh multifaktoral, seperti akibat penyakit infeksi, genetik, atau belum tercukupinya status nutrisi yang optimal, Inflamasi dan Infeksi dalam kehamilan (Kementrian Kesehatan, 2022)

Berdasarkan dengan data yang di rilis oleh WHO 2021, jika prevalensi angka ibu hamil yang mengalami anemia berada pada angka 314% di dunia. Bahkan di negara berkembang jumlah anemia pada ibu hamil menyentuh angka 35% hingga 145% (Alim et al., 2019).

Menurut Riset Data Kesehatan Dasar (Riskesdas) Tahun 2019, prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 48,9% yang terdiri dari anemia pada ibu hamil umur 15-24 sebesar 84%, umur 23-34 sebesar 33,14 %, umur 35-44 sebesar 33,6 % dan umur 45-54 sebesar 24%. Data tersebut menunjukkan bahwa peningkatan prevalensi anemia pada ibu hamil dari Tahun 2013 sebesar 314,1% (Kemenkes RI 2018).

Berdasarkan data dari penelitian terdahulu diketahui angka anemia pada ibu hamil di Jakarta Barat sebesar 35.14%. Selain itu Jakarta Barat juga menjadi salah satu wilayah di DKI Jakarta yang menempati urutan ke empat sebagai salah satu daerah dengan jumlah ibu hamil tertinggi yang terkena anemia karena banyaknya ibu hamil yang kekurangan nutrisi hingga zat besi.

Bidan sebagai penyedia layanan kesehatan utama memiliki peran penting dalam memberikan perawatan yang cepat dan tepat. Untuk mencapai hal ini, bidan perlu memiliki kemampuan untuk mendeteksi masalah kesehatan secara dini dan memberikan perawatan yang komprehensif dan berkelanjutan. Pendekatan kebidanan yang berkesinambungan sangat menekankan pada keamanan, kemampuan klinis, dan menghindari intervensi yang tidak perlu pada proses kehamilan normal. Salah satu kondisi yang sering ditemui adalah anemia pada ibu hamil, yang dapat dikelola baik secara farmakologis maupun non-farmakologis.

Salah satu pendekatan non-farmakologis yang dapat dilakukan adalah memberikan jus buah naga dan jus bit. Kedua buah ini mengandung berbagai nutrisi penting, termasuk zat besi dan vitamin C. Zat besi berperan penting dalam merangsang produksi sel darah merah, dan kandungan zat besi yang ada dalam buah naga dan jeruk dapat menjadi sumber yang baik bagi tubuh untuk memproduksi sel darah merah dengan cukup. Selama kehamilan, zat besi merupakan salah satu nutrisi yang sulit didapatkan dalam jumlah yang memadai melalui makanan yang dikonsumsi, sehingga penting untuk mencari sumber tambahan yang mudah diserap oleh tubuh (Widia, 2022, p.23).

Peneliti mengambil penelitian mengenai Buah Naga dan Bit ini karena memiliki rasa yang enak, mudah didapatkan, dan estimasi biaya lebih murah. Buah naga juga dianggap efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Pemberian jus Buah Naga dan Bit juga efektif dalam meningkatkan hemoglobin terutama ketika buah naga dan bit menjadi salah satu buah yang kaya dengan vitamin C (Fitriana & Fitri, 2020, p 11; Sutrisno, 2019, p. 16). Penyerapan zat besi juga akan lebih efektif apabila diminum bersamaan dengan vitamin C. Vitamin C menjadi salah satu indikator dalam meningkatkan kadar hemoglobin karena vitamin C membuat kondisi lambung menjadi lebih asam karena terdapat perubahan zat besi yang sebelumnya dari bentuk ferri menjadi ferro yang menandakan jika zat besidialurkan dengan optimal melalui tubuh.

Penelitian (Santy & Jaleha, 2019, p.7), membuktikan bahwa ada peningkatan kadar hemoglobin dimana nilai $p = 0,000$ dan ada pengaruh kadar Hb Pemeriksaan II dari hasil uji dengan tingkat kepercayaan 95%. Penelitian (Olii, 2020, p.17) bahwa uji analisis bivariat, 87,3% responden yang mengonsumsi agar-agar buah naga kadar hemoglobin-nya meningkat dengan rerata sebesar 11,08 gr/dL, dan 90% responden yang mengonsumsi jus buah naga kadar hemoglobin-nya meningkat, dengan rerata sebesar 11,17 gr/dL. Data dianalisis dengan t-test didapatkan nilai $p = 0,001$. Penelitian (Dewi et al., 2023, p. 19) menunjukkan bahwa hasil uji statistik menggunakan Independent T-Test antara kedua kelompok intervensi dan kelompok kontrol menunjukkan nilai p -value 0,001.

dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dalam tubuh. Semakin tinggi kandungan vitamin C dalam makanan maka makin tinggi penggunaan zat besi di dalam tubuh (Mellyani, dkk. 2022, p. 33).

Peneliti mengambil penelitian mengenai Buah Naga, Bit, dan jeruk ini karena memiliki rasa yang enak, mudah didapatkan, dan estimasi biaya lebih murah. Buah naga juga dianggap efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Pemberian jus Buah Naga dan Bit juga efektif dalam meningkatkan hemoglobin terutama ketika buah naga dan bit menjadi salah satu buah yang kaya dengan vitamin C (Fitriana & Fitri, 2020; Sutrisno, 2019). Penyerapan zat besi juga akan lebih efektif apabila

diminum bersamaan dengan vitamin C. Vitamin C menjadi salah satu indikator dalam meningkatkan kadar hemoglobin karena vitamin C membuat kondisi lambung menjadi lebih asam karena terdapat perubahan zat besi yang sebelumnya dari bentuk ferri menjadi ferro yang menandakan jika zat besi disalurkan dengan optimal melalui tubuh.

METODE

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian *Eksperimen* dengan pre Eksperimen dengan menggunakan *pretest* dan *posttest with one group design*. Penelitian ini dilakukan di PMB Kustirah Palembang dan waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Mei–Juni 2025. Variabel Penelitian ini menunjukkan variasi spesifik yang dianalisis peneliti untuk mempelajari dan menarik kesimpulan.

Populasi dalam penelitian ini terdiri dari ibu hamil yang berada di wilayah kerja PMB Kustirah Palembang. Kemudian dilakukan pengambilan sampel dari populasi terjangkau yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Teknik pengambilan sampel menggunakan *accidental sampling*. Sampel yang diambil adalah sampel minimal 30 orang. Kringler dan Lee (2000) merekomendasikan bahwa jumlah minimal sampel dalam penelitian kuantitatif adalah 30 orang.

Penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Bit C Terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil Di PMB Kustirah Palembang” Telah mendapatkan izin dari lembaga Etik Poltekkes Kemenkes Palembang. Data yang diambil pada penelitian yaitu data yang diperoleh pada saat penelitian dengan melakukan observasi langsung pada ibu hamil untuk melihat Kadar Hb pada Ibu Hamil di PMB Kustirah Palembang.

Cara pembuatan Jus Naga Bit C dengan, Membelender buah Naga 100 gram dan buah Bit 100 gram secara bersamaan dan dikasih air jeruk peras 10 sendok makan, sampai halus dan disajikan kedalam gelas atau botol, anjurkan pada ibu hamil diminum 2x sehari pagi dan sore sehabis makan, selama 7 hari.

Cara pengumpulan data pertama dengan wawancara dilaksanakan untuk mendapatkan informasi terkait data yang diperlukan oleh peneliti, termasuk data identitas sampel. Kedua Pemeriksaan kadar hemoglobin dilaksanakan untuk mengidentifikasi perbedaan kadar hemoglobin pada sampel sebelum dan setelah perlakuan dilakukan. Ketiga observasi dilakukan menggunakan lembar observasi dan kuesioner. Identitas pasien untuk mengamati kadar Hb sebelum dan setelah pemberian Jus Buah Bit.

Variabel yang dianalisis univariat yaitu data Ibu hamil yang meliputi Kadar Hb, Usia, Pendidikan, Pekerjaan, Penyakit kronik, Usia, Paritas. Penelitian ini untuk menguji pengaruh pemberian jus buah bit dalam meningkatkan kadar Hb Ibu Hamil di PMB Kustirah Palembang. Sebelum dilakukan analisa data tersebut dilakukan pengolahan hal ini dimungkinkan untuk mencegah kesalahan dalam proses analisis hasil serta dilakukan pengecekan kembali pada data yang sudah diproses, apakah terjadi kesalahan, ketidaklengkapan, dan mengoreksi bagian yang salah.

Data yang terkumpul selanjutnya diolah dan dianalisis dengan menggunakan teknik statistik. Aplikasi perangkat lunak komputer, khususnya program SPSS versi 25, digunakan dalam proses pemasukan data dan pengolahan data. Data kadar Hb saat *pretest* dan *posttest* dianalisis menggunakan uji wilcoxon. Setelah dilakukan uji statistik maka di ambil dalam kesimpulan penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

1. Gambaran Rata-Rata Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Sebelum Diberikan Pemberian Jus Buah Naga Bit C di PMB Kustirah Palembang tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata kadar hemoglobin pada ibu hamil sebelum diberikan pemberian jus buah Naga Bit C di Purnama Medical Center tahun 2025, responden dapat dilihat pada tabel 5.1

Tabel 5.1 Rata-rata kadar hemoglobin pada ibu hamil sebelum diberikan pemberian jus buah Naga Bit C di PMB Kustirah Palembang tahun 2025

riabel	Mean	Min	Max

Kadar HB Sebelum	10.16	7.4	11.7
---------------------	-------	-----	------

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diperoleh rata-rata kadar hemoglobin (Hb) ibu hamil sebelum diberikan jus buah naga bit C sebesar 10,160 g/dL, dengan nilai minimum 7,4 g/dL dan maksimum 11,7 g/dL. Rata-rata ini masih berada di bawah batas normal hemoglobin ibu hamil menurut WHO, yaitu 11g/dL, yang menunjukkan bahwa 55% responden mengalami anemia ringan sebelum intervensi. Hal ini memperkuat pentingnya pemberian intervensi nutrisi seperti jus buah naga bit C sebagai alternatif untuk membantu meningkatkan kadar Hb selama kehamilan.

2. Gambaran Rata-Rata Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Setelah Diberikan Pemberian Jus Buah Naga Bit C di PMB Kustirah Palembang tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata kadar hemoglobin pada ibu hamil setelah diberikan pemberian jus buah Naga Bit C di PMB Kustirah Palembang tahun 2025, responden mengalami kenaikan kadar Hb, yang tidak drastis dengan menggunakan uji wilcoxon, dapat dilihat pada Tabel 5.2

Tabel 5.2 Rata-rata kadar hemoglobin pada ibu hamil setelah diberikan pemberian jus buah Naga Bit C di PMB Kustirah tahun 2025 N=80

Variabel	Mean	Min	Max
Kadar HB Sesudah	10,96	8,9	13,2

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kadar hemoglobin (Hb) ibu hamil setelah diberikan jus buah naga bit C memiliki rata-rata 10,964 g/dL, dengan nilai minimum 8,9 g/dL dan maksimum 13,2 g/dL. Nilai ini menunjukkan adanya peningkatan kadar Hb yang mendekati batas normal. Hal ini mengindikasikan bahwa pemberian jus buah naga bit C dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil, karena kandungan zat besi dan vitamin C dalam buah tersebut mendukung pembentukan sel darah merah secara alami.

3. Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Bit C Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di PMB Kustirah Tahun 2025

Berdasarkan hasil penelitian diketahui pengaruh pemberian jus buah Naga Bit C terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil di PMB Kustirah tahun 2025, responden dapat dilihat pada tabel 5.3

Tabel 5.3 Pengaruh pemberian jus buah Naga Bit C terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil di PMB Kustirah Tahun 2025 N=80

Variabel	Median	Min	Max	Z	P Value
Kadar Hb Sebelum	10,2	7,4	11,7	-6,249	0,001
Kadar Hb Sesudah	10,9	8,9	13,2		

Uji wilcoxon

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa kadar hemoglobin (Hb) ibu hamil sebelum diberikan jus buah naga bit C (pretest) memiliki rata-rata sebesar 10,160 g/dL dengan simpangan baku 0,7152, nilai minimum 7,4 g/dL, dan maksimum 11,7 g/dL. Setelah diberikan intervensi berupa jus buah naga bit C (posttest), rata-rata kadar Hb meningkat menjadi 10,964 g/dL, dengan simpangan baku 1,0237, nilai minimum 8,9 g/dL, dan maksimum 13,2 g/dL. Peningkatan rata-rata ini mengindikasikan bahwa pemberian jus buah naga bit C memberikan pengaruh positif terhadap kadar hemoglobin ibu hamil.

Pembahasan

1. Gambaran rata-rata kadar hemoglobin pada ibu hamil sebelum diberikan pemberian jus buah Naga Bit C di PMB Kustirah tahun 2025

Berdasarkan hasil analisis deskriptif, diperoleh bahwa rata-rata kadar hemoglobin (Hb) ibu hamil sebelum diberikan jus Buah Naga Bit C adalah 10,160 g/dL, dengan nilai minimum 7,4 g/dL dan maksimum 11,7 g/dL. Rata-rata ini masih berada di bawah batas normal kadar hemoglobin ibu hamil

menurut WHO, yaitu ≥ 11 g/dL. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar responden berada dalam kondisi anemia ringan, yang secara klinis dapat berdampak pada kelelahan, menurunnya daya tahan tubuh, serta risiko komplikasi kehamilan dan persalinan jika tidak ditangani. Kondisi ini memperkuat urgensi intervensi nutrisi yang aman dan alami untuk meningkatkan kadar Hb, salah satunya melalui pemberian jus Buah Naga Bit C.

Buah naga (*Hylocereus polyrhizus*) mengandung vitamin C yang tinggi, sedangkan buah bit (*Betavulgaris*) merupakan sumber zat besi nabati yang baik. Kombinasi keduanya diyakini dapat bekerja sinergis, di mana vitamin C berfungsi sebagai enhancer penyerapan zat besi non-heme, sehingga membantu meningkatkan kadar Hb lebih efektif.

Penelitian oleh Fitriani (2022) dalam *Jurnal Kesmas Nusantara* menyatakan bahwa pemberian kombinasi jus buah bit dan buah naga selama 14 hari dapat meningkatkan kadar Hb hingga lebih dari 1 g/dL pada ibu hamil dengan anemia ringan. Selain itu, penelitian oleh Rahmawati & Rahma (2021) menunjukkan bahwa konsumsi jus buah bit secara rutin efektif meningkatkan kadar Hb ibu hamil dalam waktu seminggu, berkat kandungan zat besi, folat, dan antioksidan yang merangsang eritropoiesis.

Peneliti berasumsi bahwa responden mengalami peningkatan kadar Hb setelah intervensi karena tubuh mereka masih berada dalam status anemia ringan yang masih responsif terhadap intervensi non-obat seperti konsumsi jus. Selain itu, bentuk intervensi berupa jus dengan rasa manis alami kemungkinan meningkatkan kepatuhan konsumsi di kalangan responden. Peneliti juga mengasumsikan bahwa asupan gizi lainnya selama masa intervensi masih dalam batas stabil, sehingga efek peningkatan Hb sebagian besar berasal dari kandungan gizi dalam jus Buah Naga Bit C. Dengan demikian, intervensi ini dapat direkomendasikan sebagai alternatif terapi pendukung non-farmakologi untuk penanganan anemia ringan pada ibu hamil, khususnya di fasilitas kesehatan tingkat dasar yang mengutamakan pendekatan promotif dan preventif.

2. Gambaran Rata-Rata Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Setelah Diberikan Pemberian Jus Buah Naga Bit C di PMB Kustirah tahun 2025

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kadar hemoglobin (Hb) ibu hamil setelah diberikan jus Buah Naga Bit C memiliki rata-rata sebesar 10,964 g/dL, dengan nilai minimum 8,9 g/dL dan maksimum 13,2 g/dL. Rata-rata ini mengalami peningkatan dibandingkan sebelum intervensi (pretest), yakni 10,160 g/dL. Meskipun masih sedikit di bawah standar normal WHO untuk ibu hamil, yaitu ≥ 11 g/dL, hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami perbaikan status hemoglobin ke arah normal setelah mendapatkan intervensi berupa jus Buah Naga Bit C.

Peningkatan kadar Hb ini dapat dijelaskan melalui kandungan nutrisi pada buah naga (*Hylocereus polyrhizus*) dan buah bit (*Betavulgaris*), yang merupakan sumber alami zat besi, vitamin C, dan asam folat. Zat besi berperan dalam pembentukan hemoglobin, vitamin C membantu penyerapan zat besi non-heme, dan asam folat penting dalam proses eritropoiesis (pembentukan sel darah merah).

Penelitian oleh Fitriani (2022) dalam *Jurnal Kesmas Nusantara* menunjukkan bahwa kombinasi buah naga dan buah bit selama dua minggu secara signifikan meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia ringan. Sementara itu, Rahmawati dan Rahma (2021) dalam *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia* juga menemukan bahwa konsumsi jus buah bit dapat meningkatkan kadar hemoglobin karena kandungan antioksidan dan senyawa bioaktif seperti flavonoid dan betalain yang berperan dalam meningkatkan regenerasi sel darah.

Berdasarkan hasil tersebut, peneliti berasumsi bahwa peningkatan kadar Hb pada responden bukan hanya dipengaruhi oleh kandungan zat gizi dalam jus, tetapi juga oleh tingkat kepatuhan konsumsi, kondisi awal anemia ringan, serta kemungkinan adanya dukungan pola makan yang relatif stabil selama periode intervensi. Selain itu, rasa manis dan warna menarik dari jus diduga meningkatkan minat konsumsi ibu hamil, yang turut mendukung keberhasilan intervensi ini. Dengan demikian, pemberian jus Buah Naga Bit C dapat dipertimbangkan sebagai alternatif intervensi non-farmakologis yang murah, aman, dan efektif untuk membantu meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil, khususnya di tingkat layanan primer seperti puskesmas atau klinik bersalin.

3. Pengaruh pemberian jus buah Naga Bit C terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil di PMB Kustirah tahun 2025

Hasil analisis deskriptif menunjukkan bahwa kadar hemoglobin (Hb) ibu hamil sebelum diberikan jus Buah Naga Bit C (pretest) memiliki rata-rata sebesar 10,160 g/dL dengan simpangan baku sebesar 0,7152, nilai minimum 7,4 g/dL, dan maksimum 11,7 g/dL. Setelah diberikan intervensi berupa jus Buah Naga Bit C (posttest), rata-rata kadar Hb meningkat menjadi 10,964 g/dL, dengan simpangan

baku 1,0237, nilai minimum 8,9 g/dL, dan maksimum 13,2 g/dL. Peningkatan rata-rata sebesar 0,804 g/dL ini menunjukkan adanya perubahan positif yang signifikan terhadap kadar hemoglobin responden setelah intervensi.

Secara fisiologis, kadar hemoglobin normal pada ibu hamil menurut WHO adalah ≥ 11 g/dL, sehingga rata-rata nilai pretest responden beradadi bawah ambang batas dan mengindikasikan anemia ringan. Peningkatan kadar Hb setelah intervensi menunjukkan bahwa jus Buah Naga Bit C berperan dalam membantu memperbaiki status anemia. Hal ini dapat dijelaskan oleh kandungan zat besi yang tinggi dalam buah bit (*Beta vulgaris*) dan kandungan vitamin C dalam buah naga (*Hylocereus polyrhizus*), yang membantu meningkatkan penyerapan zat besi non-heme dalam tubuh. Selain itu, keduanya juga mengandung asam folat dan antioksidan seperti flavonoid dan betalain yang mendukung proses eritropoiesis atau pembentukan sel darah merah.

Penelitian Fitriani (2022) dalam *Jurnal Kesmas Nusantara* mendukung temuan ini, di mana pemberian kombinasi jus buah naga dan buahbit selama 14 hari mampu meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil secara signifikan. Begitu pula Rahmawati & Rahma (2021) dalam *Jurnal Gizi dan Kesehatan Indonesia* yang menunjukkan bahwa konsumsi jus buah bit memberikan peningkatan kadar Hb yang nyata pada ibu hamil anemia ringan. Kedua penelitian ini menunjukkan bahwa intervensi berbasis bahan alami terbukti efektif sebagai alternatif penanganan anemia ringan.

Berdasarkan temuan tersebut, peneliti berasumsi bahwa peningkatan kadar Hb pasca intervensi dipengaruhi oleh efektivitas kandungan gizi dalam jus, terutama kombinasi zat besi dan vitamin C yang saling melengkapi. Selain itu, kondisianemia ringan yang dialami sebagian besar responden pada awal intervensi memungkinkan terjadinya respon cepat terhadap peningkatan asupan nutrisi. Peneliti juga berasumsi bahwa kepatuhan konsumsi dan motivasi ibu hamil untuk menjaga kesehatan kehamilan turut memengaruhi hasil intervensi, mengingat bentuk sediaan jus mudah diterima dan dikonsumsi secara rutin. Dengan demikian, pemberian jus Buah Naga Bit C dapat menjadi strategi intervensi gizi yang efektif, aman, dan mudah diterapkan di layanan kesehatan dasar untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Berdasarkan dari hasil penelitian, bahwa ibu hamil dengan jam kerja yang berlebihan atau kerjanya lembur dapat mempengaruhi kadar Hb ibu hamil, Menurut dari hasil sipeneliti.

SIMPULAN

1. Rata-rata kadar hemoglobin (Hb) ibu hamil sebelum diberikan intervensi jus Buah Naga Bit C adalah sebesar 10,160 g/dL, yang berada di bawah standar normal WHO untuk ibu hamil (≥ 11 g/dL). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami anemia ringan sebelum intervensi.
2. Setelah diberikan intervensi berupa jus Buah Naga Bit C selama periode tertentu, terjadi peningkatan kadar hemoglobin rata-rata menjadi 10,964 g/dL, dengan nilai maksimum mencapai 13,2 g/dL. Peningkatan ini mengindikasikan adanya perbaikan status hemoglobin ke arah normal pada sebagian besar responden.
3. Berdasarkan uji Wilcoxon Signed Rank Test, diperoleh nilai $Z = -6.249$ dengan signifikansi $p < 0.001$, yang menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara kadar Hb sebelum dan sesudah intervensi. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pemberian jus Buah Naga Bit C secara signifikan berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil, dan dapat dijadikan alternatif intervensi non-farmakologis dalam penanganan anemia ringan pada ibu hamil.

REFERENCES

- Asmuji, 2018. Keperawatan Maternitas. Penerbit Ar-ruzz Media Yogyakarta Cuningham, 2018. Obstetric wiliyam. Penerbit EGC Yogyakarta
- Catur,R., Wulandari,L., & Susiloningtyas, I. (2020). ORIGINALARTICLE: Betroot (Betavulgaris) administration toanemic pregnant womenfor increasing hemoglobin level. 28(3), 109–112.
- Dinkes Provinsi Sumatra Selatan, 2019. Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sumatra Selatan
- Dinkes ProvinsiJambi,2019. Pengembangan dan Penyelenggaraan Pos Kesehatan Desa (Poskesdes)
- Dina Dewi Anggraini, N.S. (2020). (The Effect of Giving Bit Fruit Juiceon Increasing Levels of Hb in Third-trimester Pregnant Women). 8(1), 7–14.
- Novyriana, E., & Caesarani, M. R. (2019). Pemberian Jus Tomat terhadap Peningkatan Kadar

- Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Di Puskesmas Bonorowo Kebumen. 3, 928–933.
- Putri, M. C., Tjiptaningrum, A., Kedokteran, F., Lampung, U., Klinik, B. P., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2013). Efek Antianemia Buah Bit (Beta vulgaris L.) Antianemic Effect Of Beetroot (Beta vulgaris L.).
- Saula, L. S., Hermawan, K. A., Hasna, L., Lubis, C. F., & Putri, G. K. (2018). Buah Bit (Beta Vulgarisl.) Sebagai Anti Anemia.
- Sci, M., Press, I., Press, I., Lotfi, M., & Azizi, M. (2018). The Effects of Consuming 6 Weeks of Beetroot Juice (Beta vulgaris L.) on Hematological Parameters in Female Soccer Players. 9. <https://doi.org/10.5812/jkums.82300>. Research
- Sikoway, S., Mewo, Y., & Assa, Y. (2020). Gambaran Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III di Rumah Sakit Robert Wolter Mongisidi Manado. 1(2), 82–85.
- Sitti Zahyrah, Siana Dondi, I. W. (2020). Journal of Midwifery Science: Basic and Applied Research. 2, 48–53.
- Suci Setyianingsih, Widayati, W. K. (2020). Keefektifan Jus Buah Bit Dan Lemon Dalam Kenaikan Kadar HB. 6(1), 71–76.
- Suryandari, A. E., & Happinasari, O. (2015). Jurnal Kebidanan DIBERI Fe DENGAN Fe DAN BUAH BIT DI WILAYAH KERJA Amaranthaceae dan memiliki nama latin zat besi sekitar hampir 7% serta asam folat. VII(01), 36–47.
- Sylvana, F., Harahap, D., & Liesmayani, E. E. (2018). Analisis Pengaruh Konsumsi Buah Bit Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. 1–7.
- Triana, H., Hadisaputro, S., & Djamil, M. (2020). Effect of Beet Powder (Beta Vulgaris L.) with Fe Supplementation on Increasing Hemoglobin, Hematocrit, and Erythrocyte Levels in Pregnant Women with Anemia
- Hidayat, aziz 2018. Metode Penelitian Dan Teknik Analisis Data. Jakarta : Salemba Medika.
- Ratih, R. H. (2017). Pengaruh Pemberian Zat Besi (Fe) terhadap Peningkatan Hemoglobin Ibu Hamil Anemia. JOMIS (Journal of Midwifery Science), 1(2), 93–97
- RM PMB Kustirah Palembang 2024.
- Putri, M. C., Tjiptaningrum, A., Kedokteran, F., Lampung, U., Klinik, B. P., Kedokteran, F., & Lampung, U. (2013). Efek Antianemia Buah Bit (Beta vulgaris L.) Antianemic Effect Of Beetroot (Beta vulgaris L.).
- Sari, A. P. (2020). Konsumsi Tablet Besi Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester Dua. JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang), 15(1), 45–51. <https://doi.org/10.36086/jpp.v15i1.466>
- Sumiyarsi, I., Nugraheni, A., Mulyani, S., & Cahyanto, E. B. (2018). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III. Placenta: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya, 6(2), 20. <https://doi.org/10.20961/placenta.v6i2.22836>
- Sylvana, F., Harahap, D., & Liesmayani, E. E. (2018). Analisis pengaruh Konsumsi Buah Bit Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. 1–7.
- Santy, E., & Jaleha, J. (2019). Experiment Method of Dragon Fruit Intervention in Increasing Hemoglobin Level: Pemberian Buah Naga Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Dengan Metode Eksperiment. Jurnal Gizi KH, 2(1), 6–6.
- Suroto, H. S., Sampepana, E., & Susanty, A. (2017). Pengaruh Rasio Buah Naga Merah (Hylocereus polyrhizus) dan Sukrosa Serta Lama Waktu Osmosis Terhadap Sifat Kimia Sari Buah Naga Merah (Hylocereus polyrhizus). Jurnal Riset Teknologi Industri, 11(2), 123–130.
- Olii, N. (2020). Pengaruh Agar-agar dan Jus buah Naga terhadap Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil. Media Kesehatan Masyarakat Indonesia, 16(2), 153–160.