

ABSTRAK

EFEKTIVITAS PENINGKATAN KADAR HB MELALUI PEMBERIAN JUS *BETA VULGARIS* DAN JUS *AMARANTHUS TRICOLOR L* PADA GURU DI SEKOLAH KEJAYAAN INDONESIA, BINJAI BARAT

Prevalensi anemia lebih sering terjadi di Negara berkembang daripada di Negara maju. Pada Negara berkembang, diperkirakan sebanyak 1500 juta orang atau sekitar 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia yang paling sering ditemukan adalah anemia akibat defisiensi zat besi dalam tubuh. Anemia banyak terjadi pada wanita usia subur yakni sekitar 30,2% dari 1,62 milyar orang. Jenis penelitian ini adalah *quasi experiment* dengan desain *pre and post-test with control group*. Penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* dengan jumlah sampel 30 orang guru. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh yang signifikan secara statistik ($p \text{ value} < 0,05$), artinya terdapat efektivitas peningkatan kadar Hb melalui pemberian jus *Beta Vulgaris* dan jus *Amaranthus Tricolor L* pada guru yaitu meningkat sebesar 1,033 gr/dL ($p \text{ value} = 0,046$) dan 1,340 gr/dL ($p \text{ value} = 0,032$), tetapi tidak terdapat perbedaan efektivitas peningkatan kadar Hb melalui pemberian jus *Beta Vulgaris* dan jus *Amaranthus Tricolor L* pada guru di Sekolah Keajaiban Indonesia Binjai Barat ($p \text{ value} = 0,493$). Diharapkan pada penderita anemia dapat menerapkan terapi jus *Beta Vulgaris* ataupun jus *Amaranthus Tricolor L* sebagai pengobatan alternatif alami untuk menaikkan kadar Hb.

Kata kunci: Anemia, Kadar Hb, Jus *Beta Vulgaris*, Jus *Amaranthus Tricolor L*