

SKRIPSI

**PENGARUH JUS BUAH BIT (*Beta vulgaris*) TERHADAP
PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN
REMAJA PUTRI SMP PENCAWAN
KOTA MEDAN TAHUN 2019**



CITRA ARINI SIMANJUNTAK

NIM : P07524415044

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
PRODI D-IV KEBIDANAN
TAHUN 2019**

SKRIPSI

PENGARUH JUS BUAH BIT (*Beta vulgaris*) TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN REMAJA PUTRI SMP PENCAWAN KOTA MEDAN TAHUN 2019

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Terapan Kebidanan



CITRA ARINI SIMANJUNTAK

NIM : P07524415044

**POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN
PRODI D-IV KEBIDANAN
TAHUN 2019**

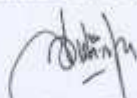
LEMBAR PERSETUJUAN

NAMA : CITRA ARINI SIMANJUNTAK
NIM : P07524415044
JUDUL : PENGARUH JUS BUAH BIT (*Beta vulgaris*) TERHADAP
PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN REMAJA
PUTRI SMP PENCAWAN KOTA MEDAN TAHUN 2019

SKRIPSI INI TELAH DISETUJUI UNTUK DIPERTAHANKAN
PADA UJIAN SIDANG SKRIPSI
TANGGAL 31 MEI 2019

Oleh :

PEMBIMBING UTAMA



(Julietta Hutabarat, S.Psi, SST, M.Keb)

NIP. 196707201989032002

PEMBIMBING PENDAMPING



(Suswati, SST, M.Kes)

NIP. 196505011988032001

KETUA JURUSAN KEBIDANAN &
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN



(SST, M.Keb)

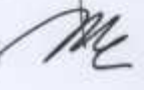
NIP. 196608011994032001

LEMBAR PENGESAHAN

NAMA MAHASISWA : CITRA ARINI SIMANJUNTAK
NIM : P07524415044
PROGRAM STUDI JURUSAN : D-IV KEBIDANAN
JUDUL SKRIPSI : PENGARUH JUS BUAH BIT (*Beta vulgaris*)
TERHADAP PENINGKATAN KADAR
HEMOGLOBIN REMAJA PUTRI SMP
PENCAWAN KOTA MEDAN TAHUN 2019

Telah Berhasil Dipertahankan Di hadapan Penguji Dan Diterima Sebagai Bagian
Persyaratan Yang Diperlukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Terapan
Kebidanan Pada Program Studi Diploma IV Kebidanan
Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan
Pada Tanggal 31 Mei 2019

DEWAN PENGUJI

1. Julietta Hutabarat, S.Psi, SST, M.Keb ()
2. Rismahara Lubis, S.SiT, M.Kes ()
3. Suswati, SST, M.Kes ()

MENGETAHUI
JURUSAN KEBIDANAN MEDAN



Getty Mangaraj, SST, M.Keb
NIM 190609101994032001

**PENGARUH JUS BUAH BIT (*Beta vulgaris*) TERHADAP PENINGKATAN
KADAR HEMOGLOBIN REMAJA PUTRI SMP PENCAWAN
KOTA MEDAN TAHUN 2019**

CITRA ARINI SIMANJUNTAK

Poltekkes Kemenkes Medan
Prodi D-IV Kebidanan
Email : simanjuntakcitraarini@gmail.com

ABSTRAK

Salah satu kendala pada masa remaja putri adalah anemia sehingga kadar Hb menurun. Menurut data Riskesdas (2013), anemia pada anak sekolah di Indonesia pada umur 5-14 tahun adalah 26,4% sedangkan untuk umur 15-24 tahun adalah 18,4% (Purnamasari, 2018). Pemberian jus buah bit adalah salah satu penanganan anemia secara non farmakologi yang dapat meningkatkan kadar Hb (Briawan, 2014). Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh jus buah bit terhadap peningkatan Kadar Hb remaja putri SMP Pencawan Kota Medan Tahun 2019. Jenis penelitian Quasi eksperimen dengan *one group without control* dan pengambilan sampel secara *purposive sampling*. Sampel adalah remaja putri berjumlah 21 orang, dengan kriteria inklusi sudah mengalami menstruasi, tidak sedang mengalami haid pada saat penelitian, dan bersedia mengikuti penelitian melalui *informed consent*. Berdasarkan hasil uji *Paired Sample t test dependen*, diperoleh nilai $p(0,00) < \alpha(0,05)$, artinya jus buah bit terbukti secara *significant* meningkatkan kadar Hb pada remaja putri. Rerata Hb awal adalah 11,33 gr% SD 1,45, setelah diberikan jus buah bit kadar Hb menjadi 14,09 gr% SD 1,55. Diharapkan Kepala Sekolah berkoordinasi dengan tenaga kesehatan di wilayah kerja tersebut agar memberikan promosi kesehatan melalui UKS tentang penanganan anemia dengan *herbal life*, salah satunya dengan pemberian jus buah bit.

Kata kunci : Buah bit, peningkatan kadar Hb
Daftar bacaan : 30 (2013 – 2019)

THE EFFECT OF BEET ROOT JUICE (*Beta vulgaris*) ON THE INCREASE OF
HEMOGLOBIN LEVEL OF FEMALE ADOLESCENTS
AT SMP PENCAWAN MEDAN 2019

CITRA ARINI SIMANJUNTAK

Medan Health Polytechnic Of Ministry of Health Extension
Program Of Applied Health Science in Midwifery
Email : simanjuntakcitraarini@gmail.com

ABSTRACT

Anemia is one of the obstacles found in female adolescents which causes a decrease in hemoglobin levels. Referring to Riskesdas (2013) data, anemia occurs in school children in Indonesia, at the age of 5-14 years it is 26.4% while at the age of 15-24 years is 18.4% (Purnamasari, 2018). Beet root juice is an alternative of non-pharmacological treatment for anemia that can increase Hb levels (Briawan, 2014). This study aims to determine the effect of beet root juice on the increase of Hb levels of female adolescents at SMP Pencawan Medan

In 2019. This study is a quasi-experimental with one group without control where 21 samples of female adolescents were taken through purposive sampling technique, with the inclusion criteria as follows: have experienced menstrual stage, not having menstruation at the time of the study, and willing to follow the study through informed consent. Based on the results of the Paired Sample t test dependent test, the value of $p (0.00) < \alpha (0.05)$ was obtained, meaning that beet root juice was shown to significantly increase Hb levels in female adolescents. The mean initial Hb was 11.33 gr% to 1.45, after being given beetroot juice Hb levels were 14.09 gr% to 1.55. The Principal is expected to coordinate with the local health personnel to provide health promotion through the School Health Effort Unit about anemia handling on an herbal basis, one of which is beetroot juice.

Keywords: beetroot, increased levels of Hb

Reference: 30 (2013 - 2019)

Lembaga Bahasa dan Pendidikan
TWINS ENGLISH



KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan karunia-Nyalah yang selalu dilimpahkan sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pengaruh Jus Buah Bit (*Beta vulgaris*) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri SMP Pencawan Kota Medan Tahun 2019”.

Pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan terima kasih kepada semua pihak yang telah banyak memberikan bimbingan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dra. Ida Nurhayati, M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan yang telah memfasilitasi penulis untuk melakukan penelitian ini.
2. Betty Mangkuji, SST, M.Keb selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan yang telah memfasilitasi penulis dengan fasilitas ruang baca untuk menyelesaikan penelitian ini.
3. Yusniar Siregar, SST, M.Kes selaku Ketua Prodi Jurusan D-IV Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan yang telah memberikan motivasi sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini .
4. Melva Simatupang, SST, M.Kes selaku Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan serta dukungan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.
5. Julietta Hutabarat, S.Psi, SST, M.Keb selaku Pembimbing Utama yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan

bersedia memberikan masukan, kritik, dan saran dalam menyelesaikan proposal ini.

6. Suswati, SST, M.Kes selaku Pembimbing Pendamping yang telah meluangkan waktu dan kesempatan bagi penulis untuk berkonsultasi dan bersedia memberikan masukan, kritik, dan saran dalam menyelesaikan proposal ini.
7. Rismaharara Lubis, S.SiT, M.Kes selaku ketua penguji.
8. Sofiyan Perananta Pencawan, SH selaku Kepala Sekolah SMP Pencawan Kota Medan yang telah memberi izin kepada penulis dalam melakukan penelitian ini.
9. Teristimewa kedua Orangtua tercinta, Bapak (James Simanjuntak) dan Mama (Rosinta Napitupulu) yang senantiasa selalu memberikan doa, cinta, kasih sayang dan dukungan kepada penulis sehingga skripsi ini selesai pada waktunya.
10. Kedua kakak (May Kristina Simanjuntak dan Esta Simanjuntak), kedua adik (Samuel Simanjuntak dan Josua Simanjuntak) yang selalu memberikan doa dan dukungan sampai saat ini sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
11. Pembimbing rohani (Feronika Damanik), saudari rohani (Desti E. Fau, Grace Sihombing, Veronica Naibaho, Lulu Silaban) dan seluruh rekan-rekan pelayanan Sion ministry di Sumut yang selalu mendukung dalam doa.
12. Astri Ulina Saragih, Chyntia Haryana Siburian, Khairina Zahara, Novita Ardiyanti, Nur Khairunnisa, Zhillu 'Arsy, Ruth Damayanti Nadapdap, Ria

Fazelita Gultom yang selalu memberi nasihat, semangat dan dukungan doa hingga saat ini skripsi ini dapat terselesaikan.

13. Kakak asuh (Joti Butar-Butar) dan saudari asuh (Jesia C. Sitorus) yang selalu memberi nasihat, semangat dan dukungan doa hingga saat ini skripsi ini dapat terselesaikan.
14. Adek tingkatan (Irma Situmorang, Fitri Indrayani Harahap) yang memberi dukungan dan motivasi hingga skripsi ini dapat terselesaikan.
15. Rekan-rekan Mahasiswa Program D-IV 0 Tahun Kebidanan Poltekkes Medan angkatan kedua yang saling memberikan doa dan semangat dan motivasi selama perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.

Akhir kata saya berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah memberikan segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Tugas Akhir ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu.

Medan, Mei 2019

Citra Arini Simanjuntak

DAFTAR ISI

	Halaman
Lembar persetujuan	
Lembar pengesahan	
Abstrak	i
Kata pengantar	iii
Daftar isi.....	vi
Daftar tabel.....	x
Daftar gambar.....	xi
Daftar lampiran	xii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan masalah.....	4
C. Tujuan	4
C.1 Tujuan umum	4
C. 2 Tujuan khusus.....	5
D. Manfaat penelitian.....	5
D.1 Manfaat teoritis	5
D.2 Manfaat praktis.....	5
E. Keaslian penelitian	6

BAB II TINJAUAN TEORI

A. Konsep remaja.....	8
A.1 Defenisi remaja.....	8
A.2 Kebutuhan gizi remaja.....	11
B. Anemia	13
B.1 Klasifikasi anemia	13
B.2 Anemia Defisiensi zat besi	14
C. Buah bit	19
C.1 Kandungan buah bit.....	19
C.2 Cara Pembuatan jus buah bit	21
D. Mekanisme kerja buah bit terhadap kadar Hb	21
E. Kerangka teori	25
F. Kerangka konsep.....	26
G. Defenisi operasional.....	26
H. Hipotesis	27

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis dan desain penelitian.....	28
B. Lokasi dan waktu penelitian.....	29
C. Populasi dan sampel penelitian	29
C.1 Populasi penelitian	29
C.2 Sampel penelitian	29
D. Jenis dan cara pengambilan data	30

D.1 Jenis data	30
D.2 Cara pengumpulan data.....	31
E. Alat ukur / instrumen dan bahan penelitian	32
F. Prosedur penelitian.....	33
G. Pengolahan dan analisis data.....	34
G.1 Pengolahan data.....	34
G.2 Analisis data	34
H. Etika Penelitian	35

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian	37
A.1 Analisis data univariat.....	37
A.2 Analisis data bivariat.....	38
B. Pembahasan	39
B.1 Distribusi kadar Hb sebelum dan sesudah pemberian jus buah bit (<i>Beta vulgaris</i>) di SMP Pencawan Kota Medan Tahun 2019	39
B.2 Pengaruh jus buah bit (<i>Beta vulgaris</i>) terhadap peningkatan kadar Hb remaja putri SMP Pencawan Kota Medan Tahun 2019	42

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	45
B. Saran	45

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Keaslian penelitian.....	6
Tabel 2.1 Anjuran kecukupan gizi pada usia remaja (13-18 tahun)	12
Tabel 2.2 Batas normal kadar Hemoglobin.....	18
Tabel 2.3 Defenisi Operasional.....	26
Tabel 4.1 Distribusi kadar Hb sebelum dan sesudah pemberian jus buah bit (<i>Beta vulgaris</i>) di SMP Pencawan Kota Medan Tahun 2019	37
Tabel 4.2 Uji Data dengan Uji <i>Kolmogorov Smirnov</i>	38
Tabel 4.3 Pengaruh jus buah bit (<i>Beta vulgaris</i>) terhadap peningkatan kadar Hb remaja putri SMP Pencawan Kota Medan Tahun 2019	39

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka teori.....	25
Gambar 2.2 Kerangka konsep.....	26
Gambar 3.1 Prosedur penelitian.....	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat permohonan penelitian

Lampiran 2 Surat balasan penelitian

Lampiran 2 *Informed consent*

Lampiran 3 SOP pembuatan jus buah bit

Lampiran 4 Lembar *check list*

Lampiran 5 Analisis univariat

Lampiran 6 Uji Normalitas

Lampiran 7 Hasil uji T test Total Pengukuran

Lampiran 8 Taksasi dana pengeluaran penelitian

Lampiran 9 Absensi siswi kelas VIII SMP Pencawan Kota Medan T.A 2018/2019