

SKRIPSI

EFEKTIVITAS PEMBERIAN PUDING BAYAM MERAH (*AMARANTHUS DUBIUS*) DAN PUDING BAYAM HIJAU (*AMARANTHUS GANGETICUS*) TERHADAP KADAR HB PADA REMAJA PUTRI



OLEH :

DIAH AYU WIDYANTI

NIM.2017080015

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS GRESIK
2021**

SKRIPSI

EFEKTIVITAS PEMBERIAN PUDING BAYAM MERAH (*AMARANTHUS DUBIUS*) DAN PUDING BAYAM HIJAU (*AMARANTHUS GANGETICUS*) TERHADAP KADAR HB PADA REMAJA PUTRI

**Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)
Pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Gresik**



OLEH :

DIAH AYU WIDYANTI

NIM.2017080015

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS GRESIK
2021**

SURAT PERNYATAAN

Bersama ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri dan belum pernah dikumpulkan oleh peneliti lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di perguruan tinggi lain.

Gresik, 03 Agustus 2021
Yang menyatakan



DIAH AYU WIDYANTI
NIM: 20170800015

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi ini disetujui untuk diajukan

Tanggal, 03 Agustus 2021

OLEH :

PEMBIMBING I



Khoiroh Umah, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIDN : 0714028303

PEMBIMBING II

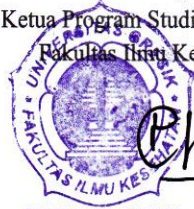


Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIDN : 0719028301

Mengetahui

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Gresik



Khoiroh Umah, S.Kep.,Ns.,M.Kep

NIDN. 0714028303

PENETAPAN PANITIA PENGUJI SIDANG SKRIPSI

Skripsi ini telah diuji dan dinilai oleh panitian penguji

Pada tanggal, 3 Agustus 2021

PANITIA PENGUJI

Ketua : Lina Madyastuti R.,S.Kep.,Ns.,M.Kep (.....) 

Anggota : 1. Khoiroh Umah, S.Kep.,Ns.,M.Kep (.....) 

2. Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep (.....) 

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik



Khoiroh Umah, S.Kep.,Ns.,M.Kep
NIDN.0714028303

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kami panjatkan kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“EFEKTIVITAS PEMBERIAN PUDING BAYAM MERAH (*AMARANTHUS DUBIUS*) DAN PUDING BAYAM HIJAU (*AMARANTHUS GANGETICUS*) TERHADAP KADAR HB PADA REMAJA PUTRI”** dengan baik. Skripsi ini merupakan salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep) pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik.

Dalam menyelesaikan skripsi ini kami telah banyak mendapat bantuan dari berbagai pihak, pada kesempatan ini kami sampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Dr. H. Sukiyat, SH., M.Si, selaku Rektorat Universitas Gresik yang telah menyediakan fasilitas kepada kami untuk mengikuti pendidikan di program studi S1 Ilmu Keperawatan.
2. Dr. Roihatul Zahroh, S.Kep.,Ns.,M.Ked., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Gresik yang telah memberikan kesempatan, bimbingan dan motivasi kepada kami untuk menyelesaikan pendidikan Program Studi S1 Ilmu Keperawatan.
3. Khoiroh Umah S,Kep.,Ns.,M.Kep, selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan dan pembimbing I yang telah meluangkan waktu, membimbing, sabar menghadapi saya dan memberikan motivasi yang sangat membangun dan bermanfaat dalam menyusun skripsi ini.
4. Retno Twistiandayani, S.Kep.,Ns.,M.Kep, selaku pembimbing 2 yang dengan penuh kesabaran memberikan bimbingan, arahan, saran dan kritik selama proses penyusunan skripsi penelitian ini.

5. Seluruh staf dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Gresik yang telah memberikan bantuan kepada saya selama menempuh pendidikan.
6. Bapak Nurul Askin (alm) selaku Kepala Desa Metatu yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian ini.
7. Kepada responden yang telah bersedia meluangkan waktu dan membantu dalam melakukan penelitian ini.
8. Kepada orang tua yang selalu mendoakan serta memberikan dukungan materil dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Saudara saya intan yang telah membantu, dan memberikan motivasi dalam mengerjakan skripsi ini.
10. Sahabat saya Wahyu Ilhami yang telah mensupport dan memberi motivasi ketika saya merasa down.
11. Teman-teman saya Rahmania, Erma Lihattus, dan Kurnia Eri, di Program studi Ilmu Keperawatan yang telah memberi bantuan dan support dalam menyelesaikan skripsi ini.
12. Teman- teman A12 seperjuangan di Program Studi Ilmu Keperawatan yang telah memberi motivasi dan dukungan dalam menyelesaikan skripsi ini

Terimakasih

Semoga Allah SWT membalas budi baik semua pihak yang telah memberikan kesempatan, dukungan dan bantuan dalam menyelesaikan skripsi ini. Saya menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, tetapi saya berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca dan bagi perkembangan Ilmu Keperawatan.

Gresik, 29 Juli 2021

Penulis ,

ABSTRAK

EFEKTIVITAS PEMBERIAN PUDING BAYAM MERAH (*AMARANTHUS DUBIUS*) DAN PUDING BAYAM HIJAU (*AMARANTHUS GANGETICUS*) TERHADAP KADAR HB PADA REMAJA PUTRI

Oleh : Diah Ayu Widyanti

Latar Belakang: Anemia merupakan salah satu masalah gizi utama yang paling sering di temukan di dunia. Remaja putri berisiko tinggi menderita anemia, karena pada masa ini terjadi peningkatan kebutuhan zat besi akibat adanya pertumbuhan dan menstruasi. Penatalaksanaan anemia pada remaja dapat berupa terapi Farmakologi dengan mengkonsumsi obat penambah darah satu hari sekali selama masa menstruasi dan cara non farmakologi bisa dengan cara mengkonsumsi sayur bayam yang diolah menjadi puding untuk meningkatkan Hb.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui efektivitas pemberian puding bayam merah dan puding bayam hijau terhadap kadar Hb pada remaja putri.

Metode: Penelitian ini menggunakan metode *quasy eksperimental* dengan menggunakan pendekatan *pre post test design*. Dilaksanakan di Desa Metatu, waktu penelitian dilakukan pada bulan Maret sampai dengan April 2021. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 16 responden dengan uji *Wilcoxon Signed Rank Test*.

Hasil: Dari hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* pada puding bayam merah dan puding bayam hijau didapatkan nilai $\rho=0.012<0.05$ yang artinya ada pengaruh pemberian puding bayam merah dan puding bayam hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri. Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji statistik *Uji Mann-Whitney U Test* didapatkan nilai $\rho=0.874>0.05$ artinya bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan antara pemberian puding bayam merah maupun puding bayam hijau dalam meningkatkan kadar Hemoglobin pada remaja putri, karena kedua intervensi tersebut memiliki pengaruh terhadap peningkatan kadar Hemoglobin.

Kesimpulan: Pemberian puding bayam merah dan puding bayam hijau sama efektif terhadap peningkatan kadar Hemoglobin pada remaja putri.

Kata Kunci: puding bayam merah, puding bayam hijau, Hb, remaja putri

ABSTRAK

THE EFFECTIVENESS OF GIVING RED SPINNING PUDDING (AMARANTHUS DUBIUS) AND GREEN SPINNING PUDDING (AMARANTHUS GANGETICUS) ON HB LEVELS IN ADOLESCENT WOMEN

By : Diah Ayu Widyanti

Background: Anemia is one of the most common nutritional problems in the world. Teenage girls are at high risk of suffering from anemia, because at this time there is an increase in the need for iron due to growth and menstruation. Management of anemia in adolescents can be in the form of pharmacology therapy by consuming blood-boosting drugs once a day during menstruation and non-pharmacological methods can be by consuming spinach which is processed into pudding to increase Hb.

Research Objectives: To determine the effectiveness of giving red spinach pudding and green spinach pudding on Hb levels in adolescent girls.

Methods: This study used a quasi-experimental method using a pre post test design approach. Conducted in Metatu Village, the time of the study was carried out from March to April 2021. The sample in this study amounted to 16 respondents with the Wilcoxon Signed Rank Test.

Results: From the results of the Wilcoxon Signed Rank Test statistic on red spinach pudding and green spinach pudding, the value $=0.012 < 0.05$, which means that there is an effect of giving red spinach pudding and green spinach pudding to increase hemoglobin levels in adolescent girls. The results of statistical analysis using the Mann-Whitney U Test statistical test obtained a value of $= 0.874 > 0.05$, meaning that there was no significant difference between giving red spinach pudding and green spinach pudding in increasing hemoglobin levels in adolescent girls, because the two interventions had an effect on to an increase in hemoglobin levels.

Conclusion: Giving red spinach pudding and green spinach pudding was equally effective in increasing hemoglobin levels in adolescent girls.

Keywords: red spinach pudding, green spinach pudding, Hb, young women

DAFTAR ISI

Halaman Sampul	i
Lembar Pernyataan	iii
Lembar Pengesahan	v
Lembar Persetujuan Panitia Penguji	vi
Ucapan Terima Kasih	vii
Abstrak	x
Daftar Isi	xii
Daftar Tabel	xv
Daftar Gambar.....	xvi
Daftar Lampiran.....	xvii
Daftar Lambang dan Singkatan.....	xviii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian	7
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Anemia.....	8
2.1.1 Definisi Anemia	8
2.1.2 Jenis-Jenis Anemia	9
2.1.3 Etiologi Anemia	16
2.1.4 Klasifikasi Anemia	19
2.1.5 Patofisiologi Anemia	19
2.1.6 Manifestasi Klinis Anemia.....	20
2.1.7 Pencegahan Anemia.....	21
2.1.8 Penatalaksanaan Anemia	21
2.2 Konsep <i>Hemoglobin</i>	22
2.2.1 Definisi Hemoglobin	22
2.2.2 Struktur Hemoglobin	23

2.2.3	Fungsi Hemoglobin	25
2.2.4	Faktor-faktor yang mempengaruhi kadar Hemoglobin	26
2.2.5	Pembentukan Hemoglobin	27
2.3	Konsep Remaja	28
2.3.1	Definisi Remaja	28
2.3.2	Batasan Usia Remaja	29
2.4	Konsep Bayam Hijau	30
2.4.1	Definisi Bayam Hijau	30
2.4.2	Taksonomi Bayam Hijau	31
2.4.3	Morfologi Bayam Hijau	31
2.4.4	Manfaat Bayam Hijau	33
2.4.5	Kandungan Bayam Hijau	36
2.5	Konsep Bayam Merah	37
2.5.1	Definisi Bayam Merah	37
2.5.2	Taksonomi Bayam Merah	37
2.5.3	Morfologi Bayam Merah	38
2.5.4	Manfaat Bayam Merah	38
2.5.5	Kandungan Bayam Merah	39
2.6	Konsep Puding	40
2.6.1	Definisi Puding	40
2.6.2	Macam-macam Puding	41
2.7	Keaslian Penelitian	43
BAB 3	KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	47
3.1	Kerangka Konsep	47
3.2	Hipotesis	49
BAB 4	METODE PENELITIAN	50
4.1	Desain Penelitian	50
4.2	Kerangka Kerja	51
4.3	Populasi, Sampel, dan Sampling	52
4.3.1	Populasi	52
4.3.2	Sampel	52
4.3.3	Teknik Sampling	52
4.4	Identifikasi Variabel	52
4.4.1	Variabel Independen	53

4.4.2	Variabel Dependen	53
4.5	Definisi Operasional.....	53
4.6	Pengumpulan dan Pengolahan Data.....	56
4.6.1	Instrumen Penelitian	56
4.6.2	Lokasi dan Waktu Penelitian	57
4.6.3	Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data	57
4.6.4	Intervensi Perlakuan	58
4.6.5	Analisa Data.....	58
4.7	Etika Penelitian	59
4.7.1	Lembar Persetujuan (<i>Informed Consent</i>).....	59
4.7.2	Tanpa Nama (<i>Anatomy</i>).....	60
4.7.3	Kerahasiaan (<i>Confidentially</i>)	60
BAB 5	PEMBAHASAN	61
5.1	Hasil Penelitian	61
5.1.1	Gambaran Umum Lokasi Penelitian	61
5.1.2	Karakteristik Data Umum.....	62
5.1.3	Variabel yang Diukur	68
5.2	Pembahasan	71
5.2.1	Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Sebelum Dan Sesudah Pemberian Puding Bayam Merah.....	71
5.2.2	Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Sebelum Dan Sesudah Pemberian Puding Bayam Hijau	74
5.2.3	Efektivitas Pemberian Puding Bayam Merah Dan Puding Bayam Hijau Terhadap Kadar Hb Pada Remaja Putri	77
5.3	Keterbatasan Penelitian	79
BAB 6	KESIMPULAN dan SARAN	80
6.1	Kesimpulan dan Saran	80
6.1.1	Kesimpulan	80
6.1.2	Saran	80
	DAFTAR PUSTAKA	82`
	LAMPIRAN	84
	LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI	

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 kandungan zat gizi tanaman bayam hijau/100gr	36
Tabel 2.2 kandungan zat gizi tanaman bayam merah/100gr	39
Tabel 4.1 Rancangan Penelitian Quasy Eksperimental	50
Tabel 5.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur	62
Tabel 5.2 Karakteristik Responden Berdasarkan Sering Merasa Pusing atau Sakit Kepala	63
Tabel 5.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Sulit Berkonsentrasi..	63
Tabel 5.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Sering Merasa Mengantuk Setelah Makan	64
Tabel 5.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Merasa Lemas Dan Cepat Lelah Ketika Beraktivitas	64
Tabel 5.6 Karakteristik Responden Berdasarkan Sedang Menstruasi ..	65
Tabel 5.7 Karakteristik Responden Berdasarkan Riwayat Keluarga Hemoglobin Rendah	65
Tabel 5.8 Karakteristik Responden Berdasarkan Minum Suplemen Penambah Darah Saat Pusing	66
Tabel 5.9 Karakteristik Responden Berdasarkan Sering Mengonsumsi Sayur Bayam	66
Tabel 5.10 Perubahan Tingkat Kadar Hemoglobin Total Sebelum dan Sesudah Pemberian Puding Bayam Merah	68
Tabel 5.11 Perubahan Tingkat Kadar Hemoglobin Total Sebelum dan Sesudah Pemberian Puding Bayam Hijau	69
Tabel 5.12 Efektivitas Pemberian Puding Bayam Merah dan Puding	

Bayam Hijau Terhadap Hemoglobin pada Remaja Putri	70
---	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Stuktur Hemoglobin	24
Gambar 2.2 Bayam Hijau	30
Gambar 2.3 Bayam Merah	37
Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Efektivitas Pemberian Puding Bayam Merah dan Puding Bayam Hijau terhadap Kadar Hemoglobin Pada remaja putri	47
Gambar 4.1 Kerangka Kerja Efektivitas Pemberian Puding Bayam dan Puding Bayam Hijau terhadap Kadar Hb pada remaja putri.	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Surat Izin Pengambilan Data Awal	78
Lampiran 2	<i>Informed Consent</i>	82
Lampiran 3	Lembar persetujuan Untuk Menjadi Responden	83
Lampiran 4	Kuisisioner Format Pengumpulan Data	84
Lampiran 5	<i>Standart Operational Procedure (SOP)</i>	86
Lampiran 6	Data Demografi	90
Lampiran 7	Lembar Observasi Kadar Hemoglobin	91
Lampiran 8	Tabulasi Data Khusus	93
Lampiran 9	Hasil SPSS.....	94
Lampiran 10	Dokumentasi	109
Lampiran 11	Lembar Konsultasi Pembimbing I.....	114
Lampiran 12	Lembar Konsultasi Pembimbing II	116

DAFTAR LAMBANG DAN SINGKATAN

Daftar Lambang:

%	: Persen
-	: Sampai dengan
–	: Kurang
=	: Sama dengan
<	: Lebih kecil
>	: Lebih besar
/	: Atau

Daftar Singkatan:

dl	: Desiliter
Gr	: Gram
Kg	: Kilo gram
WHO	: <i>World Health Organization</i>
SOP	: <i>Standart Operational Procedure</i>
Poskesdes	: Pos Kesehatan Desa
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar