

PENGARUH PEMBERIAN SARI
KACANG MERAH TERHADAP
PENINGKATAN KADAR HB
REMAJA PUTRI USIA 15-17
TAHUN DI PONDOK
PESANTREN TANAH MERAH
KABUPATEN BANGKALAN

by Dewi Suci Sangdiah Pitaloka

Submission date: 07-Oct-2022 10:52AM (UTC+1100)

Submission ID: 1918679622

File name: Dewi_Suci_Sangdiah_Pitaloka_REV1.docx (217.22K)

Word count: 5935

Character count: 36243

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

²⁸ Anemia merupakan sebuah kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin dalam sel darah merah lebih rendah dari yang seharusnya. Hemoglobin bersifat ²⁸ mengikat oksigen dan mengantarkan oksigen ke seluruh jaringan tubuh termasuk otot dan otak untuk melakukan fungsinya. Masa remaja yg dimulai usia 10-19 tahun, anemia sangat banyak terjadi pada rentang usia tersebut. Anemia yang terjadi pada remaja dan bahkan usia dewasa akan berdampak panjang baik dari segi produktivitas maupun pertumbuhan mereka. Selain itu anemia dapat mempengaruhi segi ekonomi. Anemia dapat menimbulkan gejala yg lazim disebut 5 L seperti lesu, lemah, letih, lelah dan lunglai. Selain itu anemia juga dapat, menyebabkan tubuh mudah terkena infeksi dikarenakan terjadinya penurunan daya tahan tubuh (Basith, 2017).

¹ Menurut *World Health Organization* (WHO) mendefinisikan anemia sebagai keadaan angka sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin yang jumlahnya tidak sesuai dengan kebutuhan fisiologis tubuh. Anemia dikelompokkan menjadi 3 bagian berdasarkan nilai Hb yaitu ringan, sedang dan berat. Dari ketiga kategori ini, anemia paling banyak terjadi pada remaja dan ibu hamil dengan usia produktif 15-49 tahun pada 124 negara yang termasuk dalam WHO. Prevalensi kejadian anemia secara global terjadi pada 204 negara sejak tahun 1990 – 2019. Berdasarkan data penelitian yang dilakukan tahun 2020 didapatkan peningkatan total kasus anemia dari 1,42 miliar pada tahun 1990 menjadi 1,74 miliar di tahun 2019. Penelitian ini juga

menunjukkan 3 wilayah penyumbang anemia tertinggi adalah Afrika Barat, Asia Selatan dan Afrika Tengah. Prevalensi anemia pada perempuan usia produktif (15-49 tahun) di Indonesia pada tahun 2019 didapatkan sebesar 31,2% dengan usia terbanyak yaitu 20 – 44 tahun. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Pondok pesantren putri dengan pengawasan puskesmas tanah merah terdapat santri putri dengan jumlah 70 remaja. Saat dilakukan wawancara, terdapat 59 (70,4%) orang dari remaja putri mengalami gejala anemia. Mereka saat diwawancara mengatakan tidak suka makan pagi. Lebih sering jajan sembarangan. Tidak suka sayuran, serta haid mereka pun terganggu. Beberapa mengalami siklus haid yang tidak teratur. Sementara 11 (29,6%) orang remaja putri lainnya tidak memperlihatkan tanda-tanda mengalami anemia. Sedangkan untuk kejadian anemia dari 10 remaja putri yang diukur dengan alat uji kadar hemoglobin 60% remaja putri mengalami anemia, sementara 40% tidak mengalami anemia.

Kurangnya asupan zat besi salah satu penyebabnya adalah status gizi, tingkat pendidikan ibu, status pekerjaan ibu, Pendapatan Orang Tua, pola menstruasi, riwayat penyakit, Pola Konsumsi Tablet Fe.

Upaya dalam hal penanganan anemia pada remaja putri yaitu pemberian sari kacang merah. Kacang merah merupakan bahan makanan yang mempunyai energi tinggi sekaligus sumber protein nabati yang potensial (Astawan, 2010). Untuk mencegah terjadinya anemia yaitu dengan memberikan asupan zat besi yang cukup ke dalam tubuh untuk meningkatkan pembentukan hemoglobin. Upaya yang dilakukan antara lain meningkatkan

asupan makan sumber zat besi, fortifikasi bahan makanan dengan zat besi dan suplementasi zat besi (Kementerian Kesehatan RI, 2016).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan dalam penulisan, maka rumusan masalah yang akan diteliti adalah “Apakah terdapat Pengaruh konsumsi Kacang Merah (*Phaseolus Vulgaris L*) terhadap kenaikan Hb di Pondok Pesantren Tanah Merah Bangkalan 2022?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

- a. Menganalisis Pengaruh Pemberian Sari Kacang Merah (*phaseolus vulgaris L*) Terhadap Peningkatan Kadar Hb Remaja Putri Usia 15-17 Tahun di Pondok Pesantren Tanah Merah Bangkalan.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1 Mendeskripsikan kadar hemoglobin sebelum dan setelah pemberian sari kacang merah (*phaseolus vulgaris L*) terhadap kenaikan Hb remaja.
- 2 Menganalisa pengaruh kenaikan Hb sebelum konsumsi kacang merah (*phaseolus vulgaris L*) dan setelah konsumsi kacang merah (*phaseolus vulgaris L*) terhadap kenaikan Hb remaja.

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Remaja Putri

Diharapkan Memberikan informasi bahwa sari kacang merah dapat meningkatkan kadar HB pada remaja putri yang terdapat anemia

1.4.2 Bagi profesi bidan

Hasil skripsi ini diharapkan dapat memberikan manfaat praktik dalam kebidanan yaitu sebagai referensi bidan dalam pengelolaan pada klien dengan ¹¹ Pengaruh konsumsi Kacang Merah (*phaseolus vulgaris L*) Terhadap kenaikan Hb remaja di Pondok Pesantren Tanah Merah Bangkalan.

1.4.3 Bagi Prodi Kebidanan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan Icme Jombang

Diharapkan Skripsi ini dapat menambah kepustakaan yang dapat digunakan sebagai masukan dalam melakukan pembuatan Proposal selanjutnya dan menambah kajian referensi.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar Remaja

2.1.1 Pengertian

Remaja adalah masa perubahan atau peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa yang meliputi perubahan fisiologis, perubahan psikologis dan perubahan sosial (Sofia & Adiyanto, 2013). Menurut WHO masa remaja terjadi dalam rentang usia 10-19 tahun. Sedangkan menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014 arti dari remaja merupakan penduduk yang berusia 10-18 tahun. Dalam masa remaja terjadi perubahan diri anak sebagai bentuk dari pubertas. Perubahan yang terjadi umumnya meliputi :

1. Payudara membesar (pada remaja putri)
2. Tumbuh bulu kemaluan
3. Perkembangan organ vital
4. Menstruasi (pada remaja putri)
5. Berat dan tinggi badan akan bertambah

Berikut ini beberapa fase pertumbuhan remaja, yaitu terdiri atas:

1. Masa Pra-Pubertas (12-13 tahun)
2. Masa Pubertas (14-16 tahun)
3. Masa akhir pubertas (17-18 tahun)

¹⁰ Masa remaja ini juga ditandai dengan adanya perkembangan fisik, yang dalam perkembangan fisik pada masa remaja ini terbilang pesat diantara tahap-tahap perkembangan manusia. Selain perubahan fisik,

remaja ini juga akan mengalami perubahan secara psikologis. Dalam perkembangan jiwa pada masa remaja juga semakin mantap, yang pada akhir masa remaja, jiwanya sudah tidak terpengaruh serta mampu memilih dan menyeleksi (Sri Rumini, 2002).

Pada masa ²⁹remaja yang merupakan masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa ditandai sejumlah perubahan berupa biologis, kognitif, dan emosional. Asupan zat gizi yang optimal dibutuhkan untuk pertumbuhan dan perkembangan aspek-aspek tersebut.

Masa ini ditandai dengan karakteristik penting yang meliputi menerima keadaan fisik dan mampu menggunakan secara efektif, pencapaian hubungan yang matang dengan teman sebaya, mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya, dapat menerima dan belajar peran sosial sebagai pria atau wanita dewasa yang dijunjung tinggi oleh masyarakat, mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep-konsep yang diperlukan untuk mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial dan memperoleh seperangkat nilai sebagai pedoman dalam kehidupan masyarakat dan bertingkah laku (Desmita,2011).

2.1.2 Kebutuhan Fe pada Remaja Putri

Remaja putri sangat mudah sekali terkena anemia yang ditandai dengan tubuh mudah lemas ataupun mudah pingsan, karena mengalami menstruasi. Untuk itu tablet tambah darah dibutuhkan untuk mengatasi anemia. Remaja putri ¹⁷memerlukan zat besi sebesar 2,2 mg per hari dan kebutuhan ini akan meningkat pada saat menstruasi (Wiseman,2002).

2.2 Konsep Dasar Anemia

2.2.1 Pengertian

⁶ Kurang darah atau anemia adalah kondisi tubuh ketika kekurangan sel darah merah yang sehat atau ketika sel darah merah tidak berfungsi dengan baik. Akibatnya organ tubuh tidak mendapatkan cukup oksigen sehingga membuat penderita menjadi pucat dan mudah lelah. Anemia bisa terjadi sementara atau dalam jangka panjang dengan tingkat keparahan ringan sampai berat. Anemia merupakan gangguan darah atau kelainan hematologi yang terjadi ketika kadar hemoglobin (bagian utama dari sel darah merah yang mengikat oksigen berada di bawah normal).

Anemia adalah sebuah kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari normal (WHO,2011).

2.2.2 Klasifikasi

Berdasarkan penyebabnya anemia dapat dibedakan menjadi 3 antara lain :

1. Defisiensi Besi

Defisiensi besi merupakan salah satu jenis anemia yang terjadi akibat tubuh kekurangan zat besi. ²⁰ Zat besi adalah mineral penting yang diperlukan tubuh untuk menghasilkan salah satu komponen sel darah merah, yaitu hemoglobin. ²⁰ Saat tubuh kekurangan zat besi tubuh tidak dapat memproduksi hemoglobin yang cukup sehingga sel darah merah kekurangan hemoglobin.

2. Anemia Aplastik

Anemia Aplastik merupakan kondisi dimana sumsum tulang belakang berhenti memproduksi sel darah merah yang berfungsi membawa oksigen ke seluruh tubuh. Bahkan anemia jenis ini mampu memberhentikan produksi sel darah putih dan trombosit.

3. Anemia karena kekurangan Asam Folat dan vitamin B12.

Tubuh memerlukan vitamin B12 dan folat untuk membuat sel darah merah baru. Kekurangan salah satu atau keduanya bisa menyebabkan anemia Megaloblastik.

2.2.3 Gejala Anemia

Gejala anemia adalah sebagai berikut :

1. Gejala Umum Anemia

Tanda gejala umum anemia pada remaja putri adalah :

- a. Rambut mudah rontok.
- b. Nafas pendek
- c. Kulit pucat.
- d. Lidah dan mulut terasa sakit
- e. Dingin di tangan dan kaki
- f. Sering mengantuk misalnya mengantuk setelah makan.
- g. Detak jantung tidak teratur.

2. Gejala Khas Akibat Anemia

Berikut tanda khas anemia :

- a. Adanya peradangan pada sudut mulut, sehingga tampak sebagai bercak berwarna pucat keputihan.

b. Nyeri menelan karena kerusakan epitel hipofaring

2.2.4 Faktor-Faktor Penyebab Anemia

1. Status Gizi

⁴ Gizi adalah suatu proses organisme menggunakan makanan yg dikonsumsi secara normal melalui proses digesti, absorpsi, transportasi penyimpanan metabolisme dan pengeluaran zat-zat yang tidak digunakan untuk mempertahankan kehidupan pertumbuhan dan fungsi normal dalam organ-organ serta menghasilkan energi (Supariasa, Bakri & Fajar, 2013).

Gizi merupakan komponen yang sangat penting pembangunan, yang dapat memberikan kontribusi dalam mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas.

Kesehatan dan gizi merupakan faktor yang menentukan sumber daya manusia disamping juga merupakan hak asai manusia. Kekurangan gizi dan gangguan kesehatan dapat merusak sumber daya manusia. Status gizi remaja dapat di lihat dari indeks masa tubuh (IMT). Indeks Masa Tubuh merupakan alat ukur sederhana untuk memantau status gizi. Melalui penghitungan indeks masa tubuh dapat mengetahui apakah berat badan masuk dalam kisaran normal atau tidak.

Klasifikasi indeks masa tubuh menurut umur (IMT/U) anak usia 5-18 tahun menurut Kemenkes RI (2010), antara lain :

²³
1. Gizi Buruk : < -3 SD

2. Gizi Kurang : -3 SD s.d -2 SD

3. Gizi Baik : $-2 \text{ SD s.d } < +1 \text{ SD}$

4. Gizi Lebih : $+1 \text{ SD s.d } +2 \text{ SD}$

5. Obesitas : $> +2 \text{ SD}$

Cara menghitung Z Score dilakukan untuk menentukan status gizi seorang anak berdasarkan standar deviasi dan simpangan buku rujukan status gizi yang benar.

2. Tingkat pendidikan ibu

Tingkat pendidikan ibu memiliki peranan penting dalam menyediakan makanan bergizi untuk keluarga. Sehingga memiliki pengaruh terhadap status gizi anak. ²⁴ Semakin tinggi tingkat pendidikan seorang ibu semakin mudah menerima hidup. Anemia cenderung terjadi pada kelompok penduduk dengan tingkat pendidikan yang rendah karena berbagai sebab. Pada kelompok penduduk berpendidikan rendah pada umumnya kurang memiliki akses informasi tentang anemia dan penanggulangannya.

3. Karier ibu

Karier ibu yang bagus akan berdampak pada ekonomi keluarga. Dengan karier ibu yang baik secara otomatis, ibu akan senantiasa menyiapkan sumber makanan yg bergizi dan kaya akan zat besi yang sangat di perlukan pada masa remaja.

4. Penghasilan keluarga

²⁴ Kurangnya pendapatan keluarga menyebabkan berkurangnya lokasi dan untuk pembelian makanan sehari-hari sehingga mengurangi jumlah dan kualitas makanan remaja perhari yang berdampak pada

penurunan status gizi. Pendapatan keluarga memegang peran yang sangat penting.

5. Pola Menstruasi

Menstruasi atau haid adalah perubahan fisiologis dalam tubuh perempuan yang terjadi secara berkala dan dipengaruhi oleh hormon reproduksi. Pada wanita hal ini bisa terjadi setiap bulan antara usia pubertas dan menopause (Fitria, 2017). Semakin banyak dan lama para remaja mengalami menstruasi maka semakin besar pula terjadinya anemia pada remaja putri.

6. Riwayat Penyakit

Anemia dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena infeksi.

7. Pola Konsumsi Tablet Fe

Berbagai studi intervensi menunjukkan dosis, frekuensi pemberian dan lama pemberian tablet tambah darah berbeda-beda. WHO menyebutkan dua kali perhari untuk waktu dua sampai tiga bulan.

2.1.1 Dampak Anemia

Memasuki usia produktif banyak yang harus dilakukan remaja untuk menjaga kesehatannya. Hal ini dilakukan untuk meminimalisir berbagai penyakit yang dapat mengganggu aktifitas kesehariannya dan penurunan prestasi baik dibidang akademik maupun non akademik.

Dampak yang terjadi akibat kekurangan darah yaitu :

1. Tidak tercapainya tinggi badan maksimal.
2. Tingkat kebugaran menurun.
3. Menurunnya prestasi belajar.
4. Perkembangan motorik, mental dan kecerdasan.

Dengan mengetahui berbagai dampak diatas diharapkan mampu memberikan motivasi terhadap remaja yang saat ini memasuki usia produktif untuk mau menjaga kesehatan sehingga terhindar dari berbagai macam penyakit khususnya anemia.

2.3 Konsep Dasar Kadar Hemoglobin

2.3.1 Pengertian

Hemoglobin atau Hb adalah protein yang ada dalam sel darah merah. Protein inilah yang membuat darah berwarna merah. Dalam kadar yang normal Hemoglobin memiliki banyak fungsi dalam tubuh. Oleh karena itu, kadar normal hemoglobin perlu selalu dijaga.

2.3.2 Manfaat pengecekan kadar Hemoglobin

Manfaat pengecekan kadar hemoglobin:

1. Menentukan defisit cairan tubuh akibat peningkatan kadar hemoglobin.
2. Menentukan kadar hemoglobin dalam darah.

2.3.3 Macam - macam cara pengecekan Kadar Hemoglobin

Terdapat berbagai macam cara pengecekan kadar Hemoglobin dalam darah, diantaranya yaitu :

1. Hb Sahli

Metode Sahli adalah metode pemeriksaan hemoglobin yang dilakukan secara visual. Pemeriksaan hemoglobin dengan cara darah diencerkan dengan larutan HCL agar hemoglobin berubah menjadi asam hematin, kemudian dicampur dengan Aqua bidest hingga warnanya sesuai dengan warna standar.

2. Metode Stick Digital

¹⁸ Metode digital dengan menggunakan easy Touch memiliki prinsip kerja menghitung kadar hemoglobin pada sampel darah berdasarkan kepada perubahan potensial listrik terbentuk secara singkat dipengaruhi oleh interaksi kimia antara sample darah yang diukur dengan elektroda terhadap strip (Akhzami et Al, 2016).

⁵ Bahan kimia yang terdapat pada strip adalah ferrosianida. Hemoglobinometer digital merupakan alat yang mudah dibawa dan sesuai untuk penelitian di lapangan karena teknik untuk pengambilan sampel darah yang mudah dan pengukuran kadar hemoglobin tidak memerlukan penambahan reagen (Hamill, 2010).

2.3.4 Faktor – faktor yang Mempengaruhi Kadar Hemoglobin

Faktor yang mempengaruhi kadar Hb adalah

- ²¹ 1. Kebutuhan besi meningkat seperti pada prematuritas anak pada masa pertumbuhan dan kehamilan.
2. Faktor nutrisi sebagai akibat kurangnya jumlah besi total dalam makanan atau kualitas besi yang tidak baik (makanan yang banyak mengandung serat, rendah vitamin C, dan rendah daging).

2.4 Konsep Dasar Kacang Merah

2.4.1 ¹⁵ Pengertian

Kacang merah atau kacang jogo (*Phaseolus vulgaris L*) bukan merupakan tanaman asli Indonesia. Tanaman ini berasal dari Meksiko selatan, Amerika selatan dan daratan Cina. Selanjutnya, tanaman tersebut menyebar ke daerah lain seperti Indonesia, daerah yang banyak ditanami kacang jogo adalah lembang.

Kacang merah merupakan bahan makanan yang mempunyai energi tinggi sekaligus sumber protein nabati yang potensial (Astawan, 2010).

2.4.2 Kandungan Kacang Merah

Tabel 2.4 Kandungan Kacang Merah

Komponen	Kandungan gizi kacang merah
Energi	314 kkal
Protein	22,10 gr
Lemak	1,10 gr
Karbohidrat	56,20 gr
Kalsium	502,00 gr
Fosfor	429 mg
Zat Besi	10,30 mg
Vit A	0 IU
Vit B	0,15 mg
Vit C	0,0 mg

2.4.3 Pengaruh Kacang Merah Terhadap Anemia

Kacang merah mempunyai beberapa kandungan untuk menaikkan kadar hemoglobin dalam darah yaitu kandungan zat besi. ⁸ Jika terdapat sedikit besi dalam tubuh, akan terjadi pembatasan sintesis komponen yang mempengaruhi besi aktif sehingga mempengaruhi prses fungsioal jaringan tubuh lainnya dan mungkin menimbulkan ABD (Luh Seri Ani, 2013).

2.4.4 Kebutuhan Fe

¹⁷ Remaja putri memerlukan zat besi sebesar 2,2 mg per hari dan kebutuhan ini akan meningkat pada saat menstruasi (Eiseman, 2002).

Cara mengatasi kekurangan zat besi pada tubuh dengan cara mengkonsumsi 60-120 mg Fe per hari dan meningkatkan asupan makanan sumber Fe (Fatmah, 2011).

2.4.5 Cara Pengolahan Sari Kacang Merah

Langkah-langkah :

1. Kacang merah ditimbang 100 gr/sampel
2. Kemudian setelah itu kacang merah dibersihkan dan kemudian di rendam
3. Setelah itu Kacang merah di masak di atas kompor
4. Kemudian kacang merah diblender hingga halus dan disaring
5. kemudian hasilnya dengan menggunakan gelas ukur dan setelahnya ditambahkan gula 2 sendok makan

2.4.6 Patofisiologi Sari Kacang Merah Meningkatkan Kadar Hb

Kacang merah memiliki kandungan zat besi (feritin) yang tinggi, berguna sekali untuk meningkatkan kadar hemoglobin. ⁷ Bertambahnya

absorpsi zat besi digambarkan dengan meningkatnya kapasitas pengikatan zat besi. Pada tahap yang lebih lanjut berupa simpanan zat besi, bertambahnya transferin, bertambahnya protoporphirin yang diubah menjadi darah dan akan diikuti dengan meningkatnya kadar feritin serum.

2.5 Hubungan ¹¹ Kacang Merah Terhadap Kadar HB Pada Remaja Putri

Berdasarkan hasil ¹¹ penelitian rata – rata kadar hemoglobin pada remaja putri sebelum dilakukan intervensi kacang merah adalah kadar hemoglobin 10,32 gr/dl setelah dilakukan intervensi kacang merah didapatkan rata – rata kadar hemoglobin remaja putri adalah 12,00 gr/dl dengan standar desviasi 0,40 gr/dl terlihat nilai mean perbedaan kadar hemoglobin antara sebelum dan sesudah dilakukan ($< 0,05$) maka dapat disimpulkan pemberian kacang merah efektif untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

Kacang merah merupakan sumber protein nabati yang cukup potensial sekaligus sumber energy yang cukup tinggi (Aswan, 2009) Manfaat dari kacang merah adalah bisa sebagai pengobatan ataupun sebagai pencegahan terjadinya anemia pada penderita kekurangan zat besi.

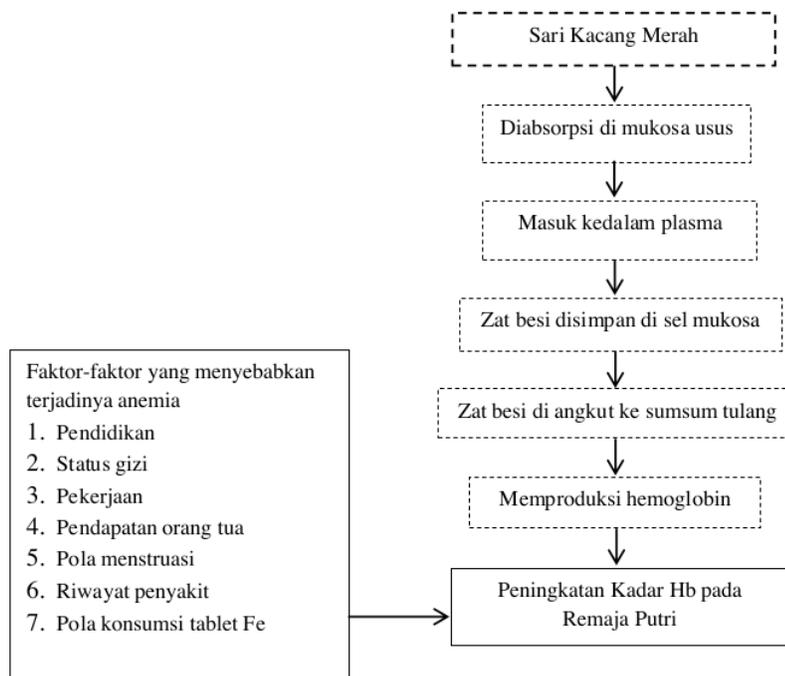
Pencegahan tidak terjadinya anemia sebaiknya dilakukan untuk meningkatkan kadar hemoglobin remaja putri dengan cara mengonsumsi makanan yang kaya akan zat besi seperti kacang merah. Kacang merah sangat kaya akan gizi yang membangun kesehatan tubuh.

BAB III

KERANGKA KONSEPTUAL PENELITIAN

3.1 Kerangka Konseptual

Kerangka konsep penelitian adalah konsep yang dipakai sebagai landasan berfikir dalam kegiatan ilmu (Nursalam, 2016). Kerangka konsep dalam penelitian ini adalah :



Gambar 3.1 Kerangka Konseptual

(Pricilia, 2015 & Martini, 2015)

Keterangan :



: Diteliti



: Mempengaruhi



: Tidak diteliti

Kacang merah mempunyai beberapa kandungan untuk menaikkan kadar hemoglobin dalam darah yaitu zat besi. Faktor-faktor yang mempengaruhi anemia, Status gizi, Pendidikan, Pekerjaan, Pendapatan orang tua, Pola menstruasi, Riwayat penyakit, Pola konsumsi tablet Fe. Zat besi adalah sebuah nutrisi esensial yang diperlukan oleh setiap sel manusia. Jika terdapat sedikit besi dalam tubuh, akan terjadi pembatasan sintesis komponen yang mempengaruhi besi aktif sehingga mempengaruhi proses fungsional jaringan tubuh lainnya dan mungkin menimbulkan ABD (Luh Seri Ani, 2013).

3.2 Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah suatu pernyataan asumsi tentang hubungan antara dua atau lebih variabel yang diharapkan bisa menjawab suatu pertanyaan dalam penelitian (Nursalam, 2016). Berdasarkan kerangka konsep maka hipotesis penelitian ini adalah :

H1 : Ada Pengaruh Pemberian Sari Kacang Merah Terhadap Peningkatan Kadar Hb Remaja Putri Usia 15-17 Tahun

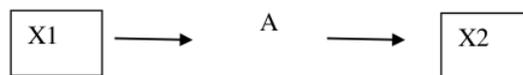
BAB IV

METODE PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Desain penelitian adalah rencana atau rancangan yang dibuat peneliti sebagai ancar-ancar kegiatan yang akan dilaksanakan (Arikunto S, 2010). Jenis Metode yang digunakan dalam penelitian skripsi ini adalah metode kuantitatif. Dimana ada perlakuan sebelum dan sesudah pemberian Sari kacang merah. Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian yang bersifat kuantitatif dengan rancangan satu kelompok *pre-test and post-test* digambarkan sebagai berikut dengan waktu yang sama yaitu setelah pemberian sari kacang merarah selang 2 jam dilakukan cek Hb (Riwidikdo, 2013) :

Gambar 4.1 Rancangan Penelitian



Keterangan :

X1 : Kadar Hb sebelum pemberian sari kacang merah (pre-test)

OA : Pemberian Sari kacang merah

X2 : Kadar Hb setelah pemberian Sari kacang merah (post-test)

4.2 Tempat dan Waktu Penelitian

4.2.1 Tempat

Tempat penelitian yang digunakan adalah di Pondok Pesantren Tanah Merah Bangkalan.

4.2.2 Waktu

Dilaksanakan pada bulan Mei - Juli 2022

¹⁴ 4.3 Populasi, Sampel dan Teknik Sampling

4.3.1 Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2014). Populasi dalam penelitian ini adalah pondok pesantren remaja di tanah merah bangkalan, dengan jumlah populasinya adalah 70 remaja.

¹² 4.3.2 Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar, dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misal karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu (Sugiyono, 2018). Pada penelitian ini sampel yang diambil adalah sebagian remaja putri yang terdapat kekurangan Hb di pondok pesantren Tanah Merah Bangkalan 59 orang.

² 4.3.3 Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah karakteristik umum subyek penelitian pada populasi target dan populasi terjangkau (Nursalam, 2013). Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :

1. Wanita putri dengan kekurangan Hb/anemia.
2. Remaja putri yang bersedia menjadi responden.
3. Remaja putri usia 15-17 tahun (SMA).

4. Tidak sedang menstruasi.

4.3.4 ² Kriteria eksklusi

Kriteria eksklusi adalah mengeluarkan sebagian subyek yang memenuhi inklusi dari penelitian karena berbagai sebab (Nursalam, 2013). Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :

1. Putra
2. Lansia
3. Remaja dengan anemia berat
4. Sampel tidak hadir saat penelitian
5. Sakit kronis dan infeksi saat penelitian

4.3.3 Besar Sampel

Besar sampel adalah anggota yang akan dijadikan sampel (Nursalam, 2014).

$$n = \frac{z^2 p(1-p)}{d^2 (1-p) + z^2 p(1-p)}$$

Keterangan

n : jumlah sampel minimal yang diperlukan

N : perkiraan besar populasi

Z : Nilai Standar Normal untuk $\alpha= 0,05$ (1,96)

P : Perkiraan Proporsi, jika tidak diketahui dianggap 0,5

d : Tingkat Kesalahan yang dipilih (d =0,05)

α : derajat kepercayaan (0,05)

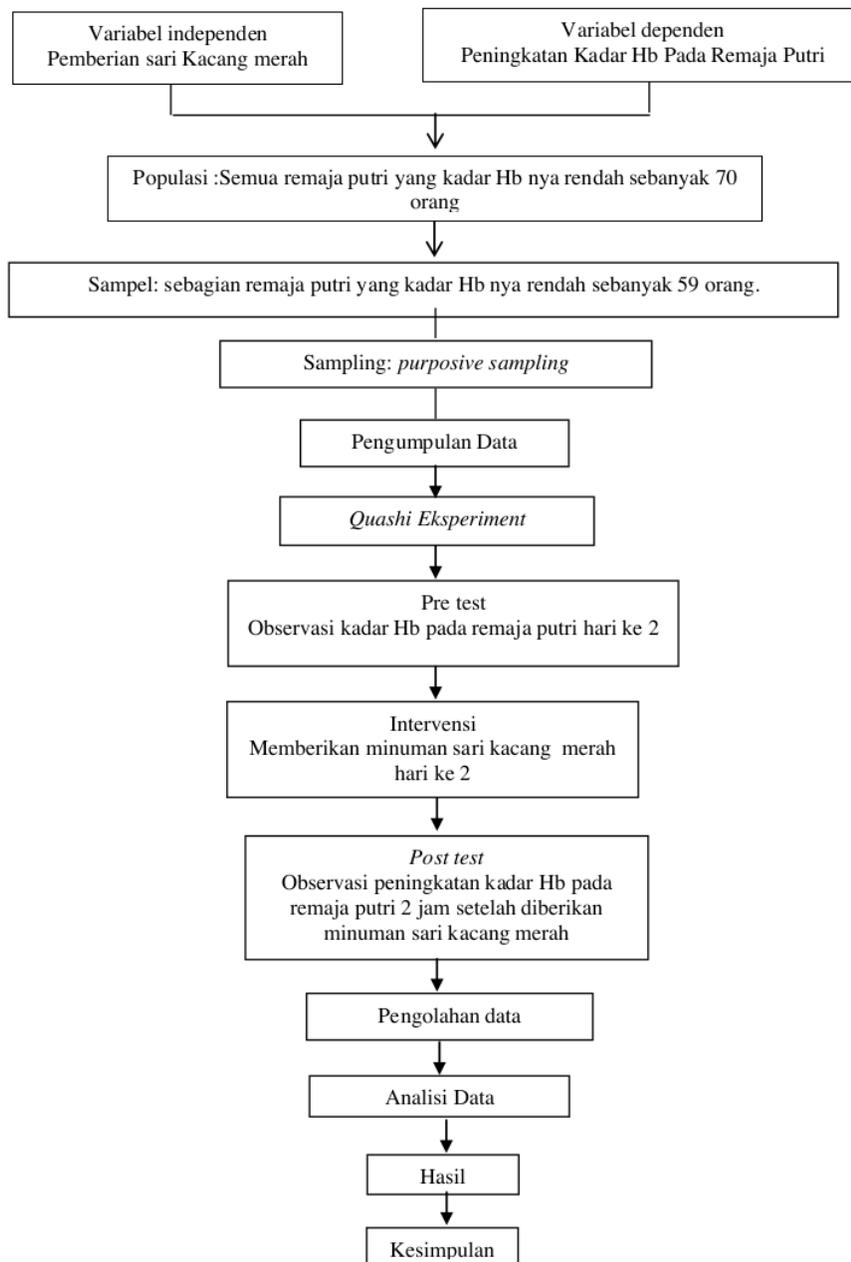
$$\begin{aligned} n &= \frac{z^2 p(1-p)}{d^2 (1-p) + z^2 p(1-p)} \\ &= \frac{1,96^2 \cdot 0,5 (1-0,5)70}{(0,05)^2 (70-1) + (1,96)^2 \cdot 0,5 \cdot 0,5} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned}
&= \frac{3,8416.0,5.0,5.70}{(0,0025.69)+(3,8416.0,5.0,5)} \\
&= \frac{67,228}{0,1725+0,9604} \\
&= \frac{67,228}{1,1329} \\
&= 59,34 \\
n &= 59
\end{aligned}$$

4.3.4 Teknik *Sampling*

Sampling adalah cara yang dilakukan dimana untuk menentukan jumlah sample yang nantinya akan dijadikan sumber data. Metode dalam penelitian ini yang digunakan adalah *excure* (dikelompokkan) dengan teknik ¹⁹ *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu dalam Sugiyono, (2016: 85). Alasan meggunakan teknik *purposive sampling* ini karena sesuai untuk digunakan untuk penelitian kuantitatif, atau penelitian-penelitian yang tidak melakukan generalisasi menurut Sugiyono, (2016: 85).

4.4 Kerangka Kerja



Gambar 4.4 : Kerangka Kerja pengaruh pemberian kacang merah(*phaseolus vulgaris L*) Terhadap kenaikan Kadar Hb Remaja di Pondok Pesantren Tanah Merah Bangkalan.

11

4.5 Identifikasi Variabel¹³

Variabel adalah perilaku atau karakteristik yang memberikan nilai yang berbeda terhadap sesuatu (benda, manusia dan lain-lain). Dalam riset, variabel dikarakteristik sebagai derajat, jumlah dan perbedaan. Variabel juga merupakan konsep dari berbagai level abstrak yang didefinisikan sebagai suatu fasilitas untuk pengukuran dan manipulasi suatu penelitian (Nursalam, 2014). Variabel dalam penelitian ini dibedakan menjadi 2 kelompok yaitu:

4.5.1 Variabel *Independen* (bebas)⁵

Variabel yang mempengaruhi atau nilainya menentukan variabel lain. Suatu kegiatan stimulus yang dimanipulasikan oleh peneliti menciptakan suatu dampak pada variabel independen (Nursalam, 2014). Pada penelitian ini variabel *independen* adalah Sari Kacang Merah.

4.5.2 Variabel *Dependen* (Terikat)

Variabel yang dipengaruhi nilainya ditentukan oleh variabel lain. Variabel respon akan muncul sebagai akibat dari manipulasi variabel variabel lain (Nursalam, 2011). Pada penelitian ini variabel *dependen* adalah Peningkatan Kadar Hb Pada Remaja Putri.

4.6 Definisi Operasional

Definisi operasional adalah menjelaskan semua variabel dan istilah yang digunakan dalam penelitian secara operasional sehingga memudahkan pembaca atau penguji dalam mengartikan penelitian (Nursalam, 2014).

Tabel 4.6 Definisi Operasional Efektivitas Minuman Kacang Merah (*Phaseolus Vulgaris L.*) Terhadap kenaikan HB Remaja Usia 15-17 Tahun

No.	Variabel	Definisi Operasional	Skala data	Kriteria dan kategori
1.	Minuman Sari Kacang Merah	Cairan yang dibuat dengan 100 gr kacang merah dan air 1000 cc secara direbus kemudian dihaluskan menggunakan blender dan disaring agar serat kacang merah tidak tercampur kemudian ditambah 2 sendok makan gula pasir yang diberikan kepada kelompok intervensi sebanyak 2x sehari dengan dosis 250 cc selama 15 hari	-	-
2.	Kadar Hb remaja usia 15-17 tahun	Ukuran pigmen respiratorik dalam sel darah merah yang dinyatakan dalam satuan gr/dl dengan batas normal ≥ 12 gr/dl	Rasio	1. Kadar Hb meningkat 2. Kadar Hb tetap 3. Kadar Hb mrnurun

4.7 Teknik Pengolahan Data dan Analisa Data

4.7.1 Editing

Editing adalah pemeriksaan kelengkapan, meneliti data-data yang telah dikumpulkan atau koreksi data.

4.7.2 *Coding*

Merupakan suatu proses pemberian kode. Pembuatan kode dimaksudkan untuk menyederhanakan judul kolom dalam proses entry data.

4.7.3 *Entry Data*

Data entri adalah kegiatan memasukkan data yang telah dikumpulkan ke dalam master table atau data base komputer, kemudian membuat distribusi sederhana atau bisa juga dengan membuat tabel kontingensi (Hidayat, AAA, 2014). Proses pemasukan data dalam suatu program komputer.

4.7.4 *Tabulating*

Tabulating adalah proses menempatkan data dalam bentuk tabel yang berisi data yang telah diberi kode sesuai dengan analisis yang dibutuhkan (Aedi, 2010).

4.7.5 *Cleaning*

Cleaning merupakan proses untuk membersihkan dari kesalahan pengisian data karena kesalahan pada proses entry atau tabulasi data.

Pada penelitian ini dengan menggunakan aplikasi komputer. Pada penelitian ini menggunakan 2 jenis analisis yaitu analisis univariat dan analisis bivariat.

1. Analisis *Univariat*

Univariat adalah analisa yang dilakukan menganalisis tiap variabel dalam penelitian dengan menggunakan nilai mean atau rata-rata, median dan standar deviasi.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat merupakan analisis yang dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan atau korelasi, perbedaan antara 2 variabel.

Dalam penelitian ini menggunakan uji antara lain :

1) Paired T-test

Paired T-Test adalah uji beda dua sampel yang berpasangan. Sampel berpasangan merupakan subjek yang sama tetapi mengalami perlakuan yang berbeda.

2) Independent T-test

Uji independent T-Test adalah uji komparatif atau uji beda untuk mengetahui adakah perbedaan Mean atau rata yang bermakna antara 2 kelompok bebas yang berskala data interval atau rasio.

4.8 Masalah Etik

Etika penelitian merupakan masalah yang sangat penting dalam penelitian, mengingat penelitian berhubungan langsung dengan manusia, maka segi etika penelitian harus diperhatikan (Hidayat, AAA, 2014). Langkah-langkah Penelitian sebagai berikut:

1. Kaji Etik

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang memberikan ethical clearance kepada mahasiswa melalui komisi etik. Masalah etika penelitian merupakan masalah yang sangat penting dalam penelitian.

2. *Informed Consent* (lembar persetujuan menjadi sampel)

Informed consent berisi informasi kepada calon sample penelitian atau keluarga sebelum Meraka memutuskan kesediaaa. Atau ketidaksediaan menjadi responden.

3. Anonymity (tanpa nama)

Tindakan untuk menjaga kerahasiaan subjek penelitian. *Informed consent* dan kuesioner cukup memberikan kode, inisial, memberi nomer atau keduanya yaitu pemberian angka 1-40 pada masing-masing lembar tersebut.

4. Confidentiality (kerahasiaan)

Confidentiality adalah menjaga semua kerahasiaan semua informasi yang di dapat dari subjek penelitian. Beberapa kelompok data yang di perlukan akan dilaporkan dalam penelitian. Data yang dilaporkan berupa data yang menunjang hasil penelitian. Selanjutnya lembar pengumpulan data dimusnahkan oleh peneliti dengan cara dibakar setelah jangka waktu dua tahun.

BAB 5

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil Penelitian

5.1.1 Gambaran lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan di pondok Pesantren Tanah Merah Kecamatan Tanah Merah Kabupaten Bangkalan dengan batas wilayah sebagai berikut

Sebelah Utara : Rumah penduduk

Sebelah Selatan. : Rumah penduduk

Sebelah Barat : Musolla

Sebelah Timur : Rumah penduduk

Luas Pondok pesantren Tanah Merah Kecamatan Tanah Merah Kabupaten Bangkalan kira-kira 1.460 M2 yang terdiri dari SD-SMP-SMA yang didirikan pada tahun 2010 Pendiri KH. Abdurrohman Wahid Pembina KH. Faisol Hamid.

2

5.1.2 Data Umum

1. Karakteristik responden berdasarkan umur

Karakteristik responden berdasarkan umur yang dibedakan menjadi 3 kelompok dapat dilihat pada tabel 5.1

Tabel 5.1 Distribusi umur responden di Pondok Pesantren Tanah Merah Kecamatan Tanah Merah Kabupaten Bangkalan Tahun 2022

No	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1.	15 Tahun	19	32,2
2.	16 Tahun	18	29,5
3.	17 Tahun	22	37,3
	Jumlah	59	100

Sumber : Data primer tahun 2022

Berdasarkan tabel 5.1 dapat diketahui bahwa dari 59 responden, sebagian berusia 17 tahun yaitu sebanyak 22 responden (37,3%).

2. Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan Terakhir

Karakteristik responden berdasarkan pendidikan terakhir yang dibedakan menjadi 2 kelompok dapat dilihat pada tabel 5.2

Tabel 5.2 Distribusi pendidikan pada responden di Pondok Pesantren Tanah Merah Kecamatan Tanah Merah Kabupaten Bangkalan Tahun 2022

No	Pendidikan Terakhir	Frekuensi	Persentase (%)
1.	SMP	59	100
2.	SMA	0	0
Jumlah		59	100

Sumber : Data primer tahun 2022

Berdasarkan tabel 5.2 dapat diketahui bahwa dari 59 responden, semua pendidikan terakhirnya ialah SMP yaitu sebanyak 59 responden (100%).

3. Karakteristik responden berdasarkan penghasilan keluarga responden

Karakteristik responden berdasarkan penghasilan keluarga dibedakan menjadi 3 kelompok dapat dilihat pada tabel 5.3

Tabel 5.3 Distribusi penghasilan keluarga responden di Pondok Pesantren Tanah Merah Kecamatan Tanah Merah Kabupaten Bangkalan Tahun 2022.

No	Penghasilan Keluarga	Frekuensi	Persentase (%)
1.	< 1.500.000 / bulan	13	22,0
2.	1.500.000 – 3.000.000	30	50,9
3.	> 3.000.000 / bulan	16	27,1
Jumlah		59	100

Sumber : Data primer tahun 2022

Berdasarkan tabel 5.3 dapat diketahui bahwa dari 59 responden, sebagian besar berpenghasilan 1.500.000 – 3.000.000 / bulan yaitu sebanyak 30 responden (50,9%).

4. Karakteristik responden berdasarkan informasi yang di dapat tentang Anemia

Karakteristik responden berdasarkan informasi yang di dapat tentang anemia dibedakan menjadi 2 kelompok dapat dilihat pada tabel 5.4

Tabel 5.4 Distribusi informasi yang di dapat responden di Pondok Pesantren Tanah Merah Kecamatan Tanah Merah Kabupaten Bangkalan Tahun 2022.

No	Informasi tentang Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Sudah pernah	59	100
2.	Tidak pernah	0	0
Jumlah		59	100

Sumber : Data primer tahun 2022

Berdasarkan tabel 5.4 dapat diketahui bahwa dari 59 responden, semua mendapatkan informasi tentang anemia yaitu sebanyak 59 responden (100%).

5. Karakteristik responden berdasarkan sumber informasi yang di dapat

Karakteristik responden berdasarkan sumber informasi yang di dapat dibedakan menjadi 3 kelompok dapat dilihat pada tabel 5.5

Tabel 5.5 Distribusi sumber informasi yang di dapat responden di Pondok Pesantren Tanah Merah Kecamatan Tanah Merah Kabupaten Bangkalan Tahun 2022.

No	Sumber informasi yang di dapat tentang Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Nakes	14	23,7
2.	Media sosial	36	61,0
3.	Orang tua	9	15,3
Jumlah		59	100

Sumber : Data primer tahun 2022

Berdasarkan tabel 5.5 dapat diketahui bahwa dari 59 responden, sebagian besar mendapatkan informasi tentang anemia dari media sosial yaitu sebanyak 36 responden (61,0%).

5.1.3 Data Khusus

1. Hb sebelum konsumsi sari kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*)

Berdasarkan Hb sebelum pemberian sari kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) dibedakan menjadi 2 kelompok, dapat dilihat pada tabel 5.6

Tabel 5.6 Distribusi Hb sebelum konsumsi sari kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) di Pondok Pesantren Tanah Merah Kecamatan Tanah Merah Kabupaten Bangkalan Tahun 2022

No	Kadar Hemoglobin	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Hb rendah	48	81,4
2.	Hb sedang	11	18,6
	Jumlah	59	100

Sumber : Data primer tahun 2022

Berdasarkan tabel 5.6 di atas dapat diketahui bahwa dari 59 responden sebelum pemberian sari kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*), sebagian besar mengalami kadar Hb rendah yaitu sebanyak 48 responden (81,4%).

2. Hb setelah konsumsi sari kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*)

Berdasarkan Hb setelah pemberian sari kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) dibedakan menjadi 2 kelompok, dapat dilihat pada tabel 5.7

Tabel 5.7 distribusi Hb pada remaja putri usia 15-17 tahun setelah konsumsi sari kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) di Pondok Pesantren Tanah Merah Kecamatan Tanah Merah Kabupaten Bangkalan Tahun 2022.

No.	Hemoglobin	Frekuensi	Prosentase (%)
1.	Hb normal	43	72,9
2.	Hb rendah	16	27,1
	Jumlah	59	100

Sumber : Data primer tahun 2022

Berdasarkan tabel 5.7 di atas dapat diketahui bahwa dari 59 responden setelah konsumsi sari kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*), sebagian besar kadar Hb nya menjadi normal / tidak anemia yaitu sebanyak 43 responden (72,9%) dan sebagian kecil kadar Hb nya / anemia ringan yaitu sebanyak 16 responden (27,1%).

3. Pengaruh pemberian minuman kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) terhadap kenaikan Hb.

Tabulasi silang pengaruh pemberian sari kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) terhadap peningkatan kadar Hb remaja putri usia 15-17 tahun dapat dilihat pada tabel 5.8

Tabel 5.8 Tabulasi silang dan hasil uji statistik pengaruh minuman kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) terhadap kenaikan Hb di Pondok Pesantren Tanah Merah Kecamatan Tanah Merah Kabupaten Bangkalan Tahun 2022

No.	Pemberian sari kacang merah (<i>Phaseolus Vulgaris L</i>)	Kadar Hb						Total		p value
		Hb normal		Hb rendah		Hb sedang		F	%	
		F	%	F	%	F	%			
1.	Sebelum	0	0	48	81,4	11	18,6	59	100	0,000
2.	Sesudah	43	72,9	16	27,1	0	0	59	100	

Sumber : Data primer, 2022

Berdasarkan tabel 5.8 di atas dapat diketahui bahwa sebelum perlakuan sebagian besar Hb nya rendah sebanyak 48 responden (81,4%). Sedangkan setelah perlakuan sebagian besar kadar Hb nya normal sebanyak 43 responden 72,9 (%).

Kemudian dari hasil uji statistik *T-Test Paired Samples* diperoleh nilai derajat signifikan $p (0,000) < \alpha (0,05)$ maka H_1 diterima, yang berarti bahwa ada pengaruh konsumsi kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) terhadap kenaikan Hb di Pondok Pesantren Tanah Merah Kecamatan Tanah Merah Kabupaten Bangkalan Tahun 2022.

5.2 Pembahasan

5.2.1 Kadar Hb pada remaja putri usia 15-17 tahun sebelum perlakuan

Berdasarkan pada tabel 5.6 menunjukkan bahwa dari 59 responden sebelum perlakuan, sebagian besar mengalami kadar Hb rendah yaitu sebanyak 48 responden (81,4%).

Menurut peneliti kadar Hb remaja putri sebelum perlakuan Hb nya rendah karena ²⁵ salah satu faktor yang mempengaruhi adalah usia, karena pada usia remaja terjadi percepatan pertumbuhan yang membutuhkan banyak asupan zat besi. Kebutuhan zat besi remaja putri lebih banyak lagi dibanding remaja putra. Bertambahnya usia remaja bertambah pula aktifitasnya. Setiap aktifitas memerlukan energi. Makin banyak aktifitas yang dilakukan maka makin banyak juga energi yang diperlukan. Faktor penyebab yang selanjutnya yaitu karena makan makanan yang tidak bergizi dan banyak mengonsumsi makanan yang banyak mengandung penyedap rasa.

Terjadinya anemia pada remaja putri juga dapat dipengaruhi oleh asupan makanan sehari-hari, dimana mereka lebih mementingkan kuantitas makanan dari pada kualitas gizi yang terdapat di dalamnya. Kurangnya asupan makanan bergizi dan pola diet yang diterapkan remaja putri mengakibatkan kondisi kesehatan yang cenderung menurun, nafsu makan berkurang dan tidak dapat terpenuhi kebutuhan tubuh akan zat besi yang berdampak pada terjadinya anemia.

Selain kedua faktor diatas penghasilan keluarga juga berpengaruh. Keluarga responden memberikan uang saku yang cukup banyak sehingga remaja putri di pondok pesantren lebih suka dan lebih gemar makan-makanan yang banyak bahan pengawetnya. Selain itu remaja putri sebagian besar mengalami kadar Hb rendah disebabkan Kebanyakan remaja putri mendapatkan informasi tentang anemia dari media sosial yang kebenarannya terkadang tidak sesuai dengan ilmu pengetahuan yang ada.

Salah satu upaya yang dilakukan pemerintah untuk mengatasi anemia pada remaja putri adalah melalui pemberian tablet tambah darah (TTD) dengan dosis 1

(satu) tablet perminggu sepanjang tahun. Pemberian tablet tambah darah dilakukan untuk remaja putri usia 12-18 tahun dengan menentukan hari minum TTD bersama setiap Minggu sesuai kesepakatan wilayah masing-masing (Kemenkes RI, 2016).

Hasil Penelitian ini sejalan dengan ¹riset kesehatan dasar (RISKESDAS) Tahun 2018 bahwa kejadian anemia sebanyak 32% lebih banyak dialami remaja usia 15-24 tahun dan lebih banyak dialami oleh remaja putri.

5.2.2 Hb setelah perlakuan

Berdasarkan pada tabel 5.7 menunjukkan bahwa dari 59 responden setelah perlakuan, sebagian besar Hb normal yaitu sebanyak 43 responden (72,9%) dan sebagian kadar Hb rendah yaitu sebanyak 16 responden (27,1%).

Menurut peneliti kadar Hb remaja putri mengalami peningkatan setelah pemberian sari kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) disebabkan karena kacang merah mengandung zat besi sebanyak 10,30 mg. Khasiat dari kacang merah diantaranya untuk meningkatkan kadar Hb dalam darah yaitu zat besi.

Kacang merah merupakan sumber zat besi, vitamin A dan juga kaya anti oksidan. Pada umumnya kacang merah dikonsumsi dalam bentuk matang. Upaya untuk mencegah anemia dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi.

Selain upaya pencegahan diatas ditambah lagi upaya pemantauan agar dapat mengawasi pemberian tablet tambah darah agar bisa memastikan remaja putri benar-benar mengkonsumsi tablet tambah darah. Anemia masih merupakan masalah kesehatan di Indonesia yang belum tuntas ditangani, anemia berat tidak ditangani dengan baik khususnya pada remaja putri dapat berdampak jangka

panjang pada dirinya. Dampak dari anemia seorang remaja putri dapat mengurangi konsentrasi belajar, kekebalan tubuh menjadi lemah dan mudah mengalami letih sehingga sangat beresiko untuk kesehatan tubuhnya sendiri.

Adanya penurunan atau peningkatan jumlah besi dalam tubuh akan terjadi pembatasan sintesis komponen yang mempengaruhi besi aktif sehingga mempengaruhi proses fungsional jaringan tubuh lainnya dan mungkin menimbulkan ABD (Luh Seri Ani,2013).

5.2.3 Pengaruh konsumsi kacang merah terhadap Hb

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat pada tabel 5.8 menunjukkan bahwa dari 59 responden sebelum perlakuan sebagian besar mengalami Hb rendah yaitu sebanyak 48 responden (81,4%). Sedangkan setelah perlakuan hampir sebagian besar Hb nya menjadi normal yaitu sebanyak 43 responden (72,9%). Hasil uji statistik *T-Test Paired Samples* diperoleh nilai derajat signifikan $p(0,000) < \alpha(0,05)$ maka H_1 diterima, yang berarti bahwa ada pengaruh konsumsi kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) terhadap kenaikan Hb di pondok psantren Tanah Merah Kecamatan Tanah Merah Kabupaten Bangkalan tahun 2022.

Menurut peneliti dengan konsumsi kacang merah dapat meningkatkan Hb remaja khususnya remaja putri. Kacang merah memiliki kandungan zat besi (feritin) yang tinggi, bertambahnya absorpsi zat besi digambarkan dengan meningkatnya kapasitas pengikatan zat besi. Pada tahap yang lebih lanjut berupa simpanan zat besi, bertambahnya transferin, bertambahnya protoporphirin yang diubah menjadi darah dan akan diikuti dengan meningkatnya kadar feritin serum yang kemudian berikatan dengan besi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Andi St. Umrah (2018) dengan judul pengaruh konsumsi kacang merah terhadap pengobatan anemia pada ibu hamil di Puskesmas Sendana Kota Palupu tahun 2018. Kemudian hasil independen di dapatkan hasil nilai p 0,002 berarti ada perbedaan efektivitas pembeian sari kacang merah.

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian yang didapatkan, maka dapat diambil kesimpulan penelitian yaitu :

1. Remaja putri usia 15-17 tahun di Pondok Pesantren Tanah Merah Kecamatan Tanah Merah Kabupaten Bangkalan tahun 2022 sebelum perlakuan sebagian besar mengalami Hb rendah.
2. Remaja putri usia 15-17 tahun di Pondok Pesantren Tanah Merah Kecamatan Tanah Merah Kabupaten Bangkalan tahun 2022 setelah perlakuan hampir sebagian besar Hb nya menjadi normal.
3. Ada pengaruh konsumsi kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) terhadap kenaikan Hb di Pondok Pesantren Tanah Merah Kecamatan Tanah Merah Kabupaten Bangkalan tahun 2022.

6.2 Saran

6.2.1 Bagi Pengelola Pondok

Diharapkan bagi pengelola Pondok melakukan pemberian Sari kacang merah setiap hari Jum'at atau 1 Minggu sekali. Diharapkan untuk menyusun menu makan lebih bervariasi dan makanan bergizi.

6.2.2 Bagi Tenaga Kesehatan

Dapat menjadi masukan untuk tenaga kesehatan atau institusi pelayanan kesehatan untuk lebih meningkatkan kegiatan penyuluhan kesehatan pada masyarakat khususnya remaja putri.

Melakukan pemeriksaan rutin kadar Hb remaja khususnya remaja putri dan lebih meningkatkan kegiatan UKS dan Ponkestren.

6.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian lebih lanjut tentang ¹¹ pengaruh konsumsi kacang merah (*Phaseolus Vulgaris L*) terhadap kenaikan Hb remaja putri menggunakan metode penelitian, variabel, jumlah populasi dan sampel yang berbeda sehingga diperoleh hasil yang lebih baik.

PENGARUH PEMBERIAN SARI KACANG MERAH TERHADAP PENINGKATAN KADAR HB REMAJA PUTRI USIA 15-17 TAHUN DI PONDOK PESANTREN TANAH MERAH KABUPATEN BANGKALAN

ORIGINALITY REPORT

25%

SIMILARITY INDEX

26%

INTERNET SOURCES

10%

PUBLICATIONS

14%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.uki.ac.id Internet Source	2%
2	repo.stikesicme-jbg.ac.id Internet Source	2%
3	repository.itspku.ac.id Internet Source	2%
4	repository.ub.ac.id Internet Source	2%
5	pt.scribd.com Internet Source	1%
6	retizen.republika.co.id Internet Source	1%
7	text-id.123dok.com Internet Source	1%
8	jurnal.uisu.ac.id Internet Source	1%

9	www.scribd.com Internet Source	1 %
10	repository.aisyahuniversity.ac.id Internet Source	1 %
11	Fukes Hariya Fitri, Dewi Susilowati, Ari Kurniarum. "PENGARUH KONSUMSI JUS KACANG MERAH (PHASEOLUS VULGARIS) TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN REMAJA PUTRI DI PONDOK PESANTREN NURUL QURAN KECAMATAN KOKAP KABUPATEN KULON PROGO PROVINSI DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA", <i>Journal of Midwifery Science and Women's Health</i> , 2022 Publication	1 %
12	mafiadoc.com Internet Source	1 %
13	repository.stikeselisabethmedan.ac.id Internet Source	1 %
14	eprints.umm.ac.id Internet Source	1 %
15	repository.poltekkes-denpasar.ac.id Internet Source	1 %
16	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet Source	1 %
17	repository.unhas.ac.id Internet Source	1 %

18	ejournal2.undip.ac.id Internet Source	1 %
19	repository.stei.ac.id Internet Source	1 %
20	perpustakaan.unprimdn.ac.id Internet Source	1 %
21	repository.setiabudi.ac.id Internet Source	1 %
22	pahlawandarahmakassar.wordpress.com Internet Source	1 %
23	repositori.uin-alauddin.ac.id Internet Source	1 %
24	repository.uinjkt.ac.id Internet Source	1 %
25	repository.umla.ac.id Internet Source	1 %
26	repository.unmuhjember.ac.id Internet Source	1 %
27	repository.utu.ac.id Internet Source	1 %
28	rsuhaji.jatimprov.go.id Internet Source	1 %
29	yankes.kemkes.go.id Internet Source	1 %

Exclude quotes Off

Exclude matches < 1%

Exclude bibliography Off