

## PENGARUH SUSU KEDELAI TERHADAP PENINGKATAN KADAR HB PADA REMAJA PUTRI ANEMIA

**Khoirunnisa<sup>1</sup>, Sri Handayani<sup>2</sup>**

[nisak9362@gmail.com](mailto:nisak9362@gmail.com)

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

### ABSTRAK

**Latar belakang :** Menurut WHO prevalensi anemia pada wanita umur 5- 14 tahun sebesar 26,4% dan umur 15-25 tahun sebesar 18,4%. Dampak dari Anemia pada remaja putri dapat menyebabkan kelelahan dan kesulitan berkonsentrasi saat belajar yang dapat berdampak negatif terhadap keberhasilan akademis. Anemia pada kalangan remaja putri, apabila tidak tertangani dengan baik dan berlanjut sampai dewasa akan berkontribusi besar terhadap angka kematian ibu, bayi lahir premature serta bayi dengan berat lahir rendah, dan beresiko mengalami pendarahan pada saat melahirkan. Susu kedelai mengandung zat besi yang membantu meningkatkan kadar hemoglobin karena faktor gizinya sehingga mencegah terjadinya anemia. **Tujuan :** untuk mengetahui pengaruh pemberian susu kedelai terhadap peningkatan kadar hb remaja putri yang mengalami anemia. **Metode :** Desain penelitian adalah *Pre Experiment* dan pendekatan *One Group Pretest Posttest*, sampel sebanyak 23 orang remaja putri di SMP Muhammadiyah 10 Surakarta, sampel yang digunakan adalah *total sampling*. Menggunakan uji normalitas *shapiro wilk* dan Uji analisis menggunakan *Uji Paired Simple T-Test*. **Hasil penelitian :** Hasil *Uji Paired Simple T-Test* berdasarkan nilai HB sebelum dan sesudah diberikan perlakuan menunjukkan nilai signifikan 0,000(<0,05) dengan nilai rata-rata peningkatan 1,6 gr/dl. **Kesimpulan :** Terdapat pengaruh positif pemberian susu kedelai terhadap peningkatan HB remaja putri yang mengalami anemia.

Kata kunci : Remaja, Anemia, susu kedelai