

**PERBANDINGAN KADAR HEMOGLOBIN SEBELUM DAN SESUDAH  
MENGONSUMSI HATI SAPI PADA REMAJA  
PUTRI YANG MENGALAMI ANEMIA**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Amd.AK



**VIRA MEGA AULIA**

**20120076**

**PROGRAM STUDI D-III TEKNOLOGI LABORATORIUM MEDIK**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS BAKTI TUNAS HUSADA**

**TASIKMALAYA**

**2023**

**ABSTRAK**

# **Perbandingan Kadar Hemoglobin Sebelum Dan Sesudah Mengonsumsi Hati Sapi Pada Remaja Putri Yang Mengalami Anemia**

**Vira Mega Aulia, Hendro Kasmanto, Yane Liswanti**

(Program Studi D-III Teknologi Laboratorium Medik, Universitas Bakti Tunas Husada)

## **Abstrak**

Anemia defisiensi zat besi merupakan anemia yang disebabkan karena kurangnya kandungan zat besi dalam darah sehingga menghambat pembentukan eritrosit yang berakibat pada kurangnya hemoglobin. Remaja putri mempunyai risiko tinggi untuk anemia karena pada usia ini terjadi peningkatan kebutuhan zat besi akibat pertumbuhan, adanya menstruasi, sering membatasi konsumsi makan, serta pola konsumsinya sering menyalahi kaidah-kaidah ilmu gizi. Besi-heme lebih mudah diserap oleh lumen usus dibanding dengan besi-non heme. Secara umum hati sapi merupakan sumber protein hewani / heme yang memiliki kandungan zat besi cukup tinggi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbandingan kadar hemoglobin, sebelum dan sesudah mengonsumsi hati sapi pada remaja putri yang mengalami anemia. Penelitian ini bersifat eksperimen dengan analisis percobaan terhadap 22 orang responden yang memenuhi kriteria, dipilih dengan teknik purposive sampling, yang diperlakukan dengan pemberian hati sapi sebanyak 50 gr selama 10 hari. Hasil penelitian menunjukkan rerata kadar hemoglobin sebelum intervensi 10.60 gr/dl dan sesudah intervensi 12.95 gr/dl. dengan rerata selisih 2.35 (signifikan) diperoleh nilai  $p(0,001) < (0,05)$ . Berdasarkan hasil tersebut 50 gr hati sapi dalam 10 hari dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia.

Kata Kunci : Hemoglobin, Zat besi, Anemia, Hati Sapi

## **Abstract**

Iron deficiency anemia is anemia caused by a lack of iron in the blood, which inhibits the formation of erythrocytes which results in a lack of hemoglobin. Adolescent girls are at high risk for anemia because at this age there is an increased need for iron due to growth, menstruation, often restricting food consumption, and consumption patterns that often violate the principles of nutrition. heme-iron is more easily absorbed by the intestinal lumen than non-heme iron. In general, beef liver is a source of animal protein / heme which has a fairly high iron content. The purpose of this study was to compare hemoglobin levels before and after consuming beef liver in female adolescents who had anemia. This study was experimental in nature with a trial analysis of 22 respondents who met the criteria, selected by purposive sampling technique, who were treated with 50 grams of beef liver for 10 days. The results showed that the average hemoglobin level before the intervention was 10.60 gr/dl and after the intervention was 12.95 gr/dl. with an average difference of 2.35 (significant) the value of  $p(0.001) < (0.05)$  was obtained. Based on these results, 50 grams of beef liver in 10 days can increase hemoglobin levels in young women who experience anemia.

Keywords: Hemoglobin, Iron, Anemia, Beef Liver