

ABSTRAK

Latar Belakang: Anemia merupakan masalah yang sering terjadi pada ibu hamil yang dapat menyebabkan komplikasi kepada ibu seperti hal nya pendarahan saat atau setelah melahirkan dan pada janin seperti berat badan lahir rendah, pada bulan November 2019 terdapat ibu hamil dengan anemia 28%, Buah bit adalah salah satu jenis makanan yang mengandung zat besi yang dapat meningkatkan kadar dalam darah,

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan asuhan *continuity of care* melalui penelaahan kasus (case study), yakni memberikan asuhan kebidanan yang di mulai dari usia 34 minggu sampai dengan 6 minggu post partum,

Hasil: Responden mengkonsumsi buah bit selama 2 minggu di minum dalam sehari sekali bersamaan dengan tablet Fe diminum di waktu malam hari. Dan menunjukan hasil kadar dalam darah ibu meningkat, dari uraian di atas di simpulkan bahwa buah bit yang di konsumsi secara benar dan tepat dapat membantu meningkatkan kadar dalam darah pada ibu hamil yang anemia

Diskusi: di harapkan buah bit menjadi salah satu rujukan makanan yang di konsumsi pada ibu hamil dengan anemia

Kesimpulan: Di harapkan tenaga kesehatan mampu mengajarkan dan memberikan cara meminum jus buah bit.

Kata kunci: Anemia, Buah bit, Fe, kadar dalam darah

Referensi: 2015-2019

ABSTRACT

Background: Anemia is a problem that often occurs in pregnant women that can cause complications to the mother such as bleeding during or after delivery and the fetus such as low birth weight, in November 2019 there are pregnant women with 28% anemia, beetroot is one type of food that contains iron which can increase blood levels.

Method: This study uses a continuity of care approach through case study, namely providing midwifery care starting from the age of 34 weeks to 6 weeks post partum.

Results: Respondents consumed beetroot for 2 weeks in a drink once a day along with Fe tablets taken at night. And showed the results in increased blood levels in the mother, from the description above it was concluded that the beet fruit that is consumed correctly and appropriately can help increase blood levels in anemic pregnant women.

Discussion: It is expected that beets become one of the reference food consumed in pregnant women with anemia

Conclusion: It is expected that health workers are able to teach and provide ways to drink beet juice.

Keywords: Anemia, Beets, Fe, blood levels

Reference: 2015-2019