

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN BUAH KURMA TERHADAP
PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA
REMAJA PUTRI KELAS X DI SMAN 07
KOTA PADANG TAHUN 2025**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan
Pendidikan Strata 1 Kebidanan



Oleh

**Annisa Bil Husna
24152011010**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama Lengkap : Annisa Bil Husna
NIM : 24152011010
Tempat/ Tanggal Lahir : Padang/ 10 Januari 2001
Tanggal Masuk : 13 September 2024
Program Studi : S1 Kebidanan
Nama Pembimbing Akademik : Monarisa, M.Keb
Nama Pembimbing I : Fatmi Nirmala Sari, M.Keb
Nama Pembimbing II : Bdn. Lindawati, M.Biomed

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

“Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Kelas X di SMAN 07 Kota Padang Tahun 2025”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, dalam penulisan skripsi saya ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan. Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Padang, Januari 2026



Annisa Bil Husna

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Annisa Bil Husna
Nim : 24152011010
Program Studi : Kebidanan
Judul : Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Kelas X di SMAN 07 Kota Padang Tahun 2025

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

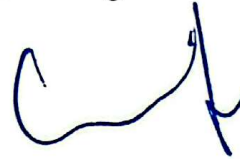
Padang, Januari 2026

Pembimbing I



Fatmi Nirmala Sari, M.Keb

Pembimbing II



Bdn. Lindawati, M.Biomed

Disahkan oleh
Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifiah Padang



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

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Annisa Bil Husna
Nim : 24152011010
Program Studi : Kebidanan
Judul : Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Kelas X di SMAN 07 Kota Padang Tahun 2025

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan Penguji Seminar Hasil pada Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi Universitas Alifiah Padang.

Padang, Januari 2026

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I
Fatmi Nirmala Sari, M.Keb

(.....)

Pembimbing II
Bdn. Lindawati, M.Biomed

(.....)

Penguji I
Dr. Eri Wahyudi, M.Kes

(.....)

Penguji II
Bdn. Ririn, M.Keb

(.....)

Disahkan oleh
Dekan
Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi
Universitas Alifiah Padang



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

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Skripsi, Januari 2026

Annisa Bil Husna

PENGARUH PEMBERIAN BUAH KURMA TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI KELAS X DI SMAN 07 KOTA PADANG TAHUN 2025

xiii + 55 halaman, 9 tabel, 2 gambar, 12 lampiran

ABSTRAK

Anemia merupakan masalah gizi yang banyak dialami oleh remaja putri dan dapat berdampak pada kesehatan serta prestasi belajar. Prevalensi anemia di Indonesia masih tergolong tinggi, yaitu sekitar 21,7%, dengan proporsi penderita berusia 15–24 tahun sebesar 18,4% dalam lima tahun terakhir. Di Provinsi Sumatera Barat, prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 29,8%, dengan Puskesmas Lubuk Buaya tercatat sebagai wilayah dengan kasus anemia tertinggi, yaitu sebesar 46%. Salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kadar hemoglobin adalah dengan mengonsumsi buah kurma yang kaya akan zat besi dan vitamin C. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMAN 07 Kota Padang Tahun 2025.

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September 2025 – Februari 2026. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain pre-eksperimen menggunakan rancangan *one group pretest-posttest design*. Populasi penelitian adalah seluruh remaja putri kelas X di SMAN 07 Kota Padang sebanyak 148 orang, dengan jumlah sampel 34 responden yang diambil menggunakan teknik *stratified random sampling*. Intervensi berupa pemberian buah kurma sebanyak 3 buah per hari selama 7 hari. Pengukuran kadar hemoglobin dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan alat *EasyTouch GCHb*. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan *uji Wilcoxon Signed Ranks Test*.

Hasil penelitian ini didapatkan rata-rata kadar hemoglobin sebelum pemberian kurma adalah 10,74 g/dl dan setelah pemberian kurma adalah 11,88 g/dl. Hasil uji Wilcoxon diperoleh nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang menunjukkan terdapat pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri.

Berdasarkan hasil penelitian terdapat pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas X di SMAN 07 Kota Padang Tahun 2025. Diharapkan pihak sekolah dapat bekerja sama dengan tenaga kesehatan untuk memberikan edukasi gizi serta melakukan pemeriksaan hemoglobin secara berkala pada remaja putri.

Daftar bacaan : 26 Literasi, (2015-2024)

Kata Kunci : Buah kurma, hemoglobin, anemia, remaja p

ALIFAH PADANG UNIVERSITY

Bachelor of Thesis, January 2026

Annisa Bil Husna

THE EFFECT OF GIVING DATES ON INCREASING HEMOGLOBIN LEVELS IN GRADE X FEMALE ADOLESCENTS AT SMAN 07, PADANG CITY IN 2025

xiii +55 pages, 9 tables, 2 figure, 12 attachments

ABSTRACT

Anemia is a nutritional problem commonly experienced by adolescent girls and can have negative impacts on health and academic performance. The prevalence of anemia in Indonesia remains relatively high at approximately 21.7%, with 18.4% of cases occurring among individuals aged 15–24 years over the past five years. In West Sumatra Province, the prevalence of anemia among adolescent girls reaches 29.8%, with Lubuk Buaya Public Health Center recorded as the area with the highest anemia cases at 46%. One non-pharmacological effort to increase hemoglobin levels is the consumption of dates, which are rich in iron and vitamin C. This study aims to determine the effect of date fruit consumption on increasing hemoglobin levels among adolescent girls at SMAN 07 Padang City in 2025.

This study was conducted from September 2025 – February 2026. This study used a quantitative pre-experimental design with a one group pretest-posttest design. The population consisted of 148 tenth-grade adolescent girls, with 34 respondents selected using stratified random sampling. The intervention was the consumption of three dates per day for seven days. Hemoglobin levels were measured before and after the intervention using the Easy Touch GCHb device. Data were analyzed using the Wilcoxon Signed Ranks Test.

Based on the results of the study, the average hemoglobin level before giving dates was 10.74 g/dL and after giving dates was 11.88 g/dL. Statistical analysis showed a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating that date consumption had a significant effect on increasing hemoglobin levels.

Based on the research results, there is an effect of giving dates on increasing hemoglobin levels in female adolescents in grade X at SMAN 07 Padang City in 2025. It is hoped that the school can collaborate with healthcare professionals to provide nutrition education and conduct regular hemoglobin examinations for adolescent girls.

Reading List : 26 Literacy, (2015-2024)

Key words : dates, hemoglobin, anemia, adolescent girls