

PENGARUH PEMBERIAN SARI KACANG HIJAU DENGAN JUS JAMBU BIJI TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI PENDERITA ANEMIA DI SMK NEGERI 9 KOTA TANGERANG

Cindyna Putri Novreza

Abstrak

Anemia terjadi ketika jumlah sel darah merah atau kadar hemoglobin berada di bawah nilai standar. Kacang hijau dapat membantu produksi sel darah merah dan mengatasi kekurangan hemoglobin. Jambu biji merupakan buah dengan kandungan vitamin C tertinggi, yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi hingga 30%. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian sari kacang hijau dengan jus jambu biji terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri penderita anemia di SMK Negeri 9 Kota Tangerang. Penelitian ini menggunakan desain studi *quasi experimental* dengan *two group pretest-posttest control group design*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 36 remaja putri, yang dibagi menjadi kelompok kontrol dan enhancer. Kedua kelompok diberikan 250 ml sari kacang hijau, sementara kelompok intervensi juga diberikan 150 ml jus jambu biji selama 7 hari. Analisis data melalui analisis bivariat menggunakan uji *Paired T-test* dan *Wilcoxon*. Hasil analisis menunjukkan terdapat perbedaan signifikan antara kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol ($p=0,000$) dan kelompok enhancer ($p=0,000$). Pemberian sari kacang hijau dengan jus jambu biji dan tanpa jus jambu biji dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri penderita anemia di SMK Negeri 9 Kota Tangerang.

Kata Kunci : Anemia, Hemoglobin, Sari Kacang Hijau, Jus Jambu Biji

THE EFFECT OF GIVING MUNG BEANS EXTRACT WITH GUAVA JUICE ON INCREASING HEMOGLOBIN LEVELS IN ADOLESCENT GIRLS WITH ANEMIA AT SMK NEGERI 9 KOTA TANGERANG

Cindyna Putri Novreza

Abstract

Anemia occurs when the number of red blood cells or hemoglobin level is below the standard value. Mung beans help produce red blood cells and address hemoglobin deficiency. Guava is a fruit with the highest vitamin C, which can increase iron absorption up to 30%. This study aims to determine the effect of giving mung beans extract with guava juice on increasing hemoglobin levels in anemic adolescent girls at SMK Negeri 9 Kota Tangerang. The study uses a quasi-experimental design with a two-group pretest-posttest control group design. The sampling technique is purposive sampling, with a total of 36 adolescent girls divided into control and enhancer groups. Both groups were given 250 ml of mung bean extract, while the intervention group also received 150 ml of guava juice for 7 days. Data analysis was conducted using bivariate analysis with the Paired T-test and Wilcoxon test. The results showed a significant difference in hemoglobin levels before and after in the control group ($p=0.000$) and in the enhancer group ($p=0.000$). The administration of mung beans extract with guava juice and without guava juice can increase hemoglobin levels in female adolescents with anemia at SMK Negeri 9 Kota Tangerang.

Keywords : Anemia, Hemoglobin, Guava Juice, Mung Beans Extract