

# PENGARUH PEMBERIAN JUS JAMBU BIJI MERAH TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 SEPUTIH AGUNG LAMPUNG TENGAH

Anisya Oktavia Saputri<sup>1</sup>, Kamidah<sup>2</sup>

[anisyaoktaviaputri.students@aiska-university.ac.id](mailto:anisyaoktaviaputri.students@aiska-university.ac.id)

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

## ABSTRAK

**Latar Belakang :** Di wilayah Sumatra, Provinsi Lampung menduduki peringkat pertama prevalensi anemia tertinggi yaitu 63%. Di Lampung Tengah prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 60,8%. Dampak anemia pada remaja dapat berupa penurunan imunitas, konsentrasi, prestasi belajar kebugaran & aktivitas, jika tidak diatasi dengan baik, saat hamil berlanjut menjadi ibu hamil dengan anemia, berisiko melahirkan bayi prematur atau BBLR dan melahirkan generasi stunting berikutnya yang tidak hanya pendek namun memiliki kecerdasan (IQ) rendah, gangguan psikologis serta berisiko mengalami diabetes, hipertensi, dan penyakit kronik lain di masa depan. Pencegahan anemia dapat dimulai dari meningkatkan kadar Hemoglobin remaja menggunakan Jus Jambu Biji merah yang dalam 100gr mengandung 228,3gr Vitamin C yang dapat membantu penyerapan zat besi hingga 30% **Tujuan :** mengetahui pengaruh pemberian Jus Jambu Biji Merah terhadap peningkatan kadar Hemoglobin pada remaja putri. **Metode :** menggunakan *Quasi Experiment* dengan desain penelitian yang digunakan adalah *two group pre test- post test design* yaitu pemeriksaan awal sebelum perlakuan, kemudian diberikan intervensi Jus jambu Biji Merah pada kelompok intervensi dengan dosis Pemberian Jus Jambu Biji Merah dengan dosis 100gram diminum 1x sehari selama 7 hari dan pemberian penkes pada kelompok kontrol. Jumlah responden 30 yang dibagi menjadi 2 kelompok dan data dianalisis menggunakan uji statistik *Independent Sample T Test*. **Hasil :** sebelum diberikan perlakuan rata-rata Hemoglobin pada kelompok intervensi adalah 12 gr/dl dan 12,3 gr/dl pada kelompok kontrol. Setelah perlakuan pada kelompok intervensi mengalami kenaikan 1,8 gr/dl dan pada kelompok kontrol mengalami peningkatan 0,2 gr/dl. Hasil uji menunjukkan  $p=0,00 < 0,05$  yang berarti  $H_0$  diterima. **Kesimpulan :** Ada pengaruh pemberian Jus Jambu Biji Merah terhadap peningkatan kadar Hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 1 Seputih Agung Lampung Tengah.

**Kata kunci :** *Jus Jambu Biji Merah, Hemoglobin, Remaja Putri.*