

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN SARI KACANG HIJAU TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DI SMP N 1 BANGUN PURBA

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



RISKY ADE SAHPUTRI
NIM : 2239052

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
TAHUN 2026**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Penelitian : -
Nama : Risky Ade Sahputri
Judul : Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap
Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMP N 1
Bangun Purba
Nim : 2239052

Skripsi ini telah diperiksa, disetujui, dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diseminarkan dihadapan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.

Pasir Pengaraian, 28 Juli 2026

Pembimbing



Ns. Romy Wahyuny, S.Kep., M.Kes
NIDN :1017068404

HALAMAN PENGESAHAN

PENGARUH PEMBERIAN SARI KACANG HIJAU TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DI SMP N 1 BANGUN PURBA

SKRIPSI

Disusun Oleh :

RISKY ADE SAHPUTRI
NIM : 2239052

Diujikan Dalam Sidang Skripsi Pada Tanggal 28 Juli 2026

Mengetahui

Ketua Penguji :



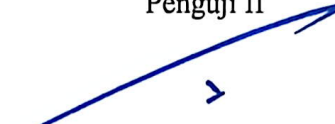
Ns. Romy Wahyuny, S.Kep., M.Kes
NIDN : 1017068404

Penguji I



Bdn. Eka Yuli Handayani, SST, M.Kes
NIDN : 1024098801

Penguji II



Bdn. Sri Wulandari, S.Keb., MPH
NIDN : 1004028501

Disahkan Oleh :

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Ns. Romy Wahyuny, S.Kep., M.Kes
NIDN : 1017068404

Disetujui Oleh :

Ketua Program Studi Kebidanan



Bdn. Andria, SST., M.Biomed
NIDN : 1008058607

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Risky Ade Sahputri
NIM : 2239052
Program Studi : Sarjana Kebidanan
Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMP N 1 Bangun Purba

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alih tulis atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan saya sendiri.

Pasir pengaraian, 28 Juli 2026

Yang membuat pernyataan



Risky Ade Sahputri

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini dengan judul “Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMP N 1 Bangun Purba”. Penulis menyadari adanya kekurangan dalam penulisan skripsi penelitian ini, oleh karena itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang membangun untuk kesempurnaan skripsi.

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat dalam menyelesaikan tugas akhir Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian. Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dari beberapa pihak oleh sebab itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Hardianto, SPd, MPd selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian.
2. Lutfia Nur Alfiah, SP., M.Si selaku wakil Rektor I Universitas Pasir Pengaraian.
3. Hidayat, SE, MM selaku wakil Rektor II Universitas Pasir Pengaraian.
4. Ns. Romy Wahyuni, S.Kep., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian dan sekaligus selaku dosen pembimbing penelitian yang telah bersedia memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan skripsi ini.
5. Bdn. Andria, M.Biomed selaku Ka.Prodi S-1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.
6. Bdn. Eka Yuli Handayani, SST, M.Kes selaku Penguji I penelitian ini yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan skripsi ini.
7. Bdn. Sri Wulandari, S.Keb., MPH selaku Penguji II penelitian ini yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan skripsi ini.
8. Kepala Sekolah SMP N 1 Bangun Purba yang telah bersedia membantu penulis dalam memberikan informasi untuk penelitian ini.

9. Seluruh Civitas Akademika Prodi S-1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian yang telah memberikan ilmu serta memfasilitasi dan membantu penulis selama menempuh perkuliahan.
10. Teruntuk kedua orang tua tercinta, bapak Susanto dan mamak Irmayani. Beliau sangat berperan penting dalam menyelesaikan program studi penulis, beliau memang tidak sempat merasakan pendidikan sampai bangku perkuliahan, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberikan dukungan moral dan materiil hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
11. Teruntuk kakak dan ketiga adik kandung, Riska Ayu Wulandari, Reisya Nahwa, Reihana Keiza, dan Revalina Chaesa. Terimakasih atas segala usaha dan support yang telah diberikan kepada penulis dalam proses pembuatan skripsi dan sudah menjadi mood booster dan menjadi alasan penulis untuk pulang ke rumah setelah beberapa bulan meninggalkan rumah demi menempuh pendidikan di bangku perkuliahan. Terakhir, Terimakasih untuk diri sendiri yang telah berusaha keras dan berjuang sejauh ini. Terimakasih pada raga dan jiwa yang masih tetap tegar dan ikhlas menjalani semuanya hingga sekarang. Terimakasih telah percaya pada keraguan dan kelelahan serta segala perjuangan dalam setiap proses ini, meskipun jalannya terasa begitu berat. Saya bangga pada diri saya sendiri. Terimakasih diriku semoga tetap rendah hati, ini baru awal dari permulaan hidup tetap semangat kamu pasti bisa.
12. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada teman dekat sekaligus sahabat yang selalu memberikan dukungan, semangat, doa, serta menemani penulis dalam menghadapi berbagai tantangan selama masa perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini. Kehadiran dan dukungan yang diberikan sangat berarti bagi penulis, selama masa kuliah yang telah menjadi sahabat dalam berbagai cerita, memberi dukungan, motivasi serta semangat dalam menghadapi berbagai tantangan sepanjang proses kuliah hingga penyusunan skripsi ini selesai.

Akhirnya kepada Allah SWT juga penulis berserah diri dengan harapan semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan semoga Allah SWT senantiasa melindungi kita semua, aamiin.

Pasir Pengaraian, 28 Juli 2026



Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR BAGAN	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
ABSTRAK	xiv
<i>ABSTRACT</i>	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
E. Keaslian Penelitian	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Tinjauan Teori	10
B. Kerangka Teori	24
C. Kerangka Konsep	25
D. Hipotesa	26
BAB III METODE PENELITIAN	27
A. Jenis Dan Rancangan Penelitian	27
B. Populasi, Sampel, Dan Teknik Sampling	27
C. Ruang Lingkup Penelitian	29
D. Variabel Penelitian	29
E. Definisi Operasional	29

F. Jenis Data	30
G. Teknik Pengumpulan Data	31
H. Instrumen Penelitian	32
I. Pengolahan Data	32
J. Analisis Data	33
K. Etika Penelitian	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	36
A. Hasil	36
B. Pembahasan	38
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	40
A. Kesimpulan	40
B. Saran	40
DAFTAR PUSTAKA	42
LAMPIRAN	45

DAFTAR GAMBAR

Gambar2.1 Sari Kacang Hijau	16
-----------------------------------	----

DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	18
Bagan 2.2 Kerangka Konsep	19

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	5
Tabel 3.1 Rancangan Penelitian	20
Tabel 3.2 Definisi Operasional	23
Tabel 4.1 Distribusi Rata-Rata Kadar Hemoglobin Sebelum Diberikan Sari Kacang Hijau	36
Tabel 4.2 Distribusi Rata-Rata Kadar Hemoglobin Sesudah Diberikan Sari Kacang Hijau	37
Tabel 4.3 Pengaruh Pemberian Minuman Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin	37

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Surat Izin Penelitian
- Lampiran 2 : Surat Keterangan Persetujuan Penelitian
- Lampiran 3 : Surat Keterangan Melakukan Selesai Penelitian
- Lampiran 4 : Surat Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 5 : Lembar Persetujuan Menjadi Reponden
- Lampiran 6 : SOP
- Lampiran 7 : Lembar Ceklis
- Lampiran 8 : Master Tabel
- Lampiran 9 : Hasil Output SPSS
- Lampiran 10 : Dokumentasi

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN**

**SKRIPSI, 28 Juli 2026
Risky Ade Sahputri
2239052**

**PENGARUH PEMBERIAN SARI KACANG HIJAU TERHADAP KADAR
HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DI SMP N 1 BANGUN PURBA**

xv + 62 Halaman + 2 Bagan + 6 Tabel + 10 Lampiran

ABSTRAK

Anemia adalah masalah kesehatan yang sering dialami oleh remaja perempuan. Hal ini disebabkan oleh kebutuhan zat besi yang meningkat selama masa pertumbuhan dan saat menstruasi. Salah satu upaya nonfarmakologis untuk meningkatkan kadar hemoglobin adalah dengan mengonsumsi sari kacang hijau. Sari kacang hijau ini mengandung zat besi, protein, asam folat, dan vitamin B kompleks yang sangat baik bagi tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah pemberian sari kacang hijau dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMP N 1 Bangun Purba. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain pre-eksperimental one group pretest-posttest design. Sampel penelitian ini berjumlah 48 responden dengan menggunakan teknik purposive sampling. Pengukuran kadar hemoglobin dilakukan sebelum dan sesudah pemberian sari kacang hijau sebanyak 250ml per hari selama 4 hari. Analisis data menggunakan uji paired T-Test. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kadar hemoglobin sebelum pemberian sari kacang hijau adalah 10,82g/dl dengan standar deviasi 0,266 sedangkan setelah pemberian sari kacang hijau rata-rata kadar hemoglobin meningkat menjadi 12,46g/dl dengan standar deviasi 0,482. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,001 (< 0,05)$, sehingga H_a diterima dan H_o ditolak. Dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan rata-rata kadar hemoglobin pada remaja putri sesudah diberikan sari kacang hijau dengan peningkatan sebesar 1,64g/dl.

Kata Kunci: Sari kacang hijau, hemoglobin, anemia, remaja putri.

Daftar Pustaka : 26 (2016 – 2024)

**BACHELOR OF MIDWIFERY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITY OF PASIR PENGARAIAN
THESIS, 28 July 2026**

**Risky Ade Sahputri
2239052**

**THE EFFECT OF GREEN BEAN JUICE ADMINISTRATION ON
HEMOGLOBIN LEVELS AMONG ADOLESCENT GIRLS AT SMP N 1
BANGUN PURBA**

xv + 62 Page + 2 Chart + 6 Tables + 10 Appendices

ABSTRACT

Anemia is a health issue frequently experienced by adolescent girls, often due to increased iron requirements during periods of growth and menstruation. One non-pharmacological approach to increasing hemoglobin levels is the consumption of mung bean extract. This extract contains iron, protein, folic acid, and B-complex vitamins, all of which are highly beneficial for the body. This study aimed to determine whether the administration of mung bean extract could increase hemoglobin levels among adolescent girls at SMP N 1 Bangun Purba. The study employed a quantitative approach with a pre-experimental, one-group pretest-posttest design. The sample consisted of 48 respondents selected via purposive sampling. Hemoglobin levels were measured before and after the administration of 250 ml of mung bean extract daily for four days. Data analysis was conducted using the Paired T-Test. The results showed that the mean hemoglobin level prior to the intervention was 10,82g/dl (standard deviation: 0,266), while after the intervention, the mean level rose to 12,46g/dl (standard deviation: 0,482). Statistical analysis yielded a p-value of 0,00 ($<0,05$); thus, the alternative hypothesis (H_a) was accepted, and the null hypothesis (H_o) was rejected. It can be concluded that there is a significant difference in the average hemoglobin levels in adolescent girls after being given mung bean juice with an increase of 1.64g/dl.

Keywords : Mung bean extract, hemoglobin, anemia, adolescent girls.

Bibliography : 26 (2016 - 2014)