

## PEMBERIAN JUS JAMBU BIJI UNTUK MENINGKATKAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI

Febriana Nur Fatimah  
[febrianafatimah@gmail.com](mailto:febrianafatimah@gmail.com)  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta  
Sri Kustiyati, Luluk Fajria M

### ABSTRAK

**Latar Belakang :** Anemia dapat membawa dampak kurang baik pada remaja seperti menurunnya kesehatan reproduksi, perkembangan motorik mental, kecerdasan terhambat, menurunnya prestasi belajar, tingkat kebugaran menurun, dan tidak tercapainya tinggi badan maksimal. Pencegahan dan penanganan masalah anemia pada remaja ada dua cara yaitu farmakologi dan non farmakologi. Cara farmakologi yaitu bisa dengan mengkonsumsi fe 1 kali/minggu dengan dosis 60 mg. Dan non farmakologi yaitu asupan makanan yang mengandung zat besi salah satunya adalah jambu biji. **Tujuan :** Mengetahui bagaimana pemberian jus jambu biji dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri. **Metode Penelitian :** Studi kasus ini dilakukan dengan melakukan observasi selama satu minggu setelah diberikan jus jambu biji, dan setiap responden harus melakukan pemeriksaan hemoglobin sebelum dan sesudah jalannya studi kasus, responden berjumlah dua orang remaja putri dengan anemia. instrumen studi kasus wawancara, tes diagnostik, lembar observasi. **Hasil :** Studi kasus yang diperoleh yaitu, adanya peningkatan kadar hemoglobin pada kedua responden, hemoglobin sebelum diberi intervensi pada responden 11,7 gr/dl dan 11,6 gr/dl setelah diberi intervensi 1 gelas /hari jus jambu biji selama satu minggu hemoglobin mejadi 13,2 gr/dl dan 12,7 gr/dl. **Kesimpulan :** Pemberian jus jambu biji dapat meningkatkan kadar hemoglobi pada remaja putri.

**Kata kunci :** *Hemoglobin, Jambu Biji Merah, Remaja*