

ABSTRAK

STUDI KASUS PENGARUH KOMBINASI PEMBERIAN JUS BUAH NAGA DAN SENAM ANEMIA (BUNGA SANEMI) PADA REMAJA PUTRI DENGAN ANEMIA

Novi Vebianti¹, Endang Triyanto²

Latar Belakang : Remaja putri yang mengalami menstruasi berisiko tinggi menderita anemia. Anemia merupakan kadar hemoglobin (Hb) atau jumlah sel darah merah yang kurang dari normal. Salah satu strategi yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah anemia yaitu dengan memberikan terapi jus buah naga dan senam anemia. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia

Metode : Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *case study*. Desain penelitian adalah *quasi eksperimental pretest-posttest without control group design*. Responden sejumlah 2 remaja putri di RT04 RW13 Rawamangun. Intervensi diberikan selama 7 hari yakni senam 3 kali dengan durasi 5 menit dan jus buah naga setiap hari. Analisis data menggunakan *uji Wilcoxon*.

Hasil : Pemberian jus buah naga dan senam anemia (BuNga SaNemi) terbukti dapat meningkatkan hemoglobin dengan rata-rata kenaikan sebesar 7.5gr/dl. Hasil analisis uji *Wilcoxon* sebesar *Sig. (2-tailed)* sebesar 0.001 <0.05 yang menandakan adanya perbedaan signifikan pada nilai hemoglobin kedua klien sebelum dan sesudah diberikan intervensi

Kesimpulan : Pemberian jus buah naga dan senam anemia (BuNga SaNemi) dapat digunakan sebagai metode alternatif untuk meningkatkan hemoglobin pada remaja putri dengan anemia

Kata Kunci : Anemia, Buah Naga, Remaja Putri, Senam Anemia

¹ Mahasiswa Prodi Ners, Jurusan Keperawatan, Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

² Dosen Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu-ilmu Kesehatan, Universitas Jenderal Soedirman

ABSTRACT

CASE STUDY THE EFFECT OF THE COMBINATION OF DRAGON FRUIT JUICE AND ANEMIA EXERCISES (BuNga SaNemi) IN TEENAGER GIRLS WITH ANEMIA

Novi Vebianti¹, Endang Triyanto²

Background : Teenager girls who have experienced menstruation are at high risk of suffering from anemia. Anemia is a level of hemoglobin (Hb) or the number of red blood cells that is less than normal. One strategy that can be done to overcome the problem of anemia is by giving dragon fruit juice therapy and anemia exercises. This study aims to increase hemoglobin levels in teenager girls with anemia.

Methodology : This research used a quantitative approach with the case study method. The research design was a quasi-experimental pretest-posttest without control group design. Respondents were 2 teenager girl in RT04 RW13 Rawamangun. The intervention was given for 7 days, namely 3 times exercise with a duration of 4-5 minutes and dragon fruit juice every day. Data analysis used the Wilcoxon test.

Result : Provision of dragon fruit juice and anemia exercise (BuNga SaNemi) was proven to increase hemoglobin with an average increase of 7.5gr/dl. The results of the Wilcoxon test analysis are Sig. (2-tailed) of 0.001 <0.05 which indicates a significant difference in the hemoglobin value of the two clients before and after the intervention.

Conclusion : Giving dragon fruit juice and anemia exercise (BuNga SaNemi) can be used as an alternatif method to increase hemoglobin in teenager girls with anemia.

Keywords : Anemia, Anemia Exercise, Dragon Fruit, Teenager girls.

¹ Professional Ners Student, Departement of Nursing, Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University

² Nursing Departement, Faculty of Health Sciences, Jenderal Soedirman University