

SKRIPSI
PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH NAGA MERAH TERHADAP
KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI ANEMIA
KELAS VIII DI SMPN 2 PADANG
TAHUN 2024

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Pendidikan Starata I Kebidanan



oleh

Chavia Raudatul Janah
23152011054

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN INFORMASI TEKNOLOGI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2024

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Skripsi, Januari 2025

Chavia Raudatul Janah

PENGARUH PEMBERIAN JUS BUAH NAGA MERAH TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI ANEMIA KELAS VIII DI SMPN 2 PADANG TAHUN 2024

xiv + 63 Halaman, 14 Gambar, 6 Tabel, 13 Lampiran

ABSTRAK

Anemia merupakan masalah kesehatan yang sering dialami remaja putri, terutama akibat kekurangan zat besi. Berdasarkan data Kemenkes 2021, prevalensi anemia terdapat 26.4% anak usia 5-14 tahun dan 18,4% usia 15-24 tahun mengalami anemia. Artinya, sekitar 1 dari 5 remaja menderita anemia. Salah satu alternatif untuk mengatasi anemia dilakukan dengan pemberian buah naga yang mengandung vitamin C dan zat besi. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pemberian jus buah naga merah terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia di kelas VIII SMPN 2 Padang tahun 2024.

Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *pre eksperimen one group pretest-posttest*. Penelitian dilakukan di SMPN 2 Padang pada bulan September sampai dengan Desember 2024 sampel dalam penelitian ini 16 remaja yang sesuai dengan inklusi dengan pengambilan total *sampling*. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan hemometer digital. Analisa data dilakukan dengan uji *Paired T-Test*.

Hasil penelitian didapatkan rata-rata kadar hemoglobin remaja putri sebelum diberikan jus naga adalah 11,63 g/dl dan rata-rata kadar hemoglobin remaja putri sesudah diberikan jus naga adalah 12,53 g/dl. Hasil uji *Paired T-Test* menunjukkan dengan nilai $p\text{ value}=0,000$ ($p<0,05$).

Kesimpulan ada pengaruh pemberian jus buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMPN 2 Padang tahun 2024. Diharapkan pihak sekolah dapat memperkenalkan buah naga sebagai bagian dari menu bergizi untuk siswa, terutama remaja putri, guna membantu mencegah anemia dan meningkatkan kadar hemoglobin dan para siswi dianjurkan untuk rutin mengonsumsi buah naga, baik dalam bentuk jus, salad, atau sebagai camilan segar. Selain itu, penting untuk menjaga asupan makanan bergizi lainnya, seperti sayuran hijau, kacang-kacangan, dan makanan tinggi zat besi.

Daftar bacaan : 28 (2019-2024)

Kata kunci : Buah Naga Merah, Hemoglobin, Remaja Putri

ALIFAH PADANG UNIVERSITY

Skripsi, January 2025

Chavia Raudatul Janah

THE EFFECT OF GIVING RED DRAGON FRUIT JUICE ON HEMOGLOBIN LEVELS IN ANEMIC ADOLESCENT GIRLS IN CLASS VIII AT SMPN 2 PADANG IN 2024

xiv + 63 Pages, 14 Figures, 6 Tables, 13 Appendices

ABSTRACT

Anemia is a health problem that is often experienced by young women, especially due to iron deficiency. Based on 2021 Ministry of Health data, the prevalence of anemia is 26.4% of children aged 5-14 years and 18.4% aged 15-24 years have anemia. This means that around 1 in 5 teenagers suffer from anemia. One alternative for treating anemia is by giving dragon fruit which contains vitamin C and iron. The aim of the research was to determine the effect of giving red dragon fruit juice on hemoglobin levels in adolescent girls with anemia in class VIII at SMPN 2 Padang in 2024.

Type of quantitative research by design pre eksperimen one group pretest-posttest. The research was conducted at SMPN 2 Padang from September to December 2024. The sample in this study was 16 teenagers who matched inclusion with a total of sampling. Data collection uses observation sheets and digital hemometers. Data analysis was carried out using tests Paired T-Test.

The results of the study showed that the average hemoglobin level of adolescent girls before being given dragon juice was 11.63 g/dl and the average hemoglobin level of adolescent girls after being given dragon juice was 12.53 g/dl. Results uji Paired T-Test show with value p value=0,000 ($p < 0,05$).

The conclusion is that there is an effect of giving dragon fruit juice on increasing hemoglobin levels in young women at SMPN 2 Padang in 2024. It is hoped that the school can introduce dragon fruit as part of a nutritious menu for students, especially young women, to help prevent anemia and increase hemoglobin levels and the Female students are encouraged to regularly consume dragon fruit, either in the form of juice, salad or as a fresh snack. Apart from that, it is important to maintain your intake of other nutritious foods, such as green vegetables, nuts and foods high in iron.

Reading list : 28 (2019-2024)

Keywords : Red Dragon Fruit, Hemoglobin, Young Women

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Chavia Raudatul Janah
NIM : 23152011054
Program Studi : S1 Kebidanan
Judul : Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Merah Terhadap
Hemoglobin Remaja Putri Anemia di SMPN 2 Padang
Tahun 2024.

Telah diseminarkan dan dipertahankan dihadapan Tim Penguji Seminar Hasil
Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi
Informasi Universitas Alifiah Padang.

Padang, Januari 2025

Pembimbing I

Pembimbing II



Desi Sarli, S.SiT, M.Keb, Ph.D



Meyi Yanti, SKM, M.KM

Disahkan oleh
Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi



Ns. Syalvia Oresti, M.Kep., Ph.D

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh:

Nama : Chavia Raudatul Janah
NIM : 23152011054
Program Studi : S1 Kebidanan
Judul : Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Merah Terhadap
Kadar Hemoglobin Remaja Putri Anemia kelas VIII
di SMPN 2 Padang Tahun 2024.

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan penguji seminar hasil pada
Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas Alifiah Padang.

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I
Desi Sarli, S.SiT, M.Keb, Ph.D

(.....)

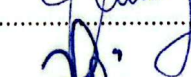
Pembimbing II
Meyi Yanti, SK.,M.,K.M

(.....)

Penguji I
Trya Mia Intani, M.Keb

(.....)

Penguji II
Bdn. Afrira Esa Putri, M.Keb

(.....)

Disahkan oleh

Dekan

Fakultas ilmu kesehatan dan teknologi informasi





Ns. Syalyia Oresti, M.KEP.,Ph.D