

RINGKASAN

Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Merah Dan Semangka Merah Terhadap Kadar Kadar Hemoglobin Pada Siswi Madrasah Aliyah Pesantren Putri Al-Mawaddah Ponorogo Jawa Timur, Oita Belinda Fauziah, NIM G42211146. Tahun 2026, 95 halaman. Program Studi Gizi Klinik, Jurusan Kesehatan. Politeknik Negeri Jember, Yohan Yuanta, S.ST., M.Gizi (Dosen Pembimbing).

Anemia merupakan masalah kesehatan khususnya remaja dimana kadar hemoglobin dibawah nilai normal $\leq 12,0$ g/dl yang di cek menggunakan tes Hb digital seperti alat *GCHB Easy Touch*. Berdasarkan data RISKESDAS 2018 prevalensi anemia di Indonesia pada wanita usia produktif (15-24) sebesar 32%. Faktor resiko anemia diantaranya yaitu fase menstruasi yang tidak teratur, asupan dari zat gizi yang kurang, kurangnya pengetahuan terkait anemia, kurangnya kesadaran konsumsi TTD, serta status gizi yang kurang atau buruk. Salah satu cara mencegah kejadian anemia pada remaja putri yaitu dengan minum TTD secara rutin atau mengonsumsi bahan makanan yang dapat meningkatkan kadar Hb, contohnya seperti makan buah semangka dan buah naga merah yang mengandung vitamin C.

Penelitian ini memiliki tujuan yaitu memahami terkait pengaruh pemberian jus buah naga merah dan semangka merah terhadap kadar hemoglobin pada sisiwi madrasah aliyah Pesantren Putri Al-Mawaddah Ponorogo Jawa Timur. Dengan total subjek penelitian sebanyak 36 subjek yang terbagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan 18 subjek pada masing-masing kelompok. Kelompok perlakuan adalah kelompok yang diberi jus buah naga merah dan semangka merah serta kelompok kontrol yaitu kelompok yang tidak diberikan jus buah naga merah dan semangka merah serta pemberian TTD pada kedua kelompok setiap 1x/minggu selama penelitian. Kelompok intervensi diberikan jus buah naga merah dan semangka merah sejumlah 200 ml selama 14 hari pada pagi hari yaitu pada pukul 09.00 WIB.

Analisis data digunakan untuk memeriksa pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat. Data yang sudah tersedia diuji dengan uji *Shapiro Wilk*, dikarenakan total data kurang dari 50. Diketahui data berdistribusi secara normal. Setelah itu, uji beda data *pretest* dengan uji *Independent t test* dengan nilai sig. 0,744 yang memperlihatkan bahwa data tidak berbeda signifikan. Dilanjutkan uji beda dalam masing-masing kelompok menggunakan uji *Paired sample t-test* untuk mengetahui

perbedaan kadar hb sebelum dan sesudah intervensi dilakukan. Kemudian uji beda nilai *posttest* antar kelompok menggunakan uji *Independent Sample T test* diketahui nilai sig. yaitu 0,021 artinya terdapat perbedaan yang signifikan antar kelompok. Untuk mengetahui selisih kenaikan kadar hemoglobin pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol menggunakan uji *Independent Sample T test* dan diketahui bahwa nilai sig. \leq 0,05 yang artinya terdapat perbedaan antar kedua kelompok dengan nilai sig.0,007 yang artinya terdapat perbedaan signifikan pada selisih antar kelompok.

Berlandaskan hasil penelitian serta analisis yang telah dilakukan, terdapat efek positif dari konsumsi jus buah naga merah dan semangka merah pada peningkatan kadar hemoglobin pada subjek, hal ini dikarenakan adanya kandungan vitamin C yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh sehingga berdampak pada kadar hemoglobin yang meningkat. Dengan selisih perbedaan yaitu dari 10,8 g/dl menjadi 13,5 g/dl.