

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES RIAU
PROGRAM STUDI D-IV KEBIDANAN**

**SKRIPSI, APRIL 2022
IRA MARLINA PUTRI**

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN SARI KACANG HIJAU DAN
SARI KURMA TERHADAP KADAR HB REMAJA PUTRI DI SMPN 03
KOTA PEKANBARU**

viii + 63 Halaman + 11 Tabel + 2 Bagan + 3 Gambar +10 Lampiran

ABSTRAK

Kondisi kekurangan zat besi dalam darah atau defisiensi zat besi dapat memicu terjadinya anemia pada remaja. Diperkirakan 18,4% remaja di Indonesia mengalami anemia. Sari kacang hijau dan sari kurma mengandung zat besi, protein, vitamin B1,B2, serat dan vitamin C serta zat gizi lainnya yang bermanfaat untuk remaja dalam membantu meningkatkan kadar hemoglobin. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan rata-rata kadar Hb remaja putri antara pemberian sari kacang hijau dan sari kurma. Jenis penelitian yang digunakan adalah *Quasy Eksperiment* dengan desain *Two Grop Pretest And Posttest*. Penelitian ini dilakukan dari Januari s/d April 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah semua remaja putri di SMPN 03 Kota Pekanbaru. Sampel pada penelitian ini adalah remaja putri anemia yang diambil dengan menggunakan teknik *Purposive Sampling* berjumlah 20 orang. Metode pengumpulan data dengan metode observasi. Hasil penelitian didapatkan remaja putri yang diberikan sari kacang hijau memiliki rata-rata kenaikan kadar hemoglobin sebesar 0,510gr/dl (SD=0.1912) dan sari kurma memiliki rata-rata kenaikan kadar hemoglobin sebesar 0,370gr/dl (SD=0.1494). Hasil uji statistik menggunakan t-independent dengan derajat kepercayaan 95%, (*p-value* 0,085) artinya Tidak ada perbedaan rata-rata peningkatan kadar Hb antara pemberian sari kacang hijau dengan sari kurma. Kesimpulan penelitian adalah sari kacang hijau lebih efektif meningkatkan kadar Hb dibandingkan sari kurma. Disarankan bagi pihak sekolah berkoordinasi dengan puskesmas membuat program makanan selingan untuk siswa yaitu minuman sari kacang hijau sebagai selingan sehat dalam diet sehari-hari untuk meningkatkan dan mempertahankan kadar Hb yang normal.

Kata Kunci : Kadar Hemoglobin, Sari Kacang Hijau, Sari Kurma, Remaja Putri



**MINISTRY OF HEALTH OF THE REPUBLIC OF INDONESIA
HEALTH POLYTECHNIC MINISTRY OF HEALTH RIAU
D-IV MIDWIFERY STUDY PROGRAM**

THESIS, APRIL 2022

IRA MARLINA PUTRI

**THE EFFECTIVENESS OF GIVING GREEN BEANS AND
DATES EXTRACT ON HB LEVELS OF ADOLESCENT WOMEN IN
SMPN 03 CITY OF PEKANBARU**

viii + 63 Pages + 11 Tables + 2 Charts + 3 Figures +10 Appendices

ABSTRACT

Conditions of iron deficiency in the blood can trigger anemia in adolescents. It is estimated that 18.4% of adolescents in Indonesia are anemic. Green bean juice and date juice contain iron, protein, vitamins B1, B2, fiber and vitamin C as well as other nutrients that are useful for teenagers to help increase hemoglobin levels. The purpose of this study was to determine the average increase in the Hb levels of adolescent girls between the administration of green bean juice and date palm juice. The type of research used is Quasy Experiment with Two Group Pretest And Posttest design. This research was conducted from January to April 2022. The population in this study were all young women at SMPN 03 Pekanbaru City. The sample in this study was anemic adolescent girls who were taken using the purposive sampling technique, totaling 20 people. The method of data collection with the method of observation. The results showed that young women who were given mung bean juice had an average increase in hemoglobin levels of 0.510gr/dl(SD=0.1912) and date palm juice had an average increase in hemoglobin levels of 0,370gr/dl(SD=0.1494). The results of statistical tests using t-independent with a 95% confidence degree, (p-value 0.085) means that there is no difference in the average increase in Hb levels between mung bean juice and date juice. The conclusion of the study was that mung bean juice was more effective at increasing Hb levels than date palm juice. It is recommended for the school to coordinate with the puskesmas to make a snack program for students, namely green bean juice drinks as a healthy interlude in the daily diet to increase and maintain normal Hb levels.

Keywords: Hemoglobin Level, Green Bean Extract, Dates Extract, Young Women