

PENGARUH PEMBERIAN BUAH KURMA TERHADAP PENAMBAHAN HEMOGLOBIN REMAJA PUTRI DI DESA TEGAL SARI

Pristi Warifka Dwi Rahmayati¹, Budi Rahayu², Yuli Astuti³

INTISARI

Latar Belakang: Hemoglobin merupakan protein dalam sel darah merah yang berfungsi sebagai pengangkut oksigen dari paru-paru menyebar keseluruh tubuh. Hemoglobin dapat meningkatkan ataupun menurun. Penurunan kadar hemoglobin dalam darah disebut anemia. Anemia disebabkan oleh banyak faktor diantaranya adalah perdarahan, nutrisi yang rendah, kadar zat besi, asam folat, vitamin B 12 yang rendah.

Tujuan: Mengetahui pengaruh buah kurma terhadap perubahan kadar hemoglobin pada remaja putri desa Tegalsari

Metode Penelitian: Penelitian ini menggunakan metode penelitian *Pre-eksperiment* dengan menggunakan jenis penelitian *the one group pretest posttest*. Sampel yang digunakan sebanyak 20 remaja putri dengan menggunakan teknik Purposive Sampling.

Hasil Penelitian: Hasil penelitian ini menunjukkan untuk pengukuran kadar hemoglobin sebelum mengonsumsi buah kurma yang memiliki persentase tertinggi adalah kadar Hemoglobin <12,5 g/dl sebanyak 17 orang (85%), untuk kadar hemoglobin setelah mengonsumsi buah kurma memiliki persentase tertinggi adalah kadar Hemoglobin yang >12,5 g/dl sebanyak 13 orang (65%). Terdapat pengaruh pemberian buah kurma terhadap penambahan hemoglobin ($p \text{ value} = 0,000 < 0,05$).

Kesimpulan: Buah kurma memiliki pengaruh terhadap penambahan kadar hemoglobin secara signifikan dengan nilai ($p \text{ value} = 0,000 < 0,05$).

Saran : Bagi Desa Tegalsari : Perlu diperhatikan terkait tingkat kejadian anemia pada remaja putri, mengingat tingginya prevalensi anemia pada remaja putri yang berada di usia subur sehingga dapat berdampak bayi lahir prematur dan berat bayi lahir rendah (BBLR) ketika hendak melahirkan kelak. Bagi peneliti : Untuk sampel diharapkan dapat lebih dari penelitian sebelumnya sehingga dapat lebih mendalami jumlah anemia pada remaja putri dikemudian hari. Bagi Responden : Bagi remaja putri yang tidak menyukai tablet Fe sebaiknya diganti saja menggunakan alternatif lain seperti mengonsumsi buah kurma, pisang, dan jeruk atau buah-buahan lainnya yang banyak mengandung zat besi.

Kata Kunci: Remaja putri, Hemoglobin, Buah Kurma

¹Mahasiswa TBD Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Dosen Bidan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

³Dosen TBD Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

THE EFFECT OF THE ADMINISTRATION OFFRUIT ON THE ADDITION OF HEMOGLOBIN ADOLESCENT WOMENIN TEGAL SARI VILLAGE

Pristi Warifka Dwi Rahmayati¹, Budi Rahayu², Yuli Astuti³

ABSTRACT

Background: Hemoglobin is a protein in red blood cells that functions as a carrier of oxygen from the lungs to spread throughout the body. Hemoglobin can increase or decrease. A decrease in the level of hemoglobin in the blood is called anemia. Anemia is caused by many factors including bleeding, low nutrition, low levels of iron, folic acid, vitamin B12.

Objective: To determine the effect of palm fruit to changes in hemoglobin levels in adolescent girls village Tegalsari

Methods: This study used research methods *Pre-experiment* with using this type of research *the one group pretestpostetest*. The sample used was 20 young women using the purposive sampling technique.

Results: The results of this study showed that for measuring hemoglobin levels before consuming dates, the highest percentage was Hemoglobin levels <12.5 g/dl as many as 17 people (85%), for hemoglobin levels after consuming dates, the highest percentage was Hemoglobin levels. that >12.5 g/gl as many as 13 people (65%). There is an effect of giving dates to the addition of hemoglobin (p value = 0.000 <0.05).

Conclusion: Dates have a significant effect on increasing hemoglobin levels with a value (p value = 0.000 <0.05).

Suggestion: For Tegalsari Village: It is necessary to pay attention to the incidence of anemia in adolescent girls, considering the high prevalence of anemia in adolescent girls who are of childbearing age so that it can have impact on an premature babies and birth weights low (LBW) when about to give birth later. For researchers: The sample is expected to be more than previous studies so that they can further explore the amount of anemia in young women in the future. For Respondents: For young women who don't like Fe tablets, they should just be replaced using other alternatives such as consuming a lot of dates, bananas, oranges or other fruits contains iron.

Keywords: *Adolescent girls, Hemoglobin, Dates*

¹Student of Blood Technology Program University Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

²Lecturer of Midwife University Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

³Lecturer of Blood Technology Program University Jenderal Achmad Yani Yogyakarta