

Melly bit sebagai Antianemia di Lingkungan Desa Laut Dendang, Kec. Percut Sei Tuan, Deli Serdang

¹⁾Adhistry Nurpermatasari, ²⁾Ahmad Purnawarman Faisal, ³⁾Ernoviya

^{1,2,3)}Farmasi, Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Medan, Medan, Indonesia

Email Corresponding: purn28@gmail.com

INFORMASI ARTIKEL	ABSTRAK
Kata Kunci: Anemia Buah Bit Melly Bit	Buah bit memiliki banyak manfaat bagi kesehatan. Kandungan betasianin pada buah bit bermanfaat sebagai anti kanker, karena zat tersebut dapat menghancurkan sel tumor dan kanker. Bit kaya vitamin C diprediksi dapat mencegah anemia. Anemia yang merupakan salah satu masalah kesehatan global dimana kadar hemoglobin lebih dari normal, dan menurut data Dinas Kesehatan Sumut anemia memiliki prevalensi 15-39%. Pengabdian masyarakat ini menjelaskan manfaat buah bit yang kaya zat dan senyawa yang terbukti memiliki manfaat sebagai antianemia. Metode yang digunakan yaitu metode pemberdayaan masyarakat partisipatif dengan model Particatory Rural Appraisal (PRA) dengan pre dan post test, sosialisasi dan penyuluhan tentang manfaat bit serta demonstrasi pembuatan. Hasil pengabdian masyarakat ini ditandai dengan kategori pengetahuan yang cukup naik signifikan dari 26,7% menjadi 93,3%.
Keywords: Anemia Beets Beetroot	ABSTRACT Beetroot has many health benefits. The betacyanin content in beets is useful as an anti-cancer, because this substance can destroy tumor and cancer cells. Beets rich in vitamin C are predicted to prevent anemia. Anemia is a global health problem where hemoglobin levels are more than normal, and according to data from the North Sumatra Health Service, anemia has a prevalence of 15-39%. This community service explains the benefits of beets which are rich in substances and compounds which have been proven to have anti-anemic benefits. The method used is a participatory community empowerment method using the Particatory Rural Appraisal (PRA) model with pre and post tests, socialization and counseling about the benefits of beetroot and production demonstrations. The results of this community service were marked by a significant increase in the knowledge category from 26.7% to 93.3%.
This is an open access article under the CC-BY-SA license.	
	

I. PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan global. Anemia adalah suatu kondisi dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih dari normal yaitu <12 g/dL pada wanita dan <13 g/dL pada pria (WHO, 2011). Anemia diperkirakan menyerang wanita usia subur atau mereka yang berusia antara 15 dan 49 tahun, menurut Organisasi Kesehatan Dunia (Guyton, 1997)). Anemia mempengaruhi 40-80% individu di seluruh dunia, terutama anak-anak dan dewasa muda. Sedangkan menurut Kemenkes RI (2018), prevalensi anemia di Indonesia meningkat dari 37,1% menjadi 48,9% pada tahun 2018.

Kelompok usia 15 sampai 24 tahun memiliki persentase penderita anemia terbesar yaitu 84,6% (Kemenkes RI, 2018a; Utami & Farida, 2022). Wanita (remaja perempuan dan wanita dewasa) mengalami anemia pada tingkat 27,2% dibandingkan laki-laki (20,3%), menurut (Kisno Saputri et al., 2021) dan Kementerian Kesehatan Indonesia (2018a). Menurut WHO, 50% kasus anemia secara global diakibatkan oleh defisiensi besi, namun negara Indonesia memiliki prevalensi anemia gizi besi sebesar 72,3% (Kusumaningrum et al., 2018). Menurut laporan Dinas Kesehatan Sumut tahun 2019, Provinsi Sumut memiliki prevalensi anemia sebesar 15% hingga 39%.

Proses eritropoiesis yang juga dikenal sebagai penurunan produksi hemoglobin dipengaruhi oleh penyimpanan zat besi pada anemia zat besi gizi, sejenis anemia yang disebabkan oleh defisiensi zat besi.

besi merupakan penyebab utama anemia zat besi atau asupan zat besi yang tidak mencukupi dari sumber makanan, adanya infeksi parasit seperti malaria dan parasit, dan penyebab lainnya adalah karena asupan dan penyerapan zat besi yang tidak mencukupi akibat kebiasaan minum teh dan kopi dengan makanan. Zat besi gizi juga dapat disebabkan oleh kekurangan mikronutrien, seperti vitamin C (Amanta et al., 2025).

Pasien yang anemia berisiko mengalami penurunan produktivitas, fungsi kognitif dan fisik yang lebih buruk, kerentanan yang lebih tinggi terhadap infeksi, dan peningkatan morbiditas dan kematian. Penggunaan pil penambah darah (Fe) merupakan salah satu cara farmakologis untuk mencegah dan mengendalikan anemia, namun cara nonfarmakologis juga dapat digunakan. Hal ini sejalan dengan kesimpulan penelitian Metode non-farmakologis untuk mencegah dan mengobati anemia adalah dengan mengonsumsi buah bit.

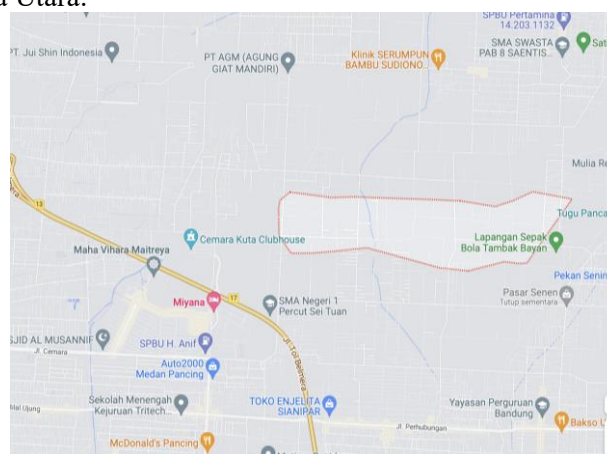
Vitamin B1, B2, B3, beta-karoten, vitamin A, asam folat, dan vitamin C adalah beberapa nutrisi yang banyak ditemukan dalam bit. karena zat besi dan vitamin C saling berhubungan, vitamin C tidak mungkin meningkatkan penyerapan zat besi dan mencegah pembentukan hemoglobin jika kebutuhan zat besi tidak terpenuhi dalam (Agustin et al., 2014). Kami menemukan p-value = 0,000 setelah melakukan studi tentang korelasi antara konsumsi vitamin C dan kadar hemoglobin, yang menunjukkan bahwa asupan vitamin C sangat terkait dengan kadar hemoglobin. Hubungan yang sangat signifikan antara asupan vitamin C dengan kadar hemoglobin ditunjukkan dengan nilai korelasi Spearman sebesar $r = 0,780$. Kadar hemoglobin menurun ketika konsumsi vitamin C rendah.

Menurut sebuah penelitian (Julianti, 2022), 12 ibu hamil yang mendapatkan layanan penyuluhan masyarakat tentang manfaat jus bit bergizi dalam menghindari anemia di desa Bantar Jaya mengalami peningkatan kadar hemoglobin. Uji statistik penelitian menghasilkan $P\text{value}=0,455>0,05$ untuk uji-t sampel berpasangan kelompok kontrol dan $P\text{value}=0,000>0,05$ untuk kelompok perlakuan (Kemenkes RI, 2018). Oleh karena itu, memberikan jus bit dapat bermanfaat. Kadar hemoglobin yang tinggi pada ibu hamil.

Bit kaya vitamin C diprediksi dapat mencegah anemia. Minuman yang dibuat dengan agar-agar terkenal dan diterima secara luas. Salah satu keunggulan dari produk ini adalah dapat diproduksi dengan metode yang mudah dan, jika dirawat dengan baik, memiliki umur simpan yang lebih lama (Agustin et al., 2014). Berdasarkan uraian diatas, membuktikan bahwa minuman jelly bit yang diberi nama Melly Bit efektif sebagai antianemia. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk memberikan pengetahuan dasar buah bit bisa menjadi substitusi atau pilihan lain sebagai antianemia.

II. MASALAH

Belum terpaparnya masyarakat tentang buah bit bisa menjadi substitusi atau pilihan lain sebagai antianemia. Berdasarkan hasil penelusuran diketahui bahwa pengetahuan asyarakat buah bit masih relatif rendah dan belum pernah mendapatkan sosialisasi tentang formulasi pembuatan minuman jelly berbahan dasar buah bit sebagai antianemia. Lokasi Pengabdian Masyarakat ini yaitu di Desa Laut Dendang, Kec. Percut Sei Tuan, Deli Serdang, Sumatera Utara.



Gambar 1. Lokasi Pengabdian Masyarakat

III. METODE

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini yaitu metode pemberdayaan masyarakat partisipatif dengan model *Participatory Rural Appraisal* (PRA), yaitu metode yang menekankan keterlibatan masyarakat dalam semua kegiatan yang dilakukan (Kusumaningrum et al., 2018)

Keterkaitan

Kegiatan ini terkait tugas Poltekkes Kemenkes Medan dalam melaksanakan Tri Dharma perguruan tinggi, salah satunya adalah melaksanakan pengabdian masyarakat

Rancangan Evaluasi

Evaluasi dengan menggunakan kuesioner yang berkaitan dengan formulasi pembuatan minuman jelly berbahan dasar buah bit sebagai antianemia. Kuisisioner dibagikan sebelum dan setelah pelaksanaan edukasi. Hasil evaluasi dideskripsikan. Menggambarkan jumlah responden serta menggambarkan metode dan proses jalannya pengabdian yang dilaksanakan.

IV. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan ini dilakukan dengan metode sosialisasi pendidikan dengan melakukan penyuluhan dan demonstrasi cara membuat melly bit dengan cara sederhana sebagai antianemia. Rincian kegiatan sebagai berikut:

1. Melakukan Pre Test
2. Memberikan sosialisasi atau penyuluhan tentang manfaat Buah bit dan Anemia
3. Memberikan video pembuatan dan flyer melly bit.
4. Mendemonstrasikan penggunaan melly bit
5. Melakukan kembali post test
6. Evaluasi kegiatan

Pada kegiatan ini dilakukan pre test bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan responden tentang Anemia dengan menghadirkan 40 peserta dengan tetap mematuhi protokol kesehatan, mencuci tangan sebelum kegiatan, dan menjaga jarak antar peserta. Hasil pre test masih didapat 26,7% peserta yang pengetahuannya masih kurang, 46,6% cukup, dan 26,7% baik, hal ini dikarenakan ketidaktahuan mengenai anemia dan dampak yang terjadi jika anemia.

Kegiatan selanjutnya yaitu sosialisasi atau penyuluhan tentang manfaat buah bit, yang berisi tentang klasifikasi dari buah bit, lengkap manfaat dari bagian-bagian pada buah bit tersebut. Kemudian pemanfaatan buah bit sebagai antianemia dengan dengan video proses pembuatan dan demonstrasi menjadi sediaan produk farmasi berupa agar-agar. Kemudian dilakukan sesi tanya jawab peserta dengan tim pengabdi tentang materi tersebut. Peserta cukup antusias dalam melihat proses pembuatan dan demonstrasi melly bit ini. Tidak sampai disitu, tim pengabdi juga memberikan buah bit, obat, dan buku saku melly bit sebagai antianemia terhadap para peserta di akhir sesi.

Sebelum acara berakhir, dilakukan kembali post test untuk melihat kembali seberapa besar efektifitas sosialisasi tersebut terhadap responden. Hasil post test didapat kenaikan kategori pengetahuan baik dari 26,7% menjadi 93,3%. Terjadi kenaikan kategori pengetahuan sebesar 66,6%.

Hal ini tentu pencapaian yang sangat luar biasa bagi Peserta khususnya di wilayah Desa Laut Dendang, dan Pimpinan Desa dalam hal ini Kades menyatakan terima kasih kepada tim Pengabdi dan semoga kegiatan ini akan berlanjut tahun depan dengan peserta yang lebih luas lagi.



Gambar 2. Masyarakat Desa Laut Dendang dalam kegiatan PKM



Gambar 2. Pembukaan kegiatan PKM



Gambar 3. Penyuluhan dan Sosialisasi Anemia dan Manfaat Buah Bit



Gambar 4. Foto bersama Tim Pengabdian Masyarakat

Karakteristik Responden

Distribusi frekuensi karakteristik peserta sebagai responden berdasarkan jenis kelamin dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Distribusi frekuensi peserta

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase (%)
Laki-laki	6	20
Perempuan	34	80
Total	40	100

Dari tabel diatas menggambarkan peserta terbanyak adalah perempuan (ibu-ibu) di Desa Laut Dendang ini, hal ini selaras dengan materi kami yaitu buah bit sebagai antianemia khususnya dampak untuk perempuan.

Tingkat Pengetahuan Responden

Distribusi frekuensi karakteristik peserta sebagai responden berdasarkan tingkat pengetahuan tentang anemia dan manfaat buah bit dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Distribusi frekuensi pengetahuan

Kategori pengetahuan	Sebelum penyuluhan dan demonstrasi		Sesudah penyuluhan dan demonstrasi	
	Jumlah	Presentase (%)	Jumlah	Presentase (%)
Baik	8	26,7	38	93,3
Cukup	24	46,6	2	6,7
Kurang	8	26,7	0	0
Total	40	100	40	100

Dari tabel diatas dapat dilihat tingkat pengetahuan peserta sebelum penyuluhan dan demonstrasi pada kategori kurang (26,7%) cukup (46,6%) dan baik (26,7%), setelah penyuluhan hasil kategori naik signifikan yaitu kurang 0 (0%), cukup (6,7%), dan baik (93,3%).

V. KESIMPULAN

Para peserta di Desa Laut Dendang telah memahami tentang Anemia dan manfaat buah bit ditandai dengan kategori pengetahuan yang baik 93,3%. Peserta telah melihat dengan seksama demonstrasi pembuatan produk farmasi melly bit berbahan dasar buah bit sebagai antianemia

DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, F., Dwi, W., & Putri, R. (2014). *Making of Jelly Drink Averrhoa Blimbi L. (Study About Belimbing Wuluh Proportion : The Water And Carrageenan Concentration)* (Vol. 2, Issue 3).
- Amanta, L., Kusumajaya, H., Puji Lestari, I., Keperawatan, I., Kep Bangka Belitung, P., & Author, C. (2025). *FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA ANAK USIA 5-14 TAHUN DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH DEPATI BAHRI SUNGAILIAT TAHUN 2024*. 6(1).
- Guyton, J. E. H. (1997). *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran* (Terjemahan). Buku Kedokteran EGC.
- Kemenkes RI. (2018). *Riset Kesehatan Dasar*.
- Kisno Saputri, R., Akhmad Al-Bari, & Pitaloka, R. I. K. (2021). Daya terima konsumen terhadap jelly drink belimbing wuluh. *Teknologi Pangan : Media Informasi Dan Komunikasi Ilmiah Teknologi Pertanian*, 12(1), 131–139. <https://doi.org/10.35891/tp.v12i1.2244>
- Kusumaningrum, I., Novidahlia, N., & Soraya, dan DA. (2018). *MINUMAN JELLY EKSTRAK BIT MERAH (Beta vulgaris L.) JELLY EXTRACT DRINKING RED BIT (Beta vulgaris L.)*.