

**SKRIPSI**

PERBANDINGAN EFEKTIVITAS PEMBERIAN BUAH NAGA MERAH (*HYLOCEREUS POLYRHIZUS*) DAN BUAH BIT (*BETA VULGARIS*) TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN IBU HAMIL DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUKAMULYA KABUPATEN CIAMIS TAHUN 2026



**WIWIT NUR HAFER**  
**NIM: P2.06.24.3.25.045**

**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN  
JURUSAN KEBIDANAN  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN  
TASIKMALAYA  
TAHUN 2026**

**ABSTRAK**  
**PERBANDINGAN EFEKTIVITAS PEMBERIAN BUAH NAGA MERAH  
(*HYLOCEREUS POLYRHIZUS*) DAN BUAH BIT (*BETA VULGARIS*)  
TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN IBU HAMIL  
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUKAMULYA  
KABUPATEN CIAMIS TAHUN 2026**

**Wiwit Nur Hafaer**

**Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Jurusan Kebidanan  
Email: [wiwitnurhafaer6@gmail.com](mailto:wiwitnurhafaer6@gmail.com)**

Anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan yang sering terjadi dan dapat menimbulkan berbagai komplikasi bagi ibu maupun janin. Salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kadar hemoglobin adalah dengan mengonsumsi buah naga merah dan buah bit yang mengandung zat besi, vitamin C, dan asam folat. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan efektivitas pemberian buah naga merah (*Hylocereus polyrhizus*) dan buah bit (*Beta vulgaris*) terhadap kadar hemoglobin ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Sukamulya Kabupaten Ciamis tahun 2026. Penelitian ini menggunakan desain quasi eksperimen dengan rancangan *two group pre-test post-test design*. Responden dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok pemberian buah naga merah dan kelompok pemberian buah bit. Pengukuran kadar hemoglobin dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan alat pemeriksaan hemoglobin. Data dianalisis menggunakan uji statistik untuk mengetahui perbedaan peningkatan kadar hemoglobin antara kedua kelompok. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kadar hemoglobin pada kedua kelompok setelah pemberian intervensi. Pemberian buah bit menunjukkan peningkatan kadar hemoglobin yang lebih tinggi dibandingkan pemberian buah naga merah. Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada perbedaan efektivitas antara kedua intervensi dalam meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil. Kesimpulan penelitian ini adalah buah naga merah dan buah bit sama-sama efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil, namun buah bit lebih efektif dibandingkan buah naga merah. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif terapi nonfarmakologis dalam upaya pencegahan dan penanganan anemia pada ibu hamil.

**Kata Kunci:** anemia, hemoglobin, ibu hamil, buah naga merah, buah bit.

## **ABSTRACT**

### **COMPARISON OF THE EFFECTIVENESS OF GIVING RED DRAGON FRUIT (*HYLOCEREUS POLYRHIZUS*) AND BEET (*BETA VULGARIS*) ON HEMOGLOBIN LEVELS OF PREGNANT WOMEN IN THE WORKING AREA OF SUKAMULYA PUBLIC HEALTH CENTER, CIAMIS REGENCY IN 2026**

**Wiwit Nur Hafaer**

**Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Department of Midwifery  
Email: [wiwitnurhafaer6@gmail.com](mailto:wiwitnurhafaer6@gmail.com)**

*Anemia in pregnant women remains a common health problem and can cause various complications for both mother and fetus. One of the non-pharmacological efforts that can be used to increase hemoglobin levels is the consumption of red dragon fruit and beetroot, which contain iron, vitamin C, and folic acid. This study aimed to determine the comparison of the effectiveness of red dragon fruit (*Hylocereus polyrhizus*) and beetroot (*Beta vulgaris*) on hemoglobin levels in pregnant women in the working area of Sukamulya Public Health Center, Ciamis Regency, in 2026. This study used a quasi-experimental design with a two-group pre-test and post-test design. Respondents were divided into two groups, namely the red dragon fruit group and the beetroot group. Hemoglobin levels were measured before and after the intervention using a hemoglobin examination instrument. Data were analyzed using statistical tests to determine the differences in hemoglobin level improvement between the two groups. The results showed that there was an increase in hemoglobin levels in both groups after the intervention. Beetroot administration showed a higher increase in hemoglobin levels compared to red dragon fruit administration. Statistical test results indicated a significant difference in effectiveness between the two interventions in increasing hemoglobin levels among pregnant women. In conclusion, both red dragon fruit and beetroot were effective in increasing hemoglobin levels in pregnant women; however, beetroot was more effective than red dragon fruit. This study is expected to become an alternative non-pharmacological therapy in the prevention and management of anemia in pregnant women.*

**Keywords:** *anemia, hemoglobin, pregnant women, red dragon fruit, beetroot.*

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadiran Allah SWT atas kuasa-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Skripsi pada Program Studi RPL Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya yang berjudul “Perbandingan Efektivitas Pemberian Buah Naga Merah dan Buah Bit Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sukamulya Kabupaten Ciamis Tahun 2026”

Skripsi ini di susun untuk menempuh salah satu syarat dalam menyelesaikan Pendidikan Program RPL Sarjana Terapan Kebidanan Tasikmalaya Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya. Dalam penyusunan Skripsi ini penulis tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, baik berbentuk bimbingan, memberikan tambahan pengetahuan maupun dukungan emosional, seta penjelasan yang kemudian sangat membantu kelancaran penulis dalam menyelesaikan Skripsi ini. Pada kesempatan ini, penulis menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar – besarnya kepada:

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya
2. Dr. Yati Budiarti, SST., M. Keb selaku Ketua Jurusan Kebidanan
3. Dede Gantini, SST., M. Keb selaku Ketua Program Studi
4. Dita Eka Mardiani, SST., M.Keb selaku Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi selama penyusun menyelesaikan Skripsi.
5. Pada Sri Gustini, SST, M. Keb selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi selama penyusun menyelesaikan Laporan Tugas Akhir.
6. Dr. Meti Megawati, SST., M.Keb selaku Pembimbing Akademik (PA) yang telah memberikan bimbingan, arahan dan motivasi selama penyusun menyelesaikan Skripsi
7. Seluruh staf pengajar dan karyawan di Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

8. Orang tua tercinta Bapak Jajang Suparman dan Ibu Enok Rojjaah, kakak, adik, keponakan, nenek dan keluarga lainnya yang selalu memberikan semangat, motivasi, doa dan support moril maupun materil hingga penulis bisa bertahan sampai saat ini.
9. Risma Nursholihah dan Asiah Qonitatin S selaku sahabat tercinta. Terima kasih telah menjadi teman yang sangat suportif dan selalu memberikan hal – hal positif dalam hidup.
10. Teman seperjuangan di Program Studi RPL Sarjana Terapan Kebidanan Tasikmalaya yang telah membantu memberikan ide, dukungan, semangat dan motivasi.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa Skripsi ini masih banyak kekurangan baik dalam penulisan maupun tata Bahasa. Oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Semoga laporan ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Tasikmalaya, Mei 2026

Peneliti

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>i</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS</b> .....	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS</b> .....	<b>v</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Ruang Lingkup.....	6
E. Manfaat Penelitian .....	7
F. Keaslian Penelitian.....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>11</b>
A. Telaah Pustaka .....	11
B. Kerangka Teori.....	40
C. Kerangka Konsep .....	42
D. Hipotesis Penelitian.....	42
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b> .....	<b>43</b>
A. Jenis dan Desain Penelitian .....	43
B. Populasi dan Sampel .....	44
C. Waktu dan Tempat Penelitian .....	45
D. Variabel Penelitian .....	45
E. Definisi Operasional.....	46
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data .....	47
G. Instrumen Penelitian .....	49
H. Analisis Data.....	49

I. Etika Penelitian .....	50
<b>BAB IV PEMBAHASAN.....</b>	<b>52</b>
A. Hasil Penelitian .....	52
B. Pembahasan.....	57
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>65</b>
A. Kesimpulan .....	65
B. Saran.....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>67</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	8
Tabel 2. 1 Kadar Hemoglobin.....	28
Tabel 2. 2 Kandungan Buah Naga .....	35
Tabel 3. 1 Two Group Pretest Posttest Design .....	43
Tabel 3. 2 Definisi Operasional .....	46
Tabel 4.1 Karakteristik Responden .....	52
Tabel 4.2 Pretest Posttest Buah Naga.....	54
Tabel 4.3 Pretest Posttest Buah Bit.....	55
Tabel 4.4 Uji Normalitas.....	55
Tabel 4.5 Uji Perbandingan.....	56

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Buah Naga .....	32
Gambar 2. 2 Buah Bit .....	36
Gambar 2. 3 Kerangka Teori.....	41
Gambar 2. 4 Kerangka Konsep .....	42

## **DAFTAR LAMPIRAN**

**Lampiran 1** Daftar Riwayat Hidup

**Lampiran 2** Surat Izin Studi Pendahuluan

**Lampiran 3** Surat Izin Penelitian

**Lampiran 4** Surat Balasan Penelitian

**Lampiran 5** Surat Izin Etik Penelitian

**Lampiran 6** Lembar Bimbingan

**Lampiran 7** Tabulasi Data

**Lampiran 8** Informed Consent

**Lampiran 9** Lembar Persetujuan Menjadi Responden

**Lampiran 10** Lembar Checklist

**Lampiran 11** Pengolahan Data

**Lampiran 12** Dokumentasi