

PENGARUH PEMBERIAN
MINUMAN SARI KACANG HIJAU
VIGNA RADIATA) TERHADAP
KEJADIAN ANEMIA PADA
REMAJA DI SMA NEGERI 1
PLERET

by 202207028 Marlika Nora Apfiky

Submission date: 02-Sep-2024 03:07PM (UTC+0700)

Submission ID: 2443047158

File name: Parafrese_Marlika_1.docx (199.6K)

Word count: 5995

Character count: 38841

**²PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN SARI KACANG HIJAU
VIGNA RADIATA) TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA
REMAJA DI SMA NEGERI 1 PLERET**

⁶SKRIPSI

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan

Program Studi Kebidanan (S-1)

Fakultas Kesehatan

Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta



Disusun oleh :

MARLIKA NORA APFIKY

NPM 202207028

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN (S-1)
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
2024**

BABI

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Masa remaja adalah usia di mana pertumbuhan fisik, gairah, sosial, dan seksual dimulai dan berlanjut hingga dewasa. Anak-anak di pertengahan masa remaja mengalami pertumbuhan tinggi dan berat badan yang cepat (Apriliani et al., 2021). Kebutuhan akan nutrisi meningkat karena peningkatan aktivitas fisik bersamaan dengan pertumbuhan yang cepat. Masalah gizi seperti kekurangan gizi atau anemia akan muncul jika asupan dan kebutuhan gizi tidak seimbang

Remaja paling sering mengalami anemia. Hal ini menyebabkan penurunan kemampuan fisik, penurunan kemampuan kognitif, dan penurunan kemampuan belajar. Pada masa remaja, nutrisi yang baik sangat penting. Kekurangan zat besi atau anemia adalah masalah gizi yang paling umum pada remaja, terutama remaja putri. Ketika jumlah sel darah merah (eritrosit) dan hemoglobin yang terkandung dalam sel darah merah berada di bawah batas normal, itu disebut anemia.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa prevalensi anemia di seluruh dunia adalah antara 40 hingga 88%. Wilayah Asia dan Afrika memiliki kasus tertinggi, dengan tingkat anemia sebesar 85%, dan perempuan mengalami anemia. Selanjutnya, data yang ditemukan di wilayah Asia Tenggara menunjukkan bahwa lebih dari 202 juta remaja perempuan di India mengalami anemia, dengan prevalensi anemia pada remaja perempuan di India mencapai 45%, yang disebabkan oleh kekurangan besi (Sari et al., 2021).

Berdasarkan survei yang dilakukan kementerian kesehatan pada tahun 2018 terhadap 1.500 remaja putri di 5 kabupaten dan kota, 19,3% remaja putri

mengalami anemia dengan Hb di bawah 12 g/dl (Dinkes 2023).¹³ Prevalensi anemia gizi besi pada remaja putri usia 12-19 tahun di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) adalah 36,00%. Di kabupaten Sleman, angka tersebut mencapai 18,4%, di Gunung Kidul juga 18,4%, Kota Yogyakarta sebesar 35,2%, sementara di Bantul mencapai 54,8%, dan di Kulonprogo mencapai 73,8% (Mataram, 2018). Program pemerintah untuk mencegah anemia masih terfokus pada ibu hamil,³⁵ tetapi juga perlu memperhatikan remaja, terutama remaja perempuan, karena mereka akan menjadi ibu di masa depan (Istawati, 2022). Berdasarkan Data Dinas Kesehatan pada puskesmas se-kabupaten Bantul tahun 2023, kasus anemia pada perempuan untuk usia 15-19 tahun sebanyak 67 remaja putri, peringkat pertama di puskesmas Pleret ada 7 kasus diikuti Puskesmas Pandak 1 ada 6 kasus dan Sewon 1 ada 5 kasus (Bantul, 2020).

Konsentrasi hemoglobin dianggap normal ketika mencapai Hb 12 gr%. Namun, tingkat anemia dapat terlihat pada kisaran 11,9 hingga 11 gr% sebagai anemia ringan, dan menurun lebih lanjut menjadi 10,9 hingga 8 gr% untuk anemiasedang, dan anemia berat jika konsentrasi hemoglobin <8 gr%. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), Sekitar 53,7% remaja perempuan di negara berkembang mengalami anemia.²⁵ Penyebabnya adalah remaja putri mengalami menstruasi bulanan, asupan zat gizi rendah, dan kebutuhan zat besi meningkat karena pertumbuhan yang cepat. Karena pertumbuhan yang cepat dan konsumsi zat gizi yang terbatas, kebutuhan zat besi meningkat, sehingga kadar zat besi dalam darah dapat menurun, mengakibatkan penurunan hemoglobin atau sel darah merah dan menyebabkan anemia. (Sari et al., 2021).

Anemia pada remaja dapat memiliki dampak serius pada kesehatan dan perkembangan mereka. Kasus anemia sering kali mengakibatkan penurunan konsentrasi hemoglobin, yang dapat menyebabkan kelelahan, kurangnya energi, dan penurunan daya tahan tubuh. Dampak psikososial juga dapat terlihat, seperti penurunan konsentrasi belajar dan kinerja sekolah. Penting untuk diingat bahwa sejumlah faktor dapat menyebabkan anemia, seperti²⁶ kekurangan zat besi, asam folat, atau vitamin B12. Oleh karena itu, penanganannya

kasus anemia perlu mencakup diagnosis yang tepat untuk menentukan penyebabnya. Kasus anemia pada remaja menunjukkan perlunya perhatian terhadap aspek gizi, pencegahan defisiensi zat-zat penting, serta upaya edukasi untuk mempromosikan pola makan sehat. Tindakan ini akan berkontribusi pada kesehatan jangka panjang remaja dan mencegah dampak negatif anemia terhadap perkembangan fisik, kognitif, dan sosial mereka. Penyebab anemia Darah di negara-negara yang angka anemianya lebih dari 20% disebabkan oleh anemia, terhadap defisiensi Fe atau anemia defisiensi gabungan. Ada dua cara untuk mengobati anemia: obat-obatan dan non-obat. Contoh obat-obatan yaitu Folavit, Sangobion, Sakatonik Liver, Moloco Plus, dan Maltofer Fol Chewable. Kemudian contoh non-obat seperti pemberian sari kacang hijau, pemberian sari kurma, daun bayam, jus jambu, Jeruk dan buah-buahan lainnya yang mengandung vitamin C.

Kacang hijau mengandung nutrisi yang diperlukan untuk Pembentukan sel darah merah bertujuan untuk mengatasi penurunan kadar hemoglobin akibat anemiadefisiensi besi. Kacang hijau kaya akan mineral seperti kalsium, fosfor, zat besi, natrium, dan kalium. Vitamin C dan A dalam kacang hijau membantu meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh. Mengonsumsi 2 cangkir kacang hijau per hari, akan memenuhi 50% kebutuhan vitamin C harian atau 75 mg. Vitamin A dalam setengah cangkir kacang hijau adalah 7 mg (Putri et al., n.d.).

Hasil penelitian Cindy, M. dkk. (2023) tentang Pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri yang menderita anemia di MAN Model Manado dianalisis dengan uji statistik Paired Sample T-test. Hasil uji tersebut menunjukkan nilai P Value (Sig. 2 tailed) sebesar 0,000, yang berarti <0.05 . Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian Umi Faridah (2017) yang berjudul "Pemberian kacang hijau sebagai upaya meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri," di mana kacang hijau terbukti efektif meningkatkan kadar hemoglobin dengan p value = 0.005. Hipotesis peneliti menyatakan bahwa anemia pada remaja putri dapat mempengaruhi kemampuan konsentrasi di sekolah. Oleh karena itu, diperlukan

upaya preventif untuk mengatasi rendahnya kadar hemoglobin pada remaja putri. Salah satu solusinya adalah memanfaatkan kacang hijau yang diolah menjadi jus untuk meningkatkan kadar Hb.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan pada bulan April didapatkan hasil bahwa sebanyak 98 siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Pleret sudah pernah dilakukan pemeriksaan Hb pada saat kelas X saja oleh pihak puskesmas dan ada beberapa siswa yang terkena anemia, kemudian belum ada tindak lanjut untuk penanganan anemia tersebut. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada lokasi tersebut, pemilihan tempat penelitian bisa didasarkan pada beberapa faktor, seperti ketersediaan sumber daya, aksesibilitas populasi target, dan keberadaan fasilitas penelitian yang sesuai. Untuk penelitian tentang pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap remaja anemia, tempat yang dipilih mungkin memiliki tingkat kejadian anemia yang signifikan di antara remaja.

Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka masalah yang didapatkan adalah “Apakah ada pengaruh pemberian minuman sari Kacang Hijau (Vigna Radiata) Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Pleret ?”

Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuainya pengaruh pemberian minuman sari kacang hijau (Vigna Radiata) terhadap kejadian anemia pada remaja di SMA Negeri 1 Pleret.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya karakteristik responden sebelum pemberian minuman sari kacang hijau (Vigna Radiata) pada remaja di SMA Negeri 1 Pleret.
- b. Diketuainya karakteristik responden setelah pemberian minuman sari kacang hijau (Vigna Radiata) pada remaja di SMA Negeri 1 Pleret.

Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan sumber pengetahuan baru bagi bidan atau tenaga kesehatan serta remaja putri dan masyarakat. Bahwa pemberian

minuman sari kacang hijau (*Vigna Radiata*) untuk meningkatkan kadar hemoglobin remaja yang terkena anemia di SMA Negeri 1 Pleret.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Instansi Pendidikan

Merupakan dokumen yang dimaksudkan untuk memberikan kontribusi yang bermanfaat sebagai bahan pembelajaran dan meningkatkan pengetahuan dari hasil penelitian sebagai acuan ilmiah dalam pengobatan dan pencegahan mencegah anemia dengan mengonsumsi sari kacang untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

b. Bagi Responden

Untuk mengetahui apakah konsumsi sari kacang hijau dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan mengurangi gejala anemia pada remaja. Hal ini bisa menjadi panduan bagi mereka untuk memperbaiki pola makan mereka.

c. Bagi Pihak Sekolah

Sebagai rujukan sekolah dalam penanganan anemia pada remaja putri dengan mengonsumsi sari kacang hijau untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

Keaslian Penelitian

Berdasarkan pengetahuan peneliti, ada beberapa rujukan penelitian yang berhubungan dengan penelitian peneliti

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Nama Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan
(Cindy M & dkk, 2023)	Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Anemia di MAN Model Manado	Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan sebelum dan sesudah diberikan sari kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin menggunakan hasil uji statistic Paired Sample T-test. Hasil dari uji Paired Sample T-test didapatkan nilai P	Variabel penelitian menggunakan dependent. Intervensi yang dilakukan dengan memberikan sari kacang hijau sebanyak 300 ml/hari dipagi hari selama 7 hari

Value (Sig. 2 tailed) = 0,221 dengan nilai <0,05 maka H_0 diterima dan H_a ditolak. hal ini menunjukkan

terdapat pengaruh sari kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja putrianemia di MAN Model Manado. Setelah diberikannya sari kacang hijau yang dilakukan selama 7 hari dengan dosis 300 ml telah terjadi peningkatan kadar hemoglobin remaja putrianemia di MAN Model Manado.

Sebelum sudah diberikannya sari kacang hijau yang dilakukan selama 7 hari dengan dosis 300 ml telah

Zaimy & dkk. 2021.

Pengaruh Pemberian sari kacang hijau terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri stikes sainitika padang

Penelitian ini menunjukkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji Independence Sample t test untuk perbedaan kadar haemoglobin didapatkan p value = 0,000 ($p < 0,05$), terdapat perbedaan yang signifikan kadar haemoglobin sebelum dan setelah pemberian sari kacang hijau, artinya ada pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap kadar haemoglobin pada ramaja putri di

- 36 Desain penelitian yang digunakan yaitu *quasi eksperimen*. Variabel penelitian menggunakan independent, sampel yang digunakan yaitu asrama stikes, Desain penelitian menggunakan two group.
- 37 Intervensi pemberian sari kacang hijau diberikan pada 2 grup yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol Teknik pengambilan

asramaputri
Stikes
Syedza Saintika
Padang

(Elvika S & dkk, 2022) Pemberian sari kacang hijau untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada siswi anemia

5 Berdasarkan hasil analisa data di dapatkan bahwa rata-rata kadar Hb remaja putri sebelum pemberian sari kacang hijau adalah 10.67 gr/dl. Pada pengukuran setelah pemberian sari kacang hijau didapatkan rata-rata kadar Hb adalah 14.04 gr/dl. Sehingga terjadi peningkatan kadar hemoglobin (Hb) yaitu 3,36 gr/dl. Nilai mean perbedaan antara pengukuran kadar Hb sebelum dan sesudah pemberian sari kacang hijau adalah 3.3667.

Metode pengambilan sampel dengan metode *preexperimental design tipe one group pretest-posttest*. Intervensi yang diberikan adalah sari kacang hijau sebanyak 300 ml/hari selama 7 hari.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL AHMAD YANI
YOGYAKARTA

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yang digunakan adalah Penelitian Preeksperimen dengan rancangan *one group pretest* dan *posttest*. Preeksperimen dengan melakukan *pretest* sebelum memberikan perlakuan dan melakukan *posttest* setelah memberikan perlakuan. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan menetapkan kriteria sebanyak sampel yang memenuhi kriteria inklusi. Variabel bebas pada penelitian ini adalah memberikan minuman sari kacang kepada remaja dengan anemia. Berikut desain penelitian :

O₁ — X — O₂

Keterangan :

- O₁ : Pretest sebelum memberikan minuman sari kacang
- X : Intervensi dengan memberikan minuman sari kacang
- O₂ : Posttest setelah pemberian minuman sari kacang

Lokasi dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMA Negeri 1 Pleret

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan Maret sampai dengan Agustus 2024.

Populasi/Sampel/Objek Penelitian

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini semua remaja putri di SMA Negeri 1 Pleret kelas XII sebanyak 98 siswa.

2. Sampel

Untuk menentukan besaran sampel pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan rumus Slovin menurut Sugiyono (2017:81) sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

Keterangan :

N = Besar Populasi

n = Besar Sampel

d = Tingkat kepercayaan/ ketetapan yang diinginkan $(0,20)^2$

Maka, besar sampel

$$n = \frac{N}{1 + N(d)^2}$$

$$= \frac{98}{1 + 98(0,20)^2}$$

$$= 98$$

$$= \frac{98}{1 + 98(0,04)}$$

$$= 98$$

$$= \frac{98}{1 + 98(0,04)}$$

$$= 19,91 \text{ dibulatkan menjadi } 20 \text{ sampel}$$

Berdasarkan rumus tersebut, besar sampel yang dibutuhkan pada penelitian ini adalah 20 sampel. Drop out sebesar 10 % maka sampel minimal yang diperlukan menjadi $n = (10\% \times 20) + 20 = 22$. Jadi total sampel tersebut sebanyak 22 sampel.

3. Sampel/Objek Penelitian

Sampel dalam penelitian ini adalah remaja putri di SMA Negeri 1 Pleret kelas XII yang mengalami anemia (kadar Hb <12 gr/dl). Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*.

Variabel Penelitian

Pada penelitian ini dibedakan menjadi dua variabel yaitu:

1. Variabel Independen : Pemberian sari kacang hijau
2. Variabel Dependen: Kadar Haemoglobin penderita anemia pada remaja Putri.

Definisi Operasional Variabel

Tabel 2.1 Defenisi Operasional

No	Variabel	Defenisi Operasional	Alat Ukur	Hasil ukur	Skala Ukur
1	Pemberian sari kacanghijau	Pemberian sari kacang hijau 1x sehari sebanyak 250ml dan dikonsumsi selama 6 hari	-	1. Diberikan 2. Tidak diberikan	Nominal
2	Kadar Haemoglobin	Kadar Hb yang didapatkan dari hasil pemeriksaan darah sampel yang diambil dengan posisi duduk melalui ujung jari dengan menggunakan alat easytouch GCHB.	Alat cek Hb <i>Easy Touch</i>	1. Ringan 11-11,9 gr/dl 2. Sedang 8-10,9 gr/dl	Ordinal

Alat dan Bahan

1. Alat Penelitian
 - a. Alat Instrumen Pengumpulan data
 - 1) Lembar Formulir Identittas Responden
 - 2) Lembar Informed Consent
 - 3) Lembar Observasi.
 - b. Bahan
 - 1) Easy touch
 - 2) Stik
 - 3) Accu check lancet
 - 4) Alcohol swabs
 - 5) Lancing Device
 - 6) Handscoon

2. Bahan
 - a. Sari kacang hijau

Pelaksanaan Penelitian

Dalam melakukan penelitian ini, prosedur pelaksanaan penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Tahap persiapan penelitian

Studi penelitian dalam tahap persiapan dilakukan mulai bulan Maret 2023.

Peneliti melakukan:

- a. Menetapkan tema judul penelitian, konsultasi dengan dosenpembimbing
- b. Menganalisis data dari studi pendahuluan yang telah diperoleh
- c. Mengurus surat izin studi pendahuluan untuk diserahkan kepada pihak sekolah
- d. Menganalisis data dari studi pendahuluan yang telah didapat.
- e. Menyusun proposal dan melakukan konsultasi proposal.
- f. Melakukan ujian proposal
- g. Mengurus surat izin penelitian untuk diserahkan kepada pihak sekolah

2. Tahap pelaksanaan penelitian

- a. Melakukan koordinasi dengan pihak SMA Negeri 1 Pleret
- b. Pengumpulan data primer dari hasil pengukuran Hb sebelum dan sesudah diberikan intervensi
- c. Pemeriksaan kadar hemoglobin sebelum pemberian intervensi
- d. Pemberian sari kacang hijau pada kelompok intervensi diberikan dalam cup sebanyak 1x sehari setiap pagi dengan dosis 250ml selama 6 hari.

Untuk cara pembuatan sebagai berikut:

- 1) Persiapan Kacang Hijau:
 - a) Cuci bersih kacang hijau dengan air mengalir.
 - b) Rendam kacang hijau dalam air selama 4-6 jam atau semalaman agar kacang hijau lebih cepat empuk saat direbus.
- 2) Rebus Kacang Hijau:
 - a) Tiriskan kacang hijau yang sudah direndam.

- b) Rebus 1 liter air dalam panci.
 - c) Masukkan kacang hijau yang sudah direndam ke dalam panci berisi air mendidih.
 - d) Tambahkan daun pandan (jika menggunakan) untuk memberikan aroma.
 - e) Rebus kacang hijau hingga empuk, sekitar 30-45 menit. Jika air berkurang terlalu banyak, tambahkan air secukupnya selama proses perebusan.
- 3) Blender dan Saring:
- a) Setelah kacang hijau empuk, matikan api dan biarkan agak dingin.
 - b) Blender kacang hijau beserta air rebusannya hingga halus.
 - c) Saring hasil blender menggunakan saringan halus atau kain kasa untuk mendapatkan sari kacang hijau yang lembut. Pastikan sari kacang hijau yang dihasilkan tidak terlalu kental atau encer.
- 4) Tambahkan Gula dan Garam:
- a) Masukkan sari kacang hijau kembali ke dalam panci.
 - b) Tambahkan gula pasir dan garam secukupnya.
 - c) Panaskan dengan api sedang sambil diaduk hingga gula larut dan sari kacang hijau mendidih.
 - d) Koreksi rasa, tambahkan gula atau garam sesuai selera jika diperlukan.
- 5) Penyajian:
- a) Angkat sari kacang hijau dari kompor dan biarkan sedikit dingin.
 - b) Masukkan 250 ml sari kacang hijau ke dalam botol.
- 6) Estimasi Hasil:
- Dari 250 gram kacang hijau mentah dan 1 liter air, setelah direbus, diblender, dan disaring, biasanya akan menghasilkan sekitar 800 ml sari kacang hijau. Hasil ini bisa sedikit bervariasi tergantung pada berapa banyak air yang ditambahkan selama proses perebusan dan seberapa halus kacang hijau diblender.

- e. Diberikan selama 6 hari secara berturut-turut pada tanggal 30 Juli- 7 Agustus

Dalam penelitian mengenai pemberian sari kacang hijau terhadap remaja putri yang mengalami anemia, menetapkan kriteria drop out (DO) sangat penting untuk menjaga validitas dan integritas hasil penelitian. Sampel dalam penelitian ini akan di *drop out* apabila tidak memenuhi ketentuan intervensi sebagai berikut :

- 1) Ketidapatuhan terhadap Protokol Intervensi
 - a) Partisipan yang tidak mengonsumsi minuman sari kacang hijau sesuai dengan dosis dan jadwal yang telah ditentukan
 - b) Ketidapatuhan terhadap instruksi lainnya yang relevan dengan intervensi, seperti cara penyimpanan atau cara konsumsi minuman.
 - 2) Kondisi Kesehatan yang Tidak Sesuai
 - a) Partisipan yang mengalami kondisi kesehatan yang memburuk selama penelitian sehingga memerlukan intervensi medis segera dan tidak bisa melanjutkan partisipasi
 - b) Munculnya penyakit atau kondisi kesehatan lain yang dapat mempengaruhi status anemia atau hasil intervensi, seperti infeksi akut atau penyakit kronis baru
 - 3) Ketidakhadiran pada Evaluasi Penting
 - a) Partisipan yang tidak hadir pada pengukuran atau evaluasi yang penting, seperti pengambilan sampel darah untuk mengukur kadar hemoglobin, dalam jumlah yang signifikan yang dapat mempengaruhi analisis data
 - 4) Sedang Haid
- e. Melakukan pengawasan atau monitoring intervensi oleh peneliti yang bertujuan untuk memastikan bahwa proses penelitian berjalan dengan baik dan sesuai dengan protokol yang ditetapkan, dengan cara meminta responden untuk mencatat konsumsi sari kacang hijau setiap hari dalam

lembar pemantauan yang disediakan dan kita memantau secara langsung dalam meminum sari kacang hijau tersebut.

- f. Pemeriksaan kadar hemoglobin dilakukan setelah intervensi selesai.

Prosedur Pengukuran Kadar Hemoglobin

- 7) Menurut Yusnaini (2014), cara mengukur kadar hemoglobin dengan metode digital (Easy Touch GCHB) antara lain
 - a) Siapkan alat Hb meter dan letakkan *canister of test strip* ke wadahnya
 - b) Siapkan lancet device dengan membuka penutup dan masukkan sterile lancets kemudian tutup kembali.
 - c) Siapkan apusan alkohol dibagian perifer ujung jari, tusukkan sterile lancets dengan menggunakan lancet device.
 - d) Isap darah menggunakan capillary transfer tube/dropper sampai garis batas.
 - e) Kemudian tuangkan darah pada canister of test strip
 - f) Baca hasil yang ditampilkan dilayar Hb meter
- 8) Pengambilan darah sampel dilakukan oleh orang yang benar-benar berkompeten dalam hal tersebut
- 9) Posisi Duduk pada saat pengukuran kadar hemoglobin
- 10) Pengambilan darah dapat diambil dari darah vena dan kapiler. Lokasi pengambilan darah vena umumnya di daerah dekat pergelangan tangan. Sedangkan lokasi pengambilan darah kapiler umumnya diambil pada ujung jari tangan yaitu telunjuk, jari tengah, dan jari manis. Perubahan posisi tubuh dapat menimbulkan perubahan kadar hemoglobin. Pada posisi duduk kadar hemoglobin lebih tinggi daripada berbaring. Pada posisi duduk terjadi peningkatan oksigen, sehingga mikrosirkulasi berdilatasi untuk meningkatkan aliran darah dan dalam keadaan aliran darah yang tinggi memungkinkan kenaikan kadar hemoglobin. Pada posisi berbaring viskositas darah mengalami penurunan dan perfusi meningkat, sehingga menyebabkan

mikrosirkulasi menurunkan aliran darah dan memungkinkan penurunan kadar hemoglobin (Istiqomah, 2008).

3. Penyusunan laporan

Tahap penyusunan laporan ini meliputi kegiatan-kegiatan sebagai berikut:

- a. Setelah data terkumpul, dapat disimpulkan pengolahan data meliputi: editing, coding, tabulating.
- b. Menyajikan data penelitian dengan menggunakan distribusi frekuensi dalam bentuk persentase dengan menggunakan SPSS

Metode Pengolahan dan Analisis Data

1. Pengolahan Data

a. Pengeditan data (data editing)

Hal ini dilakukan dengan hasil peninjauan survei yang telah selesai. Pengumpulan data mungkin mengandung kesalahan atau kekeliruan dan dapat ditinjau untuk memastikan bahwa data yang masuk diproses dengan benar untuk menghasilkan hasil yang mencerminkan masalah yang sedang disimpan.

b. Coding atau memberi tanda

Memberikan kode pada setiap data yang telah dikumpulkan untuk memperoleh data yang dimasukkan ke dalam tabel sebagai berikut :

NO	Variabel	Kode	Definisi
1	Kadar Hemoglobin	1	Normal (> 12 gr/dl)
		2	Anemia ringan (23-11,9 gr/dl)
		3	Anemia Sedang (8-10,9 gr/dl)
		4	Anemia berat (< 8 gr/dl)
2	Sari Kacang Hijau	1	Dikonsumsi
		2	Tidak dikonsumsi
3	Umur	1	Remaja awal (10-13 tahun)
		2	Remaja tengah (14-16 tahun)
		3	Remaja akhir (17-19 tahun)

c. *Skoring*

Peneliti menentukan jumlah skor. Dalam memberikan nilai atau skor pada variabel penelitian. Scoring untuk variabel pemberian sari kacang hijau terhadap perubahan kadar hemoglobin pada remaja putri.

d. *Cleaning*

Cleaning dilakukan untuk memeriksa ulang kelengkapan dan kesesuaian data yang dikumpulkan dengan data yang telah dimasukkan ke dalam program pengolahan data SPSS.

e. *Tabulating*

Dalam tahap ini akan dilakukan penataan data kemudian penyusunan data dengan membuat tabel distribusi frekuensi berdasarkan kriteria.

2. Analisa Data

Data dapat dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif dan statistik inferensial serta dibantu dengan program SPSS (Statistical Product and Service Solutions). Dalam analisis tersebut dengan dua cara yaitu analisis univariat dan bivariat

a. Analisis Univariat

Analisis Univariat adalah analisis yang dilakukan pada setiap variabel dan hasil analisis. Tujuan analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan penyajian dari masing-masing variabel. Dalam analisis univariat dimasukkan variabel karakteristik yang meliputi : umur dan pola konsumsi.

b. Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk menganalisis variabel untuk mengetahui keberadaan pengaruh. Uji yang digunakan peneliti ini adalah uji Wilcoxon karena skala data yang digunakan berupa ordinal dan nominal yang termasuk skala pengukuran kategori yang tidak perlu dilakukan uji normalitas karena termasuk dalam statistik non parametrik. Berdasarkan hasil uji Wilcoxon menunjukan bahwa adanya perbedaan atau pengaruh yang signifikan antara kadar hemoglobin responden sebelum dan sesudah mengonsumsi sari kacang hijau selama 6 hari berturut-turut

diperoleh ¹ bahwa nilai p-value = 0,000 (<0,05) untuk uji hipotesis dinyatakan H_a diterima dan H_o yang tidak diterima.

Etika Penelitian

Setiap penelitian kesehatan yang melibatkan partisipasi manusia harus mematuhi tiga standar etika utama :

1. Menghormati harkat martabat manusia (*respect for persons*)

Prinsip utama yang harus dijunjung tinggi oleh peneliti adalah menghormati harkat dan martabat manusia. Penelitian dimulai dengan memberikan informasi lengkap tentang proses, manfaat, dan tujuan penelitian kepada partisipan. Peneliti juga harus menyediakan informed consent sebagai bentuk persetujuan etis, dimana partisipan memiliki hak untuk memutuskan secara mandiri apakah mereka ingin berpartisipasi atau tidak, serta hak untuk mundur kapan saja selama penelitian berlangsung. Di samping itu peneliti menghormati harkat dan martabat manusia dan menjaga kerahasiaan partisipan. Identitas, data, dan informasi yang diperoleh dirahasiakan dan disimpan dengan aman oleh peneliti. Nama partisipan hanya disajikan dalam bentuk inisial, dan data dikodekan untuk mencegah akses oleh pihak yang tidak berwenang. Ketika hasil penelitian dipublikasikan, tidak ada identitas yang dapat mengaitkan informasi dengan subjek penelitian. Setelah penelitian selesai, informasi yang diperoleh dihapus dalam waktu dua tahun.

2. Bermanfaat (beneficence) dan tidak merugikan (*non-maleficence*)

Penelitian kesehatan yang melibatkan manusia bertujuan untuk mendapatkan hasil yang dapat diterapkan pada populasi manusia. Dalam penelitian ini, tujuan utamanya adalah mengamati apakah pemberian sari kurma selama delapan hari dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan kadar hemoglobin rendah. Dengan peningkatan kadar hemoglobin, diharapkan para remaja putri dapat menjalani aktivitas sehari-hari dengan lebih baik dan terhindar dari anemia.

3. Keadilan (*justice*)

Prinsip dasar keadilan dalam etika penelitian adalah distribusi yang adil dalam kontribusi dan manfaat yang diperoleh dari partisipasi subjek penelitian.

Dalam penelitian ini, semua responden diberi sari kacang hijau dengan jenis dan ukuran yang sama dalam kelompok perlakuan, sehingga tidak ada diskriminasi dalam jenis maupun jumlah sari kacang hijau yang diberikan.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran Umum

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli-Agustus 2024 di SMA Negeri 1 Pleret. Penelitian ini menggunakan responden dari 5 kelas yang terdiri dari kelas F1-F5. Adapun jumlah responden pada penelitian ini berjumlah 22 remaja putri dengan kondisi anemia yang akan dilakukan intervensi dan di dapatkan yang telah memenuhi kriteria inklusi penelitian dipilih menggunakan *purposive sampling*.

2. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Distribusi Karakteristik Responden Menurut Umur Responden Di SMA Negeri 1 Pleret

No	Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Umur		
	17 tahun	15	68,2
	18 tahun	5	22,7
	19 tahun	2	9,1
	Total	22	100

Sumber: Data Primer (2024)

Berdasarkan data yang terdapat dalam tabel 4.1, dapat disimpulkan bahwa umur 17 tahun terdapat 15 orang (68,2%), umur 18 tahun 5 orang (22,7%), dan umur 19 tahun 2 orang (9,1%). Kadar Hemoglobin Remaja Sebelum Diberikan Sari Kacang Hijau

Tabel 4.2 Distribusi Karakteristik Responden Menurut Kadar Hemoglobin Remaja Sebelum Diberikan Sari Kacang Hijau

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase (%)
HB Sebelum		
Anemia Ringan	16	72,7
Anemia Sedang	6	27,3
Total	22	100

Sumber: Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel 4.2 memperlihatkan sejumlah 22 remaja sebelum diberikan sari kacang hijau mengalami anemia ringan sebanyak 16 orang (72,7%) dan anemia sedang 6 orang (27,3%).

b. Kadar Hemoglobin Remaja Sesudah Diberikan Sari Kacang Hijau

Tabel 4.3 Distribusi Karakteristik Responden Menurut Kadar Hemoglobin Remaja Sesudah Diberikan Sari Kacang Hijau

Karakteristik Responen	Frekuensi	Persentase (%)
HB Sesudah		
Normal	16	72,7
Anemia Ringan	5	22,7
Anemia Sedang	1	4,6
Total	22	100

Sumber: Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel 4.3 dapat disimpulkan bahwa pada 22 remaja sesudah diberikan sari kacang hijau mengalami anemia normal sebanyak 16 orang (72,7%), yang mengalami anemia ringan sebanyak 5 orang (22,7%), dan yang mengalami anemia sedang sebanyak 1 orang (4,5%).

c. Karakteristik responden berdasarkan kadar hemoglobin dengan umur remaja

Tabel 4.4 Kadar Hemoglobin Berdasarkan Umur

Umur	Kadar hemoglobin berdasarkan umur									
	Pre-Test					Post-Test				
	Anemia Ringan		Anemia Sedang		Normal	Anemia Ringan		Anemia Sedang		Normal
N	%	N	%	N		%	N	%		
17	11	50,0	4	18,2	4	18,2	0	0	11	50,0
18	4	18,2	1	4,5	0	0	1	4,5	4	18,2
19	1	4,5	1	4,5	1	4,5	0	0	1	4,5
Jumlah	16	72,7	6	27,3	5	22,7	1	4,5	16	72,7

Sumber: Data Primer (2024)

Berdasarkan tabel 4.2 dapat disimpulkan bahwa sebelum mendapat intervensi pemberian sari kacang hijau mayoritas responden mendapatkan kriteria anemia ringan yaitu pada umur 17 tahun sebanyak 11 orang (50,0%). Kemudian setelah mendapat intervensi pemberian sari kacang hijau mayoritas responden mendapatkan kriteria normal yaitu pada umur 17 tahun sebanyak 11 orang (50,0%). Kemudian sesudah diberikan sari kacang hijau mengalami mayoritas responden

mendapatkan anemia normal yaitu pada umur 17 tahun sebanyak ⁴¹ 11 orang (50,0%), umur 18 tahun sebanyak 4 orang (18,2%), umur 19 tahun 1 orang (4,5%), totalnya sebanyak 16 orang (72,7%) yang mengalami anemia normal, yang mengalami anemia ringan pada umur 17 tahun sebanyak umur 17 tahun sebanyak 4 orang (18,2%), umur 19 tahun 1 orang (4,5%), totalnya sebanyak 5 orang (22,7%) yang mengalami anemia ringan, dan yang mengalami anemia sedang pada umur 18 tahun saja sebanyak 1 orang (4,5%), totalnya 1 orang (4,5%) yang mengalami anemia sedang.

3. Analisis Bivariat

a. Uji Normalitas

Tabel 4.5 Uji Normalitas

Uji shapiro wilk		
	Hb sebelum	Hb sesudah
Asymp.sig(2tailed)	.000	.000

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan uji normalitas data dengan uji shapiro wilk pada tabel hb sebelum 0,000 dan variabel hb sesudah 0,000 dari hasil ini menunjukkan bahwa p value <0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa kedua variabel tersebut berdistribusi tidak normal sehingga penelitian ini menggunakan uji wilcoxon.

b. Pengaruh Minuman Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin

Tabel 4.6 Analisa Pengaruh Minuman Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin

Kadar Hemoglobin	N	Mean	Std. Deviation	P value
Negative ranks	17	10,14	164,00	
Positive ranks	1	7,00	7,00	0,000
Ties	4			
Total	22			

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan ¹ bahwa adanya perbedaan atau pengaruh yang signifikan antara kadar hemoglobin responden sebelum dan sesudah mengonsumsi sari kacang hijau selama 6 hari didapat bahwa ² nilai

p value = 0,000 ($<0,05$) maka ada pengaruh pemberian sari kacang hijau selama 6 hari berturut-turut terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pleret.

B. Pembahasan

1. Karakteristik anemia SMA Negeri 1 Pleret kadar hb sebelum dilakukan intervensi (Pre-test)

Berdasarkan tabel 4.2 Menunjukkan kadar hemoglobin menunjukkan kadar hemoglobin mayoritas yaitu anemia ringan dan sedang sebanyak 17 responden (73,9%), terdapat siswi yang mengalami anemia berat sebanyak 6 yaitu (26,1%). Hal ini sesuai dengan hasil peneliti dimana salah satu faktor terjadi anemia yaitu kekurangan zat gizi besi pada tahap awal mungkin tidak menimbulkan gejala anemia tapi sudah mempengaruhi fungsi organ. Untuk memastikan apakah seseorang menderita anemia atau kekurangan gizi besi perlu pemeriksaan darah bisa didiagnosis dengan pemeriksaan kadar Hb dalam darah.

Hal ini sejalan penelitian oleh (Robert & Brown, 2019) mengatakan bahwa remaja putri sangat mudah mengalami anemia dikarenakan status gizi yang rendah serta pola makan yang tidak sehat memungkinkan terjadinya anemia. Hal ini sesuai dengan hasil peneliti karena pada remaja putri khususnya wilayah Sungai Kakap mereka lebih senang mengonsumsi makan junkfood dan frozenfood dikarenakan instan, mudah didapati, murah dan mengikuti trend sebab itu remaja putri sangat senang mengkonsumsinya daripada harus mengonsumsi sumber gizi khususnya hewani seperti, hati, daging, ikan dan unggas. Zat besi dalam pangan hewani (besi heme) mudah diserap tubuh yaitu antara 20 – 30% serta pangan nabati juga mengandung zat besi seperti sayuran hijau (bayam, singkong, kangkung) dan kelompok kacang – kacang (kacang hijau, tempe, tahu, kacang merah) zat besi non- heme (pangan nabati) yang dapat diserap oleh tubuh adalah 1-10%.

Upaya penanganan yang bisa dilakukan untuk mengatasi anemia dengan cara non farmakologi yaitu dengan mengonsumsi sari kacang hijau maka anemia pada remaja putri dapat mempengaruhi kadar hemoglobin. Sehingga untuk

menghindari masalah diatas diperlukan langkah pencegahan untuk mengatasi kadar hemoglobin yang rendah pada remaja putri. Manfaat kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin yang pada penelitian ini telah diolah menjadi sari kacang hijau.

Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa untuk meningkatkan kandungan zat besi dan mengurangi kasus anemia pada remaja putri khususnya remaja putri SMA Negeri 1 Pleret peneliti memberikan minuman sari kacang hijau sebagai asupan atau tambahan makanan melalui minuman, dikarenakan sari kacang hijau memiliki kandungan protein 24 % dalam 250 cc adalah 11 gram protein jika sehari mengkonsumsi 250 cc sudah dapat memenuhi kebutuhan protein selain itu kandungan lain pada kacang hijau seperti vitamin A, B1, B2, naicin dalam kacang hijau dapat berperan dalam mengatasi anemia (Aswir & Misbah, 2018).

2. Karakteristik anemia SMA Negeri 1 Pleret kadar hb sesudah dilakukan intervensi (Post-test)

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat bahwa Hb sesudah dilakukan pemberian sari kacang hijau yaitu yang mengalami anemia normal sebanyak 16 orang (73,9%), yang mengalami anemia ringan sebanyak 5 orang (21,7%), dan yang mengalami anemia sedang sebanyak 1 orang (4,3%).

Hal ini sesuai dengan hasil yang dilakukan peneliti peningkatan kadar setelah diberikan sari kacang hijau selama 6 hari. Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Ni Ketut Diah Wulandari yang dilakukan pada 50 responden di asrama putri di MAN 1 Kota Malang menunjukkan bahwa pemberian sari kacang hijau dilakukan selama 5 hari pada saat menstruasi mengalami anemia. Hasil penelitian ini didapatkan hasil kadar hemoglobin sebelum pemberian terendah 12,29 g/dL dan tertinggi 13,57 g/dL sedangkan kadar hemoglobin sesudah pemberian terendah 12,7 g/dL dan tertinggi 13,81 g/dL. Didapatkan hasil $p=0,000$ artinya terdapat pengaruh pemberian sari kacang hijau (*Vigna radiata* L.).

Kacang hijau merupakan tanaman yang mulai dikenal dan masuk ke Indonesia pada awal abad ke 1 – 17 dan mulai menyebar kesetiap daerah. Kacang hijau juga memiliki jenis nama – nama yang berbeda disetiap daerah nya seperti

retek hijo (aceh), kacang ijo (jawa), kacang wilis (bali), sedangkan nama asing atau inggris yaitu mung belan (Mahestina, 2021). Kacang hijau memiliki banyak kandungan gizi sehingga sangat bermanfaat bagi setiap orang yang mengkonsumsi. Kacang hijau bermanfaat bagi kesehatan karena mengandung zat – zat gizi seperti protein, lemak, zat besi, kalsium dan lain-lain. Kandungan gizi yang terdapat dalam kacang hijau per 100 gram.

Kacang hijau merupakan kacang – kacangan yang tinggi akan zat besi. Zat besi juga merupakan komponen utama dalam pembentukan hemoglobin. Kacang hijau mengandung kandungan zat besi yang tinggi karena mengandung unsur mineral seperti fosfor, kalium, dan kalsium. Setelah kacang hijau dicerna maka kandungan unsur mineral akan ditransportasi ke usus halus (duodenum) yang akan diabsorpsi atau penyerapan oleh asam arkobat pada lambung yang terdapat kandungan vitamin C yang pada kacang hijau sebanyak 6 mg yang berperan penting memperkuat sistem pencernaan terutama untuk membantu mempercepat metabolisme zat besi yang akan meningkatkan kadar hemoglobin yang disalurkan dalam darah.

Menurut pendapat peneliti berdasarkan hasil penelitian didapatkan kadar hemoglobin pada remaja berbeda-beda hal ini disebabkan oleh pola kehidupan yang kurang sehat selama memenuhi nutrisi yang mereka konsumsi dalam sehari-hari.

3. Pengaruh pemberian minuman sari kacang hijau (*Vigna Radiata*) terhadap kejadian anemia pada remaja di SMA Negeri 1 Pleret

Dari hasil penelitian menunjukan bahwa adanya perbedaan atau pengaruh yang signifikan antara kadar hemoglobin responden sebelum dan sesudah mengkonsumsi minuman sari kacang hijau selama 6 hari didapatkan nilai p value = 0,00 ($<0,05$) maka ada pengaruh pemberian sari kacang hijau selama 6 hari terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pleret. Dapat disimpulkan terdapat peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan sari kacang selama 6 hari berturut – turut.

Kacang hijau mampu meningkatkan kadar hemoglobin dalam tubuh remaja dimana kandungan gizi dari kacang hijau sangat lengkap, sehingga remaja yang

tadinya kadar hemoglobin rendah menjadi meningkat ⁸ dimana dapat kita lihat dalam perbedaan rata rata kadar helmoglobin sebelum dan sesudah kita berikan intervensi sari kacang hijau. Sari kacang hijau merupakan salah satu bahan makanan yang mengandung zat – zat yang diperlukan untuk pembentukan sel darah dan mencegah anemia, karena kandungan dalam kacang hijau sangat lengkap sehingga dapat membantu proses hemopoesis (proses pembentukan sel – sel darah, eritrosit, leukosit dan trombosit) (Mariyona, 2019).

Kacang hijau juga dianggap sebagai sumber bahan makanan padat gizi. Tidak hanya zat besi tetapi kandungan asam amino biji kacang hijau cukup lengkap yang terdiri dari asam amino esensial dan juga asam amino non esensial juga kandungan protein, karbohidrat, dan lemak pada kacang hijau mendukung proses sintesi hemoglobin (Anastasia Sitepu & Hutabarat, 2018).

Sejalan dengan penelitian Akib dan Sumarmi (2017) bahwa asupan protein hewani dan enhancer seperti buah buahan yang mengandung vit C, berhubungan dengan status anemia pada remaja putri. Remaja putri yang tidak makan makanan bergizi dan sering mengkonsumsi jajanan tidak sehat akan lebih beresiko terkena anemia. Didalam tubuh manusia zat besi berperan sebagai katalisator proses pembentukan hemoglobin, jika seorang remaja kurang mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi dapat menyebabkan defisiensi zat besi. Banyak dari remaja yang asupan gizinya tidak tepat dan mengkonsumsi makanan yang tidak bernutrisi dan makan tidak teratur karena melakukan aktivitas yang padat sering menyebabkan terjadi gangguan pada pencernaan, sehingga proses absorpsi zat besi didalam tubuh jadi terganggu. (Maulina et al., 2022).

Untuk menghindari terjadinya defisiensi zat besi, pemerintah telah melakukan upaya preventif yaitu melalui program suplementasi besi yang diberikan secara gratis. Faktor risiko lain adalah seringnya meminum teh maupun kopi pada saat setelah makan. Hal ini sejalan dengan penelitian Listiana (2016) sebelumnya yang mengatakan idealnya minum teh adalah satu jam sebelum ataupun sesudah makan karena teh dapat menghambat proses absorpsi zat besi sebesar 64%, ini terjadi karena di dalam teh mengandung tanin dimana tanin bersifat mengikat mineral. Sedangkan kopi dapat menghambat proses

absorpsi zat besi sebesar 39%. Oleh sebab itu pentingya remaja untuk mengetahui hal itu melalui tenaga kesehatan.

Hal ini sejalan dengan peneliti menunjukkan bahwa sebanyak 16 responden mengalami peningkatan kadar hemoglobin menjadi tidak anemia dan sebanyak 5 responden dalam kategori anemia ringan dan 1 responden mengalami anemia sedang. Salah satu jenis makanan yang bisa mencegah defisiensi zat besi adalah kacang hijau. Pada kacang hijau mengandung zat-zat yang diperlukan untuk pembentukan sel darah sehingga dapat mengatasi kekurangan zat besi dalam darah. Kacang hijau merupakan sumber zat besi, vitamin A, juga kaya antioksidan.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Zaimy & dkk, 2021) sebelum diberikan sari kacang hijau adalah 10,8 gr/dl dan mengalami kenaikan sesudah diberikan sari kacang hijau menjadi 12,15 gr/dl. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian sari kacang hijau (*Vigna radiata*) terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri di asrama putri Stikes Syedza Sainika tahun 2018 (p value = 0,000).

C. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini, terdapat beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan, salah satunya terkait dengan penggunaan tingkat kepercayaan yang terlalu tinggi yaitu sebesar 20%. Penggunaan tingkat kepercayaan yang berlebihan dapat mempengaruhi akurasi hasil penelitian. Meskipun tingkat kepercayaan yang tinggi umumnya diinginkan untuk meningkatkan validitas data, dalam kasus tertentu, hal ini dapat menyebabkan penyempitan rentang hasil yang dapat diterima, sehingga hasil penelitian berpotensi tidak merefleksikan keadaan sebenarnya.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang berjudul "Pengaruh Pemberian Minuman Sari Kacang Hijau (*Vigna Radiata*) Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Pleret" disimpulkan bahwa:

1. Diketahui kadar hemoglobin remaja putri di SMA Negeri 1 Pleret sebelum dilakukan intervensi sebanyak 16 responden (72,7%) mengalami anemia ringan, 6 responden (27,3%) mengalami anemia sedang.
2. Diketahui kadar hemoglobin remaja putri di SMA Negeri 1 Pleret setelah dilakukan intervensi sebanyak 16 responden (72,7 %) memiliki kadar hemoglobin normal, 5 responden (21,7%) mengalami anemia ringan dan 1 responden (4,3%) mengalami anemia sedang.
3. Diketahui menganalisis pengaruh kadar hemoglobin (Hb) darah setelah pemberian sari kacang hijau (*Vigna Radiata*) pada remaja dengan anemia di SMA Negeri 1 Pleret disimpulkan adanya perbedaan sebelum dan sesudah mengkonsumsi sari kacang hijau selama 6 hari berturut-turut didapatkan bahwa nilai p value = 0,00 (<0,05).

B. Saran

1. Bagi insitisi Pendidikan di SMA Negeri 1 Pleret

Sebagai bahan untuk memberikan masukan yang berguna sebagai bahan pembelajaran dan menambah pengetahuan dari hasil penelitian sebagai refensi ilmu dalam penanganan dan pencegahan anemia dengan cara meminum sari kacang untuk peningkatan hemoglobin.

2. Bagi Responden

Responden ini dapat mengaplikasikan sebagai pencegahan dan penanganan dengan cara meminum sari kacang serta dapat menambah pengetahuan dan wawasan tentang anemia untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

3. Bagi pihak sekolah

Sebagai masukan untuk pihak sekolah dalam menangani anemia pada remaja putri dengan cara minum sari kacang untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pleret. Diharapkan dapat memberikan pendidikan gizi kepada remaja putri secara rutin dan melakukan pemeriksaan hemoglobin pada remaja putri secara berkala.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN SARI KACANG HIJAU (VIGNA RADIATA) TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA DI SMA NEGERI 1 PLERET

ORIGINALITY REPORT

21 %
SIMILARITY INDEX

19 %
INTERNET SOURCES

11 %
PUBLICATIONS

5 %
STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.unjaya.ac.id Internet Source	3 %
2	ejurnal.politeknikpratama.ac.id Internet Source	3 %
3	123dok.com Internet Source	2 %
4	repository.ub.ac.id Internet Source	2 %
5	journal.aisyahuniversity.ac.id Internet Source	1 %
6	Submitted to Konsorsium Perguruan Tinggi Swasta Indonesia II Student Paper	1 %
7	repository.itspku.ac.id Internet Source	1 %
8	Kartika Mariyona. "PENGARUH PEMBERIAN JUS KACANG HIJAU (PHASEOLUS RADIATUS L)	1 %

TERHADAP PENINGKATAN KADAR
HEMOGLOBIN SERUM PADA PENDERITA
ANEMIA REMAJA PUTRI", Human Care
Journal, 2020

Publication

9	repository.poltekkesbengkulu.ac.id Internet Source	1 %
10	Submitted to Badan PPSDM Kesehatan Kementerian Kesehatan Student Paper	<1 %
11	docobook.com Internet Source	<1 %
12	journal.universitaspahlawan.ac.id Internet Source	<1 %
13	digilib.unisayogya.ac.id Internet Source	<1 %
14	ojs.stikeskeluargabunda.ac.id Internet Source	<1 %
15	docplayer.info Internet Source	<1 %
16	Ratna Dewi Finasari, Alifiyanti Muharramah, Aftulesi Nurhayati, Ikhwan Amirudin. "Hubungan Asupan Zat Besi dan Zink dengan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Bumiratu Tahun 2022", Jurnal Gizi Aisyah, 2023	<1 %

17

jurnal.stikeskesdam4dip.ac.id

Internet Source

<1 %

18

repository.poltekkes-denpasar.ac.id

Internet Source

<1 %

19

etheses.iainponorogo.ac.id

Internet Source

<1 %

20

ojs.poltekkes-medan.ac.id

Internet Source

<1 %

21

Afi Lutfiyati, Khristin Dias Utami, Dwi Susanti. "Pemeriksaan Hemoglobin sebagai Evaluasi Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Di SMA N 1 Godean Sleman Yogyakarta", Journal of Innovation in Community Empowerment, 2022

Publication

<1 %

22

garuda.kemdikbud.go.id

Internet Source

<1 %

23

Elvia Yulika Safitri. "PENGARUH PEMBERIAN SARI KACANG HIJAU TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN (Hb) PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 GEDONG TATAAN KABUPATEN PESAWARAN TAHUN 2022", Jurnal Maternitas Aisyah (JAMAN AISYAH), 2023

Publication

<1 %

24 Siti Masyitoh Fitriani, Sarni Anggoro. "Edukasi Anemia Pengetahuan dan Pola Makan dengan Resiko Anemia pada Remaja Di SMA Islam Darussalam Kotagede", AGROTECH : JURNAL ILMIAH TEKNOLOGI PERTANIAN, 2024
Publication <1 %

25 ml.scribd.com
Internet Source <1 %

26 multidisipliner.org
Internet Source <1 %

27 repo.stikesicme-jbg.ac.id
Internet Source <1 %

28 Yuni Siska, Masluroh Masluroh. "Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMAN 6 Bogor di Bogor", Malahayati Nursing Journal, 2024
Publication <1 %

29 digilibadmin.unismuh.ac.id
Internet Source <1 %

30 jurnalmahasiswa.stiesia.ac.id
Internet Source <1 %

31 Fera Novalina, Devi Kurniasari. "INOVASI "CEMILAN HIJAU (CEGAH ANEMIA IBU HAMIL DENGAN SARI KACANG HIJAU)" DI DESA SUMUR JAYA KECAMATAN PESISIR SELATAN <1 %

KABUPATEN PESISIR BARAT TAHUN 2023",
Jurnal Perak Malahayati: Pengabdian Kepada
Masyarakat, 2023

Publication

32	www.hbshop.co.id Internet Source	<1 %
33	www.slideshare.net Internet Source	<1 %
34	Riyanti Riyanti, Legawati Legawati. "PENDAMPINGAN KONSELOR SEBAYA DALAM PENCEGAHAN ANEMIA REMAJA PUTRI", PengabdianMu: Jurnal Ilmiah Pengabdian kepada Masyarakat, 2018 Publication	<1 %
35	jcs.greenpublisher.id Internet Source	<1 %
36	journal.polita.ac.id Internet Source	<1 %
37	repository.binausadabali.ac.id Internet Source	<1 %
38	repository.ikipgribojonegoro.ac.id Internet Source	<1 %
39	repository.uml.ac.id Internet Source	<1 %
40	www.repository.poltekkes-kdi.ac.id Internet Source	<1 %

41

Renni Hidayati Zein, Siti Muawanah, Ismaningsih Ismaningsih. "FISIOTERAPI PADA POST PARTUM DENGAN PILATES EXERCISE UNTUK MENINGKATKAN FLEKSIBILITAS LUMBAL", JURNAL PROFESIONAL FISIOTERAPI, 2023

Publication

<1 %

42

Dewita Dewita, Henniwati Henniwati. "JUS BIT MERAH (Beta vulgaris L.) BERMANFAAT MENINGKATKAN KADAR HEMOGLOBIN IBU HAMIL DENGAN ANEMIA", Jurnal Kebidanan Malahayati, 2020

Publication

<1 %

43

Retno Widowati, Rini Kundaryanti, Puput Puji Lestari. "Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil", JURNAL AL-AZHAR INDONESIA SERI SAINS DAN TEKNOLOGI, 2019

Publication

<1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches Off

Exclude bibliography Off