

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan fase peralihan antara anak - anak dan dewasa. Individu dikatakan sebagai remaja apabila berada pada rentang usia 10-19 tahun. Pada fase ini, remaja mengalami banyak perubahan antara lain biologis dan fisik, emosional, sosial, serta kognitif. Perubahan ini akan memengaruhi perasaan, pemikiran, pengambilan keputusan, dan interaksi mereka dengan lingkungan sekitar. Oleh sebab itu, zat besi pada remaja harus terpenuhi baik dari segi kualitasnya maupun kuantitasnya. Sehingga jika asupan dan kebutuhan atau kecukupan tidak terpenuhi akan menimbulkan masalah gizi (Rahayu et al., 2023).

Masalah gizi merupakan salah satu masalah kesehatan di Indonesia. Di Indonesia, remaja menghadapi tiga masalah gizi yang berbeda, yaitu gizi kurang, gizi berlebihan, dan kekurangan zat gizi mikro. Sehingga Tingkat *stunting* atau pertumbuhan terhambat pada remaja usia 13-18 tahun mencapai sekitar 25%, 9%, remaja mengalami kekurusan atau memiliki indeks masa tubuh yang rendah, sementara itu 16% remaja menghadapi masalah kegemukan dan obesitas. Namun tidak hanya itu saja, sekitar 25% remaja putri juga mengalami anemia (Unicef, 2021).

Anemia merupakan kondisi tubuh yang ditandai dengan hasil pemeriksaan kadar *hemoglobin* (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal, yang bisa menyebabkan jumlah sel darah merah berkurang (contohnya pada

perdarahan berat akibat kecelakaan atau sebab lainnya), atau jumlah sel darah merah cukup namun kandungan Hb didalam sel darah merah kurang (Kemenkes RI, 2023)

Menurut Kemenkes RI dalam Levimah et al., (2024) Prevalensi anemia pada data Riskesdes tahun 2017 di Indonesia sebesar 21.7%. Prevalensi pada anak-anak usia 5-15 tahun sebesar 26.4%, sedangkan pada anak-anak usia 15-24 sebesar 18.4%. Prevalensi pada remaja di seluruh dunia berkisar 40-88%. Namun bukan itu saja Riskesdes 2013 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada perempuan usia >15 tahun sebesar 22,7%. Dan sekitar seperempat di negara berkembang menderita anemia, di wilayah Asia Tenggara berkisar antara 27-55%. Pada tahun 2018 anemia pada remaja putri 23% dan pada remaja putra 12%. Remaja putri memiliki resiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra (Indriani. Dkk. 2022). sedangkan prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 37,1% (Kemenkes RI, 2016).

Anemia memiliki beberapa penyebab, yaitu dapat disebabkan karena remaja mengalami menstruasi setiap bulan, dan remaja putri kehilangan banyak darah sehingga membutuhkan zat besi tiga kali lebih banyak dibandingkan laki-laki. Yang kedua disebabkan oleh diet ketat yang dimana remaja putri melakukan diet ketat untuk mendapatkan bentuk tubuh yang langsing sedangkan diet ketat membuat asupan gizi yang masuk kurang dari kebutuhan. Diet yang dilakukan pun tidak memperhatikan asupan zat besi. Yang ketiga disebabkan oleh masa pertumbuhan, dimana remaja sedang dalam masa

pertumbuhan sehingga kebutuhan zat gizi mereka meningkat. Selain itu, kebutuhan absorpsi zat besi memuncak pada umur 14-15 tahun pada remaja putri, kemudian yang selanjutnya sering begadang, tidak sarapan pagi. Maka itulah penyebab anemia namun dalam pencegahan anemia dapat kita lakukan dengan cara farmakologi yaitu suplemen zat besi sedangkan pencegahan non-farmakologi dengan memberikan buah kurma (Utami et al., 2021).

Kurma merupakan buah yang disebut sebagai buah yang memberi banyak manfaat bagi tubuh. Beberapa manfaat buah kurma seperti dapat memudahkan dan melancarkan proses persalinan, mencegah penyakit struk, dan serangan jantung, namun bukan hanya itu saja tetapi kurma juga dapat mempercepat penyembuhan demam berdarah, mencegah pendarahan rahim, dan bahkan dapat mencegah anemia karena buah kurma kaya akan kandungan kalsium dan zat besi, yang merupakan dua unsur elektif yang penting untuk pembentukan darah dan sumsum tulang sehingga dapat membantu dalam mencegah penyakit anemia (Indriani et al., 2022).

Berbagai penelitian telah membuktikan pengaruh kurma dalam meningkatkan kadar hemoglobin. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu & Prabasari, 2024 menyebutkan bahwa pemberian buah kurma berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di MTs Negeri 5 Sragen. Selain itu kurma juga memiliki kandungan zat gizi mikro tinggi yang berpotensi digunakan dalam pencegahan anemia pada remaja putri. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Levimah et al., 2024 Pemberian intervensi buah kurma dapat dilakukan selama 7 hari dan kelompok

intervensi diberikan buah kurma sebanyak 100 gram sehingga kelompok kontrol sesudah diberikan perlakuan selama 7 hari mengalami peningkatan 0.56% dari sebelum mendapat perlakuan. Maka hasil uji ranking *Welcoxon* menunjukkan nilai $p = 0.000$ ($p < 0.05$).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada Kamis, 18 Juli 2024 yang dilakukan oleh Peneliti, remaja di SMA Negeri 2 Rambah Hilir, didapatkan bahwa 7 remaja putri yang bersedia di wawancarai namun 2 orang remaja memiliki kebiasaan yang kurang baik tentang kesehatan seperti, tidak meminum tablet tambah darah, tidak sarapan pagi, kebiasaan begadang, dan kurang memperhatikan pola makan yang sehat, sehingga membuat remaja kurang fokus dan produktif dalam mengikuti pelajaran di sekolah. Dan 5 orang remaja menyatakan bahwa mereka paling sering mengalami pusing dan berkunang - kunang. Bukan itu saja namun mereka juga menyatakan bahwa mereka cepat lelah dan lesu. Setelah melakukan wawancara peneliti melakukan pemeriksaan Hb pada salah satu remaja, ternyata Hb nya < 12 g/dL. Maka Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang sebagaimana dijelaskan sebelumnya maka dapat ditarik rumusan masalah yaitu “apakah ada pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir ? ”.

C. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.

b. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui rata - rata kadar hemoglobin pada remaja putri sebelum di berikan kurma di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.
2. Untuk mengetahui rata - rata kadar hemoglobin pada remaja putri setelah di berikan kurma di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.
3. Untuk mengetahui pengaruh pemberian kurma terhadap penurunan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.

D. Manfaat Penelitian

1) Manfaat peneliti

Hasil penelitian di harapkan dapat menjadi informasi serta pengetahuan dan menambah pengalaman dalam melakukan penyelesaian tugas akhir khususnya mengenai penelitian eksperimental pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.

2) Bagi Remaja

Memberikan informasi kepada remaja bahwa kurma dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin.

3) Bagi Mahasiswa Kebidanan

Hasil Penelitian ini dapat memberikan pengetahuan dan motivasi

terhadap mahasiswa kebidanan dalam menjaga kesehatan terutama bagi remaja putri.

4) Bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dalam penelitian selanjutnya tentang pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul dan Nama Peneliti	Variabel	Hasil	Perbedaan
1	Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Peningkatan Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Lampung. Mufidah, Analia Kunang, Sumarni (2024).	- Kurma - Hemoglobin - Anemia	Hasil penelitian di dapatkan rata - rata peningkatan kadar hemoglobin pada kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok control. Hasil uji <i>statistic</i> menunjukkan bahwa P value 0,000 yang berarti ada pengaruh konsumsi kurma dengan peningkatan kadar hemoglobin.	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan jenis penelitian <i>Quasy experiment</i> yang berbentuk <i>pre-post test design</i> .
2	Buah Kurma (<i>Phoenix Dactylifera</i>) dan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di SMAN 2 Rejang Lebong. Lidya Febrina, Kurniyati, Indah Fitri Andini, Wenny Indah Purnama Eka Sari (2024).	- Anemia - Buah Kurma - Kadar Hemoglobin - Remaja putri	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada pemberian buah kurma. Nilai p <i>value</i> $0.006 < 0.05$ menunjukkan bahwa peningkatan kadar hemoglobin pre-test sebesar 1.18 gram lebih besar dari peningkatan kadar hemoglobin <i>post-test</i> sebesar 0.56 gram pada kelompok kontrol artinya ada pengaruh yang signifikan pemberian buah kurma (<i>phoenix dactylifera</i>) terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri di SMAN 2 Rejang Lebong.	Penelitian ini menggunakan <i>Quasi eksperimen</i> dengan rancangan penelitian <i>two group pretest-posttest design with control group</i> . Menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> . Dimana 18 kelompok intervensi dan 18 kontrol dengan instrumen penelitian alat ukur HB Digital. Data analisis menggunakan uji <i>mann whitney</i> .
3	Pengaruh Buah Kurma Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Di SMP Nahdatul Ulama Mengamendung Kabupaten Bogor Tahun 2023. Meinasari Kurnia Dewi, Retno Sugesti, Cintana Nur Aprilia Utami (2023).	- Remaja putri - Anemia - Kurma	Hasil penelitian Diperoleh nilai sebesar 0,001 ($Pvalue = 0,05 < 0,05$) maka dapat dinyatakan terdapat pengaruh pemberian buah kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada remaja. Pengaruh Buah Kurma Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Di SMP Nahdatul Ulama Mengamendung Kabupaten Bogor Tahun 2023. dilakukan terapi hasil nilai kadar hemoglobin rata-rata g/dL dan setelah diberikan	Analisis data menggunakan univariate dan bivariate dengan uji T-Test Dependent. Anal isis Bivariate menggunakan metode <i>statistic deskriptif</i> untuk menggambarkan parameter dari setiap variable. rank test.parameter tersebut antara lain nilai tengah (mean,median,m dus),dan nilai

sari kurma kadar hemoglobin meningkat dengan nilai rata-rata 15.73 g/dL.	disperse (varians, standar deviasi, range). b berapa penelitian juga menggunakan uji statistik 1 sampel/ kelompok untuk mengetahui normalitas data (nilai Pvalue), estimasi parameter/ interval.
---	--

BAB II

TINJAUAN TEORI

A. Tinjauan Teori

1. Remaja

a. Pengertian Remaja

Remaja atau (*adolescence*) merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak - anak menuju dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan fisik, psikis, dan psikososial. Kemudian istilah *adolescence* atau remaja itu berasal dari kata Latin yang berarti “tumbuh” meliputi kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik sedangkan definisi remaja menurut WHO bersifat konseptual, yaitu meliputi tiga kriteria yaitu biologis, psikologis, dan sosial-ekonomi, sehingga remaja juga merupakan suatu masa dimana seorang individu berkembang saat pertama kali menunjukkan perubahan tanda - tanda seksual sekundernya sampai saat mencapai kematangan seksual, mengalami perkembangan psikologis dan pola identifikasi diri dari kanak - kanak menjadi dewasa dan terjadi peralihan ketergantungan sosial-ekonomi yang relatif mandiri (Dieny, 2014).

b. Karakteristik Remaja

a. Remaja Awal (*Early Adolescence*)

Pada tahap ini, remaja mengalami keheranan akan perubahan yang terjadi pada pertumbuhannya sendiri dan dorongan yang menyertai perubahan-perubahan itu. Mereka mengembangkan pikiran

baru, kepekaan dan mudah tertarik pada lawan jenis. Kepekaan yang berlebihan ini ditambah dengan berkurangnya kendali terhadap ego menyebabkan remaja awal ini sulit mengerti dan dimengerti oleh orang dewasa.

b. Remaja Tengah (*Middle Adolescences*)

Pada tahap ini, remaja sangat membutuhkan kawan - kawan. Mereka sangat nyaman jika mempunyai banyak teman di sekelilingnya. Ada kecenderungan narcistic, yaitu mencintai diri sendiri, dengan menyukai teman - teman yang punya sifat sama dengan dirinya. Selain itu, ia berada dalam kondisi kebingungan karena ia tidak tahu harus memilih yang mana, peka atau tidak peduli, ramai - ramai atau sendiri, optimis atau pesimis, ideais atau materialis.

c. Remaja Akhir (*Late Adolescence*)

Tahap ini adalah masa konsolidasi menuju periode dewasa dan ditandai dengan beberapa hal, antara lain: minat yang makin mantap fungsi - fungsi intelektual, egonya mencari kesempatan untuk bersatu dengan orang lain dan pengalaman - pengalaman baru, terbentuk identitas seksual yang tidak berubah lagi, mulai menyeimbangkan antara kepentingan diri sendiri dengan orang lain (Dieny, 2014).

c. Pertumbuhan dan Perkembangan Remaja

Pertumbuhan merupakan proses kematangan fungsi-fungsi fisik yang berlangsung secara normal dalam perjalanan tertentu. Hasil pertumbuhan berupa bertambahnya ukuran kuantitatif dari fisik seperti tinggi badan

dan berat badan. Perkembangan adalah proses perubahan kualitatif yang mengacu pada kualitas fungsi organ-organ jasmaniah dan bukan pada organ jasmani tersebut sehingga penekanan arti perkembangan terletak pada kemampuan psikologis yang termanifestasi pada organ fisiologis. Proses perkembangan akan berlangsung sepanjang kehidupan manusia, sedangkan seringkali akan berhenti jika seseorang telah mencapai kematangan fisik (Masdudi, 2015).

1) Pertumbuhan aspek-aspek fisik

Pertumbuhan aspek-aspek fisik adalah perubahan fisik yang terjadi dalam pertumbuhan remaja. Pertumbuhan fisik dapat diukur dan dilihat, seperti bertambah berat, tinggi dan perubahan hal fisik lainnya. Faktor-faktor yang mempengaruhi pertumbuhan fisik adalah:

- a) Asupan makanan atau gizi dalam makanan misalnya seseorang remaja yang pola makannya tidak teratur serta makan makanan yang tidak terpola baik gizinya, maka akan mengalami kurang gizi dan gangguan dalam pertumbuhannya.
- b) Faktor keturunan misalnya remaja terlahir dari orangtua yang berbadan tinggi atau berbadan pendek serta kecil maka remaja tersebut akan memiliki fisik yang tidak jauh berbeda orangtuanya.
- c) Faktor jenis kelamin, dimana laki-laki cenderung memiliki ukuran lebih tinggi dan lebih berat dibanding wanita.
- d) Faktor kesehatan juga mempengaruhi pertumbuhan remaja. Berikut ini beberapa perubahan yang terjadi pada masa remaja :

- (1) Laki-laki, perubahan yang dialami yaitu pertumbuhan tulang-tulang, testis membesar, tumbuh bulu kemaluan, awal perubahan suara, ejakulasi, pertumbuhan tinggi badan mencapai maksimal setiap tahunnya, tumbuh rambut-rambut halus di wajah, tumbuh bulu ketiak, tumbuh bulu dada, dan lain sebagainya.
- (2) Perempuan, perubahan yang dialami yaitu pertumbuhan tulang-tulang, pertumbuhan payudara, pertumbuhan bulu halus di kemaluan, pertumbuhan tinggi badan mencapai maksimum setiap tahunnya, menstruasi, tumbuh bulu-bulu ketiak, dan lainnya.

2) Perkembangan aspek-aspek psikis

Perkembangan psikis remaja adalah perubahan yang terjadi pada jiwa, pikiran, dan emosi seseorang menjadi lebih matang atau dewasa dalam menghadapi kehidupan yang berbeda dengan ketika masa kanak-kanak. Perkembangan psikis tidak bisa diukur maupun dilihat secara langsung tapi dapat dilihat dari tingkah laku dan kemampuan (Masdudi, 2015).

Perubahan yang terjadi pada psikologis masa remaja adalah sebagai berikut:

- a) Usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa.
- b) Kematangan seksual berimplikasi kepada dorongan dan emosi-emosi baru.

- c) Munculnya kesadaran terhadap diri dan mengevaluasi kembali obsesi dan cita-citanya.
- d) Kebutuhan interaksi dan persahabatan lebih luas dengan teman sejenis dan lawan jenis.

2. Hemoglobin

a. Definisi

Hemoglobin adalah sel darah merah yang bertugas dalam mengikat oksigen serta membawa oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh melalui sirkulasi darah. Hemoglobin merupakan protein yang kaya akan zat besi serta memiliki daya gabung terhadap oksigen, sehingga dapat membentuk oksihemoglobin di dalam sel darah merah sehingga oksigen dibawa dari paru-paru ke jaringan-jaringan (Rosita et al., 2019).

b. Kadar Hemoglobin

Tabel 2.1 Nilai kadar hemoglobin normal

Kelompok umur/jenis kelamin	Konsentrasi Hemoglobin
6 bulan-5 tahun	11,0
5-11 tahun	11,5
12-13 tahun	12,0
Wanita	12,0
Laki-laki	13,0
Wanita hamil	11,0

Menurut (Rosita et al., 2019)

c. Fungsi hemoglobin

Hemoglobin di dalam darah membawa oksigen dari paru-paru ke seluruh jaringan tubuh dan membawa kembali karbondioksida dari seluruh sel paru-paru untuk di keluarkan dari tubuh. Mioglobin berperan

sebagai reservoir oksigen yaitu menerima, menyimpan dan melepas oksigen di dalam sel- sel otot (Irmawati & Rosdianah, 2020). Adapun manfaat hemoglobin antara lain :

- 1) Mengatur pertukaran oksigen dengan karbondioksida di dalam jaringan-jaringan tubuh.
- 2) Mengambil oksigen dari paru kemudian dibawa ke seluruh jaringan-jaringan tubuh untuk di pakai sebagai bahan bakar.
- 3) Membawa karbondioksida dari jaringan-jaringan tubuh sebagai hasil metabolisme ke paru-paru untuk di buang (Irmawati & Rosdianah, 2020).

d. Pemeriksaan hemoglobin

1) Metode Sahli

Metode sahli adalah salah satu pemeriksaan hemoglobin secara visual berdasarkan satuan warna (*colorimetric*), Metode ini hemoglobin akan diubah menjadi hematin asam, kemudian membandingkan warna secara visual menggunakan standar dalam alat. Pada metode sahli tidak semua hemoglobin dapat diubah menjadi hematin asam misalnya karboksihemoglobin, methemoglobin dan sulfahemoglobin, selain itu alat ini mempunyai nilai kesalahan $\pm 10\%$ (Hadiati & Pk, 2023).



Gambar 2.1 Cek Hb Sahli

2) Metode *Sianmethemoglobin*

Metode *sianmethemoglobin* adalah metode yang banyak digunakan untuk mengukur hemoglobin. Prinsip metode ini terletak pada konversi hemoglobin menjadi *sianmethemoglobin* dengan penambahan kalium sianida dan ferisianida yang absorbansinya diukur pada 540 nm dalam calorimeter fotolistrik terhadap larutan standar. Larutan standar *sianmethemoglobin* memiliki sifat yang solid, dapat dihitung secara otomatis dan mudah didapatkan sehingga Metode *sianmethemoglobin* salah satu metode yang disarankan laboratorium untuk menetapkan kadar hemoglobin (Hadiati & Pk, 2023).



Gambar 2.2 Cek Hb *Sianmethemoglobin*

3) Metode Azidemet emoglobin pada alat POCT (*point of care testing*)

Deteksi dini anemia dapat dilakukan pemeriksaan hemoglobin dengan cara sederhana menggunakan sampel dalam jumlah sedikit, mudah, cepat dan efektif. Pemeriksaan dengan metode POCT dilakukan dengan *stript test* dan alat cek Hb. Metode digital atau POCT memiliki prinsip kerja menghitung kadar hemoglobin pada sampel darah berdasarkan kepada perubahan potensial listrik terbentuk secara singkat dipengaruhi oleh interaksi kimia antara sampel darah yang diukur dengan elektroda terhadap strip. Alat ini

sangat mudah digunakan dan hasil yang didapatkan mendekati hasil sebenarnya apabila dibandingkan dengan alat lainnya seperti cara sahli (Hadiati & Pk, 2023).



Gambar 2.3 Cek Hb Strip

Cara pemeriksaan dilakukan dengan pengambilan sampel darah pasien kemudian sampel darah tersebut diletakkan pada *strip test* yang sudah terpasang di alat cek Hb. Prinsip metode pemeriksaan dengan azidemet Hb adalah pemeriksaan eritrosit yang mengeluarkan hemoglobin, selanjutnya hemoglobin diubah menjadi metHb digunakan dengan azide untuk membentuk azidemet Hb (Hadiati & Pk, 2023).

4) Metode hemoglobin digital *Analyzer*

Metode otomatis menggunakan *hematology analyzer* yang berfungsi untuk pengukuran dan pemeriksaan sel darah dalam sampel darah. Alat *hematology analyzer* memiliki beberapa kelebihan yaitu efisiensi waktu, volume sampel, dan ketepatan hasil. Pemeriksaan dengan *hematology analyzer* dapat dilakukan dengan cepat hanya memerlukan waktu 45 detik. Sampel darah yang digunakan dapat menggunakan darah perifer dengan jumlah darah yang lebih sedikit. Hasil yang dikeluarkan alat ini biasanya

sudah melalui *quality control* yang dilakukan oleh internal laboratorium Hb (Hadiati & Pk, 2023).

Prinsip kerjanya simpel darah yang sudah dicampur dengan reagen dilusi sebanyak 200x proses *hemolyzing* untuk mengukur jumlah leukosit. Selanjutnya sampel dilakukan dilusi lanjutan sebanyak 200x (jadi 40.000x) untuk mengukur eritrosit dan trombosit. Sampel di proses pada blok data processing dan hasilnya akan ditampilkan pada monitor dan dicetak dengan mesin print (Hadiati & Pk, 2023).

- e) Munculnya konflik-konflik sebagai akibat masa transisi dari masa anak menuju dewasa. Remaja akhir sudah mulai dapat memahami, mengarahkan, mengembangkan dan memelihara identitas diri.
- f) Timbulnya kecanggungan bagi remaja karena ia harus menyesuaikan diri terhadap perubahan-perubahan fisik.
- g) Transformasi intelektual yang khas dari cara berpikir remaja ini memungkinkan untuk mencapai integrasi dalam hubungan sosial orang dewasa (Masdudi, 2015).

3. Anemia

a. Pengertian Anemia

Anemia merupakan kondisi dimana seseorang tidak memiliki sel darah merah dalam jumlah yang cukup untuk mengantarkan oksigen ke berbagai jaringan yang terdapat di dalam tubuh. Sehingga anemia dapat membuat seseorang merasa lelah dan lemas. Anemia juga dapat terjadi

sementara atau dapat menetap selama jangka panjang, dan memiliki derajat keparahan yang bervariasi dari ringan hingga berat, Maka akan terjadinya penurunan hemoglobin (Irmawati & Rosdianah, 2020).

b. Klasifikasi Anemia

1) Anemia *Makrositik*

Anemia Makrositik adalah ukuran sel darah merah dari normal. (anemia megaloblastik).

2) Anemia *Mikrositik*

Anemia Mikrositik adalah ukuran sel darah merah yang ukurannya menjadi lebih kecil dan konsentrasi hemoglobin kurang dari normal. Contohnya : *ADB, Thalasemia*.

3) Anemia *Normositik Normokrom*

Anemia *Normositik Normokrom* adalah anemia yang disebabkan karena perdarahan akut, *hemolisis*, dan penyakit *metastasis* sumsum tulang (Utami et al., 2021).

c. Tanda dan Gejala Anemia

1) Lemah, Letih, Lesu, Lunglai, Dan Lemas

Gejala awal dari penderita anemia adalah lemas, letih, lesu, lunglai, dan lemah. Sehingga cepat lelah atau kelelahan disebabkan karena simpanan oksigen dalam jaringan otot kurang sehingga metabolisme otot terganggu.

2) Pucat Pada Telapak Tangan, Wajah, Dan Gusi

Tanda dan gejala anemia ini adalah semakin meningkatnya

intensitas defisiensi zat besi, penderita anemia akan memperlihatkan gejala pucat pada telapak tangan, wajah, dan gusi.

3) Sesak Nafas

Penderita akan mengalami sesak nafas jika melakukan aktivitas ringan. Hal ini terjadi karena jumlah darah yang rendah sehingga menurunkan tingkat oksigen dalam tubuh.

4) Pusing Dan Ngantuk

Gejala ini juga termasuk penyebab dari penderita anemia karena penderita anemia juga mengalami pusing dan mudah mengantuk. Hal ini disebabkan karena otak kekurangan oksigen karena daya angkut hemoglobin berkurang.

5) Mata Berkunang - kunang

Pada penderita anemia, hal ini akan terjadi karena mengakibatkan hemoglobin yang bertugas membawa oksigen ke otak tidak dapat melakukan fungsinya. Pada akhirnya menyebabkan mata berkunang - kunang (Utami et al., 2021).

d. Dampak Anemia Pada Remaja

Dampak anemia pada remaja putri adalah menurunkan kemampuan dan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan sehingga tinggi badan tidak mencapai optimal, perkembangan motorik, mental, kecerdasan terhambat, tingkat kebugaran menurun dan menurunnya kesehatan reproduksi (Dieny et al., 2021).

e. Penyebab Anemia Pada Remaja

- a. Sedikit mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi. Biasanya remaja lebih suka mengkonsumsi makanan yang berada di sekolah seadanya tanpa memperhitungkan komposisi gizi di dalamnya.
- b. Remaja melakukan diet agar langsing. Sehingga akibat remaja ingin mempunyai tubuh yang ideal makanan yang mengandung zat besi yang seharusnya dimakan diabaikan karena ingin langsing.
- c. Remaja yang tidak ingin mengkonsumsi sayuran hijau dan buahan.
- d. Remaja mengalami menstruasi maka akan kehilangan zat besi sebanyak 1,3 mg setiap harinya sehingga jika tidak diimbangi dengan makanan yang bergizi akan mengakibatkan lemas, lesu, dan lesu.
- e. Perdarahan, hal ini juga merupakan penyebab anemia pada remaja karena jika terjadi kecelakaan akan menyebabkan banyak keluar darah.
- f. Faktor genetik atau keturunan, seorang remaja yang orangtuanya pernah mengalami anemia akan beresiko lebih besar terkena anemia (Chasanah, Basuki, & Dewi., 2019).

f. Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri

- 1) Menerapkan diet gizi seimbang dan mengkonsumsi makanan beragam.
- 2) Mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi, seperti daging merah, unggas, hati ayam, kerang.

- 3) Mengkonsumsi makanan yang mengandung vitamin C seperti, buah jeruk, dan jambu biji.
- 4) Minum susu setelah makan besar agar mencegah penurunan penyerapan besi di dalam usus.
- 5) Jangan mengonsumsi kopi dan teh secara berlebihan.
- 6) Rutin mengonsumsi tablet tambah darah, yakni 1x per hari saat menstruasi (Rahayu et al., 2023).

4. Kurma

a. Pengertian Kurma

Kurma merupakan pohon yang mulia dan memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh. Buah, pelepah, dan kayunya banyak dimanfaatkan oleh warga Saudi Arabia dan negara - negara lain di dunia. Negara yang paling sering mengonsumsi kurma adalah negara Irak, Saudi, Bahrain, Mesir, Sudan, Jazair, Dan Amerika. Kurma juga merupakan makanan yang ideal yang mencukupi bagi manusia karena mengandung zat gizi yang penting, seperti gula, asam, mineral, minyak, protein, dan zat besi (Hammad, 2020).

b. Macam - macam Kurma

1) Ruthab (kurma basah)

Ruthab (kurma basah) memiliki manfaat mencegah terjadinya perdarahan bagi wanita melahirkan, mempercepat proses persalinan dan mempercepat proses pengembalian posisi rahim seperti sedia kala sebelum waktu kehamilan yang berikutnya. Karena di dalam kurma

basah terkandung hormon yang menyerupai hormon oksitosin yang dapat membantu proses kelahiran. Hormon oksitosin adalah hormon yang membantu ketika wanita melahirkan dan menyusui.

2) Tamr (kurma kering)

Kurma ini memiliki manfaat untuk menguatkan sel - sel dan dapat membantu melancarkan saluran kencing, karena mengandung seratbut - seratbut yang memiliki tugas mengontrol laju gerak usus dan menguatkan rahim, ketika melahirkan (Irmawati & Rosdianah, 2020).

c. Jenis Buah Kurma

Adapun beberapa jenis buah kurma menurut Hammad, (2020) sebagai berikut:

1) Sukari

Sukari merupakan Jenis buah kurma yang manisnya terasa. Bentuknya sedang, agak besar dibagian tengah, dikonsumsi disetiap tahap tumbuhnya, rasanya sangat enak, dan dikonsumsi di Qasim.

2) Syaqla

Syaqla merupakan jenis kurma yang dapat ditemukan di Qasim. Berwarna merah kekuning - kuning dan buahnya coklat pekat. Jenis kurma ini merupakan buah yang paling penting karena banyak hasilnya, harganya juga murah, dan dapat di simpan dalam jangka waktu yang lama.

3) Nabut Saif

Nabut saif merupakan jenis kurma ini buahnya lunak berwarna kuning saat belum matang dan matang berwarna kemerahan saat fase kematangan. Buah yang berbentuk elips dan membuncit di bagian tengah dengan ukuran sedang.

4) Khudhry

Khudhry merupakan kurma yang berwarna hijau gelap pada fase sebelum matang dan berwarna kuning setelah matang. Ukurannya memanjang dan besar, serta memiliki keistimewaan minim serat dan termasuk jenis yang banyak tersebar di bidang bisnis.

5) Shaqa'i

Shaqa'i merupakan salah satu jenis kurma yang ternama, buahnya keras, berbentuk silinder, berwarna kuning, dan tersebar di kawasan Riyadh.

6) Burji

Burji merupakan jenis buah yang berwarna kuning, memiliki keistimewaan rasa manisnya yang lezat. Banyak tersebar di wilayah Riyadh dan Qasim, berbentuk silinder, pendek hampir bulat, ukurannya sedang, satu pohon menghasilkan 115 kg buah per tahun.

7) Maktumi

Maktumi merupakan jenis kurma berwarna kuning saat belum matang, rasanya enak, tersebar di kawasan Qasim. Memiliki lapisan daging yang licin.

8) Ajwa

Ajwa merupakan jenis kurma yang berbentuk elips, berwarna merah saat belum matang kemudian berubah menjadi sawo matang. Ajwa juga merupakan salah satu jenis kurma yang terkenal di Madinah.

9) Khunaizi

Khunaizi merupakan jenis kurma yang tersebar di kawasan Qathif dan berwarna merah pekat.

10) Halwah

Halwah merupakan jenis kurma yang berwarna merah, mudah ditelan jika dikonsumsi sebelum matang, dan tersebar di wilayah utara dan barat laut Saudi.

d. Kandungan Kurma

Tabel 2.2 Rincian Kandungan Gizi Kurma (per 100 g).

Unsur	Nilai gizi	Persen kecukupan gizi
Energi	227 Kkal	14%
Karbohidrat	74,97 g	58%
Protein	0,81 g	3%
Total lemak	0,15%	<1%
Serat makanan	6,7 g	0%
Asam Folat	15 mg	18%
Niacin	610 mg	4%
Asam Pantotenat	0,805 mg	10%
Piridoksin	0,249 mg	19%
Riboflavin	0,60 mg	19%
Thiamin	0,50 mg	4.5%
Vitamin A	149 IU	4%
Vitamin C	0 mg	5%

Vitamin K	2,7 mcg	0%
Sodium	1 mg	2%
Potasium	696 mg	0%
Kalsium	64 mg	2%
Tembaga	0,362 mg	0%
Besi	0,90 mg	11%
Magnesium	54 mg	13%
Mangan	0,296 mg	13%
Fosfor	62 mg	9%
Seng	0,44 mg	4%
Beta Karoten	89 mcg	-
Lutein- zeaxanthin	23 Cg	-

(Irmawati & Rosdianah, 2020).

e. Klasifikasi Pohon Kurma

Tabel 2.3 *Klasifikasi pohon kurma.*

Kingdom	Plantae
Sub kingdom	Tracheobionta
Devisi	Magnoliophyta
Sub devisi	Spermatophyta
Kelas	Iliopsida
Sub kelas	Arecidae
Ordo	Arecales
Famili	Arecaceae
Genus	Phoenix
Spesies	Phoenix dactylifera L

(Dylanesia, 2023).

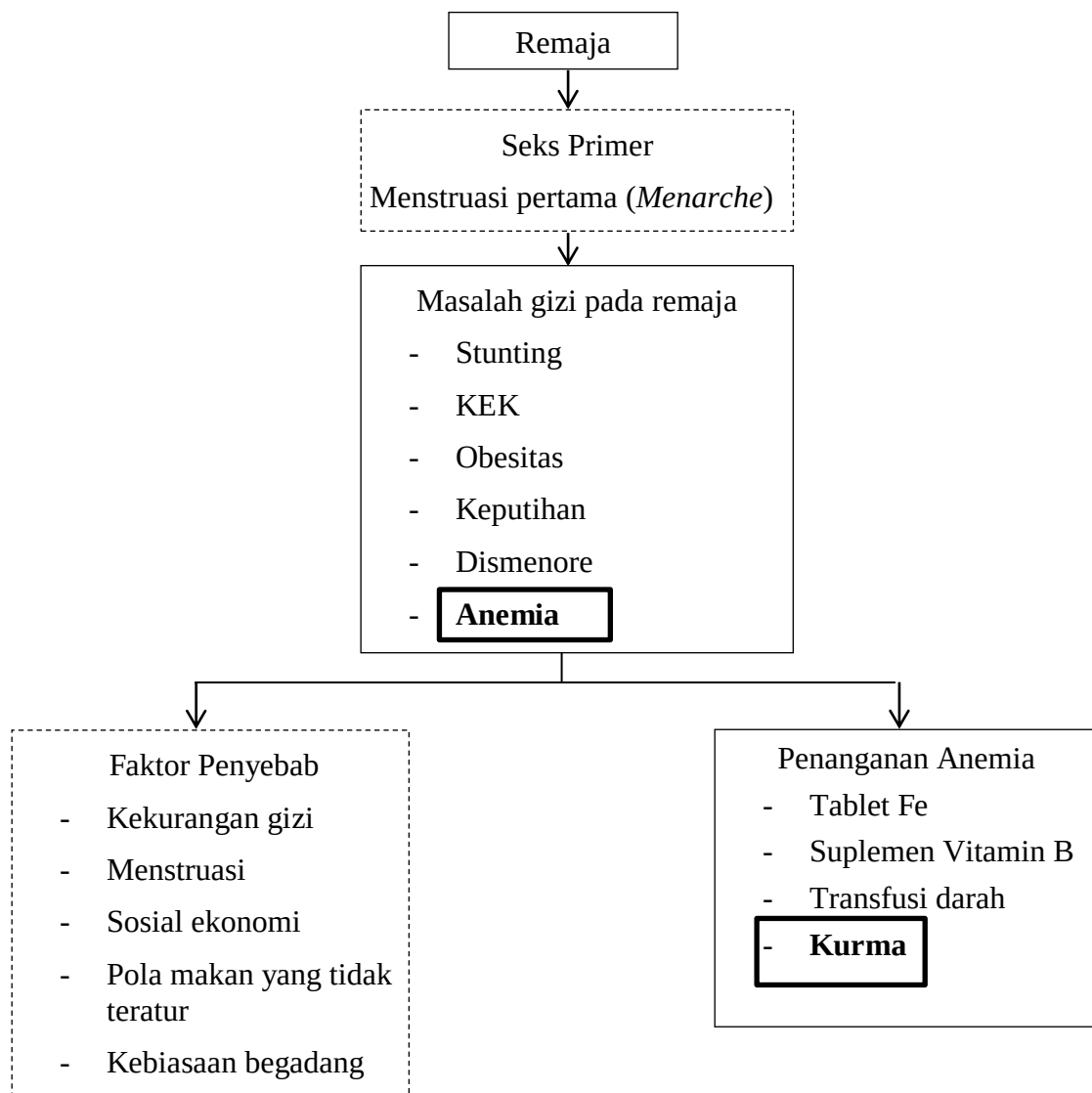
f. Manfaat Buah Kurma

Menurut Wibowo (2020) menyatakan bahwa manfaat buah kurma bagi kesehatan, sebagai berikut:

- 1) Menjaga kesehatan pencernaan
- 2) Mencegah resiko diabetes
- 3) Meningkatkan kesehatan tulang
- 4) Mencegah anemia

- 5) Meningkatkan kesehatan jantung
- 6) Menangkal radikal bebas
- 7) Menjaga kesehatan otak
- 8) Membantu menurunkan berat badan

B. Kerangka Teori

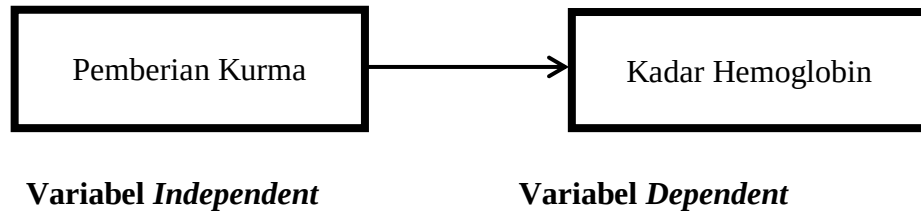


= Variabel Yang Diteliti

= Variabel Yang tidak Diteliti

Bagan 2.1 Kerangka Teori

C. Kerangka Konsep



Bagan 2.2 Kerangka Konsep

D. Hipotesis

Hipotesis adalah dugaan atau pernyataan sementara yang digunakan untuk menyelesaikan suatu permasalahan dalam penelitian yang kebenarannya harus diuji secara empiris. *Hipotesis* merupakan pernyataan tentang hubungan antara dua variabel atau lebih. *Hipotesis* merupakan jawaban sementara terhadap permasalahan yang sedang diteliti.

H_a : Ada Pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian Kuantitatif yang merupakan investigasi sistematis mengenai sebuah fenomena dengan mengumpulkan data yang dapat diukur menggunakan teknik statistik, matematika, atau komputasi. Penelitian ini bertujuan untuk melihat frekuensi Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.

Desain penelitian yang digunakan adalah *Pra-experimen* dengan pendekatan *one group pre test and post test*. Penelitian ini digunakan hanya melihat suatu kelompok subek merupakan kelompok yang di test (diteliti sebelum dan sesudah) dan diberikan perlakuan berupa pemberian Kurma terhadap Remaja Putri.

Tabel 3.1 Rancangan Penelitian

Kelompok	Pretest	Perlakuan	Posttest
Eksperimen	01	X	02

Dari gambar diatas dijelaskan bahwa :

01 : Kadar Hemoglobin Remaja Putri sebelum pemberian Kurma

X : Pemberian Kurma

02 : Kadar Hemoglobin Remaja sesudah pemberian Kurma

B. Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling

1. Populasi

Populasi adalah jumlah total hal atau subjek yang memenuhi kriteria tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk memudahkan studi dan penarikan kesimpulan tentang hal atau topik tersebut. Populasi penelitian

ini adalah remaja putri kelas x yang mengalami gejala anemia di SMA Negeri 2 Rambah Hilir yang berjumlah 25 orang.

2. Sampel

Sampel merupakan sebagian atau wakil dari populasi yang diharapkan dapat mewakili populasi. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 25 orang.

3. Teknik Sampling

Teknik sampling adalah merupakan pengambilan sampel. Untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian, terdapat berbagai teknik *Sampling* yang digunakan. Teknik *Sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Non Probability Sampling* yaitu *Sampling* Jenuh. *Sampling* Jenuh yaitu teknik penentuan sampel dimana semua anggota populasi digunakan menjadi sampel (Sugiyono, 2022). Jadi jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 25 Orang.

C. Ruang lingkup penelitian

Adapun ruang lingkup tempat dan waktu penelitian ini adalah :

1. Tempat penelitian ini akan dilakukan di SMA Negeri 2 Rambah Hilir
2. Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober - November 2024

D. Variabel Penelitian

Ada 2 jenis variabel yang peneliti gunakan dalam penelitian ini yaitu:

1. Variabel bebas (*independent*) pada penelitian ini adalah pemberian kurma.
2. Variabel terikat (*dependent*) pada penelitian ini adalah Kadar Hemoglobin.

E. Definisi Operasional

Defenisi Operasional dibuat untuk memudahkan pengumpulan data dan menghindari perbedaan interpretasi serta membatasi ruang lingkup variabel yang dimasukkan adalah variabel kunci/penting yang dapat diukur secara operasional dan dapat dipertanggung jawabkan (Fitria et al., 2022)

Tabel 3.2 Defenisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Skala	Hasil
1	<i>Variabel Independen</i> Pemberian Kurma	Merupakan buah yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Pemberian kurma dilakukan pada pagi hari sebanyak 7 butir dalam 7 hari.	-	Lembar Observasi	-	-
2	<i>Variabel Dependent</i> Kadar hemoglobin	Kadar hemoglobin adalah nilai hemoglobin darah yang diperoleh dari satu jari tangan siswi dan kemudian mengukur kadar hemoglobin darahnya dengan metode cyanmethemoglobin yang dinyatakan dalam gr/dl.	Sample darah dan alat pengukur HB (<i>Easy touch GCHB</i>)	Lembar Observasi	Rasio	Kadar Hb dalam gr/dl.

F. Jenis Data

Menurut (Periadana and Sunarsi, 2021) jenis data berdasarkan sumbernya terdiri atas:

1. Data Primer adalah suatu penelitian yang diperoleh langsung dari hasil pemeriksaan, menghitung sendiri dalam bentuk angket, observasi,

wawancara dan lain – lain.

2. Data Sekunder adalah data yang diperoleh secara tidak langsung dari orang lain, kantor yang berupa laporan, profil, buku, pustaka.

G. Teknik Pengumpulan Data

Pengumpulan data adalah teknik atau cara - cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data, Sebagai berikut:

1. Penelitian ini dilaksanakan setelah mendapat rekomendasi dari Fakultas Kebidanan, Universitas Pasir Pengaraian.
2. Pengumpulan data dimulai dengan mengidentifikasi sampel yang akan diteliti yaitu mengumpulkan responden yang sesuai dengan kriteria Inklusi.
3. Menjelaskan terkait tujuan dari penelitian.
4. Memberikan *Informed Consent* kepada responden dan sebagai tindakan persetujuan untuk dijadikan sampel penelitian.
5. Responden mengisi lembar *Informed Consent*, Memberikan lembar observasi.
6. Sebelum perlakuan pada kelompok intervensi dan kontrol dilakukan pengukuran *Hemoglobin/ Pre test*.
7. Pemberian kurma sebanyak 100 gram (7 butir) selama 7 hari.
8. Setelah pemberian kurma pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol dilakukan pengukuran hemoglobin kembali/ *Post test*.
9. Dokumen laporan diperoleh dari siswi kelas x SMA Negeri 2 Rambah Hilir.

H. Instrumen Penelitian

Pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan Instrument. Lembar persetujuan responden atau *Informed Consent*. kesediaan menjadi responden dalam penelitian.

1. Lembar persetujuan responden atau *Informed Consent*.
2. Kesediaan menjadi responden dalam penelitian
3. *Easy touch GCHb*
4. *Test strips Hemoglobin*
5. Kurma
6. Lembar observasi

I. Pengolahan Data

Metode pengolahan data menurut (Fitria et al, 2022).

1. *Editing*

Editing adalah kegiatan untuk pengecekan dan perbaikan data.

2. *Coding*

Coding adalah mengubah data berbentuk kalimat atau huruf menjadi data - data atau angka atau bilangan.

3. *Memasukkan Data (Data Entry)*

Memasukkan data ke dalam program komputer “*software*”.

4. *Tabulating*

Tabulating adalah mengelompokkan data sesuai dengan tujuan penelitian, kemudian dimasukkan dalam tabel yang sudah disiapkan.

J. Analisis Data

Analisis data merupakan proses sistematis untuk menguraikan, menginterpretasikan, dan mengolah data agar dapat diambil kesimpulan yang berguna.

1. Analisis Univariat

Analisis Univariat dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Analisis ini hanya menghasilkan distribusi dan presentase dari tiap - tiap variabel yang kemudian disajikan dengan mendeskripsikan semua variabel sebagai bahan informasi dengan menggunakan distribusi rata - rata sebelum dan sesudah pemberian kurma terhadap remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.

2. Analisis Bivariat

Analisis *Bivariat* adalah analisis untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan yang signifikan antara dua kelompok atau lebih. Analisis untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan yang signifikan antara dua variabel bebas “Pemberian Kurma” dan variabel terikat “Kadar Hemoglobin”. Setelah mengumpulkan data yang dikumpulkan selama *pre-test* dan *post-test*. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistik *T-Dependent* dengan program SPSS.

K. Etika Penelitian

Etika penelitian mencakup perilaku peneliti atau perlakuan peneliti terhadap subjek penelitian serta sesuatu yang dihasilkan oleh peneliti bagi masyarakat. Etika dalam penelitian menunjukkan pada prinsip-prinsip etis yang

diterapkan dalam kegiatan penelitian. Pelaku penelitian atau peneliti dalam melakukan penelitian hendaknya berpegang teguh pada etika penelitian, meskipun mungkin penelitian yang dilakukan tidak akan merugikan atau membahayakan subjek penelitian. Secara garis besar dalam melaksanakan penelitian prinsip-prinsip yang harus di pegang teguh adalah :

1. Prinsip kerahasiaan (*Confidentiality*)

Setiap orang mempunyai hak-hak dasar individu termasuk privasi dan kebebasan individu dalam memberikan informasi. Setiap orang berhak untuk tidak memberikan apa yang diketahuinya kepada orang lain. Oleh sebab itu, peneliti tidak boleh menampilkan informasi mengenai identitas dan kerahasiaan subjek. Peneliti cukup menggunakan coding sebagai pengganti identitas responden. Dalam penelitian peneliti tidak menampilkan informasi mengenai identitas dan kerahasiaan responden. Semua informasi yang telah di dapatkan dijamin kerahasiaannya oleh peneliti dan tidak akan disebarluaskan.

2. Prinsip Manfaat (*Benefit*)

Sebuah penelitian hendaknya memperoleh manfaat semaksimal mungkin bagi pada masyarakat pada umumnya dan subjek penelitian pada khususnya. Peneliti hendaknya berusaha meminimalisasi dampak yang merugikan bagi subjek. Oleh sebab itu, pelaksanaan penelitian harus dapat mencegah atau paling tidak mengurangi rasa sakit, cedera maupun kematian subjek

penelitian. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan intervensi berupa pemberian kurma yang dapat memberikan manfaat untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

3. Prinsip keadilan dan keterbukaan (*Respect For Justice On Inclesiveness*)

Prinsip keterbukaan dan adil perlu dijaga oleh peneliti dengan kejujuran, keterbukaan, dan kehati-hatian. Untuk itu, lingkungan penelitian perlu dikondisikan sehingga memenuhi prinsip keterbukaan yakni dengan menjelaskan prosedur penelitian. Prinsip keadilan ini menjamin bahwa semua subjek penelitian memperoleh perlakuan dan keuntungan yang sama, tanpa membedakan agama, etnis dan sebagainya. Dalam penelitian ini peneliti menjelaskan prosedur penelitian pada semua responden. Selain itu semua responden mendapatkan perlakuan yang sama dari intervensi yang diberikan.

4. *Informed Concent*

Informed Concent merupakan bentuk persetujuan antara peneliti dengan responden penelitian dengan memberikan lembar persetujuan sebelum penelitian dilakukan. Jika responden bersedia maka mereka harus menandatangani lembar persetujuan dan jika sebaliknya maka peneliti harus menghormati hak responden. Dalam penelitian ini peneliti memberikan *Informed concent* sebelum penelitian dilakukan sebagai bentuk persetujuan antara peneliti dan responden penelitian.

5. *Anonimity* (Tanpa Nama)

Dilakukan dengan cara tidak memberikan atau mencantumkan nama

responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan kode pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan. Dalam penelitian ini peneliti tidak memberikan atau mencantumkan nama responden pada lembar alat ukur dan hanya menuliskan nama inisial pada lembar pengumpulan data atau hasil penelitian yang akan disajikan.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Berdasarkan penelitian dengan judul Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Rambah Hilir telah dilaksanakan pada tanggal 5 November 2024 sampai dengan 13 November 2024. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dari 25 populasi didapatkan 25 sampel. Tetapi setelah diberikan kurma didapatkan hanya 20 orang yang mengkonsumsi kurma dan 5 orang yang tidak mengkonsumsi kurma.

1. Analisis Univariat

- a. Rata-rata kadar hemoglobin sebelum pemberian buah kurma pada remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.

Tabel 4.1. Distribusi rata-rata kadar hemoglobin remaja putri sebelum pemberian buah kurma (n = 20)

	Rata-rata	Std. Deviation	Std.Error mean	Min-Max
Kadar Hb sebelum pemberian kurma	10,01	9,59	2,14	8,10-11,50

Sumber : SPSS Data Primer, Tahun 2025

Berdasarkan tabel 4.1 di atas diketahui bahwa rata-rata kadar hemoglobin responden sebelum pemberian buah kurma yaitu 10,01 gr/dl dengan standar deviasi adalah 9,59 gr/dl dan standar error 2,14 Nilai minimal adalah 8,10 gr/dl dan nilai maksimal 11,50 gr/dl.

- b. Rata-rata kadar hemoglobin setelah pemberian kurma pada remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir

Tabel 4.2. Distribusi rata-rata kadar hemoglobin remaja putri sesudah pemberian kurma

Variabel	Rata-rata	Std. Deviation	Std.Error mean	Min-Max
Kadar Hb sesudah pemberian kurma	12,80	1,54	3,44	10,13-17,20

Sumber : SPSS Data Primer, Tahun 2025

Berdasarkan table 4.2 di atas diketahui bahwa rata-rata kadar hemoglobin responden sesudah pemberian kurma yaitu 12,80 gr/dl dengan standar deviasi adalah 1,54 dan standar error 3,44 Nilai minimal adalah 10,13 gr/dl dan nilai maksimal 17,20 gr/dl.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariate pada penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir

Tabel 4.3. Hasil perbedaan rata-rata kadar hemoglobin remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir

Variabel	Beda Rata-rata	Beda SD	P Value
Kadar Hemoglobin sebelum dan sesudah	-2,79	2,02	0.000

Sumber : SPSS Data Primer, Tahun 2025

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa, rata - rata kadar hemoglobin pada remaja putri sebelum dan sesudah diberikan kurma adalah -2,79 dengan standar deviasi 2,02 dengan uji *T Dependent* diperoleh *p value* = 0.000 < 0.05. Hasil ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a gagal

ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir dari 20 orang responden selama 7 hari berturut - turut, diperoleh rata-rata kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir sebelum pemberian kurma adalah 10,01gr/dl dengan minimum 8,10 gr/dl dan maksimum adalah 11,50 gr/dl. Sedangkan hasil rata-rata kadar hemoglobin sesudah pemberian kurma adalah 12,80 gr/dl dengan minimum 10,13 gr/dl dan maksimum adalah 17,20 gr/dl dengan standart deviasi sebesar 1,54 dan standart error 3,44.

Berdasarkan hasil analisis uji statistic *T Dependent* untuk perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian kurma, di peroleh nilai $p = 0,000$ hal ini berarti $p < 0,05$ H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.

Berdasarkan teori dari Dieny et.al (2021) pada remaja putri terdapat beberapa faktor penyebab anemia seperti faktor gizi dan non gizi. faktor gizi terkait dengan defisiensi konsumsi protein, vitamin, dan mineral, sedangkan faktor non gizi terkait penyakit infeksi. kemudian faktor yang berpengaruh pada anemia erat kaitannya dengan zat besi. konsumsi makanan kaya zat besi dapat mencegah seseorang terkena anemia.

Kurma mengandung zat besi. Kandungan zat besi yang tinggi dapat digunakan untuk pengobatan anemia. Anemia adalah suatu kondisi jumlah sel darah merah atau jumlah hemoglobin (protein pembawa oksigen) dalam sel darah merah di bawah normal. Keberadaan zat besi dalam kurma akan diserap oleh usus dan dibawa oleh darah untuk proses hemopoiesis (proses pembentukan darah. Pembentukan hemoglobin besi diangkut oleh protein transferin menuju eritroblas di sumsum tulang merah untuk berikatan dengan protein globin, dibantu oleh vitamin B6 yang merupakan salah satu koenzim dan vitamin C yang berperan mereduksi besi ferri (Fe^{3+}) menjadi besi (Fe^{2+}) di dalam usus halus, proses reduksi ini menyebabkan zat besi mudah diabsorpsi untuk sintesis hemoglobin. Jadi secara tidak langsung, kurma dapat membantu meningkatkan hemoglobin ke tingkat normal bagi penderita anemia) (Kusumawardani, et al, 2020).

Menurut (Rahayu & Wahyu, 2021), Kurma mengandung zat besi dan kalium yang sangat berguna untuk mengatasi anemia pada remaja perempuan. Selain itu, riboflavin yang terdapat dalam kurma juga berperan penting dalam pembentukan sel darah merah. Kemanisan dan kemudahan dalam mengonsumsi kurma juga menjadi favorit para remaja. Kandungan mineral dan vitamin dalam buah ini membantu memenuhi kebutuhan nutrisi remaja perempuan. Zat besi yang terdapat dalam kurma membantu mencukupi kebutuhan selama masa pertumbuhan dan menggantikan zat besi yang hilang selama menstruasi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Rahayu & Prabasari, (2024) tentang Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di Mts Negeri 5 Sragen rata-rata hasil kadar hemoglobin sesudah perlakuan pemberian buah kurma sukkari sebesar 10.220 g/dl dan rata-rata hasil kadar hemoglobin sesudah perlakuan pemberian buah kurma sukkari sebesar 11.850 g/dl. Uji Wilcoxon menunjukkan nilai *p-value* =0,000 bahwa pemberian buah kurma berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di Mts Negeri 5 Sragen pada tahun 2024.

Hasil penelitian ini sesuai juga dengan Mufidah et.al (2024) dengan judul Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Peningkatan Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Lampung rata-rata peningkatan kadar hemoglobin pada kelompok intervensi lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok control ($2,468 \pm 1,43$; $0,782 \pm 1,18$). Hasil uji statistic menunjukkan bahwa *p value* =0,000 yang berarti bahwa ada Pengaruh Konsumsi Kurma dengan Peningkatan kadar Hamoglobin Pada Remaja Putri Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Lampung.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Utami et. al (2023) tentang Pengaruh Buah Kurma Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Di SMP Nahdatul Ulama Mengamendung Kabupaten Bogor, Jumlah sampel pada penelitian ini 15 orang siswa perempuan. Analisis data menggunakan *Univariate* dan *Bivariate* dengan uji *T-Test Dependent*. Hasil penelitian Diperoleh nilai signifikasi sebesar 0,001 (*p value* =0,005 < 0,05)

maka dapat dinyatakan terdapat pengaruh pemberian buah kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada remaja putri.

Penelitian serupa yang telah dilakukan oleh Levimah et.al., (2024) yang berjudul Buah Kurma (*Phoenix Dactylifera*) dan Kadar Hemoglobin Pada Remeja Putri di SMAN 2 Rejang Lebong nilai rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok intervensi sesudah diberi perlakuan selama 7 hari mengalami peningkatan 0.56 gr% dari sebelum peningkatan sebesar 1.18 gr% dari sebelum mendapat perlakuan dan pada kelompok kontrol sesudah diberikan perlakuan selama 7 hari mengalami peningkatan 0.56 gr% dari sebelum mendapat perlakuan. Hasil uji rangkaian Wilcoxon menunjukkan p value = 0.000 ($p < 0.05$) pada kelompok intervensi.

Penelitian lainnya yang serupa yang telah dilakukan Handayani et.al., (2024) yang berjudul Hubungan Pemberian Kurma Dengan Kadar HB Pada Remaja Putri Di SMAN 1 Pagaran Tapah Kabupaten Rokan Hulu nilai rata-rata kadar Hb remaja putri di SMAN 1 Pagaran Tapah Kabupaten Rokan Hulu sebelum pemberian buah kurma sebesar 12,107 dengan standar deviasi 0,6638 sedangkan nilai rata-rata kadar Hb setelah pemberian sebesar 13,563 dengan standar deviasi 1,0074. Selisih rata-rata sebelum dan sesudah pemberian kurma sebesar 1,4567 dengan standar deviasi 1,5876, Artinya ada kenaikan kadar Hb setelah dilakukan pemberian kurma. Sehingga ada efektifitas pemberian kurma pada remaja putri di SMAN 1 Pagaran Tapah Kabupaten Rokan Hulu, dengan $p\text{-value} = 0,000$.

Berdasarkan uraian di atas, penelitian berasumsi bahwa dengan pemberian buah kurma dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri karena buah kurma merupakan buah yang kaya akan kandungan kalsium dan zat besi, yang merupakan dua unsur elektif yang penting untuk pembentukan darah dan sumsum tulang sehingga dapat membantu dalam mencegah penyakit anemia. pada penelitian ini sebagian besar responden mengalami peningkatan kadar hemoglobin setelah diberikan kurma. Hal ini dapat terjadi karena peneliti melakukan pemberian kurma selama 7 hari.

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti dan hasil penelitian terkait yang ada dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh kurma terhadap remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir. Sehingga buah kurma dapat dijadikan salah satu obat non-farmakologi dalam meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah penyakit anemia.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Remaja Putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir dapat disimpulkan sebagai berikut :

1. Kadar hemoglobin remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir rata-rata sebelum pemberian kurma adalah 10,01 gr/dl dengan standar deviasi sebesar 9,59.
2. Kadar hemoglobin remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir rata-rata sesudah pemberian kurma adalah 12,80 gr/dl dengan standar deviasi sebesar 1,54.
3. Hasil analisis data didapatkan bahwa terjadi perubahan pada 20 responden. Kadar hemoglobin remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir perbedaan rata-rata sebelum dan sesudah pemberian kurma adalah dengan selisih - 2,79 gr/dl dengan standar deviasi 2,02 dan standar error adalah 4,53 dengan uji *T dependen* diperoleh $p\ value = 0.000 < 0.05$. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 ditolak dan H_a gagal ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian kurma terhadap remaja putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.

B. Saran

Dari hasil penelitian yang penulis lakukan, maka penulis ingin menyampaikan beberapa saran sebagai berikut :

1. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian yang sama diharapkan peneliti menggunakan waktu intervensi yang lebih lama dan sampel yang lebih banyak.

2. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan bisa sebagai atau sumber informasi untuk mengetahui kadar hemoglobin remaja putri yang ada di SMA Negeri 2 Rambah Hilir. Menjadi acuan untuk menggunakan buah kurma untuk meningkatkan kadar hemoglobin remaja di sana.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi bagi institusi pendidikan dalam penanganan kasus pencegahan anemia mengingat padatnya jadwal aktifitas di SMA Negeri 2 Rambah Hilir. sehingga remaja putri yang mengalami anemia dapat dideteksi secara dini dan dapat digunakan sebagai data untuk penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Chasanah, Basuki, & Dewi, ANEMIA Penyebab, Strategi Pencegahan dan Penanggulangannya bagi Remaja, 2019
- Dieny, F. F. (2014). Permasalahan Gizi Pada Remaja Putri. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Dieny, F. F., Tsani, A. F. A., & Jauharany, F. F. (2021). *Buku Pintar Santri Bebas Anemia*.
- Dylanesia, W. (2023). SEJARAH, Varietas, dan Budidaya. Yogyakarta: CAHAYA HARAPAN.
- Fitria, R. et al. (2022) *Metodologi Penelitian Kebidanan*. Ujungbatu: Dalni Bintang .
- Hadiati, S., & Pk, S. (2023). *Hematologi dasar I*. 39.
- Handayani, E. Y., Ariska, A., Ismail, M. A., & Yanti, N. S. F. (2024). HUBUNGAN PEMBERIAN KURMA DENGAN KADAR HB PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 1 PAGARAN TAPAH KABUPATEN ROKAN HULU. *Maternity and Neonatal: Jurnal Kebidanan*, 12(02), 490-498.
- Hammad, S. (2020). *Kurma dalam AL- Quran dan Sunnah*. Solo: Islamic Digital Book.
- Indriani, Wahyuni, Elly Susilawati, and Lailiyana Lailiyana. "Consumption Of Dates in Adolescent Increase Hemoglobin Levels." *Jurnal Ibu Dan Anak* 10.1 (2022): 40-44.
- Irmawati, & Rosdianah. (2020). Sari Kurma Dapat Meningkatkan Hemoglobin Ibu Hamil. Sungguminasa Kab. Gowo: Cv. Cahaya Bintang Cemerlang.
- Kemenkes RI. (2016). Pedoman Pencegahan Dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur (WUS). Jakarta: Kementrian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI. (2023). Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja putri. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- usumawardani, P. A., & Machfudlo, H. (2020). Palm Date Increase Adolescents

- Hemoglobin Levels Palm Date Increase Adolescents Hemoglobin Levels. 0–4. <https://doi.org/10.1088/1755-1315/519/1/012032>
- Levimah, L., Febrina, L., Kurniyati, K., Andini, I. F., & Sari, W. I. P. E. (2024). Buah Kurma (Phoenix Dactylifera) dan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di SMAN 2 Rejang Lebong. *JIK Jurnal Ilmu Kesehatan*, 8(1), 51-57.
- Masdudi. (2015). *Isbn : 978-602-9757-89-7*.
- Mufidah, M., Kunang, A., & Sumarni, S. (2024). Pengaruh Konsumsi Buah Kurma terhadap Peningkatan Hemoglobin pada Remaja Putri di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Lampung. *Jurnal Ners*, 8(1), 324-329.
- Periadana, & Sunarsi. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Kec. Ciputat, Kota Tangerang: Pascal Books.
- Rahayu, H. K., Nadhea, H. A., Wijaya, D. P., Cahyaningrum, H., Kurniawan, M. T., Salsabila, & Faizza, T. A. (2023). *Gizi Dan Kesehatan Remaja*. PurwokertoBarat, Banyumas, Jawa Tengah: Zahira Media Publisher.
- Rahayu, Jannur Annafi, and Siska Ningtyas Prabasari. "Pengaruh Pemberian Buah Kurma terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di MTs Negeri 5 Sragen." *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan* 2.3 (2024): 163-175.
- Rahayu, T. B., & Wahyu, Y. A. (2021). Increasing of hemoglobin level in adolescent female through giving of date palm fruit (phoenix dactylifera). *MIKIA: Mimbar Ilmiah Kesehatan Ibu Dan Anak*, 0825, 49–56.
- Rosita, L., Cahya, A. A., & Arfira, F. athiya R. (2019). *Hematologi Dasar*. In *Universitas Islam Indonesia*.
- Unicef. (2021). *Strategi Komunikasi Perubahan Sosial dan Perilaku*:

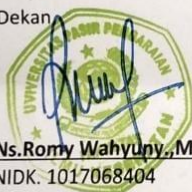
Meningkatkan Gizi Remaja di Indonesia. *UNICEF Indonesia*, 1-66.

Utami, A., Margawati, A., Pramono, D., & Wulandari, D. R. (2021). Anemia pada Remaja Putri. Semarang: Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro Semarang.

Utami, C. N. A., Sugesti, R., & Dewi, M. K. (2024). Pengaruh Buah Kurma Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Di Smp Nahdatul Ulama Megamendung Kabupaten Bogor Tahun 2023. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 3(1), 321-327.

Wibowo, H. S. (2020). 7 Buah - Buah Istimewa Dalam Al-Quran Dan Manfaat Bagi Kesehatan Manusia "jadikan makananmu sebagai Obatmu". Yogyakarta: Tiram Media.

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

	UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN Jl. Tuanku Tambusai, Kumu Rambah Hilir Hp 081275710881 Kode Pos. 28457	
Nomor	: 188 /FIK-UPP/MN/X/2024	Pasir Pengaraian, 31 Oktober 2024
Lampiran	: -	
Perihal	: <u>Permohonan Izin Melakukan Penelitian</u>	
Kepada Yth: Kepala SMA Negeri 2 Rambah Hilir		
di- Tempat		
Dengan Hormat		
Teriring doa dan salam kami sampaikan semoga Bapak/Ibu dalam keadaan sehat walafiat. Aamiin.		
Bersama surat ini kami mohonkan kepada Bapak/Ibu untuk memberikan izin kepada mahasiswi program studi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian atas nama :		
Nama	: Resmi	
NIM	: 2139002	
Untuk melakukan pengambilan data dalam rangka menyelesaikan penelitian Tugas Akhir dengan judul Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.		
Demikianlah surat ini kami sampaikan, atas perhatian dan kerjasamanya diucapkan terima kasih.		
Dekan		
		
Ns. Romy Wahyuni, M., Kes NIDK. 1017068404		

Lampiran 2. Surat Balasan Penelitian

	PEMERINTAH PROVINSI RIAU DINAS PENDIDIKAN SMA NEGERI 2 RAMBAH HILIR	
Alamat : Jl. Raya Simpang kumu Kec. Rambah Hilir, Kab. Rokan Hulu Email : sman2rambahhilir@gmail.com Akreditasi : A		Website : smanung.sch.id Kode Pos : 28557 NPSN : 10402940

SURAT IZIN
Nomor : 420/SMAN2-RH/XI/2024/200

Berdasarkan surat dari Universitas Pasir Pengaraian Fakultas Pasir Pengaraian Fakultas Ilmu Kesehatan, Nomor : 188/FIK-UPP/MN/X/2024 tanggal 31 Oktober 2024, Kepala SMA Negeri 2 Rambah Hilir Dengan ini memberi izin kepada :

Nama	: RASMI
Nomor Induk Mahasiswa	: 2139002
Program Studi	: Kebidanan
Judul Skripsi	: "Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Rambah Hilir"

Demikianlah surat izin ini di buat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Kumu, 1 November 2024
Kepala Sekolah



OTTO MUZIKARNO, M.Si
NIP.198210242009031005

Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Selesai Penelitian

	PEMERINTAH PROVINSI RIAU DINAS PENDIDIKAN SMA NEGERI 2 RAMBAH HILIR	
Alamat : Jl. Raya Simpang kumu Kec. Rambah Hilir, Kab. Rokan Hulu	Website : smanung.sch.id	
Email : sman2rambahilir@gmail.com	Kode Pos : 28557	
Akreditasi : A	NPSN : 10402940	

SURAT KETERANGAN
Nomor : 420/SMAN2-RH/XI/2024/214

Berdasarkan surat dari Universitas Pasir Pengaraian Fakultas Pasir Pengaraian Fakultas Ilmu Kesehatan, Nomor : 188/FIK-UPP/MN/X/2024 tanggal 31 Oktober 2024, Kepala SMA Negeri 2 Rambah Hilir menerangkan bahwa :

Nama	: RASMI
Nomor Induk Mahasiswa	: 2139002
Program Studi	: Kebidanan
Judul Skripsi	: "Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Rambah Hilir"

Bahwa nama tersebut di atas benar telah melakukan Penelitian pada bulan November tahun 2024.

Demikianlah surat keterangan ini di buat untuk dapat dipergunakan seperlunya.

Kumu, 20 November 2024
Kepala Sekolah



OTTO MUZIKARNO, M.Si
NIP.-198210242009031005

Lampiran 4. Persetujuan Jadi Responden

PERNYATAAN PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

(Informed Consent)

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama :

Alamat :

No. Responden :

Menyatakan bersedia menjadi responden dalam penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Prodi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian yang bernama Rasmi dengan judul “Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMAN 2 Rambah Hilir”.

Saya memahami penelitian ini dimaksudkan untuk kepentingan peneliti dalam menyelesaikan skripsi dan saya tidak akan menuntut terhadap segala kemungkinan yang terjadi dalam penelitian ini. Persetujuan ini saya buat secara sukarela dan tidak ada unsur paksaan dari manapun. Demikian pernyataan ini saya buat untuk dapat digunakan bagaimana semestinya.

Pasir Pengaraian, 7 Mei 2025

Peneliti

Responden

(Rasmi)

(.....)

Lampiran 5. SOP Pemeriksaan Hemoglobin

	STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) PEMERIKSAAN HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 2 RAMBAH HILIR
PENGERTIAN	Pemeriksaan hemoglobin adalah suatu prosedur pemeriksaan darah untuk mengetahui kadar hemoglobin dalam darah dalam 1 desi liter
TUJUAN	Sebagai acuan penerapan langkah-langkah untuk pemeriksaan hemoglobin
RUANG LINGKUP	Pemeriksaan Kadar Hemoglobin dilakukan pada remaja putri kelas x di SMAN 2 Rambah Hilir
PROSEDUR	Persiapan Responden 1. Berikan salam, perkenalkan diri anda identifikasi responden dengan memeriksa identitas dengan cermat 2. Jelaskan tentang prosedur yang telah dilakukan, berikan kesempatan kepada responden untuk bertanya 3. Siapkan peralatan yang dibutuhkan Persiapan Alat 1. Alat Hb Meter 2. <i>Strip Hb</i> 3. Jarum <i>lancet</i> 4. <i>Easy touch GCHb</i>) 5. alcohol (Alcohol Swab) 70% 6. Handscoon 7. Tissue 8. Lembar persetujuan menjadi responden (<i>informed Consent</i>) 9. Lembar observasi Cara Kerja atau Tindakan a. Nyalakan alat easy touch GCHb dan pastikan menyala dengan baik, kemudian pasang strip Hb sticknya secara benar dan pastikan sudah muncul angka nol pada layar. b. Pastikan tangan sudah menggunakan <i>handscoon</i>. c. Lakukan pemilihan jari untuk pemeriksaan yaitu jari telunjuk, tengah, atau manis, usap ujung jari dengan kapas alcohol. d. Tusuk ujung jari responden secara hati - hati. e. Tekan daerah sekitar tusukan dengan jari kita agar

	darah keluar, pastikan darah keluar secukupnya. f. Tempelkan ujung stick pada alat easy touch GCHb tes ke darah pasien.
--	---

Lampiran 6. SOP Pemberian Kurma Selama 7 Hari

	STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) PEMBERIAN KURMA SELAMA 7 HARI PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 2 RAMBAH HILIR
PENGERTIAN	Kurma adalah jenis buah yang memiliki daging yang lembut dan berserat serta rasa yang sangat manis, seperti dekstrosa dan fruktosa yang mampu mengisi kembali energi tubuh. Kurma matang mengandung sekitar 80% gula, sisanya terdiri dari protein, lemak dan produk mineral termasuk tembaga, besi magnesium dan asam folat. Kurma juga mengandung serat dan merupakan sumber potasium yang sangat baik. Penderita tekanan darah. Kurma mengandung zat besi dan dapat membantu mencegah anemia.
TUJUAN	Meningkatkan kadar Hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia.
RUANG LINGKUP	Pemberian kurma pada remaja putri kelas x di SMA Negeri 2 Rambah Hilir
PROSEDUR	Persiapan Responden: 1. Berikan salam, perkenalkan diri anda identifikasi responden dengan memeriksa identitas dengan cermat 2. Jelaskan tentang prosedur yang telah dilakukan, berikan kesempatan kepada responden untuk bertanya 3. Siapkan peralatan yang dibutuhkan Persiapan Alat Dan Bahan: Bahan: a. Buah Kurma 100 gr/hari atau 7 butir kurma. Alat: b. Lembar Cek Hb pre post c. Lembar observasi Cara Kerja atau Tindakan 1. Memberikan Informed consent 2. Menjelaskan manfaat kurma sebagai buah yang kaya akan manfaat bagi kesehatan remaja putri. 3. Menjelaskan cara mengkonsumsi buah kurma dengan pemberian 7 butir buah kurma per hari, langsung dikonsumsi tanpa pengolahan, dikonsumsi pada pagi hari selama 7 hari.

Lampiran 7. Lembar Cheklist

LEMBAR CHEKLIST
PENGARUH PEMBERIAN KURMA TERHADAP
PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI
DI SMA NEGERI 2 RAMBAH HILIR

No. Res	Kode Res	Kadar Hb Sebelum	Pemberian Kurma Ke-								Kadar Hb Sesudah
			1	2	3	4	5	6	7	✓	
1	EK	10.6 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	15.1 gr/dl
2	NHN	10.3 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	14.1 gr/dl
3	AS	8.4 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	13.1 gr/dl
4	SA	10.1 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	13.3 gr/dl
5	DS	8.2 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	11.2 gr/dl
6	DA	10.5 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	11.5 gr/dl
7	LW	10.3 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	14.2 gr/dl
8	DE	10.9 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	12.4 gr/dl
9	MB	11.5 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	12.2 gr/dl
10	E	11.2 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	12.4 gr/dl
11	AC	10.6 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	11.8 gr/dl
12	NA	9.1 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	12.6 gr/dl
13	CB	10.2 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	12.9 gr/dl
14	LT	8.1 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	17.20 gr/dl
15	RF	10.1 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	10.13 gr/dl
16	KA	9.6 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	13.610gr/dl
17	GS	9.2 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	12.3 gr/dl
18	AS	10.2 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	12.2 gr/dl
19	IJ	10.3 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	11.3 gr/dl
20	MA	10.8 gr/dl	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	12.7 gr/dl

Lampiran 8. Hasil Output Data SPSS

OUTPUT HASIL OLAH DATA MELALUI SPSS

A. Kadar Hemoglobin sebelum diberikan Kurma

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Sebelum Diberikan Kurma	20	8.10	11.50	10.0115	.95983
Valid N (listwise)	20				

B. Kadar Hemoglobin Sesudah Diberikan Kurma

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Sesudah Diberikan Kurma	20	10.13	17.20	12.8075	1.54170
Valid N (listwise)	20				

C. Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 2 Rambah Hilir

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Sebelum Diberikan Kurma	10.0115	20	.95983	.21462
Sesudah Diberikan Kurma	12.8075	20	1.54170	.34474

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 Sebelum Diberikan Kurma & Sesudah Diberikan Kurma	20	-.276	.238

Paired Samples Test

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Sebelum Diberikan Kurma - Sesudah Diberikan Kurma	-2.79600	2.02874	.45364	-3.74548	-1.84652	-6.163	19	.000

Lampiran 9. Dokumentasi Penelitian

DOKUMENTASI PENELITIAN

1. Dokumentasi Pembagian Lembar Persetujuan Menjadi Responden kepada Remaja Putri SMA Negeri 2 Rambah Hilir.



2. Dokumentasi Persiapan Buah Kurma Sebelum di Berikan Kepada Responden.



3. Dokumentasi Alat yang akan digunakan untuk melakukan Cek Hb kepada responden



4. Dokumentasi Melakukan Pemeriksaan Hb Pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Rambah Hilir bersama rekan saya Aroh dan Dina.





5. Dokumentasi Hasil Pemeriksaan Hb Sebelum diberikan Kurma



**6. Dokumentasi Pemberian Buah Kurma Kepada Remaja Putri SMA Negeri
2 Rambah Hilir.**



7. Dokumentasi Hasil Pemeriksaan Hb Setelah diberikan Kurma kepada Responden.



8. Dokumentasi Foto bersama Guru SMA Negeri 2 Rambah Hilir Sekaligus Penyerahan Cendera Mata dari Peneliti sebagai tanda terimakasih.

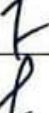




Lampiran 10. Lembar Konsultasi

LEMBARAN KONSULTASI

Nama Mahasiswa : Rasmi
 Nim : 2139002
 Pembimbing : Masdi Janiarli, M.Kes
 Judul : Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Rambah Hilir.

No	Hari/Tanggal	Materi	Rekomendasi	Paraf Pembimbing
1	Jumat, 28-06-2024	Konsul Judul	ACC Judul	
2	Rabu, 24-7-2024	Konsul Bab I-III	Menambahkan Latar Belakang dan Revisi Bab III	
3	Senin, 29-7-2024	Revisi Bab I-III	Revisi Bab III	
4	Selasa, 20-8-2024	Revisi Bab I-III	ACC Bab I-III	
5	Jumat, 23-8-2024	ACC Bab I-III	Menunggu Jadwal Ujian	
6	Senin, 2-9-2024	ACC	Ujian Seminar Proposal	
7	Rabu, 22-4-2025	Konsul BAB VI-V	Perbaikan di abstrak, dll.	
8	Kamis 23-4-2025	Konsul Perbaikan	ACC Ujian Seminar Hasil	
9	Rabu 7-5-2025	ACC	Ujian Seminar Hasil	

Pembimbing


Masdi Janiarli, M.Kes
 NIDN : 101401900