

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN FAKULTAS KEPERAWATAN
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU**

**Penelitian, 9 Desember 2024
Adeliana**

**Efektifitas Pengaruh Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin
Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Pekanbaru**

Xiv + 40 Halaman + 6 Tabel + 14 Lampiran

ABSTRAK

Remaja putri rentan mengalami anemia karena mengalami menstruasi disetiap bulan dan masih banyak yang tidak rutin mengonsumsi tablet Fe, dimana menstruasi menjadi penyebab penurunan kadar hemoglobin sehingga memerlukan kebutuhan zat besi. Upaya yang dilakukan yaitu mengonsumsi sari kacang hijau karena mengandung zat besi dan vitamin c yang dapat membantu peningkatan kadar hemoglobin sehingga menjadi alternatif pengobatan anemia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian sari kacang hijau dalam peningkatan kadar hemoglobin remaja putri di SMAN 2 Pekanbaru. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif yang menggunakan desain *Quasi Eksperiment* dengan pendekatan *one group pre-test-post-test design* dilakukan pada tanggal 9-16 Desember di SMA Negeri 2 Pekanbaru dengan jumlah responden sebanyak 15 orang. Instrumen penelitian terdiri alat ukur digital untuk mengukur kadar hemoglobin dan lembar observasi. Pemberian sari kacang hijau diberikan 1x dalam sehari sebanyak 250 ml pada pagi hari selama 7 hari. Hasil penelitian didapatkan kadar hemoglobin responden sebelum dan setelah mengonsumsi sari kacang hijau meningkat, yang bisa dilihat dari hasil *mean pre-test* 11.04 gr/dl dan *post-test* yaitu 11.79 gr/dl gr/dl. Hasil uji t diperoleh hasil *p-value* 0,000, Artinya ada pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap kadar hemoglobin. Hasil penelitian ini diharapkan sebagai sumber referensi dan salah satu inspirasi dalam melakukan penelitian lebih lanjut dan diharapkan kepada peneliti selanjutnya agar dapat menggunakan waktu yang lebih tepat sehingga mendapatkan hasil yang lebih optimal dan responden pada penelitian yang memiliki nilai kadar Hb yang memiliki rentang serupa.

Kata Kunci : Anemia, Hemoglobin, Remaja Putri, Sari Kacang Hijau
Daftar Bacaan : 37 (2019-2023)

**BACHELOR OF NURSING PROGRAM, FACULTY OF NURSING
PAYUNG NEGERI PEKANBARU INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE**

**Research, 9 Desember 2024
Adeliana**

**The Effectiveness of the Effect of Mung Bean Juice on Hemoglobin Levels
of Adolescent Girls at SMA Negeri 2 Pekanbaru**

Xiv+ 40 + 6 Tbles + 14 appendixes

ABSTRACT

Adolescent girls are prone to anemia because they experience menstruation every month and there are still many who do not regularly consume Fe tablets, where menstruation is the cause of a decrease in hemoglobin levels so that they need iron. The effort made is to consume mung bean juice because it contains iron and vitamin c which can help increase hemoglobin levels so that it becomes an alternative treatment for anemia. The purpose of this study is to determine the effect of mung bean juice on increasing hemoglobin levels of adolescent girls at SMAN 2 Pekanbaru. This type of research is quantitative using a Quasi Experimental design with a one group pre-test-post-test design approach conducted on December 9-16 at SMA Negeri 2 Pekanbaru with a total of 15 respondents. The research instrument consists of a digital measuring device to measure hemoglobin levels and an observation sheet. The administration of mung bean juice is given 1 time in a day as much as 250 ml in the morning for 7 days. The results of the study showed that the hemoglobin levels of the respondents before and after consuming mung bean juice increased, which can be seen from the mean pre-test results of 11.04 gr/dl and post-test which was 11.79 gr/dl gr/dl. The results of the t-test obtained a p-value of 0.000, meaning that there was an effect of mung bean juice on hemoglobin levels. The results of this study are expected to be a source of reference and one of the inspirations in conducting further research and it is hoped that future researchers will be able to use the time more appropriately so as to get more optimal results and respondents in the research who have Hb levels that have a similar range.

Keywords : Anemia, Hemoglobin, Adolescent girls, Mung Bean Juice

Refrences : 37 (2019-2023)