

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di salah satu pondok pesantren yang berada di Kecamatan Kokap, Kabupaten Kulon Progo, Daerah Istimewa Yogyakarta, yang bernama Pondok Pesantren Nurul Qur'an. Pondok Pesantren Nurul Qur'an merupakan salah satu pondok pesantren yang cukup terkenal di daerah tersebut. Pondok Pesantren ini berada di wilayah Kecamatan Kokap yang mana Kecamatan Kokap ini angka kejadian anemia pada remaja putri tertinggi di Kabupaten Kulon Progo dengan prevalensi 33,44%. Informasi yang didapatkan dari pengurus Pondok Pesantren bahwa Pondok Pesantren ini tidak mendapatkan penyuluhan tentang anemia dan pengecekan kadar hemoglobin dari puskesmas terdekat, dan banyak siswi yang mengalami keluhan seperti sakit kepala, pandangan kabur, sulit konsentrasi belajar, remaja putri tidak makan secara teratur dan remaja putri mengatakan mereka tidak pernah meminum tablet besi serta tidak mengetahui makanan yang mengandung zat besi. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di lokasi ini dengan memberikan jus kurma air kelapa muda untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri.

Pondok Pesantren Nurul Qur'an memiliki sejarah yang cukup panjang, karena telah berdiri sejak tahun 1997. Selama tahun-tahun berikutnya, Pondok Pesantren Nurul Qur'an telah menjadi tempat pendidikan formal dan informal bagi para santri yang berasal dari berbagai daerah di Indonesia. Pondok Pesantren Nurul Qur'an berfokus pada pengajaran agama Islam, dan memiliki berbagai program pendidikan yang mencakup berbagai bidang, seperti bahasa Arab, bahasa Inggris, sains, matematika, serta berbagai cabang ilmu lainnya. Dengan fasilitas yang dimiliki, dan komitmen para pengelola untuk terus memberikan layanan pendidikan yang berkualitas, Pondok Pesantren Nurul Qur'an telah menjadi salah satu pondok pesantren terbaik di daerah tersebut.

B. Hasil

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Pada penelitian ini jumlah responden yang berpartisipasi sebanyak 20 responden. Karakteristik dalam penelitian ini yaitu usia, kelas dan pemberian jus kurma air kelapa muda. Gambaran karakteristik-karakteristik responden terdapat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.1 Karakteristik Berdasarkan Responden (n=20)

Karakteristik	Intervensi		Kontrol	
	N	%	N	%
Usia				
11-13 tahun	0	0	0	0
14-17 Tahun	10	100	7	70
18-20 Tahun	0	0	3	30
Total	10	100	10	100
Kelas				
X	6	60	4	40
XI	3	30	2	20
XII	1	10	4	40
Total	10	100	10	100

Sumber: Data Primer (2023).

Berdasarkan tabel 4.1 pada karakteristik usia menunjukkan seluruh kelompok intervensi berusia 14-17 tahun yaitu 10 responden (100%). Sedangkan pada kelompok kontrol mayoritas berusia 14-17 tahun (70%) dan 3 responden berusia 18-20 tahun (30%). Pada karakteristik kelas menunjukkan bahwa kelompok intervensi di kelas X berjumlah 6 responden (60%), kelas XI berjumlah 3 responden (30%) dan kelas XII berjumlah 1 responden (10%). Pada kelompok kontrol di kelas X berjumlah 4 responden (40%), kelas XI berjumlah 2 responden (20%) dan kelas XII berjumlah 4 responden (40%).

Tabel 4.2 Distribusi Pemberian Jus Kurma Air Kelapa Muda

Pola Konsumsi	Intervensi		Kontrol	
	N	%	N	%
Dikonsumsi	10	100	0	0
Tidak dikonsumsi	0	0	10	100
Total	10	100	10	100

Sumber: Data Primer (2023).

Data diatas menunjukkan bahwa 20 responden dibagi menjadi 2 kelompok, 1 kelompok berisi 10 responden (100%) mengkonsumsi jus kurma air kelapa muda dan 1 kelompok berisi 10 responden (100%) tidak mengkonsumsi jus kurma air kelapa muda.

b. Kadar Hemoglobin Remaja Putri

Tabel 4.3 Analisa Kadar Hemoglobin Pada Kelompok Intervensi

Kadar Hb	Pretest		Posttest	
	N	%	N	%
Tidak Anemia	0	0	8	80
Ringan	10	100	2	20
Sedang	0	0	0	0
Berat	0	0	0	0
Total	10	100	10	100

Sumber: Data Primer (2023).

Tabel 4.3 menunjukkan bahwa kadar hemoglobin pada kelompok intervensi sebelum diberikan jus kurma air kelapa muda dalam kategori anemia ringan (9,00-11,00 gr/dl) sebanyak 10 responden (100%). Sedangkan kadar hemoglobin setelah pemberian jus kurma air kelapa muda dalam kategori tidak anemia (>12,00 gr/dl) sebanyak 8 responden (80%) dan anemia ringan (9,00-11,00 gr/dl) 2 responden (20%).

Tabel 4.4 Analisa Kadar Hemoglobin Pada Kelompok Kontrol

Kadar Hb	Pretest		Posttest	
	N	%	N	%
Tidak Anemia	0	0	0	0
Ringan	10	100	10	100
Sedang	0	0	0	0
Berat	0	0	0	0
Total	10	100	10	100

Sumber: Data Primer (2023).

Tabel 4.4 menunjukkan bahwa kadar hemoglobin pada kelompok kontrol dengan tidak diberikan jus kurma air kelapa muda sebelum dan sesudah berada di kategori anemia ringan (9,00-11,00 gr/dl) sebanyak 10 responden (100%).

2. Analisis Bivariat

a. Analisa Pengaruh Pemberian Jus Kurma Air Kelapa Muda Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri

Hasil uji hipotesis dengan menggunakan *uji wilcoxon* terhadap kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian jus kurma air kelapa muda selama 7 hari. Terdapat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.5 Analisa Pengaruh Pemberian Jus Kurma Air Kelapa Muda Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada kelompok Intervensi

Kadar Hemoglobin	N	Mean	Kadar Hb rata-rata	Std.deviation	p-Value
Pre-test (sebelum)	10	2.000	11,2	0,0000	0,05
Post-test (sesudah)	10	1.200	12,16	0,4216	

Sumber: *Uji Wilcoxon*.

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa hasil peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan jus kurma air kelapa muda selama 7 hari berturut-turut memiliki nilai mean rank 1.200. Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan selisih rata-rata peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan jus kurma air kelapa muda dengan nilai p-value nya 0,05. Maka pemberian jus kurma air kelapa muda selama 7 hari signifikan.

Tabel 4.6 Analisa Kadar Hemoglobin Pada kelompok Kontrol Tanpa Pemberian Jus Kurma Air Kelapa Muda

Kadar Hemoglobin	N	Mean	Kadar Hb rata-rata	S.td.deviation	p-Value
Pre-test (sebelum)	10	2.000	10,84	0,0000	1,00
Post-test (sesudah)	10	2.000	11	0,0000	

Sumber: *Uji Wilcoxon*.

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa hasil kadar hemoglobin remaja putri yang tidak diberikan jus kurma air kelapa muda sebelum dan sesudah memiliki nilai mean rank 2.000. Hasil tersebut menunjukkan tidak adanya peningkatan kadar hemoglobin sehingga tidak signifikan.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Analisa Kadar hemoglobin Pada Remaja Putri pada Kelompok Intervensi dan kelompok kontrol.

Pada penelitian ini mayoritas responden berusia 14-20 tahun yang mengalami anemia. Hal ini dikarenakan pada usia tersebut remaja mengalami menstruasi setiap bulannya yang akan berpengaruh kehilangan zat besi pada saat menstruasi sedangkan remaja pada usia ini tidak memperhatikan asupan zat gizi yang di konsumsinya. Dan pada usia ini dimana remaja berada pada masa pranikah untuk mencegah anemia pada kehamilan maka peneliti memberikan jus kurma air kelapa muda pada kelompok intervensi selama 7 hari berturut-turut dikonsumsi pagi hari dan pada kelompok kontrol tidak diberikan jus kurma air kelapa muda. Pada kelompok intervensi, sebelum diberikan intervensi rata-rata kadar hemoglobin yaitu 11,2 gr%, setelah diberikan intervensi mengalami kenaikan kadar hemoglobin yaitu 12,16 gr% dengan hasil dalam kategori tidak anemia sebanyak 8 responden (80%) dan anemia ringan 2 responden (20%). Dengan demikian jus kurma air kelapa muda efektif meningkatkan kadar hemoglobin dengan rata-rata sebesar 1,14 gr%. Dan pada kelompok kontrol tanpa diberikan jus kurma air kelapa muda dengan rata-rata kadar hemoglobin sebelum yaitu 10,84 gr%, dan rata-rata kadar hemoglobin setelah yaitu 11 gr% dengan p-value 1,00. Yang artinya pada kelompok kontrol tidak ada kenaikan kadar hemoglobin.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yulia Silalahi Dkk (2021) tentang "Efektivitas Pemberian Jus Kurma Kelapa Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Remaja Putri Dengan Anemia" hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian jus kurma kelapa secara rutin memiliki efek positif terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri yang menderita anemia. Hal ini didukung oleh alasan bahwa jus kurma kelapa mengandung zat besi yang dapat membantu meningkatkan Kadar hemoglobin dalam darah, yang dapat membantu meningkatkan kondisi kesehatan dan daya tahan tubuh remaja putri yang menderita anemia.

Adapun gejala anemia termasuk kurang nafsu makan, sulit berkonsentrasi, sistem kekebalan tubuh yang lemah dan masalah perilaku atau lebih dikenal yaitu gejala 5L (lemas, letih, lelah, lesu dan loyo), muka pucat dan perut panas. (Aras Utami dkk, 2021).

Selain itu, dampak anemia pada orang muda adalah dampak yang kuat dan hampir seluruhnya disebabkan oleh kekurangan zat besi, yang terkait erat dengan tingkat keparahan anemia. Anemia dapat membuat tubuh kurang tahan terhadap penyakit, menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan mental, serta mengganggu kesehatan, kemampuan kerja, dan kemampuan belajar. dampak yang terlihat dari anemia pada anak muda adalah prestasi sekolah yang buruk (Tesfaye et al, 2022).

Maka dari itu, buah kurma dan air kelapa muda bisa meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri karena kurma merupakan sumber energi yang baik dan mengandung banyak nutrisi yang merupakan bagian penting dari pola makan yang tepat untuk memenuhi kebutuhan tubuh. *Phoenix dactylifera L* mengandung 44-88% karbohidrat, 6,4-11,5% serat makanan, 2,3-5,6% protein, 0,2-0,5% lemak, 15 garam mineral dan berbagai vitamin. Deskripsi penting tentang kandungan nutrisi harian mengarah pada pertimbangan mereka sebagai makanan sehat dan seimbang. Sebagian besar karbohidrat pada siang hari berbentuk fruktosa dan glukosa yang cepat diserap tubuh manusia. Kandungan serat makanan pada kurma membuatnya cocok sebagai bahan dalam pembuatan makanan berserat dan suplemen makanan. (Sani et al, 2015).

Selain itu, air kelapa muda mengandung asam folat yang penting untuk berbagai reaksi biokimia. Folat penting untuk pembentukan sel darah merah dan pematangannya di sumsum tulang. Air kelapa kaya akan nutrisi. Manfaatnya banyak dan air kelapa kaya akan *potasium* untuk peremajaan instan. Selain mineral, air kelapa juga mengandung gula (antara 1,7% dan 2,6%) dan protein (0,07-0,55%). Karena nilai gizinya, air kelapa dapat digunakan sebagai makanan. Air kelapa muda kaya akan *kalsium*, *potasium*, *elektrolit*, *klorida* dan *magnesium* yang dapat

mengurangi nyeri dan meningkatkan kekenyalan rahim. (Kurniati Ilahi, 2019).

Peneliti telah membuktikan bahwa ada peningkatan kadar Hb remaja putri setelah mengkonsumsi jus kurma air kelapa muda selama 7 hari disebabkan oleh kandungan zat besi yang tinggi pada kurma dan vitamin C yang membantu proses penyerapan zat besi ke dalam tubuh sehingga seluruh responden mengalami peningkatan kadar Hb sesudah mengkonsumsi kurma. Hal ini didukung oleh alasan bahwa jus kurma kelapa mengandung zat besi yang dapat membantu meningkatkan Kadar hemoglobin dalam darah, yang dapat membantu meningkatkan kondisi kesehatan dan daya tahan tubuh remaja putri yang menderita anemia.

2. Analisa Pengaruh Pemberian Jus Kurma Air Kelapa Muda Pada Remaja Putri

Hasil peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan jus kurma air kelapa muda selama 7 hari berturut-turut memiliki nilai mean yaitu 1.200. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan jus kurma air kelapa muda dengan nilai *p-value* 0,005. Sebelum diberikan intervensi rata-rata kadar hemoglobin yaitu 11,2 gr%, setelah diberikan intervensi mengalami kenaikan kadar hemoglobin yaitu 12,16 gr%. Dengan demikian jus kurma air kelapa muda efektif meningkatkan kadar hemoglobin dengan rata-rata sebesar 1,14 gr%, dengan nilai *p-value* nya 0,05. Maka pemberian jus kurma air kelapa muda selama 7 hari signifikan.

Pemberian jus kurma kelapa memiliki manfaat yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia. Hal ini karena jus kurma kelapa memiliki kandungan nutrisi yang berperan dalam proses pembentukan hemoglobin. Kandungan yang tersimpan dalam jus kurma kelapa dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin. Vitamin B6, vitamin B12, folat, besi dan asam amino yang terkandung dalam jus kurma kelapa berperan dalam proses pembentukan hemoglobin. Vitamin B6 dapat meningkatkan asupan nutrisi penting yang dibutuhkan oleh tubuh

untuk membentuk hemoglobin. Vitamin B12 bermanfaat untuk meningkatkan produksi sel darah merah dan membantu dalam proses pembentukan hemoglobin. Folat membantu dalam produksi DNA dan juga dalam membentuk sel darah merah. Besi adalah mineral penting yang dibutuhkan dalam proses pembentukan hemoglobin. Selain itu, asam amino juga dapat membantu dalam proses pembentukan hemoglobin. Selain itu, jus kurma kelapa juga mengandung antioksidan yang dapat membantu memelihara sel-sel darah merah dan meningkatkan kadar hemoglobin. Semua kandungan nutrisi ini bekerja sama untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia. (Mardiana, N., & Apriyanti, 2021).

Selain itu, jus kurma kelapa juga mengandung Vitamin C yang dapat membantu tubuh dalam proses penyerapan zat besi dan meningkatkan kadar hemoglobin. Vitamin C juga dapat membantu memperbaiki sistem imunitas dan memberikan energi yang diperlukan oleh tubuh. Kandungan nutrisi yang terkandung dalam jus kurma kelapa memberikan beragam manfaat bagi kesehatan dan dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia. (Mardiana, N., & Apriyanti, 2021).

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniati Ilahi Dkk (2019) “Pemberian Jus Kurlapa dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Yang Anemia di MA Al-Mu’aawanah Ogan Ilir” penelitian ini menunjukkan hubungan yang positif antara pemberian jus kurlapa dan peningkatan kadar hemoglobin. Hal ini dikarenakan jus kurlapa kaya akan vitamin dan mineral yang penting untuk meningkatkan produksi hemoglobin, yaitu zat besi, folat, vitamin b6 dan b12. Jus kurlapa juga mengandung protein, karbohidrat dan asam lemak tak jenuh yang diperlukan untuk meningkatkan produksi hemoglobin. Selain itu, jus kurlapa juga kaya akan antioksidan yang dapat membantu mengurangi stres oksidatif yang berkontribusi pada anemia. Dengan demikian, jus kurlapa dapat meningkatkan kadar hemoglobin dengan

memfasilitasi produksi dan penyerapan zat besi dan meningkatkan daya tahan tubuh.

D. Keterbatasan Penelitian

Berdasarkan pada pengalaman langsung peneliti dalam proses penelitian ini, ada beberapa keterbatasan yang dialami dan dapat menjadi beberapa faktor yang dapat lebih diperhatikan bagi peneliti-peneliti selanjutnya dalam lebih menyempurnakan penelitiannya karna penelitian ini sendiri tentu memiliki kekurangan yang perlu terus diperbaiki. Beberapa keterbatasan dalam penelitian ini, antara lain :

1. Kegiatan dan aktivitas responden yang tidak dapat dikontrol secara maksimal.
2. Peneliti tidak dapat mengontrol secara penuh asupan makan responden