

**PERBEDAAN PEMBERIAN TABLET FE DENGAN JUS BUAH
NAGA DAN AIR JERUK TERHADAP PENINGKATAN KADAR
HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI
DI SMPN 3 JEMBER**

SKRIPSI



Oleh:

Septi Rimadanti Kansha Putri

NIM. 22104087

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**

2026

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Perbedaan Pemberian Tablet Fe Dengan Jus Buah Naga Dan Air Jeruk Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMPN 3 JEMBER telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Nama : Septi Rimadanti Kansha Putri

NIM : 22104087

Hari, Tanggal : Senin, 3 Agustus 2026

Program Studi : Ilmu Kebidanan di Universitas dr.Soebandi Jember

Tim Penguji,

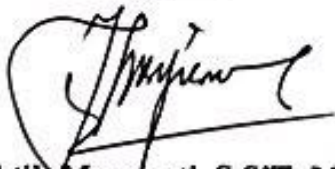
Ketua Penguji,



Yuni Handayani, S.ST., M.Kes

NIDN. 0704068402

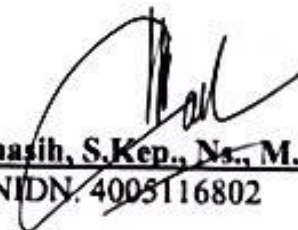
Penguji II,



Syiska Atik Maryanti, S.SiT., M.Keb

NIDN. 4017047801

Penguji III,



I.G.Ayu Karnasih, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Mat

NIDN. 4005116802

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

Universitas dr. Soebandi



Al Nur Zahnah, S.ST., M.Keb

NIDN.0719128902

PERBEDAAN PEMBERIAN TABLET FE DENGAN JUS BUAH NAGA DAN AIR JERUK TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 3 JEMBER

The Difference Between Giving Fe Tablets With Dragon Fruit Juice And Orange Water On The Increase In Hemoglobin Levels In Adolescent Females At Smpn 3 Jember

Septi Rimadanti Kansha Putri, I.G.Ayu Karnasih, Yuni Handayani, Syiska Atik
Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas dr.
Soebandi, Indonesia

Email : septirimadanti993@gmail.com

Received :

Accepted :

Published :

Abstrak

Latar belakang : Anemia merupakan salah satu masalah gizi mikro yang serius di kalangan remaja, terutama pada mereka yang berada di jenjang sekolah menengah pertama dan atas. Meskipun telah menerima Tablet Tambah Darah (TTD) atau tablet. Menurut informasi dari Riskesdas tahun 2018, tingkat anemia di kalangan remaja berusia 15 hingga 24 tahun di Indonesia mencapai kira-kira 32%, yang berarti sekitar 3 hingga 4 dari 10 remaja di Indonesia menderita anemia. **Tujuan :** Untuk mengetahui perbedaan kadar hemoglobin antara remaja putri yang diberi tablet Fe dan jus buah naga dengan remaja putri yang diberi tablet Fe dan air jeruk di SMPN 3 Jember. **Metode :** Penelitian ini menggunakan desain *pre-eksperimental* dengan rancangan *pretest-posttest with control*. Sampel penelitian berjumlah 30 remaja putri yang mengalami anemia, terdiri atas 15 responden kelompok tablet Fe dan jus buah naga dengan 15 responden kelompok tablet Fe dan air jeruk. Intervensi diberikan selama 7 hari kemudian diukur menggunakan alat GCHb sebelum dan sesudah perlakuan. Analisis data menggunakan *Uji Paired Sampel T-Test* **Hasil :** Rata-rata kadar hemoglobin sebelum intervensi sebesar 12,51 g/dl dan meningkat menjadi 13,48 g/dl setelah intervensi. Hasil *uji Paired Sampel T-Test* dengan nilai $p \text{ value} < 0,001$ ($p < 0,05$). **Kesimpulan :** Pemberian tablet Fe yang dikombinasikan dengan jus buah naga maupun air jeruk berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMPN 3 Jember Namun, pemberian tablet Fe dengan jus buah naga menunjukkan peningkatan kadar hemoglobin yang lebih tinggi dibandingkan pemberian tablet Fe dengan air jeruk. **Saran :** Disarankan bagi sekolah dan tenaga kesehatan dapat mendukung remaja putri mengenai pentingnya konsumsi tablet Fe yang disertai asupan makanan atau minuman yang kaya vitamin C untuk mengoptimalkan penyerapan zat besi.

Kata kunci : Anemia, Hemoglobin, Tablet Fe, Jus buah naga, Air Jeruk, Remaja Putri