

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiah, 2023. "Asupan Zat Besi, Vitamin C Dan Konsumsi Tablet Tambah Darah Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Smpit Majmaul Bahrain Bogor." *Jurnal Ilmu Gizi Dan Dietetik* 2(2): 103–8.
- Amin, 2023. "Populasi Dalam Penelitian Merupakan Suatu Hal Yang Sangt Penting, Karena Ia Merupakan Sumber Informasi." *Jurnal Pilar* 14(1): 15–31.
- Ariyanti, 2020. "Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Anemia Di Tabanan 1." 3: 48–53.
- Atik, 2022. "Gambaran Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Smk Wilayah Dataran Tinggi." *Jurnal Indonesia*
- Deswati, 2019. "Pola Pengobatan Anemia Pada Ibu Hamil Di Salah Satu Rumah Sakit Ibu Dan Anak." *Jurnal Family Edu* 5(1): 13–21.
- Dita, 2023. "Prosiding Tin Persagi 2023: 131-140 Edukasi Gizi Anemia Dengan Media Dita Ayu Syaaza, Dkk." : 131–40.
- Endang, 2021. "Studi Hubungan Kadar Protein Dengan Kadar Hemoglobin Pada Siswi Di Sma N 2 Sukoharjo." : 307–10.
- Fatimah, 2023. "Ibu Hamil Anemia The Effect Of Giving Green Extract On Increasing Hemoglobin Levels Of Anemic Pregnant Women." *Jurnal Kesehatan Madani Medika*
- Firmansyah, 2024. "Asupan Protein Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Siswi." 16: 45–53.
- Handayani, 2022. "Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smp Budi Mulia Kabupaten Karawang Tahun 2018." *Muhammadiyah Journal Of Midwifery* 2(2): 76.
- Imania, Annisa, And Hayuni Rahmah. 2021. "Pemberian Jus Bayam Dan Tomat Untuk Mengatasi Defisit Nutrisi Pada Ibu Hamil Trimester Tiga Dengan Anemia : Studi Kasus." *Journal Of Health And Cardiovascular Nursing* 1(2): 54–62.

- Kemenkes Ri. 2020. "Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (Ttd) Bagi Ibu Hamil." Kementerian Kesehatan Republik Indonesia: 24. https://Promkes.Kemkes.Go.Id/Pub/Files/Files99516ttd_Bumil_Ok 2.P Df.
- Kurniawati, Putri. 2017. 01 Universitas Nusantara Pgri Kediri Guyton And Hall Textbook Of Medical Physiology.
- Lestari, Dinda Tri, Ali Khomsan, Faisal Anwar, And Dwi Santy Damayanti. 2022. "Protein Intake And Menstruation With Anemia Status In Young Women Based On Economic Status In Cianjur District Asupan Protein Dan Menstruasi Dengan Status Anemia Remaja Putri Berdasarkan Status Ekonomi Di Kabupaten Cianjur." 2(2): 75–84.
- Nais, 2020. "Korelasi Pengetahuan , Kebiasaan Sarapan , Asupan Protein , Zat Besi , Dan Status Gizi Dengan Status Anemia Pada Remaja Putri Di Sman 1 Weru Sukoharjo." : 98–105.
- Nurwulan, 2024. "Efektivitas Tablet Fe Kombinasi Jus Bayam Dan Tomat Terhadap Peningkatan Hemoglobin Ibu Hamil Trimester Iii Di Puskesmas Angsana." 4(2): 529–36.
- Paramita, Et Al. 2024. "Hubungan Kebiasaan Konsumsi Teh Dengan Kejadian The Relationship Of Tea Consumption Habits With Incidences Of Anemia In Adolescent Girls At Pekanbaru City."
- Putri, 2022. "Asupan Protein, Zat Besi Dan Status Gizi Pada Remaja Putri." 11(November 2021): 6–17.
- Putri, 2021. "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri." 03(01): 1293–98.
- Ramadhanti, Suci Dwi, And Priyo Sulistiyono. 2021. "Perubahan Pangan Sumber, Pemacu, Dan Penghambat Zat Besi Pada Ibu Hamil Anemia." Nutrition And Food Science Application Journal 1(September): 1–11.

- Rini, 2019. "Pengaruh Pemberian Jus Bayam Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Pasar Minggu Jakarta Selatan Tahun 2018." 1(1).
- Salam, 2021. "Pengembangan Desain Mesin Pemisah Polong Kacang Hijau."
- Sri Wahyuni, E. 2021. "Pengaruh Suplementasi Fe Dan Vitamin C Terhadap Hemoglobin Dan Indeks Eritrosit Remaja Putri The." Jurnal Kesehatan 12(2): 162–72. [Http://Ejurnal.Poltekkes-Tjk.Ac.Id/Index.Php/Jk](http://Ejurnal.Poltekkes-Tjk.Ac.Id/Index.Php/Jk).
- Studi, Program, Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, And Universitas Diponegoro. 2019. "College , Volume Tahun Halaman Nutrition
- Sulaiman, 2022. "Defisiensi Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil." Journal Of Telenursing (Joting) 4(1): 11–19.
- Survei Kesehatan Indonesia (Ski) Dalam Angka. 2023. "Survei Kesehatan Indonesia (Ski)." Kementerian Kesehatan Ri: 1–964.
- Telisa, 2020. "Asupan Zat Gizi Makro, Asupan Zat Besi, Kadar Haemoglobin Dan Risiko Kurang Energi Kronis Pada Remaja Putri." Action: Aceh Nutrition Journal 5(1): 80.
- Tonasih. 2019. "Efektifitas Pemberian Tablet Tambah Darah Pada Remaja Terhadap Peningkatan Hemoglobin (Hb) Di Stikes Muhammadiyah Cirebon." Jurnal Smart Kebidanan 6(2): 106.
- Tri Restu H, Susmita. 2022. "Pemanfaatan Bayam Hijau Sebagai Upaya Mencegah Anemia Pada Ibu Hamil." 02: 18–23.

- Yunita, 2020. "The Relationship Between Young Women 'S Knowledge About Iron Consumption And The Incidence Of Anemia In Junior High School 18 Surakarta." Placentum: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya 8(1): 36.
- Zanuba, 2023. "Hubungan Kebiasaan Sarapan Pagi, Tingkat Kecukupan Protein Dan Vitamin C Dengan Kejadian Anemia Di Smkn 12 Surabaya

LAMPIRAN

Lampiran 1 Master Tabel

NAMA	Usia (thn)	kelas	Kadar Hb			Energi										Protein									
						sebelum intervensi			Rata-rata	AKG %	sesudah intervensi			Rata-rata	AKG %	sebelum intervensi			Rata-rata	AKG %	sesudah intervensi			Rata-rata	AKG %
			sebelum	sesudah	selisih	Hari 1	Hari 2	Hari 3	sebelum	sebelum	Hari 1	Hari 2	Hari 3	sesudah	sesudah	Hari 1	Hari 2	Hari 3	sebelum	sebelum	Hari 1	Hari 2	Hari 3	sesudah	sesudah
DCR	17	11	11,3	12	0,7	1.927	1.993,80	2.001,30	1960	94	1995,5	2011,4	2059,4	2022,1	96	40,9	44,9	48,7	44	68	49,2	51,2	52,3	68	78
LS	16	10	11,4	11,9	0,5	1.556,60	1690,3	1701,5	2236	79	1880,9	1910,5	1997,4	1929,6	91	34,5	40,2	41,4	38	59	42,3	45,8	52,7	59	72
WS	17	11	11,2	12	0,8	1809,1	1820,5	1852,2	1886	87	1966,3	2010,2	2090,4	2030	90	37,6	41,5	62,4	47	72	49,5	54,7	60,2	72	84
RP	17	11	10,9	11,5	0,6	1611,1	1891,5	1994,5	1761	87	1980,6	2014,5	2110,3	2035,2	96	49,6	50,2	53,5	51	78	55,5	59	61,2	78	90
HMB	17	11	11,5	12,1	0,6	1862,1	1961,8	1969,5	1912	92	1978,7	1998,3	2011,6	1996,2	95	50,4	51,2	52,1	51	78	52,9	57,7	64	78	89
IR	17	11	11,9	12,8	0,9	1733,1	1889,2	1991,4	1954	89	2010,9	2020,8	2040,5	2030,3	96	49,2	51,5	51,8	50	78	52,5	55,6	65	78	88
FD	16	10	11,5	12,2	0,7	1609,1	1734,1	1889,4	1672	83	1886,9	1890,6	1996,3	1940,2	91	50,8	52,2	52,5	51	79	55,3	58,9	67,3	79	93
WS	16	10	10,8	11,4	0,6	1519,3	1669,8	1770,5	1565	79	1833,1	1866,1	1910,6	1890,9	89	36,7	40,4	43,3	40	61	48,9	52,9	59,6	61	82
SY	16	10	11,8	12,2	0,4	1971,1	1980,2	1999,6	1976	94	2010,8	2066,8	2089,2	2070	97	56,1	58,9	60,9	58	90	59,3	60,4	66	90	95
CL	17	10	11,4	12,3	0,9	1703,1	1991,2	2011,5	1847	91	1965,8	2005,9	2055,8	2009,167	95	45,8	49,5	50,2	48	74	57,1	60,1	63,3	74	92
CP	17	11	11,3	12,1	0,8	1669,7	1745,4	1808,6	1708	83	1880,1	1891,4	1910,4	1893,967	90	47,6	48,4	49,7	48	74	49,9	50,3	53,3	74	78
KM	17	11	11,7	12,4	0,7	1899,5	1970,7	1990,4	1935	93	2072,1	2087,4	2090,5	2083,333	99	44,3	46,6	48,9	46	71	47,7	49,6	50,2	71	75
YB	17	11	11,3	12	0,7	1588,1	1647,7	1669,6	1618	78	1777	1797,2	1889,6	1821,267	86	49,4	51,5	52,6	51	78	53,3	54,2	60,3	78	86
KF	17	11	10,9	11,5	0,6	1590,2	1663,2	1774,5	1676	80	1797,3	1892,1	1994,6	1894,667	90	51,4	52,2	53,5	52	80	54,5	56,7	58,9	80	87
PL	17	11	11,2	12,1	0,9	1809,1	1993,1	2011,5	1901	92	2010,6	2054	2080,5	2048,367	97	40,1	44,3	48,8	44	68	49,5	52,6	60,3	68	83
IO	16	10	11,4	12	0,6	1792,3	1891,3	1991,4	1842	90	1929,1	1960,3	2010,7	1966,7	93	45,6	47,9	49,6	47	73	50,2	56,9	61,2	73	86
FN	17	11	11,6	12,4	0,8	1816,9	1902,1	1915,6	1905	89	1955,5	1977,3	2050,8	1994,533	94	45,1	45,9	50,5	47	72	51,2	55,6	60,2	72	85
AP	17	11	11,3	12,1	0,8	1650,6	1776,8	1885,6	2046	84	1880,5	1991,3	2002,6	1958,133	93	49,6	50,6	51,2	50	77	57,7	60,2	65,2	77	93
DM	17	10	11,8	12,1	0,3	1789,2	1899,2	1945,2	1844	89	1991,3	2012,1	2089,5	2030,967	96	40,6	42,3	43,4	42	64	47,7	50,4	55,5	64	78
MP	18	11	10,8	11,5	0,7	1209	1356,2	1398,2	1283	63	1408,3	1550,7	1770,8	1576,6	75	47,7	48,9	50,2	48	75	55,6	60,2	62,2	75	91
FN	17	11	11,5	12,1	0,6	1413,1	1594,3	1601,2	1504	73	1651,7	1699,3	1889,4	1746,8	83	45,9	46,5	47,7	46	71	48,9	50,3	55,5	71	79
VH	17	11	11,4	12,2	0,8	1667,9	1770,3	1889,4	1719	85	1990,8	2045,6	2060,6	2032,333	96	43,4	44,9	46,7	45	69	48,9	51,3	58,9	69	81
ER	17	11	11,3	12,1	0,8	1870,6	1889,3	1993,4	1937	91	2044,5	2051,4	2055,6	2050,5	97	49,2	51,2	52,3	50	78	55,6	58,9	61,2	78	90
MT	17	11	11,6	12,3	0,7	1518	1668,4	1700,3	1593	78	1733,4	1898,9	1992,5	1874,933	89	40,1	44,7	48,9	44	68	50,6	56,6	60,2	68	85
ET	18	12	11,5	12,1	0,6	1354,3	1445,6	1541,4	1322	69	1550,1	1601,5	1705,6	1619,067	77	42,3	43,5	45,6	43	67	48,9	50,2	64,5	67	83
SS	18	12	11,6	12,2	0,6	1511,3	1635,3	1649,9	1573	76	1651,3	1799,3	1889	1779,867	84	48,9	49,5	51,4	49	76	53,3	56,9	60,3	76	87
GT	18	12	11,2	12	0,8	1778,5	1880,5	1998,5	1943	90	1990,6	2010,5	2050,5	2017,2	96	45,3	48,9	50,1	48	74	51,1	55,8	63,3	74	87
ADS	18	12	11,5	12	0,5	1446,9	1511,9	1594,7	1479	72	1641,9	1789,6	1889,5	1773,667	84	48,9	49,5	50,2	49	76	55,7	60,6	62,6	76	91
JM	17	11	11,8	12,2	0,4	1422,9	1455,4	1552,4	1439	70	1587,7	1670,3	1779,5	1679,167	79	50,1	51,7	52,7	51	79	55,8	60,4	62,2	79	91
LD	17	11	11,5	12,3	0,8	1720,2	1889,3	1974,4	1805	89	1996,5	2011,5	2067,5	2025,167	96	51,5	52,6	52,3	52	80	55,7	60,2	65,6	80	93

NAMA	Usia(thn)	kelas	Kadar Hb			Vitamin C										Iron (zat besi)									
						sebelum intervensi			Rata-rata	AKG %	sesudah intervensi			Rata-rata	AKG %	sebelum intervensi			Rata-rata	AKG %	sesudah intervensi			Rata-rata	AKG %
			sebelum	sesudah	selisih	Hari 1	Hari 2	Hari 3	sebelum	sebelum	Hari 1	Hari 2	Hari 3	sesudah	sesudah	Hari 1	Hari 2	Hari 3	sebelum	sebelum	Hari 1	Hari 2	Hari 3	sesudah	sesudah
DCR	17	11	11,3	12	0,7	27	32,20	40,40	33	44	42,1	45,5	55,9	50,7	67,6	8,3	9	10,3	9,2	57,5	12,2	13,5	14,6	13,4	89,5
LS	16	10	11,4	11,9	0,5	24,80	64,3	50,5	46,5	62	51	55,3	63,3	56,5	75,3	7,9	9,8	11,3	9,6	60,4	10,4	11,9	13,9	12	80,5
WS	17	11	11,2	12	0,8	24,6	30,6	45,5	33,5	45	50,3	58,2	63,3	57,2	76,3	7,8	9,4	10	9	56,6	10,3	11,5	13,9	11,9	79,3
RP	17	11	10,9	11,5	0,6	30,8	40,4	50,5	40,5	54	55,5	60,1	67,7	61,1	81,4	7	7,2	7,4	7,2	45	9,3	10,8	12,8	10,9	73,1
HMB	17	11	11,5	12,1	0,6	40,6	57,8	60,7	53	71	61,6	67,7	70,8	66,7	88,9	6,9	8	9,6	8,1	51	9,8	11,8	13,2	11,6	77,3
IR	17	11	11,9	12,8	0,9	35,2	40,8	50,7	42,2	56	52,8	59,9	69,7	60,8	81	7,4	7,9	8,6	7,9	49,7	10,4	11,4	13	11,6	77,3
FD	16	10	11,5	12,2	0,7	52,1	57,2	60,3	56,3	75	64,5	68,9	70,1	67,8	90,4	8,2	9,1	10,1	9,1	57	9,5	10,6	12,7	10,9	72,8
WS	16	10	10,8	11,4	0,6	49,1	58,1	59,3	55,5	74	59,9	62,2	70,5	64,2	85,6	7,6	8,9	9,5	8,6	54	10,1	12,7	14,7	12,5	83,3
SY	16	10	11,8	12,2	0,4	57,2	59,2	60,1	58,8	78	60,2	65,8	71,6	65,8	87,8	7,4	11,4	11,8	10,2	63,75	12,2	13,7	14,9	13,6	90,6
CL	17	10	11,4	12,3	0,9	45,5	48,3	49	47,6	63	52,5	58,8	69,9	60,4	80,5	9,3	10,4	10,9	10,2	63,75	12,2	13,5	14,1	13,2	88,4
CP	17	11	11,3	12,1	0,8	52,3	55,3	59	55,5	74	58,4	65,4	70,1	64,6	86,1	10,1	11,2	11,9	11	69	11,6	12,1	12,9	12,2	81,3
KM	17	11	11,7	12,4	0,7	44,2	45,4	48,9	46,5	62	58,9	66,3	72,2	65,8	87,7	9,3	9,9	10,5	9,9	61	11,2	12,9	13,8	12,6	84,2
YB	17	11	11,3	12	0,7	40,9	43,3	49,7	44,6	60	60,2	67,4	70,7	66,1	88,1	10,4	10,9	11,5	10,9	68	12,9	13,1	14,7	13,5	90,4
KF	17	11	10,9	11,5	0,6	33,2	44,3	50,5	42,5	57	55,4	66,3	73,2	64,9	86,6	8,2	9,1	10,7	9,3	58	11,3	12,5	13,6	12,4	83,1
PL	17	11	11,2	12,1	0,9	59,1	60,1	61,4	60,2	80	62,3	69,1	71,2	67,5	90	6,6	8,2	10,1	8,3	51	11,4	12,1	12,8	12,1	80,6
IO	16	10	11,4	12	0,6	33,3	40,2	45,5	39,6	53	55,2	60,1	66,6	60,6	80,8	7,8	8,9	9,8	8,8	55,2	10,2	12,2	13,8	12	80,4
FN	17	11	11,6	12,4	0,8	40,1	44,3	46,6	43,6	58	55,4	62,2	69,9	62,5	83,3	7,6	8,3	9,2	8,3	52,2	9,8	11,6	12,6	11,3	75,5
AP	17	11	11,3	12,1	0,8	43,1	48,2	49	46,7	62	54,3	62,3	68,9	61,8	82,4	8,8	9,4	10,1	9,4	58,9	10,2	12,5	13,4	12	80,2
DM	17	10	11,8	12,1	0,3	49	50,3	54,6	51,3	68	51,2	59,9	63,3	58,1	77,5	9,2	10,4	10,9	10,1	63,5	11,4	14,4	14,4	13,4	89,3
MP	18	11	10,8	11,5	0,7	58,5	59,2	60,1	59,2	79	63,2	65,8	70,2	66,4	88,5	10,9	11,5	11,9	11,4	71,4	12,3	13,3	13,9	13,1	87,7
FN	17	11	11,5	12,1	0,6	49,6	51,1	53,4	51,3	68	58,9	63,4	70,1	64,1	85,5	8,5	9,7	10,9	9,7	60,2	11,2	12,7	13,8	12,1	83,7
VH	17	11	11,4	12,2	0,8	55,9	60,5	61,9	59,4	79	65,8	70,4	73,7	69,9	93,2	9,5	10,4	11,5	10,4	65,4	12,2	12,8	13,1	12,7	84,6
ER	17	11	11,3	12,1	0,8	59,7	60,1	61,2	60,3	80	62,4	68,9	70,2	67,1	89,5	9,3	9,7	10,1	9,7	60,6	11,9	12,3	13,8	12,6	84,4
MT	17	11	11,6	12,3	0,7	40,3	45,5	50,7	45,5	61	50,5	55,3	60,8	55,5	74	9,8	10,4	10,9	10,3	64,4	11,2	13,6	14,8	13,2	88
ET	18	12	11,5	12,1	0,6	50,3	52,3	55,9	52,8	70	60,9	66,7	70,2	65,9	87,9	8,8	9,9	10,8	9,8	61,4	11,5	12,7	13,9	12,7	84,6
SS	18	12	11,6	12,2	0,6	57,2	58,2	59,1	51,1	78	61,2	64,6	70,2	65,3	87,1	7,8	8,8	9,1	8,5	53,5	10,9	11,3	12,9	11,7	78
GT	18	12	11,2	12	0,8	50,9	51,7	52,9	51,8	69	53,5	59,9	61,9	58,4	77,9	7,5	8,9	9,6	8,6	64,1	11,9	12,7	14,9	13,1	87,7
ADS	18	12	11,5	12	0,5	52,3	55,4	58,9	55,5	74	60,3	68,9	73,7	67,6	90,1	7,9	8,1	9,8	8,6	53,7	10,9	11,7	13,8	12,1	80,8
JM	17	11	11,8	12,2	0,4	55,9	57,1	59,2	57,4	77	60,7	62,5	68,9	64	85,3	8,9	9,2	10,4	9,5	59,3	11,5	12,7	14,6	12,9	86,2
LD	17	11	11,5	12,3	0,8	54,7	56,9	58,1	56,5	75	60,9	61,5	67,9	63,4	84,5	7,9	8,3	9,1	8,4	52,7	10,5	12,9	13,9	12,4	82,8

Lampiran 2 Analisis

a. Uji Univariat

Descriptive Statistics

Maximum	Mean	Std. Deviation
18	17,00	,587
12	10,90	,507

Descriptive Statistics

	n	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
energi_sebelum	30	1283,00	2236,00	1761,3667	222,71483
energi_sesudah	30	1576,60	2083,33	1925,2000	137,01163
Protein_sebelum	30	41,45	73,20	56,0317	6,64259
Protein_sesudah	30	53,45	80,30	61,0867	4,55241
VitC_sebelum	30	25,25	63,90	48,7917	12,70767
VitC_sesudah	30	39,50	73,40	60,5167	8,22407
Iron_sebelum	30	7,10	11,35	9,0450	1,16466
Iron_sesudah	30	10,80	14,50	12,3857	1,03424
Valid N (listwise)	30				

Descriptive Statistics Hb Sebelum dan sesudah

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
kadarhb_sebelum	30	10,8	11,9	11,397	,2871
kadarhb_sesudah	30	11,4	12,8	12,070	,2926
Valid N (listwise)	30				

b. Uji T

c. Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 kadarhb_sebelum	11,397	30	,2871	,0524
kadarhb_sesudah	12,070	30	,2926	,0534

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 kadarhb_sebelum & kadarhb_sesudah	30	,861	,000

Paired Samples Test									
		Paired Differences				t	df	Sig. (2-tailed)	
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower				Upper
Pair 1	kadarhb_sebelum - kadarhb_sesudah	-,6733	,1530	,0279	-,7305	-,6162	-24,108	29	,000

d. Uji Kenormalan Data

Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
kadarhb_sebelum	,135	30	,173	,945	30	,001
kadarhb_sesudah	,239	30	,000	,885	30	,004

a. Lilliefors Significance Correction

e. Uji Frekuensi

Statistics

		kadarhb_sebelu m	kadarhb_sesuda h	selisih
N	Valid	30	30	30
	Missing	0	0	0
Mean		11,397	12,070	,673
Std. Deviation		,2871	,2926	,1530
Range		1,1	1,4	,6
Minimum		10,8	11,4	,3
Maximum		11,9	12,8	,9

Frequency kadarhb sebelum

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10,8	2	6,7	6,7	6,7
	10,9	2	6,7	6,7	13,3
	11,2	3	10,0	10,0	23,3
	11,3	5	16,7	16,7	40,0
	11,4	4	13,3	13,3	53,3
	11,5	6	20,0	20,0	73,3
	11,6	3	10,0	10,0	83,3
	11,7	1	3,3	3,3	86,7
	11,8	3	10,0	10,0	96,7
	11,9	1	3,3	3,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Frequency kadarhb sesudah

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	11,4	1	3,3	3,3	3,3
	11,5	3	10,0	10,0	13,3
	11,9	1	3,3	3,3	16,7
	12,0	6	20,0	20,0	36,7
	12,1	8	26,7	26,7	63,3
	12,2	5	16,7	16,7	80,0
	12,3	3	10,0	10,0	90,0
	12,4	2	6,7	6,7	96,7
	12,8	1	3,3	3,3	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Frequency selisih

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	,3	1	3,3	3,3	3,3
	,4	2	6,7	6,7	10,0
	,5	2	6,7	6,7	16,7
	,6	8	26,7	26,7	43,3
	,7	6	20,0	20,0	63,3
	,8	8	26,7	26,7	90,0
	,9	3	10,0	10,0	100,0
	Total	30	100,0	100,0	

Lampiran 3. Etichal Clearence



Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL EXEMPTION
"ETHICAL EXEMPTION"

No.01.26.2050/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2025

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Ezra Eoudia Wynne. S
Principal In Investigator

Nama Institusi : Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan
Jurusan Gizi
Name of the Institution

Dengan judul:
Title

"PENGARUH PEMBERIAN JUS BAYAM HIJAU, TOMAT, KACANG HIJAU TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN REMAJA PUTRI ANEMIA DI SMA SWASTA RK SERDANG MURNI LUBUK PAKAM"

"THE INFLUENCE OF GREEN SPINACH JUICE, TOMATO, AND GREEN BEANS ON INCREASING HEMOGLOBIN LEVELS IN ANEMIC FEMALE ADOLESCENTS AT SMA SWASTA RK SERDANG MURNI LUBUK PAKAM"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 09 September 2025 sampai dengan tanggal 09 September 2026.

This declaration of ethics applies during the period September 09, 2025 until September 09, 2026
September 09, 2025
Chairperson,



Dr. Lestari Rahmah, MKT

00941/EE/2025/0159231271

Lampiran 4. Surat Penelitian



Kemenkes

Kementerian Kesehatan
Polttekkes Medan
 Jalan Jamin Ginting KM. 13.5
 Medan, Sumatera Utara 20137
 (061) 8368633
<https://poltekkes-medan.ac.id>

Lubuk Pakam, 29 November 2024

Nomor : KH.03.03/F.XXII.13/ 33/2024
 Lampiran : -
 Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth:

1. Kepala SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam
2. Kepala Puskesmas Pagar Jati

di _____
 Tempat

Sesuai dengan kurikulum Diploma Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Jurusan Gizi dimana mahasiswa semester VIII diwajibkan menyusun Skripsi. Berkenaan dengan hal tersebut kami mohon izin bagi mahasiswa bimbingan Bapak Efendi Nainggolan, SKM, M.Kes untuk melakukan Penelitian di Sekolah SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam. Adapun nama mahasiswa tersebut, adalah:

No	Nama	NIM	Judul
1	Ezra Eoudia Wynne. S	P01031221127	Pengaruh Pemberian Jus bayam Hijau, Tomat, Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Anemia Di SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam
2	Riri Evi Pratiwi	P01031221154	Pengaruh Pemberian Kombinasi Jus Jambu Biji Merah, Buah Naga Dan Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Siswi Di SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam

Demikian kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih

Kepala Jurusan Gizi //



Riri Oppusunggu, S.Pd, M.Kes
 NIP. 196906231990032001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://halo.kemkes.go.id> Untuk verifikasi tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tts.keminfo.go.id/verifikasi>



Lampiran 5. Surat Balasan Penelitian



YAYASAN PERGURUAN KATOLIK DON BOSCO - KEUSKUPAN AGUNG MEDAN

SMA SWASTA RK SERDANG MURNI

JL. P SIAN TAR NO. 146 Telp/Fax (061) 7951427 Lubuk Pakam - 20517

Email : smarkserdangmurnilubukpakam@yahoo.com

NSS : 3040701160

NSS : 307010005

NPSN : 10219163

AKREDITASI : A (Amat Baik)

SURAT KETERANGAN

Nomor : 4450/SMA RK/S.6 III/ 2025

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sisca Eva Octavianty, S.Pd

NIP : -

Pangkat / Gol : -

Jabatan : Kepala Sekolah SMAS RK Serdang Murni Lubuk Pakam

Dengan ini menerangkan :

No.	Nama Mahasiswa	NIM	Judul	Dosen Pembimbing
1.	Ezra Eoudia Wynne S.	P01031221127	Pengaruh Pemberian Jus Bayam Hijau, Tomat, Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Anemia di SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam.	EFENDI S. NAINGGOLAN SKM,MKES
2.	Riri Evi Pratiwi	P01031221154	Pengaruh Pemberian Kombinasi Jus Jambu Biji Merah, Buah Naga Dan Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Siswa di SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam.	
3.	Shafira Azzahra Pohan	P01031221103	Pengaruh Pemberian Snack Bar Tepung Daun Kelor Dan Tepung Hati Ayam Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Anemia di SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam.	

Nama -- nama tersebut adalah benar Mahasiswa dari Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi dan telah melaksanakan Penelitian pada tanggal 6 Januari – 31 Januari 2025 yang dilaksanakan di SMAS RK Serdang Murni Lubuk Pakam.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dengan sebenarnya untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Lubuk Pakam, 20 Maret 2025

Kepala Sekolah

Sisca Eva Octavianty, S.Pd

NIP. -

Lampiran 6. Surat (Informed Consistent)

PERNYATAAN KETERSEDIAAN MENJADI SUBJEK PENELITIAN

(INFORMED CONSISTENT)

Nama : Dewy christin Rumapea
Tempat/tgl lahir : Medan, 27 - 12 - 2007
Alamat : perum . puri medang tanjung morawan

Bersedia dan mau berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian ini :

1. Penelitian dengan judul Pengaruh Pemberian Jus Bayam Hijau, Tomat, Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Anemia Di SMA Swasta Rk Serdang Murni Lubuk Pakam
2. Penelitian ini akan dilakukan pengambilan darah sebanyak 2 kali oleh tenaga laboratorium Puskesmas Pagar Jati dan bersedia diberikan intervensi berupa jus bayam hijau tomat selama 21 hari
3. Penelitian ini akan diberikan kompensasi berupa botol minum.

Maka dari itu, bila saudara bersedia mohon untuk mengisi formulir ketersediaan menjadi subjek penelitian

Nama : Ezra Eoudia Wynne. S
Nim : P01031221127
Instansi : Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Gizi Program Sarjana Terapan Gizi dan Dietika
No HP : 085264505725

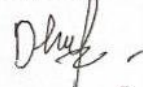
Lubuk Pakam, 06/01/2025

Peneliti



(Ezra Eoudia Wynne. S)

Responden



(Dewy . C . R)

Lampiran 7. Formulir Recall 24 Hours

FORMULIR FOOD RECALL 24 JAM INDIVIDU

Nama Subyek : DCR
 Jenis Kelamin : Perempuan
 Umur : 17 tahun

Waktu Makan	Hari/ Tanggal (1)							Keterangan
	Hidangan/Masakan			Bahan Makanan				
	Nama	URT	Estimasi Gram	Nama	URT	Estimasi Gram	Berat bersih (gram)	
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)
06-00	Nasi putih	3/4 ckg	70	Beras				
	Telur dadar	1 btr	60	Telur ayam				
09-30	Bakwan	1 bh	50					
	Pisang goreng	2 bh	100					
12-00	Nasi putih	1/2 ckg	120	Beras				
	Ikan mujair goreng	2 pkr sdg	80	Ikan mujair				
	Tempe goreng	4/5 pty	40	Tempe				
	Sawi putih	1 sdt sayur	50	Sawi putih				
14-00	Nasi putih	4/5 ckg	80	Beras				
	Ikan mujair	1 bkr sdg	80	Ikan mujair				
	Tempe goreng	3/4 pty	30	Tempe				
	Sawi putih	1 sdt sayur	50	Sawi putih				
Hari/ Tanggal (2)								
06-00	Nasi putih	3/4 ckg	90	Beras				
	Ayam goreng	1 pty dada	50	Ayam				
12-00	Nasi putih	1/2 ckg	120	Beras				
	Ayam goreng	1 pty dada utas	60	Ayam				
	Tahu goreng	1 pty bsr	50	Tahu				
	Tempe kangkung	5 sdm	50	Kangkung				

Lampiran 8. Hasil Recall

=====

Analysis of the food record

=====

Food	Amount carbohydr.	energy
Pagi 06.00		
beras putih giling 55,7 g	70 g	252,6 kcal
telur dadar 0,7 g	60 g	112,1 kcal
minyak kelapa sawit 0,0 g	2 g	17,2 kcal

Meal analysis: energy 364,8 kcal (19 %), carbohydrate 56,4 g (21 %)

cireng/bakwan 19,6 g	50 g	270,0 kcal
pisang goreng 17,5 g	100 g	158,0 kcal

Meal analysis: energy 427,9 kcal (22 %), carbohydrate 37,1 g (14 %)

Siang 12.00		
beras putih giling 95,4 g	120 g	433,1 kcal
ikan mujair segar 0,0 g	80 g	67,1 kcal
tempeh goreng 6,8 g	40 g	134,8 kcal
sawi putih mentah 1,0 g	50 g	7,5 kcal
minyak kelapa sawit 0,0 g	2 g	17,2 kcal

Meal analysis: energy 642,5 kcal (34 %), carbohydrate 103,3 g (39 %)

Malam 19.00		
beras putih giling 63,6 g	80 g	288,7 kcal
ikan mujair segar 0,0 g	80 g	67,1 kcal

tempe goreng 4,6 g	30 g	106,2 kcal
sawi putih mentah 1,0 g	50 g	7,5 kcal
minyak kelapa sawit 0,0 g	2 g	17,2 kcal

Meal analysis: energy 469,6 kcal (25 %), carbohydrate 69,2 g (26 %)

=====

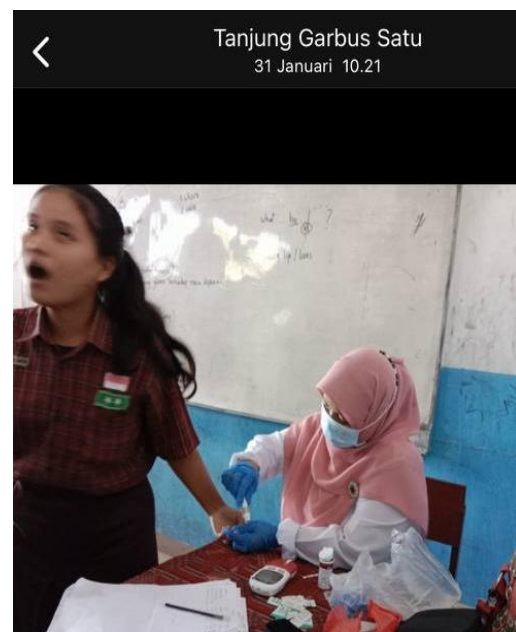
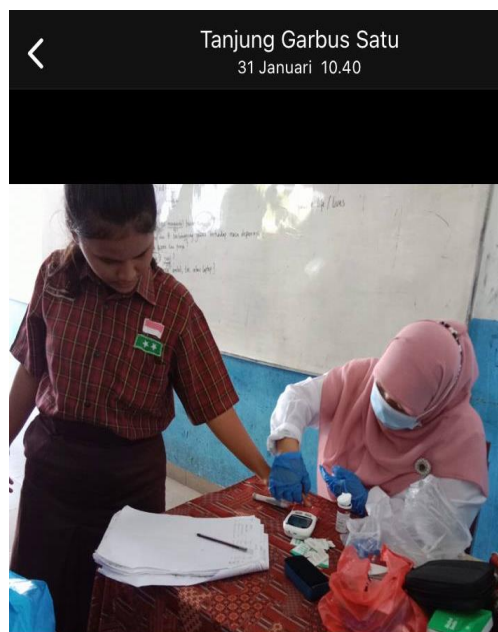
Result

=====

Nutrient content	analysed value	recommended value/day	percentage fulfillment
energy	1927,0 kcal	2036,3 kcal	94 %
water	0,0 g	2800,0 g	0 %
protein	40,9 g(15%)	60,1 g(12 %)	121 %
fat	60,0 g(28%)	69,1 g(< 30 %)	87 %
carbohydr.	266,0 g(57%)	290,7 g(> 55 %)	91 %
dietary fiber	7,6 g	30,0 g	25 %
alcohol	0,0 g	-	-
PUFA	26,0 g	10,0 g	260 %
cholesterol	299,6 mg	-	-
Vit. A	431,7 µg	900,0 µg	48 %
carotene	0,0 mg	-	-
Vit. E (eq.)	7,8 mg	12,0 mg	65 %
Vit. B1	0,5 mg	1,0 mg	51 %
Vit. B2	0,8 mg	1,2 mg	63 %
Vit. B6	1,5 mg	1,2 mg	128 %
tot. fol.acid	183,6 µg	400,0 µg	46 %
Vit. C	27 mg	100,0 mg	33 %
sodium	189,0 mg	2000,0 mg	9 %
potassium	1364,5 mg	3500,0 mg	39 %
calcium	215,2 mg	1200,0 mg	18 %
magnesium	246,5 mg	350,0 mg	70 %
phosphorus	773,4 mg	1250,0 mg	62 %
iron	6,1 mg	15,0 mg	40 %
zinc	8,3 mg	7,0 mg	88 %

Lampiran 9. Dokumentasi







Lampiran 10. Surat Pernyataan

Surat Pernyataan

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ezra Eoudia Wynne. S

Nim : P01031221127

Menyatakan bahwa data penelitian yang terdapat di skripsi saya adalah benar saya ambil dan bila tidak saya bersedia mengikuti ujian ulang (ujian utama saya dibatalkan)

Yang membuat pernyataan



Ezra Eoudia Wynne. S

Lampiran 10 Daftar Riwayat Hidup

Daftar Riwayat Hidup

Nama : Ezra Eoudia Wynne. S
Tempat/tgl lahir : Siak/16 Desember 2003
Jumlah Anggota Keluarga : 4 Orang
Alamat Rumah : Jl. Baung 2 No 315 Kota Pekanbaru, Riau
No HP : 085264505725
Riwayat Pendidikan : 1. TK : TK Daniel HKBP Rumbai
2. SD : SDN 106 Pekanbaru
3. SMP : SMPN 6 Pekanbaru
4. SMA : SMAN 3 Pekanbaru
Hobby : Masak
Motto : Dan apa saja yang kamu minta dalam doa
dengan penuh kepercayaan, kamu akan
menerimanya-Matius 21 : 22

Lampiran 12. Bukti Lembaran Bimbingan

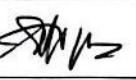
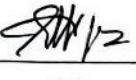
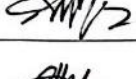
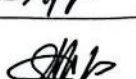
Bukti Lembaran Bimbingan

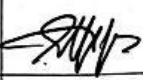
Nama : Ezra Eoudia Wynne. S

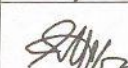
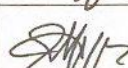
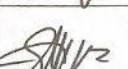
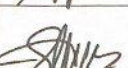
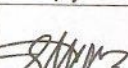
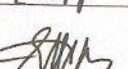
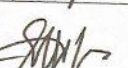
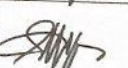
Nomor Induk Mahasiswa : P01031221127

Judul : Pengaruh Pemberian Jus Bayam Hijau, Tomat, Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Anemia di SMA Swasta RK Serdang Murni Lubuk Pakam

Nama Pembimbing : Efendi S. Nainggolan SKM, M.Kes

No	Tanggal	Topik Pembimbing	Tanda Tangan Mahasiswa	Tanda tangan Pembimbing
1	Selasa, 2 April 2024	Perkenalan dan penyusunan jadwal perencanaan proposal skripsi		
2.	Kamis, 4 April 2024	Membahas topik-topik yang sudah dikumpulkan beserta jurnal yang mendukung		
3.	Senin, 22 April 2024	Menentukan topik permasalahan yang dileti		
4.	Rabu, 24 April 2024	Membahas topik yang akan diteliti dan menentukan produk yang diberikan		
5.	Senin, 29 April 2024	Penyusunan BAB I		
6.	Rabu, 8 Mei 2024	Revisi BAB I serta penyusunan BAB II dan BAB III		
7.	Selasa, 25 Juni 2024	Perbaikan BAB I, II, III		
8.	Senin, 01 Juli 2024	1. Mencari penelitian yang relevan/mendukung		

		dari variabel BAB II 2. Memperbaiki kerangka teori 3. Merancang sampel penelitian dan alat yang digunakan di BAB III	3/14	
9.	Kamis, 04 Juli 2024	Penyusunan proposal lengkap dan ACC proposal	3/14	
10.	Jumat, 05 Juli 2024	Ujian Proposal	3/14	
11.	Senin, 08 Agustus 2024	Revisi proposal ke penguji/pembimbing	3/14	
12.	Kamis, 12 Agustus	Revisi proposal ke penguji I dan ACC penguji I	3/14	
13.	Jumat, 13 Agustus	Revisi proposal ke penguji II dan ACC penguji II	3/14	
14.	6 Januari 2025	Penelitian di SMAS RK Serdang Murni Lubuk Pakam	3/14	
15.	02 Februari 2025	Mengerjakan data penelitian	3/14	
16.	24 Maret 2025	Revisi skripsi ke dosen pembimbing	3/14	
17.	09 April 2025	Revisi skripsi ke dosen pembimbing	3/14	
18.	10 April 2025	Revisi skripsi ke dosen pembimbing	3/14	
19.	11 April 2025	Revisi skripsi ke dosen pembimbing	3/14	
14.	6 Januari 2025	Penelitian	3/14	
15.	02 Februari 2025	Mengerjakan data penelitian	3/14	

16.	24 Maret 2025	Revisi BAB III ke dosen pembimbing		
17.	09 April 2025	Revisi BAB IV ke dosen pembimbing		
18.	10 April 2025	Revisi pengolahan data skripsi ke dosen pembimbing		
19.	11 April 2025	Revisi BAB V ke dosen pembimbing		
20.	22 April 2025	Seminar Hasil		
21.	21 Mei 2025	Revisi Seminar Hasil		
22.	22 Mei 2025	ACC dari pembimbing		
23.	20 Juni 2025	Revisi Seminar Hasil penguji II dan ACC penguji II		
24.	23 Juli	Revisi Seminar Hasil penguji I		
25.	4 Agustus 2025	ACC Abstrak Pembimbing		
26.	11 Agustus 2025	ACC turnitin dari pembimbing		
27.	11 September 2025	Pengecekan sebelum jilid lux		