

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di salah satu pondok pesantren yang berada di Kecamatan Air Itam, Kota Pangkal Pinang, yang bernama Pondok Pesantren Hidayatussalikin. Pondok Pesantren Hidayatussalikin merupakan salah satu pondok pesantren yang cukup terkenal di daerah tersebut, Pondok Pesantren ini dibangun pada tahun 1973. Pondok Pesantren ini dibagi menjadi dua bagian yaitu kawasan putri dan kawasan putra. Pondok Bagian putri Pondok Pesantren Hidayatussalikin luasnya 3,5 hektar. pada Kawasan putri memiliki luas 6,5 Ha. Adapun batas wilayah pada Pondok Pesantren Hidayatussalikin yaitu pada bagian timur berbatasan dengan Kecamatan Pangkalan Baru, pada bagian selatan berbatasan dengan Kecamatan Taman Sari, pada bagian barat berbatasan dengan Kecamatan Taman Sari, dan pada bagian utara berbatasan dengan Pantai Pasir Padi.

Pondok Pesantren Hidayatussalikin pada kawasan putri Memiliki 6 kelas yaitu kelas X(a dan b), kelas XI (a dan b), serta kelas XII (a dan b) dengan total 238 orang. Pondok ini memiliki asrama pada bagian sebelah kanan yang dibangun menyerupai rumah dengan tipe 36 yang dihuni oleh santriwati serta guru sebanyak 20 orang. Untuk kurikulum di Pondok Pesantren Hidayatussalikin menerapkan kurikulum KMI dan kitab kuning dengan Irb Jawa (Utawi Iku) serta melatih skill para santri untuk berdialog menggunakan Bahasa Arab dan Bahasa Inggris.

B. Hasil

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Pada penelitian ini jumlah responden yang berpartisipasi sebanyak 30 responden. Karakteristik dalam penelitian ini yaitu usia dan kelas. Gambaran karakteristik- karakteristik responden terdapat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.1 Karakteristik Berdasarkan Responden

Karakteristik	Responden	
	N	%
Usia		
14-17 tahun	28	93.3
18-20 tahun	2	6.7
Total	30	100.0
Kelas		
XIA	17	56.7
XIB	13	43.3
Total	30	100.0

Sumber: Data Primer (2023).

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa pada karakteristik usia responden berusia 14-17 tahun yaitu 28 responden (93.3%) dan berusia 18-20 tahun 2 responden (6.7%). Pada karakteristik kelas menunjukkan bahwa responden dikelas XIA berjumlah 17 responden (56.7%) dan kelas XIB berjumlah 13 responden (43.3%).

2. Analisis Bivariat

a. Kadar Hemoglobin Remaja Putri

Tabel 4.2 Analisis Kadar Hemoglobin Pada Responden

Kadar Hb	Pretest		Posttest	
	N	%	N	%
Tidak Anemia	0	0	27	90.0
Ringan	27	90.0	3	10.0
Sedang	3	10.0	0	0
Berat	0	0	0	0
Total	30	100.0	30	100.0

Sumber: Data Primer (2023)

Tabel 4.2 menunjukkan bahwa kadar hemoglobin pada responden sebelum diberikan sari kacang hijau dalam kategori anemia ringan (11,00-11,9 gr/dl) sebanyak 27 responden (90.0%) dan anemia sedang (8,00-10,9 gr/dl) 3 responden (10.0%). Sedangkan kadar

hemoglobin setelah pemberian sari kacang hijau dalam kategori tidak anemia ($>12,00$ gr/dl) sebanyak 27 responden (90.0%) dan anemia ringan (11,00-11,9 gr/dl) 3 responden (10.0%).

b. Analisis Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri

Hasil uji hipotesis dengan menggunakan uji wilcoxon terhadap kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian sari kacang hijau selama 7 hari. Terdapat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.3 Analisis Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Responden

Kadar Hemoglobin	N	Mean	Std.deviation	p-value
Pre-test (sebelum)	30	11.463	3882	
Post-test (sesudah)	30	12.290	4046	.000

Sumber: *Uji Wilcoxon.*

Berdasarkan tabel 4.3 menunjukkan bahwa hasil peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan sari kacang hijau selama 7 hari berturut-turut memiliki nilai mean rank 12.290. hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan selisih rata-rata peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan sari kacang hijau dengan nilai p-value nya 000. Maka pemberian sari kacang hijau selama 7 hari terdapat pengaruh.

C. Pembahasan Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden

a. karakteristik Berdasarkan Responden

Pada penelitian ini jumlah responden yang berpartisipasi sebanyak 30 responden. Pada 30 responden didapatkan responden berusia 14-17 tahun 28 responden dan berusia 18-20 tahun 2 responden. 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 dimana remaja berada pada masa pranikah untuk mencegah anemia pada kehamilan.

Berdasarkan data Unicef tahun 2020, sekitar 22,7% remaja di Indonesia usia 14-18 tahun mengalami anemia dimana mereka tidak memiliki darah merah yang baik untuk membawa oksigen keseluruhan tubuh. Remaja dengan anemia mungkin menjadi ibu dengan anemia. Ibu dengan anemia akan memiliki resiko kehamilan yang tinggi, BBLR, perdarahan pascapartum, lahir mati dan mungkin akan mengalami malnutrisi (Unicef, 2020).

Anemia merupakan suatu kondisi tubuh dimana jumlah dan ukuran sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) lebih rendah dari normal. Anemia dapat terjadi pada anak perempuan karena mereka datang bulan, untuk menghindari hal tersebut sari kacang hijau dapat dijadikan alternatif bagi anak perempuan, dengan mengkonsumsinya secara teratur dapat meningkatkan kadar hemoglobin wanita remaja. (Carolin et al., 2021).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh safitri et al (2022) tentang “Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sari kacang hijau dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan rata-rata peningkatan jumlah hemoglobin (Hb), 3,36 gr/dl. 3,3667 merupakan selisih kadar Hb yang diukur sebelum dan sesudah pemberian jus kacang hijau.

Pada penelitian ini peneliti memberikan sari kacang hijau pada responden selama 7 hari berturut-turut dikonsumsi pagi hari. Pada pemberian sari kacang hijau bisa meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan rata-rata kenaikan kadar hemoglobinnya yaitu 0,843%.

2. Analisis Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Hidayatussalikin Sebelum Dan Sesudah Pemberian Sari Kacang Hijau Pada Responden.

a. Sebelum (*Pre-test*) pemberian sari kacang hijau

Hasil penelitian kadar hemoglobin sebelum pemberian sari kacang hijau menunjukkan bahwa seluruh responden memiliki kadar hemoglobin dalam kategori anemia ringan (11,00-11,9 gr/dl) sebanyak 27 responden (90.0%) dan anemia sedang (8,00-10,9 gr/dl) 3 responden (10.0%).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh safitri (2022) tentang “Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum mengonsumsi jus kacang hijau, rata-rata kadar hemoglobin remaja putri adalah 10,67 gram per desiliter. Rata-rata kadar Hb adalah 14,04 gr/dl pada pembacaan yang diambil setelah pemberian jus kacang hijau. Akibatnya kadar hemoglobin (Hb) meningkat, tepatnya 3,36 gr/dl. 3,3667 merupakan selisih kadar Hb yang diukur sebelum dan sesudah pemberian sari kacang hijau. Maka pemberian sari kacang hijau ada pengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia.

Anemia menurut Yunita et al (2022) merupakan suatu kondisi tubuh dimana jumlah dan ukuran sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) lebih rendah dari normal. Hal ini dapat menyebabkan masalah Kesehatan karena sel darah merah mengandung hemoglobin yang membawa oksigen ke jaringan tubuh berkurang, tubuh kekurangan pasokan oksigen yang dapat menyebabkan tubuh lemas dan cepat lelah.

Ada beberapa faktor yang berkontribusi terhadap prevalensi anemia pada remaja antara lain zat besi dan zat gizi lainnya (seperti vitamin A, vitamin C, asam folat, riboflavin, dan vitamin B12),

Asupan zat besi yang tidak tepat, seperti penggunaan zat besi dan zat lain yang menghambat penyerapan zat besi. Faktor utama penyebab anemia adalah

asupan zat besi yang kurang. Sekitar dua per tiga zat besi dalam tubuh terdapat dalam sel darah merah hemoglobin. Menurut (Harahap, 2018).

Penelitian ini menunjukan bahwa rata-rata kadar Hb remaja putri sebelum diberikan sari kacang hijau mengalami anemia. Karena Asupan zat besi yang tidak tepat, seperti penggunaan zat besi dan zat lain yang menghambat penyerapan zat besi.

b. Setelah (*Post-test*) pemberian sari kacang hijau

Hasil penelitian kadar hemoglobin setelah pemberian sari kacang hijau dalam kategori tidak anemia ($>12,00$ gr/dl) sebanyak 27 responden (90.0%) dan anemia ringan (11,00-11,9 gr/dl) 3 responden (10.0%). Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan selisih rata-rata peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan sari kacang hijau dengan p-value nya .000. Maka pemberian sari kacang hijau selama 7 hari berturut-turut terdapat pengaruh, yang mana bahwa Remaja perempuan yang menderita anemia dapat meningkatkan kadar hemoglobinnya dengan memberi mereka jus kacang hijau.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fachrian Putri (2019) tentang “ Efektivitas Minuman Kacang Hijau terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri”. Hasil menunjukkan bahwa pemberian sari kacang hijau secara rutin memiliki efek positif terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri yang menderita anemia. Hal ini didukung oleh alasan bahwa sari kacang hijau 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 yang sering dialami adalah nafsu makan berkurang, sulit berkonsentrasi, pusing, ngantuk, dan mata berkunang-kunang, lebih dikenal yaitu gejala 5L (lemas, letih, lunglai,

lesu, lemah). Anemia pada remaja putri mengganggu kemampuan mereka untuk fokus saat belajar dan gangguan pertumbuhan sehingga tinggi dan berat badan tidak mencapai standar (Utami et al., 2021).

Penelitian telah menunjukkan bahwa kadar Hb wanita muda meningkat setelah mengonsumsi jus kacang hijau selama tujuh hari. Hal ini karena vitamin C membantu penyerapan zat besi dari kacang hijau oleh tubuh, dan semua responden melaporkan kadar Hb yang lebih tinggi setelah konsumsi kacang hijau.

3. Analisis Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Pada Remaja Putri

Hasil peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan sari kacang hijau selama 7 hari berturut-turut memiliki nilai mean rank 12.290. Hasil tersebut menunjukkan adanya perbedaan selisih rata-rata peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan sari kacang hijau dengan nilai p-value nya .000. Maka pemberian sari kacang hijau selama 7 hari terdapat pengaruh.

Memberikan jus kacang hijau kepada wanita muda penderita anemia menawarkan keuntungan dalam meningkatkan kadar hemoglobin mereka. Masalah ini karena kacang hijau memiliki kandungan gizi yang lengkap seperti kalsium, zat besi, kalium, fosfor, folat, vitamin B, vitamin A, vitamin C, magnesium, karbohidrat dan beragam nutrisi lainnya. Kandungan vitamin C dan A yang terkandung dalam kacang hijau juga dapat membantu proses penyerapan zat besi dalam tubuh. Vitamin C juga dapat membebaskan Fe dengan menghambat proses pembentukan hemosiderin yang sukar dimobilisasi. Protein, karbohidrat, dan lemak yang terdapat di dalam kacang hijau berperan pada proses sintesis hemoglobin. Selain itu kacang hijau juga mengandung vitamin A yang dapat membantu mencegah defisiensi dari zat besi. Semua kandungan nutrisi ini bekerja sama untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia. (Nurita Maulina, 2022). Selain itu, sari kacang hijau juga dapat berperan dalam pembentukan sel darah merah dan mencegah anemia karena kandungan fitokimia dalam kacang hijau sangat lengkap sehingga dapat membantu proses hematopoiesis. Kacang

hijau juga memiliki kandungan vitamin dan mineral. Mineral seperti kalsium, fosfor, besi, natrium dan kalium banyak terdapat pada kacang hijau dan memberikan beragam manfaat bagi Kesehatan dan meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri (Carolin et al., 2021).

Hal tersebut sejalan dengan “Pengaruh Pemberian Jus Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Penderita Anemia” merupakan penelitian yang dilakukan pada tahun 2020 oleh Kartika Mariyona. Penelitian ini menunjukkan hubungan yang positif antara pemberian sari kacang hijau dan peningkatan kadar hemoglobin. Hal ini dikarenakan sari kacang hijau merupakan salah satu bahan makanan yang mengandung zat-zat yang diperlukan untuk pembentukan sel darah dan mencegah anemia. Karena kandungan Kacang hijau mengandung vitamin C dan A yang dapat membantu penyerapan zat besi dalam tubuh. Vitamin C juga dapat membebaskan Fe dengan menghambat proses pembentukan hemosiderin yang sukar dimobilisasi. Protein, karbohidrat, dan lemak yang terdapat di dalam kacang hijau berperan pada proses sintesis hemoglobin. Selain itu Kacang hijau juga mengandung vitamin A yang dapat membantu mencegah defisiensi dari zat besi.

C. Keterbatasan Penelitian

Berdasarkan pada pengalaman langsung penelitian 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. Proses pembuatan sari kacang hijau yang membutuhkan beberapa kali pembuatan dan dilakukan setiap hari selama 7 hari.