

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian quasi eksperimen, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh perlakuan terhadap variabel dependen kadar hemoglobin pada remaja putri anemia tetapi tanpa disertai randomisasi ketat pada pemilihan subjek. Desain yang digunakan adalah *One Group Pretest-Posttest Design*, dengan satu kelompok subjek yang mendapatkan intervensi dan dilakukan pengukuran sebelum (pretest) serta sesudah (posttest) perlakuan. Intervensi yang diberikan berupa konsumsi Sari kacang Hijau secara teratur, dengan tujuan meningkatkan kadar hemoglobin. Setelah intervensi, kadar hemoglobin diukur kembali untuk mengevaluasi perubahan yang terjadi (Setiawati, Aryawati, Corresponding, et al., 2024). Desain ini efektif dalam menilai efektivitas intervensi melalui uji perbandingan pretest dan posttest, serta dalam mengukur seberapa besar pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri anemia. Rancangan Penelitian secara ringkas dapat di lihat pada Tabel 3.1 Sebagai berikut.

**Tabel 3.1****Rancangan Penelitian**

<i>Jenis</i>	<i>Pretest</i>	<i>Perlakuan</i>	<i>Posttest</i>
Eksperimen	01	X	02

Keterangan :

0<sub>1</sub> = Hemoglobin remaja putri sebelum konsumsi sari kacang hijau

X = Konsumsi sari kacang hijau

0<sub>2</sub> = Hemoglobin remaja putri sesudah konsumsi sari kacang hijau

**B. Variabel Penelitian**

Dalam suatu penelitian, variabel memiliki peranan penting sebagai penunjuk sifat atau ciri khas yang dapat diamati dan diukur dari objek atau peristiwa yang diteliti. Variabel berfungsi untuk memandu proses pengumpulan data serta membantu menjelaskan keterkaitan antara konsep-konsep yang sedang dikaji (Bagus, 2024). Variabel merupakan segala sesuatu yang menunjukkan perbedaan nilai dalam suatu pengamatan, baik yang bersifat kualitatif maupun kuantitatif. Pada penelitian ini, variabel yang digunakan terdiri dari dua jenis, yaitu variabel bebas (*independen*) dan variabel terikat (*dependen*), yang masing-masing berperan dalam menggambarkan hubungan sebab-akibat antara dua fenomena.

**1. Variabel Independen (Bebas)**

Variabel Independen adalah variable yang memengaruhi atau menentukan perubahan pada variable lainnya. Penelitian ini variable

indepdennya adalah konsumsi sari kacang hijau, Yaitu pemberian minuman sari kacang hijau secara rutin kepada remaja putri yang mengalami anemia.

## **2. Variabel Dependen (Terkait)**

Variabel dependen adalah variable yang dipengaruhi atau nilainya ditentukan oleh varibael lain. Dalam penelitian ini, variabel dependennya adalah kadar hemoglobin pada remaja putri anemia, yang diukur untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan setelah diberikan perlakuan konsumsi sari kacnag hijau.

## **C. Populasi Dan Sampel**

### **1. Populasi**

Menurut Sugiyono (2021) menyebutkan bahwa, populasi adalah wilayah generalisasi yang akan diteliti oleh peneliti dengan melakukan investigasi yang kemudian akan ditarik kesimpulan. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri Anemia yang ada di SMAN 1 Hulu Sungkai Kabupaten Lampung Utara Tahun 2025, yaitu berjumlah 34 remaja putri.

### **2. Sampel**

Sampel merupakan sebagian dari populasi yang dipilih dengan tujuan mewakili karakteristik populasi secara keseluruhan. Dalam proses penelitian, pemilihan sampel dilakukan berdasarkan kriteria tertentu yang relevan dengan tujuan penelitian. Hal ini bertujuan agar hasil yang

diperoleh dari sampel dapat digeneralisasikan atau menggambarkan kondisi populasi secara akurat (Sugiyono, 2021).

a. Besar Sempel

Besar sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah remaja putri anemia yang ada di SMA 1 Hulu Sungkai Kabupaten Lampung Utara tahun 2025 yang berjumlah 15 remaja putri anemia . Untuk menentukan besar sampel, digunakan rumus uji beda rata rata berpasangan (*paired t-test*) dengan rumus:

$$n = \frac{(Z_{\alpha} + Z_{\beta})^2 p^2}{d^2}$$

Keterangan:

$Z_{\alpha}$	=	Nilai baku Z pada taraf signifikansi $\alpha$ .
$\alpha$	=	5% (uji dua arah), $Z_{\alpha}=1,96$ .
$Z_{\beta}$	=	Nilai baku Z untuk kekuatan uji (power).
Power	=	80% ( $1-\beta=0,80$ ), $Z_{\beta}=0,84$ .
P	=	(Standar deviasi beda pretest posttest intervensi Penelitian terdahulu = 1,657
d	=	1 (perbedaan makna yang di harapkan) populasi :34 Remaja Putri Dropout sebanyak 10%

Substitusi nilai menjadi:

Menghitung No tanpa koreksi populasi

$$\begin{aligned}
 N_o &= \frac{(1,96 + 0,84)^2 \times (1,657)^2}{1} \\
 &= \frac{(2,8)^2 \times 2,745649}{1} \\
 &= 7,84 \times 2,745649 = 21,525
 \end{aligned}$$

Koreksi Populasi Terbatas dengan menghitung (n) yaitu 34

$$\begin{aligned}
 n &= \frac{N_o}{1 + \frac{N_o - 1}{n}} \\
 &= \frac{21,525}{1 + \frac{21,525 - 1}{34}} = \frac{21,525}{1 + \frac{20,525}{34}} \\
 &= \frac{21,525}{1 + 0,603} = \frac{47,05}{1,603} = 13,427
 \end{aligned}$$

Dropout 10% (0,1)

$$\begin{aligned}
 n \text{ final} &= \frac{n}{1 - D_o} = \frac{13,427}{1 - 0,1} \\
 &= \frac{13,427}{0,9} = 14,91 = 15
 \end{aligned}$$

Berdasarkan hasil perhitungan, dari total populasi sebanyak 34 remaja putri yang mengalami anemia, diperoleh ukuran sampel awal sebanyak 21,525 orang. Setelah dilakukan korelasi populasi terbatas, ukuran sampel berkurang menjadi 13,427 remaja putri. Dengan memperhitungkan kemungkinan terjadinya dropout sebesar 10%, ukuran sampel akhir menjadi 14,91 orang dan

kemudian dibulatkan menjadi 15 remaja putri anemia yang dijadikan sampel dalam penelitian ini.

b. Kriteria sampel

Kriteria sampel dalam penelitian ini dibedakan menjadi dua, yaitu kriteria inklusi dan eksklusi, yang digunakan untuk menentukan apakah subjek memenuhi syarat untuk dijadikan sampel penelitian atau tidak.

1) Kriteria Inklusi

Kriteria inklusi adalah kumpulan persyaratan yang ditetapkan oleh peneliti meliputi karakteristik khusus yang harus dipenuhi oleh calon peserta agar layak disertakan dalam penelitian. Penetapan ini penting untuk menjaga agar sampel merefleksikan populasi target dan meningkatkan validitas hasil penelitian (Miranda et al., 2024).

Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah :

- a) Remaja putri yang mengalami anemia ringan hingga sedang.
- b) Remaja putri yang tidak sedang konsumsi tablet tambah darah 1 bulan terakhir.
- c) Remaja putri yang bersedia menjadi responden dan menandatangani *informed consent*.

## 2) Kriteria Eksklusi

Kriteria eksklusi adalah syarat atau kondisi tertentu yang menyebabkan subjek tidak dapat diikutsertakan dalam penelitian, meskipun memenuhi kriteria inklusi (Miranda et al., 2024).

Kriteria eklusi pada penelitian ini adalah :

- a) Remaja putri yang mengalami anemia berat
- b) Remaja putri yang sedang menstruasi
- c) Remaja putri yang sakit.

## 3. Tehnik Sampling

Teknik sampling adalah cara atau metode untuk mengambil sebagian populasi dengan tujuan agar sampel yang diperoleh dapat mewakili karakteristik populasi secara keseluruhan (Sugiyono, 2021). Pada penelitian ini teknik yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu pengambilan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu dan kriteria yang telah ditetapkan sebelumnya. Subjek yang terpilih dalam penelitian ini adalah 15 remaja putri anemia di SMAN 1 Hulu Sungkai yang memenuhi kriteria inklusi.

## D. Definisi Operasional

Definisi operasional merupakan penjelasan suatu konsep atau variabel berdasarkan karakteristik yang dapat diamati dan diukur secara langsung dalam suatu penelitian (Muspawi, 2024). Definisi operasional dalam

penelitian ini disusun untuk menggambarkan secara jelas batasan variabel yang digunakan agar dapat diukur secara sistematis dan objektif. Adapun definisi operasional dalam penelitian ini Pada table 3.2.

**Tabel 3.2**  
**Definisi Operasional**

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variabel independen Konsumsi sari kacang hijau	Responden mengonsumsi sari kacang hijau sebanyak 1 kali sehari dengan volume 300 ml selama 7 hari berturut-turut.	Lembar ceklis konsumsi harian dan gelas ukur 300 ml	Observasi tidak langsung melalui lembar ceklis konsumsi harian yang diisi oleh responden	-	-
Variabel dependen Kadar Hemoglobin remaja putri	Kadar Hemoglobin anemia dilakukan sebelum dan sesudah diberikan intervensi	Hemoglobine Meter (EasyTouch GCHb), strip Hb, alkohol swab, kapas, dan jarum lancet	Pemeriksaan darah kapiler dengan menusukkan jarum pada ujung jari, kemudian Hb diukur menggunakan alat Hemoglobine Meter (EasyTouch GCHb)®	Kadar Hb dalam g/dl	Rasio

## E. Waktu dan Tempat

### 1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMAN 1 Hulu Sungkai Kabupaten Lampung Utara.

## 2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian ini dilaksanakan sejak pengajuan judul pada tanggal 27 Mei 2025 hingga pelaksanaan penelitian dan pengumpulan data pada tanggal 17 September 2025."

## F. Instrument dan Metode Pengumpulan Data

### 1. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini mencakup beberapa alat bantu yang digunakan untuk memperoleh data secara akurat. Instrumen utama adalah alat pengukur kadar hemoglobin digital (*EasyTouch GCHb*)®, yang berfungsi untuk mengukur kadar hemoglobin responden melalui pengambilan darah kapiler di ujung jari. Alat ini dipilih karena praktis, tidak membutuhkan fasilitas laboratorium besar, serta memberikan hasil yang cepat dan cukup akurat untuk skrining anemia di lapangan.

Selain alat ukur, digunakan pula lembar observasi hasil pemeriksaan kadar hemoglobin yang digunakan oleh peneliti untuk mencatat hasil pretest dan posttest setiap responden. Untuk mendukung pemantauan intervensi, disiapkan juga lembar ceklis konsumsi sari kacang hijau, yang diisi oleh responden setiap hari selama tujuh hari pelaksanaan. Ceklis tersebut berfungsi untuk mencatat kepatuhan konsumsi 300 ml sari kacang hijau per hari.

## 2. Metode Pengumpulan Data

Tahap awal pengumpulan data diawali dengan pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb) awal (pre-test) terhadap seluruh siswi yang menjadi calon responden. Pemeriksaan dilakukan menggunakan alat *EasyTouch GCHb*® dengan metode kapiler pada ujung jari. Hasil pemeriksaan ini digunakan untuk menentukan responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Siswi yang memenuhi kriteria inklusi kemudian diberikan penjelasan mengenai tujuan, manfaat, serta prosedur penelitian, dan diminta untuk menandatangani lembar persetujuan berpartisipasi (informed consent) sebagai bentuk kesediaan menjadi responden. Setelah itu, responden diberikan intervensi berupa konsumsi sari kacang hijau sebanyak 300 ml per hari selama tujuh hari berturut-turut. Selama masa intervensi, responden diminta untuk mencatat konsumsi hariannya pada lembar ceklis yang telah disediakan peneliti untuk memantau kepatuhan dalam mengonsumsi sari kacang hijau.

Pada hari kedelapan, dilakukan pemeriksaan ulang kadar hemoglobin (post-test) dengan menggunakan alat dan prosedur yang sama seperti pada pemeriksaan awal. Semua hasil pengukuran kadar hemoglobin, baik sebelum maupun sesudah intervensi, dicatat secara sistematis dalam lembar observasi dan dijadikan sebagai data utama untuk dianalisis.

### 3. Tehnik Pengumpulan Data

Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan melalui beberapa tahapan yang meliputi persiapan hingga pelaksanaan di lapangan. Berikut penjelasan setiap tahapnya:

#### a. Tahap Awal

Pada tahap awal, peneliti menyusun proposal penelitian dan menyelesaikan bimbingan dengan dosen pembimbing hingga dinyatakan layak untuk diajukan. Setelah itu, peneliti mengurus surat izin penelitian ke fakultas sebagai persyaratan administrasi. Surat tersebut kemudian diserahkan kepada pihak SMAN 1 Hulu Sungkai sebagai lokasi penelitian untuk mendapatkan izin pelaksanaan dari pihak sekolah.

#### b. Tahap Pelaksanaan

Setelah semua perizinan terpenuhi, peneliti mulai melaksanakan kegiatan di lapangan. Peneliti melakukan pemeriksaan awal kadar hemoglobin (pre-test) terhadap siswi yang menjadi subjek penelitian menggunakan alat *EasyTouch GCHb*®. Responden yang memenuhi syarat diberikan intervensi berupa konsumsi sari kacang hijau 300 ml setiap hari selama tujuh hari. Selama intervensi berlangsung, responden mencatat konsumsi hariannya pada lembar ceklis. Setelah hari kedelapan, dilakukan pemeriksaan ulang kadar hemoglobin (post-test) dengan prosedur yang sama. Semua hasil dicatat dalam lembar observasi sebagai data utama untuk dianalisis.

## **G. Metode Pengolahan Data dan Analisis Data**

### **1. Metode Pengolahan Data**

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini diolah secara bertahap agar hasil yang diperoleh valid dan dapat dianalisis secara statistik.

Tahapan pengolahan data terdiri dari :

#### **a. Editing**

Tahap awal pengolahan data dimulai dengan pemeriksaan ulang seluruh data hasil pemeriksaan hemoglobin. Peneliti memastikan bahwa tidak ada data yang kosong atau keliru, baik pada hasil pre-test maupun post-test. Jika ditemukan ketidaksesuaian, dilakukan klarifikasi langsung sebelum data masuk ke tahap berikutnya.

#### **b. Coding**

Setelah data dinyatakan lengkap, dilakukan pemberian kode untuk memudahkan proses input dan analisis. Data kualitatif diubah menjadi angka agar bisa dibaca oleh perangkat lunak statistik.

#### **c. Entry**

Setelah proses editing dan coding selesai, data penelitian dimasukkan ke dalam perangkat lunak SPSS untuk keperluan analisis statistik. Setiap subjek ditempatkan pada satu baris dan setiap variabel pada kolom tersendiri, yang meliputi identitas responden, kadar hemoglobin sebelum intervensi (*pre-test*), kadar hemoglobin setelah intervensi (*post-test*). Variabel kadar hemoglobin dikodekan dengan Lembar ceklis yang digunakan selama pengumpulan data hanya

berfungsi sebagai alat pencatatan lapangan untuk memastikan kepatuhan peserta dan validitas data, sehingga tidak dimasukkan langsung ke SPSS. Seluruh data dicek kembali sebelum analisis untuk memastikan tidak ada kesalahan input, data ganda, atau ketidaksesuaian dengan catatan lapangan, sehingga siap dianalisis secara statistik sesuai tujuan penelitian.

#### d. Cleaning

Cleaning dilakukan setelah seluruh data selesai dientrikan ke dalam SPSS. Tahap ini bertujuan untuk memverifikasi kembali keakuratan data yang telah diinput, baik dari segi pengkodean maupun pengisian nilai setiap variabel. Peneliti memeriksa apakah terdapat data yang ganda, kosong, atau tidak sesuai dengan kategori yang telah ditentukan. Jika ditemukan ketidaksesuaian, dilakukan perbaikan agar seluruh data benar-benar siap untuk dianalisis. Proses cleaning memastikan bahwa data bersih dari kesalahan sehingga hasil analisis dapat diinterpretasikan secara valid dan terpercaya.

## **2. Teknik Analisa Data**

Teknik Analisa Data merupakan pendekatan sistematis untuk menyaring, menata, dan mengevaluasi data agar diperoleh pola serta hubungan bermakna (Sofwatillah et al., 2024). Tahapan dalam teknik analisis data meliputi:

#### a. Analisa Univariat

Analisa univariat merupakan analisis terhadap satu variabel pada satu waktu tertentu yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau menjelaskan karakteristik dari masing-masing variabel dalam penelitian (Sarwono & Handayani, 2021).

Analisis univariat dalam penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan karakteristik responden serta distribusi frekuensi dan persentase dari variabel konsumsi sari kacang hijau dan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah intervensi. Karakteristik yang dianalisis meliputi nama inisial responden, kadar hemoglobin sebelum diberikan intervensi, jumlah konsumsi sari kacang hijau selama tujuh hari, serta kadar hemoglobin setelah intervensi. Seluruh data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi agar mudah dibaca dan dipahami.

#### b. Analisa Bivariat

##### 1) Uji normalitas

Data yang digunakan dalam analisis bivariat ini termasuk dalam skala rasio. Sebelum dilakukan uji hipotesis, terlebih dahulu dilakukan uji normalitas untuk mengetahui apakah data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang digunakan adalah Shapiro-Wilk karena jumlah sampel kurang dari 50 responden. Jika nilai  $p$  yang diperoleh lebih besar dari 0,05, maka data dapat dinyatakan berdistribusi normal.

## 2) Uji perbedaan

Uji perbedaan dalam penelitian ini dilakukan dengan analisis bivariat yang diolah secara komputersasi. Pengujian menggunakan *Paired Sample T-Test* untuk melihat perbedaan kadar hemoglobin (Hb) remaja putri sebelum dan sesudah diberikan sari kacang hijau. Apabila hasil uji normalitas menunjukkan bahwa data tidak berdistribusi normal, maka digunakan alternatif uji *Wilcoxon Signed Rank Test*. Tingkat signifikansi yang diterapkan sebesar 5%, dengan ketentuan apabila nilai  $\rho < 0,05$  maka  $H_a$  diterima, sedangkan jika  $\rho > 0,05$  maka  $H_a$  ditolak.

## H. Etika Penelitian

Etika dalam penelitian mencerminkan hubungan saling menghargai antara peneliti dan subjek penelitian (Kraft et al., 2023). Dalam melakukan penelitian peneliti harus memegang 4 prinsip, yaitu:

### 1. Menghormati Harkat dan Martabat Manusia (*Respect for Human Dignity*)

Setiap subjek penelitian wajib mendapatkan penjelasan yang jelas dan mudah dipahami mengenai tujuan penelitian, tahapan yang akan dijalankan, serta potensi manfaat dan risiko yang mungkin muncul proses persetujuan tidak berhenti pada tanda tangan awal, melainkan berlangsung secara dinamis dengan komunikasi terbuka selama penelitian agar mereka dapat bertanya atau menarik diri kapan saja pendekatan ini semakin

ditunjang oleh metode digital seperti e-consent dan dynamic consent yang meningkatkan pemahaman dan menghormati pilihan subjek.

## **2. Menghormati Privasi dan Kerahasiaan Subjek Penelitian (*Respect for Privacy and Confidentiality*)**

Setiap individu memiliki hak dasar atas privasi dan kebebasan dalam mengelola informasi pribadi yang dimilikinya, termasuk hak untuk tidak membagikan data tertentu kepada pihak lain. Oleh karena itu, dalam konteks penelitian, peneliti memiliki kewajiban menjaga kerahasiaan identitas subjek dengan tidak mengungkapkan informasi yang dapat mengarah pada pengenalan langsung. Sebagai bentuk perlindungan, identitas subjek diganti dengan kode khusus (coding) guna menjamin anonimitas dan menjaga integritas data yang dikumpulkan selama proses penelitian berlangsung.

## **3. Keadilan dan Keterbukaan (*Respect for Justice and Inclusiveness*)**

Dalam penelitian, prinsip keterbukaan dan keadilan sangat penting untuk dijaga. Peneliti harus mampu bersikap terbuka dengan memberikan informasi secara jelas dan jujur kepada peserta, seperti maksud dan tujuan penelitian, prosedur yang akan dijalani, serta manfaat dan setiap partisipan memiliki hak yang sama dalam menerima perlakuan dan manfaat dari penelitian. Menjaga dua prinsip ini tidak hanya menunjukkan sikap menghargai hak peserta, tetapi juga menjadi bagian dari menjaga kepercayaan dan tanggung jawab moral peneliti dalam menjalankan kegiatan ilmiah.

#### **4. Memperhitungkan Manfaat dan Kerugian yang Ditimbulkan** *(Balancing Harms and Benefits)*

Peneliti bertanggung jawab untuk memastikan bahwa penelitian membawa dampak positif, baik bagi pengembangan ilmu pengetahuan maupun bagi kesejahteraan subjek yang terlibat. Di sisi lain, segala bentuk potensi kerugian seperti rasa tidak nyaman, tekanan emosional, cedera fisik, atau efek samping lainnya harus diantisipasi dan ditekan seminimal mungkin. Oleh karena itu, penelitian yang dilakukan harus berlandaskan pada prinsip etis, yaitu menjunjung tinggi nilai keilmuan, kejujuran, hati nurani, serta tanggung jawab terhadap hak dan keselamatan partisipan. Tidak hanya itu, penelitian juga idealnya menjadi kontribusi nyata terhadap peningkatan harkat dan martabat manusia, serta tidak menimbulkan dampak negatif baik bagi individu yang diteliti maupun masyarakat luas. Dengan pendekatan yang berimbang ini, penelitian akan berjalan secara manusiawi, profesional, dan tetap berada dalam koridor etika yang dapat dipertanggungjawabkan.

#### **I. Jalannya Penelitian**

Jalannya Penelitian Merupakan proses atau Langkah-langkah yang dilakukan selama penelitian berlangsung. Langkah-langkah pengumpulan data dalam penelitian :

- a. Mengajukan surat pra-survey dari Universitas Muhammadiyah Pringsewu untuk pihak SMAN 1 Hulu Sungkai. Surat ini berfungsi sebagai

- pemberitahuan dan permohonan izin untuk melakukan observasi awal serta persiapan pelaksanaan penelitian di lokasi.
- b. Setelah mendapat surat dari kampus, peneliti menyerahkan surat pra-survey dan surat permohonan izin penelitian kepada kepala Sekolah SMAN 1 Hulu Sungkai. Pada tahap ini dilakukan koordinasi dengan guru pembina dan pihak yang bertanggung jawab atas kegiatan di sekolah untuk menentukan jadwal pelaksanaan di lapangan.
  - c. Peneliti menyusun Bab I (Latar Belakang, Rumusan Masalah, Tujuan), Bab II (Tinjauan Pustaka), dan Bab III (Metode Penelitian). Penyusunan bab-bab ini meliputi klarifikasi desain penelitian, populasi dan sampel, instrumen pengumpulan data, prosedur intervensi, serta rencana analisis data.
  - d. Peneliti mengajukan proposal kepada Komite Etik Universitas Muhammadiyah Pringsewu. Dokumen yang diajukan meliputi protokol penelitian, kuesioner/instrumen, informed consent, dan mekanisme perlindungan partisipan. Penelitian dilaksanakan setelah memperoleh persetujuan etik.
  - e. Pengambilan data dilakukan di SMAN 1 Hulu Sungkai, diawali dengan pre-test pada tanggal 08 September 2025 untuk mengukur kadar hemoglobin awal peserta. Sebelum pelaksanaan intervensi, peneliti terlebih dahulu melakukan uji coba proses pengolahan sari kacang hijau untuk menentukan cita rasa yang paling sesuai. Dari hasil uji coba pengolahan sari kacang hijau diperoleh takaran terbaik, yaitu dengan

penambahan 15 gram gula aren untuk setiap 300 ml sari kacang hijau, sehingga menghasilkan rasa manis yang seimbang dan dapat diterima oleh responden. Formulasi ini digunakan secara konsisten selama periode intervensi agar standar kualitas dan rasa tetap terjaga. Selanjutnya, peserta diberikan konsumsi sari kacang hijau sebanyak satu kali per hari selama tujuh hari berturut-turut. Pada tanggal 10 September 2025, pelaksanaan intervensi dilanjutkan oleh Aulia Nelly Agustin enumerator penelitian. Pada hari kedelapan, tanggal 17 September 2025, dilakukan post-test untuk mengukur perubahan kadar hemoglobin setelah intervensi.

- f. Data hasil pengukuran kadar hemoglobin dianalisis menggunakan program SPSS. Analisis meliputi uji deskriptif (mean, median, standar deviasi) dan uji perbandingan (*paired t-test*) untuk mengetahui perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah intervensi.
- g. Berdasarkan hasil analisis, peneliti menyusun Bab IV yang memuat hasil penelitian dan pembahasan yang dikaitkan dengan teori maupun hasil penelitian terdahulu, serta Bab V yang berisi kesimpulan dan saran yang dapat digunakan untuk penelitian lanjutan atau penerapan di bidang kesehatan masyarakat.