

**PERBEDAAN KADAR HEMOGLOBIN SEBELUM  
DAN SESUDAH PEMBERIAN JUS BUAH BIT  
(*BETA VULGARIS*) PADA REMAJA  
PUTRI DI SMPN 7 JEMBER**

**SKRIPSI**



**Oleh :  
Jerin Amelia Margaretha  
NIM. 21104030**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
2025**

**PERBEDAAN KADAR HEMOGLOBIN SEBELUM  
DAN SESUDAH PEMBERIAN JUS BUAH BIT  
(*BETA VULGARIS*) PADA REMAJA  
PUTRI DI SMPN 7 JEMBER**

**SKRIPSI**

Untuk Memenuhi Persyaratan Dalam Rangka Memperoleh  
Gelar Sarjana Ilmu Kebidanan (S.Keb)



Oleh :  
**Jerin Amelia Margaretha**  
NIM. 21104030

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
2025**

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Perbedaan Kadar Hemoglobin Sebelum Dan Sesudah Pemberian Jus Buah Bit Pada Remaja Putri Di SMPN 7 Jember telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan di Universitas dr. Soebandi pada :

Nama : Jerin Amelia Margaretha  
NIM : 21104030  
Hari, Tanggal : Rabu, 06 Agustus 2025  
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji  
Ketua Penguji,



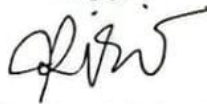
Yuniasih Purwaningrum, S.ST., M.Kes  
NIDN. 197906052002122002

Penguji II



Asri Iman Sari, S.ST., M.Keb  
NIDN. 0728069002

Penguji III



Ririn Handayani, S.ST., M.Keb  
NIDN. 0723088901

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas dr. Soebandi



Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb  
NIDN. 0719128902

**PERBEDAAN KADAR HEMOGLOBIN SEBELUM DAN SESUDAH  
PEMBERIAN JUS BUAH BIT (*BETA VULGARIS*)  
PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 7 JEMBER**

*The Difference in Hemoglobin Levels Before and After the Administration of  
Beetroot Juice (*Beta vulgaris*) in Female Adolescents  
at SMPN 7 Jember*

**Jerin Amelia Margaretha<sup>1</sup>, Ririn Handayani<sup>2</sup>, Yuniasih Purwaningrum<sup>3</sup>, Asri Iman Sari<sup>4</sup>**

<sup>123</sup>Program Studi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi

<sup>4</sup>Program Studi Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan,  
Universitas dr. Soebandi

Email :

[jerynaevanda@gmail.com](mailto:jerynaevanda@gmail.com)<sup>1</sup>[ririnhandayani89@uds.ac.id](mailto:ririnhandayani89@uds.ac.id)<sup>2</sup>[asih.purwaningrum56@gmail.com](mailto:asih.purwaningrum56@gmail.com)<sup>3</sup>  
[asriimansari@uds.ac.id](mailto:asriimansari@uds.ac.id)<sup>4</sup>

\*Korespondensi Penulis : [jerynaevanda@gmail.com](mailto:jerynaevanda@gmail.com)

**Received :**

**Accepted :**

**Published :**

---

***Abstrak***

**Latar Belakang :** Kadar Hemoglobin merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi pada remaja putri, zat besi merupakan komponen penting yang diperlukan masa pertumbuhan terutama pada remaja putri. Hal ini disebabkan karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya. Kondisi ini dapat berdampak negatif pada imunitas, konsentrasi belajar, kebugaran, dan produktivitas. Pada SMP Negeri 7 Jember terdapat 5 siswi (50%) dengan kadar hemoglobin rendah. Salah satu upaya non-farmakologi untuk meningkatkan kadar hemoglobin dengan pemberian jus buah bit yang mengandung asam folat dan zat besi sebagai pembentukan sel darah merah. **Tujuan:** Untuk mengetahui perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian jus buah bit pada remaja di SMP Negeri 7 Jember. **Metode:** Desain penelitian menggunakan *quasy eksperimen* dengan pendekatan *one group pre-post test design*. Populasi penelitian yaitu siswi kelas VIII di SMPN 7 Jember sebanyak 150. Jumlah sampel sebanyak 60 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan uji *Paired sampel T-test*. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukan sebelum pemberian jus buah bit terdapat remaja dengan kadar hemoglobin ringan sebanyak 9 responden (15%) dan sedang 9 responden (15%), sedangkan sesudah diberikan jus buah bit terdapat remaja dengan kadar hemoglobin ringan 9 responden (15%) dan sedang 6 responden (10%). Disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan jus buah bit dengan *p value* sebesar 0,001 ( $< 0,05$ ). **Kesimpulan:** Ada perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan jus buah bit pada remaja di SMP Negeri 7 Jember. Disarankan bagi remaja dapat mengkonsumsi jus buah bit sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan kadar hemoglobin secara non farmakologi.

**Kata Kunci:** Remaja, buah bit, kadar hemoglobin