

## ABSTRAK

Hemoglobin (sel darah merah) adalah metaloprotein zat besi dalam sel darah merah yang berfungsi mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Kadar haemoglobin wanita sehat adalah sekitar 12mg/dl. Pada ibu hamil trimester I dan III, batas kadar hemoglobin untuk anemia adalah 11g/dl sedangkan pada trimester II batas kadar hemoglobin adalah 10,5 g/dl

Desain penelitian menggunakan deskriptif dengan metode systematic literatur review. Populasi pada penelitian ini ada ibu hamil. Variabel penelitian adalah jus bayam dan buah bit. Data dianalisis menggunakan tabel telaah jurnal.

Hasil penelitian didapatkan sejumlah 2.089 studi penelitian dari strategi pencarian database (google scholar dan pubmed). Selanjutnya dilakukan skrinning melalui identifikasi judul dan abstrak, dan didapatkan 35 studi untuk dilakukan tahap selanjutnya. Setelah membaca full text, terdapat 9 studi penelitian yang terpilih sesuai dengan kriteria.

Kesimpulan penelitian adalah berdasarkan hasil literatur review secara keseluruhan pada studi review terkair pengaruh pemberian bayam (*Amaranthus Sp*) dan buah bit (*beta vulgaris*) terhadap ibu hamil menjukkahn hasil yang signifikan atau terdapat perbedaan atau peningkatan terhadap kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan intervensi.

**Kata kunci: bayam, buah bit, kadar hemoglobin, ibu hamil**