

**IMPLEMENTASI PEMANFAATAN SARI KACANG HIJAU
DAN KOMBINASI JUS (JAMBU BIJI DAN JERUK)
PADA REMAJA DENGAN ANEMIA**



TUGAS AKHIR

Oleh:

NAILATUZ ZULFA

22130029

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA TEGAL
2025**

**IMPLEMENTASI PEMANFAATAN SARI KACANG HIJAU
DAN KOMBINASI JUS (JAMBU BIJI DAN JERUK)
PADA REMAJA DENGAN ANEMIA**



TUGAS AKHIR

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Mencapai Gelar Derajat Ahli Madya

Oleh :

NAILATUZ ZULFA

22130029

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
POLITEKNIK HARAPAN BERSAMA TEGAL
2025**

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

**Tugas Akhir ini adalah hasil karya saya sendiri,
dan semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk
telah saya nyatakan dengan benar.**

NAMA : Nailatuz Zulfa

NIM : 22130029

Tanda Tangan :



Tanggal : 19 Juni 2025

HALAMAN PERSETUJUAN
IMPLEMENTASI PEMANFAATAN SARI KACANG HIJAU
DAN KOMBINASI JUS (JAMBU BIJI DAN JERUK)
PADA REMAJA DENGAN ANEMIA

Laporan Tugas Akhir

Oleh:

NAILATUZ ZULFA

22130029

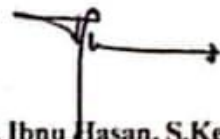
DIPERIKSA DAN DISETUJUI OLEH :

PEMBIMBING I



Ardhi Henda Karmandika., S.Kep., M.Kep.
NIDN. 0624037501

PEMBIMBING II



Ns. M. Ibnu Hasan, S.Kep., M.Kep.
NIDN. 06229069103

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas akhir ini diajukan oleh:

NAMA : Nailatuz Zulfa

NIM : 22130029

Skim TA : KTI

Program Studi : Diploma III Keperawatan

Judul Tugas akhir : Implementasi Pemanfaatan Sari Kacang Hijau Dan Kombinasi Jus (Jambu Biji Dan Jeruk) Pada Remaja Dengan Anemia

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan, Politeknik Harapan Bersama.

TIM PENGUJI

Ketua Penguji : Ns. Nanda Bachtiar, S. Kep., M. Kep ()

Anggota Penguji 1 : Iroma Maulida, SKM., M. Epid ()

Anggota Penguji 2 : Ns. Ardhi Karmandika, S. Kep., M. Kep ()

Tegal, 19 Juni 2025

Program Studi Diploma III Keperawatan

Ketua Program Studi,



Ns. Adhi Henda Karmandika, M.Kep

NIPY. 09.020.452

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji dan syukur kita panjatkan kepada Allah SWT. Zat yang hanya kepada-Nya memohon pertolongan. Alhamdulillah atas segala pertolongan, rahmat, dan kasih sayang-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir yang berjudul **"IMPLEMENTASI PEMANFAATAN SARI KACANG HIJAU DAN KOMBINASI JUS (JAMBU BIJI DAN JERUK) PADA REMAJA DENGAN ANEMIA"**. Penulis menyadari banyak pihak yang memberikan dukungan dan bantuan selama menyelesaikan Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, sudah sepantasnya penulis dengan penuh hormat mengucapkan terimakasih dan mendoakan semoga Allah memberikan balasan terbaik kepada:

1. Bapak apt. Heru Nurcahyo, S.Farm., M.Sc. selaku Direktur Politeknik Harapan Bersama Tegal.
 2. Bapak Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep selaku ketua prodi keperawatan Politeknik Harapan Bersama Tegal.
 3. Bapak Ns. Ardhi Henda Karmandika, M.Kep selaku dosen pembimbing I.
 4. Bapak Ns. Ibnu Hasan, M.Kep selaku dosen pembimbing II.
 5. Bapak dan Ibu dosen khususnya program studi diploma III Keperawatan Politeknik Harapan Bersama Kota Tegal.
 6. Abah dan Umi yang senantiasa mendoakan dan mengusahakan yang terbaik untuk saya hingga terselesaikannya Tugas Akhir ini
 7. Semua pihak yang membantu dalam penyusunan Tugas Akhir ini
- Penulis berharap semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan dapat dijadikan referensi demi pengembangan ke arah yang lebih baik. Semoga Allah Swt senantiasa melimpahkan rahmat dan ridha-Nya kepada kita semua.

Tegal, 19 Juni 2025

Nailatuz Zulfa

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“ Dalam hidup, kadang kita harus melewati masa-masa sulit yang bikin hati hancur dan merasa kehilangan arah. Saat air mata jatuh dan semuanya terasa gelap, rasanya nggak ada jalan keluar. Tapi jangan pernah menyerah sama harapan, karena pasti ada sesuatu yang bisa memperbaiki keadaan. Setiap orang punya prosesnya sendiri – sendiri. Ada yang cepat, ada juga yang butuh waktu lebih lama. Nggak usah ragu buat cari kekuatan dari dalam diri sendiri dan percaya deh, **semua pasti berlalu**. Matahari bakal bersinar lagi, bahkan lebih terang dari sebelumnya. Hargai setiap langkah yang kamu ambil, karena itu yang bikin kamu jadi pribadi yang unik dan berarti. ***A garden does not bloom for the gardener, it blooms because it was made to flourish*** ”

Ku persembahkan untuk:

1. Kedua orang tua tercintaku, Abah Cipto Edy dan Umi Tuti Hartati yang telah menjadi sumber kekuatan dan semangat dalam setiap langkah penulis. Tak ada kata yang cukup untuk menggambarkan betapa besar cinta dan pengorbanan kalian. Dalam setiap lelah kalian mencari nafkah, doa yang terpanjat diam diam, serta semangat yang tak pernah habis di sanalah penulis menemukan alasan untuk terus berjuang. Terima kasih atas cinta, kesabaran, dan nilai-nilai kehidupan yang telah ditanamkan hingga penulis mampu sampai pada titik ini. Segala pencapaian ini tak lepas dari doa, restu, dan ridho kalian. Semoga bisa selalu dalam keadaan sehat dan panjang umur agar selalu dapat menemani dalam setiap proses.
2. Untuk adik pertamaku, Mohammad Nofal Maulana yang sedang berjuang menimba ilmu di lautan luas, semoga pengalaman nya menjadi bekal berharga untuk masa depannya. Untuk adik keduaku Nadiatul Khoirot yang sedang mempersiapkan diri menuju jenjang pendidikan selanjutnya, semoga semangat belajarmu tak pernah padam dan sukses selalu menyertaimu.
3. Mutiara Gina Cahyani dan Khusna Fajri, tanpa kalian penulis tidak akan bisa sekuat ini. Kehadiran, tawa, dan dukungan kalian menjadi cahaya di setiap langkah penulis. Semoga persahabatan ini selalu abadi, dan kita bisa terus saling menguatkan dalam perjalanan hidup ke depan.

4. Teman-teman di kampus yang telah terlibat dan mendampingi penulis dalam proses penyelesaian tugas akhir, terutama Rahma Ayu Tri Wibowo. Terima kasih atas segala bantuan, kebersamaan, dan semangat yang diberikan bahkan yang menemani dari semester awal. Kalian bagian dari perjalanan ini.
5. Terakhir yang tidak kalah pentingnya, untuk diri ini. Terima kasih atas segala perjuangan, kesabaran, dan ketekunan yang telah dilalui dalam setiap langkah yang penuh tantangan. Ada rasa syukur dan bangga yang mendalam karena telah berani mencoba berbagai hal baru dan menghadapi setiap ketidakpastian dengan hati yang teguh di tahun ini. Setiap rintangan yang berhasil dilewati secara mandiri bukan cuma jadi bukti kemampuan, tapi juga memperkaya jiwa dan menambah makna dalam perjalanan hidup. Semoga kalimat ini bisa jadi pengingat di masa depan bahwa setiap proses, seberat apa pun telah dijalani dengan sepenuh hati dan keberanian.

ABSTRAK
IMPLEMENTASI PEMANFAATAN SARI KACANG HIJAU
DAN KOMBINASI JUS (JAMBU BIJI DAN JERUK)
PADA REMAJA DENGAN ANEMIA

Zulfa, Nailatuz; Kamandika, Ardhi Henda; Hasan, M. Ibnu

Latar belakang: Meningkatnya penderita anemia pada remaja putri dapat mengakibatkan tingginya risiko kematian ibu, kelahiran prematur, bayi berat lahir rendah, anemia menurun ke anak, gangguan pertumbuhan fisik, perilaku, dan perkembangan psikomotor. **Tujuan:** Studi kasus ini bertujuan untuk menggambarkan implementasi pemanfaatan sari kacang hijau dan kombinasi jus (jambu biji dan jeruk) pada remaja dengan anemia. **Metodologi:** Karya Tulis Ilmiah ini disusun menggunakan metode Deskriptif dalam bentuk studi kasus. Metode pengumpulan data yang digunakan dengan mengukur kadar hemoglobin subyek sebelum dan setelah dilakukan implementasi pemanfaatan sari kacang hijau dan kombinasi jus (jambu biji dan jeruk) pada remaja dengan anemia dengan menggunakan *Hemoglobin testing system Quik-Check (Easy Touch GCHb)*. Penerapan ini dilakukan selama 5 hari berturut-turut dengan frekuensi 1 kali sehari pada jam 09.00-09.30 wib dan 1 kali sehari pada jam 15.00-15.30 wib. **Pasien:** Pasien dalam studi kasus ini adalah remaja anemia di wilayah UPTD Puskesmas Tegal Selatan. **Hasil:** Setelah dilakukan Penerapan implementasi pemanfaatan sari kacang hijau dan kombinasi jus (jambu biji dan jeruk) 5 hari pada remaja yang menderita anemia di wilayah Randugunting memperoleh hasil yaitu adanya peningkatan kadar hemoglobin 8,33% dari target 12 g/dL. **Rekomendasi:** Bagi remaja yang menderita anemia dapat melakukan implementasi pemanfaatan sari kacang hijau dan kombinasi jus (jambu biji dan jeruk) secara mandiri untuk menurunkan kadar hemoglobin

Kata Kunci : Anemia; Remaja; Sari Kacang Hijau; Jus Jambu Biji Dan Jeruk

ABSTRACT

IMPLEMENTATION OF THE UTILIZATION OF GREEN BEAN EXTRACT AND COMBINATION OF JUICES (GUAVA AND ORANGE) IN ADOLESCENTS WITH ANEMIA

Zulfa, Nailatuz; Kamandika, Ardhi Henda; Hasan, M. Ibnu

Background: The increasing number of anemia cases among adolescent girls can lead to a high risk of maternal mortality, premature birth, low birth weight infants, inherited anemia in children, and disturbances in physical growth, behavior, and psychomotor development. **Objective:** This case study aims to describe the implementation of mung bean extract and a juice combination (guava and orange) utilization in adolescents with anemia. **Methodology:** This scientific paper was prepared using a descriptive method in the form of a case study. Data collection was conducted by measuring the hemoglobin levels of subjects before and after the implementation of mung bean extract and the juice combination (guava and orange) utilization in adolescents with anemia using the Hemoglobin Testing System Quik-Check (Easy Touch GCHb). The treatment was applied for 5 consecutive days with a frequency of once daily at 09:00–09:30 AM and once daily at 15:00–15:30 PM. **Patients:** The patients in this case study were adolescents with anemia in the UPTD Puskesmas Tegal Selatan area. **Results:** After 5 days of implementing mung bean extract and the juice combination (guava and orange) in adolescents suffering from anemia in the Randugunting area, an increase in hemoglobin levels was observed 8.33% of the target 12 g/dL. **Recommendations:** Adolescents with anemia are encouraged to independently implement the utilization of mung bean extract and the juice combination (guava and orange) to improve hemoglobin levels.

Keywords: Anemia; Adolescents; Green Bean Extract; Guava and Orange Juice

DAFTAR ISI

	Hlm
HALAMAN SAMPUL DEPAN.....	i
HALAMAN SAMPUL DALAM DAN PERSYARATAN GELAR.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vii
ABSTRAK	ix
ABSTRACT	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Studi Kasus	4
1.3.1. Tujuan Umum	4
1.3.2. Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Studi Kasus	5
1.4.1. Bagi Masyarakat.....	5
1.4.2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknolgi Keperawatan	5
1.4.3 Bagi Penulis.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Anemia	6
2.1.1 Definisi	6
2.1.2 Etiologi	7

2.1.3 Patofisiologi.....	8
2.1.4 Pathways.....	13
2.1.5 Manifestasi klinis	15
2.1.6 Pemeriksaan penunjang.....	15
2.1.7 Penatalaksanaan.....	17
2.2 Nutrisi Pada Anemia	17
2.2.1 Gambaran Umum	17
2.2.2 Zat Besi dan Pembentukan Hemoglobin.....	18
2.2.3 Sari Kacang Hijau.....	19
2.2.4 Jus Jambu Biji.....	21
2.2.5 Jus Jeruk.....	23
2.2.6 Kombinasi Jus Jambu Biji dan Jeruk.....	25
2.2.7 Pengaruh Vitamin C Pada Penyerapan Zat Besi.....	26
2.3 Konsep Asuhan Keperawatan Pada Anemia	27
2.3.1 Pengkajian Keperawatan	27
2.3.2 Diagnosa Keperawatan.....	32
2.3.3 Intervensi Keperawatan	32
2.3.4 Implementasi Keperawatan.....	33
2.3.5 Evaluasi Keperawatan.....	37
BAB III METODE PENELITIAN	38
3.1 Rancangan Studi Kasus	38
3.2 Subyek Studi Kasus.....	38
3.3 Fokus Studi Kasus	39
3.4 Definisi Operasional.....	39
3.5 Instrumen Studi Kasus	40
3.6 Metode Pengumpulan Data	41
3.7 Lokasi Dan Waktu Studi Kasus	42
3.8 Analisis Data dan Penyajian Data	42
3.9 Etika Studi Kasus	42

BAB IV HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN	44
4.1 Hasil Studi	44
4.1.1 Pengkajian	44
4.1.2 Diagnosa Keperawatan.....	55
4.1.3 Perencanaan Keperawatan.....	57
4.1.4 Implementasi Keperawatan.....	60
2.1.7 Evaluasi Keperawatan.....	68
4.2 Pembahasan.....	70
4.3 Keterbatasan	88
BAB V PENUTUP	89
5.1 Kesimpulan.....	89
5.2 Saran.....	90
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Konsentrasi hemoglobin untuk mendiagnosa anemia.....	6
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	40
Tabel 4.1 Indeks Barthel.....	47
Tabel 4.2 Hasil Pemeriksaan Penunjang.....	52
Tabel 4.3 Analisa Data.....	53
Tabel 4.4 Perumusan Masalah.....	54
Tabel 4.5 Perencanaan Keperawatan.....	55
Tabel 4.6 Implementasi Keperawatan.....	58
Tabel 4.7 Evaluasi Keperawatan.....	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Pathways Anemia.....	13
----------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 SOP Pemberian Sari kacang Hijau, Kombinasi Jus Jambu Biji.....	106
Lampiran 2 Pengkajian <i>Food Recall</i>	108
Lampiran 3 Satuan Acara Pengajaran Pendidikan Kesehatan Mengenal Anemia....	109
Lampiran 4 Surat Izin Penelitian.....	117
Lampiran 5 Surat Izin Dinas Kesehatan Kota Tegal.....	118
Lampiran 6 Surat Izin Puskesmas Tegal Selatan.....	119
Lampiran 7 <i>Informed Consent</i>	120
Lampiran 8 Dokumentasi Penelitian	121
Lampiran 9 Lembar bimbingan.....	122