

## PEMBERIAN JUS BUAH NAGA TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA DI SMAN 2 KOTA JAMBI

Robiatul Azizah<sup>1</sup>, Elvika Fit Ari Shanti<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jendral Achmad Yani  
Yogyakarta

<sup>2</sup>Dosen Prodi Kebidanan S-1 Universitas Jendral Achmad Yani  
Yogyakarta

### INTISARI

**Latar Belakang :** Anemia adalah kondisi yang umum di kalangan remaja, terutama di negara berkembang. Salah satu cara potensial untuk mengatasi anemia adalah dengan meningkatkan asupan zat besi dan vitamin C. Jus buah naga (*Hylocereus polyrhizus*) kaya akan kedua nutrisi ini, yang dapat berkontribusi pada peningkatan kadar hemoglobin. Pentingnya dilakukan penelitian tentang pengaruh pemberian jus buah naga terhadap kadar hemoglobin ini agar dapat membantu menurunkan angka anemia pada remaja dengan mengonsumsi jus buah naga.

**Tujuan Penelitian :** Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas pemberian jus buah naga dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada siswa SMA 2 Kota Jambi.

**Metode :** Desain penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian yang bersifat quasi eskperiment dengan rancangan *one group pre-test and post-test* dengan sampel sebanyak 21 siswi. . Subjek penelitian secara *purposive sampling*.

**Hasil :** Hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian jus buah naga. Rata-rata kadar hemoglobin meningkat dari 14,576 g/dL sebelum intervensi menjadi 16,048 g/dL setelah intervensi, dengan nilai signifikansi  $p < 0,05$ .

**Kesimpulan :** Terdapat Peningkatan signifikan pada kadar hemoglobin sebelum dan sesudah intervensi. Jus buah naga, yang kaya akan zat besi dan vitamin C, dapat menjadi solusi alternatif untuk mengatasi anemia, terutama di kalangan remaja.

**Kata Kunci :** Jus buah naga, Hemoglobin, Anemia Remaja

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

## **THE EFFECT OF DRAGON FRUIT JUICE ON HEMOGLOBIN LEVELS AMONG ADOLESCENTS AT SMAN 2 KOTA JAMBI**

Robiatul Azizah<sup>1</sup>, Elvika Fit Ari Shanti<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Student of Faculty of Health, Jenderal Achmad Yani University,  
Yogyakarta

<sup>2</sup> Lecturer in Midwifery Study Program, Jendral Achmad Yani University,  
Yogyakarta

### **ABSTRACT**

**Background:** Anemia is a common condition among adolescents, particularly in developing countries. One potential approach to combating anemia is by increasing iron and vitamin C intake. Dragon fruit juice (*Hylocereus polyrhizus*) is rich in these two nutrients, which may contribute to the increase in hemoglobin levels. The importance of conducting research on the effect of dragon fruit juice on hemoglobin levels lies in its potential to help reduce anemia rates among adolescents by consuming dragon fruit juice.

**Research Objectives:** This study aims to evaluate the effectiveness of dragon fruit juice in increasing hemoglobin levels among students at SMA 2 Kota Jambi.

**Method:** This research used a quantitative approach with a quasi-experimental design, employing a one-group pre-test and post-test design with a sample of 21 female students. The research subjects were selected through purposive sampling.

**Result:** The results of the Paired Sample T-Test showed a significant difference in hemoglobin levels before and after the administration of dragon fruit juice. The average hemoglobin level increased from 14.576 g/dL before the intervention to 16.048 g/dL after the intervention, with a significance value of  $p < 0.05$ .

**Conclusion:** There was a significant increase in hemoglobin levels before and after the intervention. Dragon fruit juice, which is rich in iron and vitamin C, can be an alternative solution for combating anemia, especially among adolescents.

**Keyword:** Dragon fruit juice, Hemoglobin, Adolescent Anemia

---

<sup>1</sup> Student, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Lecturer, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta