

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN KURMA TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 2 KEPENUHAN KABUPATEN ROKAN HULU

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



VINA NAILALMUNA
NIM : 2139027

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
2025**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul **"PENGARUH PEMBERIAN KURMA TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 2 KEPENUHAN KABUPATEN ROKAN HULU"** telah disetujui sebagai skripsi dan di nyatakan memenuhi syarat untuk di seminarkan.

Pasir pengarian, 05 Mei 2025

Pembimbing



Bd.Nana Aldriana, M.Kes
NIDK.8858930017

HALAMAN PENGESAHAN

**PENGARUH PEMBERIAN KURMA TERHADAP KADAR
HEMOGLOBIN REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 2
KEPENUHAN KABUPATEN ROKAN HULU**

Disusun oleh :
VINA NAILALMUNA
NIM 2139027

Diuji dalam Sidang Skripsi
Pada Tanggal 07 Mei 2025

Mengetahui
Ketua Penguji



Bd.Nana Aldriana, M.Kes
NIDK.8858930017

Penguji I



Bd.Andria, SST, M.Biomed
NIDN.1008058607

Penguji II



Sri Wulandari, S.Keb,SKM,MPH
NIDN.1004028501

Disahkan Oleh :
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Ns.Romy Wahyuny, S.Kep, M.Kes
NIDN.1017068404

Disetujui Oleh :
Ketua Prodi Sarjana Kebidanan



Bd.Andria, SST, M.Biomed
NIDN.1008058607

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Vina Nailalmuna

NIM : 2139027

Program Studi : Sarjana Kebidanan

Judul Skripsi : **"PENGARUH PEMBERIAN KURMA TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 2 KEPENUHAN KABUPATEN ROKAN HULU"**

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Skripsi yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alih tulis atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan sendiri.

Pasir Pengaraian, 03 Juli 2024

Yang Membuat Pernyataan



Vina Nailalmuna
NIM. 2139017

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap	: VINA NAILALMUNA
Nim	: 2139027
Tempat / Tanggal Lahir	: Kepenuhan Raya, 23 Januari 2003
Agama	: Islam
Suku/kebangsaan	: Jawa
Anak Ke	: 3 (ketiga) dari 3 (tiga) Bersaudara
Alamat Rumah	: Desa Kepenuhan Raya, RT.014 RW.006, Kecamatan Kepenuhan, Kabupaten Rokan Hulu, Provinsi Riau
No Handphone	: 0821-1937-6986
Email	: vinanailalmuna@gmail.com
Riwayat Sekolah	: 1. PAUD Pertiwi, Lulusan Tahun 2008 2. TK Pertiwi, Lulusan Tahun 2009 3. SDN 013 Kepenuhan, Lulusan Tahun 2015 4. SMP Kebangsaan Losarang Tahun 2018 5. SMKN 2 Kepenuhan Tahun 2021
Data Orang Tua	:
Nama Ayah	: JUMONO
Tempat/Tanggal Lahir	: Kulonprogo, 10 Januari 1969
Pekerjaan	: Petani
Nama Ibu	: SUWATI
Tempat/Tanggal Lahir	: Kulonprogo, 09 Agustus 1971
Pekerjaan	: Ibu Rumah Tangga

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“PENGARUH PEMBERIAN KURMA TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 2 KEPENUHAN KABUPATEN ROKAN HULU”**

Penulis menyadari adanya kekurangan dalam penulisan skripsi ini, oleh karena itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang membangun untuk kesempurnaan skripsi.

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat dalam menyelesaikan tugas akhir Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian. Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dari beberapa pihak oleh sebab itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Hardianto, SPd, M,Pd selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian.
2. Zulkifli, SH, MH, CLA selaku wakil Rektor I Universitas Pasir Pengaraian.
3. Hidayat, SE, MM selaku wakil Rektor II Universitas Pasir Pengaraian.
4. Ns.Romy Wahyuny, S.Kep, M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.
5. Bd.Andria, SST, M.Biomed selaku Ka. Prodi S-1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.
6. Bd.Nana Aldriana, SST. M.Kes selaku pembimbing Skripsi sekaligus ketua penguji skripsi saya yang telah meluangkan waktu, serta memberikan arahan, dukungan sehingga saya mampu menyelesaikan tugas dengan baik.
7. Bd.Andria, SST, M.Biomed selaku penguji I Skripsi ini yang telah memberikan bimbingan serta arahan, dan petunjuk selama penyelesaian Skripsi ini.

8. Sri Wulandari, S.Keb, SKM, MPH selaku penguji II Skripsi ini yang telah memberikan bimbingan serta arahan, dan petunjuk selama penyelesaian Skripsi ini.
9. Seluruh Civitas Akademika Prodi S-1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian yang telah memberikan ilmu serta memfasilitasi dan membantu penulis selama menempuh perkuliahan.
10. Kepada orang tua saya yakni kepada ibu Suwati yang telah membantu saya, mendidik saya dan memberikan dukungan yang luar biasa, dan kepada Ayah saya yakni Bpk. Jumono yang telah merelakan segala upaya baik dalam dukungan biaya hidup saya selama menempuh menjadi mahasiswa dan dukungan mental sehingga saya mampu berdiri menjadi wanita dan anak yang luar biasa dan mampu menjalankan dengan sebaik - baiknya sehingga saya bisa menyelesaikan segala kesulitan selama saya menjalai pendidikan.
11. Saya ucapkan terimakasih kepada keluarga saya yakni dua saudara laki-laki saya dan juga ipar ipar saya yang sudah selalu memberikan dukungan dalam menjalankan pendidikan, sehingga saya mampu menyelesaikan tugas akhir saya menjadi sarjana.
12. Rekan - rekan mahasiswa Universitas Pasir Pengaraian jurusan Kebidanan yang telah banyak memberikan dorongan moral terhadap penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Kepada teman perjuangan akhir saya Ratna Susanti,S.Keb , dan Tria Silvana Putri,S.Keb yang telah banyak membantu saya, memberikan arahan dan juga memberikan support terbaik sehingga saya mampu menyelesaikan Skripsi saya ini.
14. Terakhir, terimakasih untuk diri sendiri telah berusaha keras dan berjuang sejauh ini walaupun terkadang banyak kesulitan, terimakasih telah menjadi diri yang kuat sehingga mampu di bearada di titik bahagia ini.

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR SKEMA	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	2
A. Latar Belakang	2
B. Rumusan Masalah	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	14
A. Tinjauan Teori	14
1. Remaja	14
a. Masa Remaja.....	14
b. Klasifikasi Remaja.....	15
c. Zat Gizi Remaja	16
2. Anemia (Kekurangan Kadar Hemoglobin).....	16
a. Anemia	16
b. Klasifikasi Anemia	18
c. Tanda dan Gejala Anemia.....	25
d. Dampak Anemia	27
e. Faktor Anemia	27

3. Kadar Hemoglobin	28
a. Kadar Hemoglobin.....	28
b. Faktor yang mempengaruhi Kadar Hemoglobin	29
c. Metode Penelitian	29
4. Kurma	30
a. Kurma	30
b. Jenis – jenis Kurma.....	30
c. Pengaruh dan Manfaat Kurma	38
B. Kerangka Teori.....	39
C. Kerangka Konsep	40
D. Hepotesis	40
BAB III METODE PENELITIAN	42
A. Jenis dan Perancangan Penelitian.....	42
B. Populsi, Sampel, dan Teknik Sampling	43
1. Populasi	43
2. Sampel.....	43
3. Teknik Sampling	43
C. Ruang Lingkup Penelitian.....	44
1. Lokasi penelitian	44
2. Waktu Penelitian	44
D. Variabel Penelitian	44
E. Definisi Operasional.....	45
F. Jenis Data	46
G. Teknik Pengumpulan Data	46
H. Instrumen Penelitian.....	47
I. Pengolahan Data.....	47
J. Analisis Data	48
K. Etika Penelitian	48

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN BAHASAN	51
A. Hasil	51
1. Analisis Univariat.....	51
2. Analisis Bivariat.....	52
B. Pembahasan.....	52
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	55
A. Kesimpulan	55
B. Saran	56
DAFTAR PUSTAKA	39
Lapiran - lampiran.....	41

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	8
Tabel 1.2 Keaslian Penelitian	9
Tabel 3.1 Definisi Operasional	45
Tabel 4.1 Rata-Rata Kadar Hemoglobin	51
Tabel 4.2 Pengaruh Pemberian Kurma	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kurma Ajwa.....	31
Gambar 2.2 Kurma Sukari	32
Gambar 2.3 Kurma Medjool.....	33
Gambar 2.4 Kurma Khalas.....	33
Gambar 2.5 Kurma Safawi	34
Gambar 2.6 Kurma Zahidi	35
Gambar 2.7 Kurma Ruthab	35
Gambar 2.8 Kurma Mabroom.....	36
Gambar 2.9 Kurma Khudri	37
Gambar 2.10 Kurma Mesir.....	37
Gambar 5.1 Menjelaskan maksud dan tujuan penelitian	70
Gambar 5.2 Pengenalan alat	70
Gambar 5.3 Pemberian lembar persetujuan penelitian	70
Gambar 5.4 Pengecekan kadar Hemoglobin	71
Gambar 5.5 Hasil sebelum pemberian kurma	71
Gambar 5.6 Pemberian kurma	71
Gambar 5.7 Hasil sesudah pemberian kurma	72
Gambar 5.8 Foto bersama.....	72

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	30
Skema 2.2 Kerangka Konsep	31
Skema 2.3 Rencana Penelitian	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan menjadi Responden	61
Lampiran 2 Formulir Pengumpulan Data.....	62
Lampiran 3 Lembaran Konsultasi	63
Lampiran 4 Surat izin Peneliti.....	64
Lampiran 5 Surat Balasan Penelitian	65
Lampiran 6 Surat Telah selesai Penelitian	65
Lampiran 7 Output hasil Olah Data	67
Lampiran 8 Dokumentasi.....	69

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
Skripsi, Oktober 2024

VINA NAILALMUNA
2139027

Pengaruh pemberian kurma terhadap kadar hemoglobin remaja putri di SMK Negeri
2 Kepenuhan Kabupaten Rokan Hulu
Xi + 85 hal, 6 tabel, 18 gambar, 8 lampiran

ABSTRAK

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang banyak dialami oleh remaja putri, terutama disebabkan oleh menstruasi dan kurangnya asupan zat besi. Salah satu upaya non-farmakologis yang potensial dalam meningkatkan kadar hemoglobin adalah konsumsi buah kurma (*Phoenix dactylifera*), yang kaya akan zat besi, vitamin, dan mineral penting lainnya. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian kurma terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri di SMK Negeri 2 Kepenuhan, Kabupaten Rokan Hulu. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain *pre-experimental* jenis *one group pre-test and post-test*. Sampel terdiri dari 60 remaja putri yang memiliki kadar hemoglobin di bawah 12 g/dL dan tidak sedang menstruasi. Intervensi dilakukan dengan pemberian 7 butir kurma setiap hari selama 5 hari. Pengukuran kadar hemoglobin dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan alat Easy Touch GCHb. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan rata-rata kadar hemoglobin dari 10,87 g/dL sebelum intervensi menjadi 13,36 g/dL setelah intervensi. Hasil uji statistik dengan *paired t-test* menunjukkan nilai $p = 0,001$ ($p < 0,05$), yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah pemberian kurma. Temuan ini mendukung bahwa konsumsi kurma secara rutin dapat meningkatkan kadar hemoglobin secara efektif. Kesimpulannya, pemberian kurma berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri dan dapat dijadikan alternatif alami untuk mencegah anemia. Diharapkan temuan ini dapat menjadi dasar dalam penyusunan program peningkatan gizi di lingkungan sekolah, khususnya dalam upaya pencegahan anemia pada remaja.

Kata kunci: anemia, hemoglobin, remaja putri, kurma, intervensi gizi.

*BACHELOR OF MIDWIFERY STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN
Thesis, October 2024*

*VINA NAILALMUNA
Student ID: 2139027*

*The Effect of Date Fruit Consumption on Hemoglobin Levels Among Female
Adolescents at SMK Negeri 2 Kepenuhan, Rokan Hulu Regency
xi + 85 pages, 6 tables, 18 figures, 8 appendices*

ABSTRACT

Anemia is a common health problem among adolescent girls, primarily caused by menstruation and insufficient iron intake. One potential non-pharmacological intervention to increase hemoglobin levels is the consumption of date fruits (Phoenix dactylifera), which are rich in iron, vitamins, and other essential minerals. This study aims to determine the effect of date fruit consumption on hemoglobin levels among female adolescents at SMK Negeri 2 Kepenuhan, Rokan Hulu Regency. This research used a quantitative method with a pre-experimental design, specifically a one group pre-test and post-test. The sample consisted of 60 female students with hemoglobin levels below 12 g/dL who were not menstruating during the intervention. The intervention involved giving 7 dates daily for 5 consecutive days. Hemoglobin levels were measured before and after the intervention using the Easy Touch GCHb device. The results showed an increase in the average hemoglobin level from 10.87 g/dL before the intervention to 13.36 g/dL after the intervention. A paired t-test statistical analysis revealed a p-value of 0.001 ($p < 0.05$), indicating a significant difference between the pre- and post-intervention measurements. These findings suggest that regular consumption of date fruits can effectively raise hemoglobin levels. In conclusion, the consumption of date fruits has a significant effect on increasing hemoglobin levels in adolescent girls and can serve as a natural alternative for preventing anemia. This research is expected to provide a reference for developing school-based nutrition improvement programs, particularly in efforts to prevent anemia among adolescents.

Keywords: *anemia, hemoglobin, adolescent girls, date fruit, nutritional intervention.*