



Pengaruh Pemberian Kurma Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia di Desa Bumisari Natar

Ramadhiena Destia Murtisari^{1*}, Devi Kurniasari², Anissa Ermasari³, Nurul Isnaini⁴

¹Mahasiswa Sarjana Kebidanan Univeristas Malahayati, Indonesia

²⁻⁴Dosen Kebidanan Univeristas Malahayati, Indonesia

Korespondensi Penulis : ramadhiena.destia18@gmail.com*

Abstract. Anemia in pregnant women is a health problem that is often faced in Indonesia. Anemia requires special attention because it can have a significant impact on maternal and neonatal health. Based on data for May 2024 at the Bumisari Village posyandu, there were 67 pregnant women and 46.2% of them had anemia. An effort to increase hemoglobin levels in pregnant women with anemia is by giving them dates which contain high levels of iron. The aim of the research is to determine the effect of giving dates to increase hemoglobin levels in pregnant women with anemia in Bumisari Natar Village in 2024. Quantitative research type, pre-experimental research method with a one group pretest-posttest design approach. The population is all 67 pregnant women recorded in May 2024 with a sample of 31 respondents. 7 dates were given per day for 7 consecutive days. Data collection used observation sheets, univariate and bivariate data analysis (t-test). Based on the research results, it is known that the average hemoglobin level of pregnant women with anemia before consuming dates is 9,652 gr/dl, while the average hemoglobin level of pregnant women with anemia after consuming dates is 11,545 gr/dl. There was an effect of giving dates to increase hemoglobin levels in pregnant women with anemia in Bumisari Natar Village in 2024 (*p*-value 0.001) with a difference in increase in hemoglobin levels of 1,893 gr/dl. Advice for health workers, especially midwives, is to advise pregnant women to consume dates as a companion to Fe tablets because they can increase hemoglobin levels in pregnant women.

Keywords: Anemia, Hemoglobin levels, Dates

Abstrak. Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan yang sering dihadapi di Indonesia. Anemia perlu perhatian khusus karena dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap kesehatan maternal dan neonatal. Berdasarkan data bulan Mei 2024 di posyandu Desa Bumisari, terdapat 67 ibu hamil dan 46,2% diantaranya mengalami anemia. Upaya untuk menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia adalah dengan memberikan kurma yang mengandung tinggi zat besi. Tujuan penelitian diketahui pengaruh pemberian kurma untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di Desa Bumisari Natar Tahun 2024. Jenis penelitian kuantitatif, metode penelitian *pre eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Populasi adalah seluruh ibu hamil yang terdata di bulan Mei 2024 sebanyak 67 orang dengan sampel sebanyak 31 orang responden. Pemberian kurma diberikan sebanyak 7 butir per hari selama 7 hari berturut-turut. Pengumpulan data menggunakan lembar observasi, analisis data secara univariat dan bivariat (uji t-test). Berdasarkan hasil penelitian diketahui rata – rata kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia sebelum konsumsi kurma adalah 9.652 gr/dl, sedangkan rata – rata kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia sesudah konsumsi kurma adalah 11.545 gr/dl. Ada pengaruh pemberian kurma untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di Desa Bumisari Natar Tahun 2024 (*p*-value 0,001) dengan selisih kenaikan kadar hemoglobin sebesar 1.893 gr/dl. Saran bagi tenaga kesehatan terutama bidan untuk menganjurkan kepada ibu hamil agar mengkonsumsi kurma sebagai pendamping tablet Fe karena dapat menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Kata kunci : Anemia, Kadar hemoglobin, Kurma.

1. PENDAHULUAN

Kehamilan yakni proses pembuahan atau menyatunya spermatozoa dengan ovum yang dilanjut proses implantasi. Akal sehat menyatakan bahwa rata-rata wanita hamil akan memiliki jangka waktu 40 minggu ataupun 9-10 bulan dalam kalender internasional. Tiga trimester

kehamilan ditetapkan sebagai berikut: trimester pertama lamanya 12 minggu, trimester kedua lamanya 15 minggu, dan trimester ketiga lamanya 13 minggu.

Trimester ketiga lamanya 13 minggu, yang merupakan lamanya waktu dari minggu ke-28 hingga ke-40. Mendekati trimester akhir atau bertambahnya usia kehamilan, ibu semakin khawatir, baik secara mental maupun fisik. Komplikasi pada kehamilan yakni hipermesis gravidarium, perdarahan, anemia, eklamsia, nyeri perut hebat (Prawirohardjo, 2016).

Kehamilan adalah masa di mana volume darah meningkat secara bertahap. Peningkatan sel darah yang tidak sebanding peningkatan komponen darah akan mengakibatkan terjadinya pengenceran darah yang dapat menyebabkan anemia pada kehamilan serta dapat menimbulkan komplikasi pada ibu dan bayinya.

Anemia yakni kondisi umum menyebabkan jumlah sel darah merah menurun. Anemia selama kehamilan biasanya disebabkan oleh rendahnya kadar hemoglobin sebesar 11 persen atau kurang di trimester pertama atau ketiga, dan rendahnya kadar hemoglobin sebesar 10,5 persen atau kurang di trimester kedua. Beberapa faktor berkontribusi terhadap anemia umumnya berlangsung wanita hamil, termasuk malnutrisi dan kekurangan zat besi, kehilangan darah yang tidak mencukupi pada kehamilan sebelumnya, dan penyakit kronis seperti tuberkulosis, penyakit paru-paru, cacangan, malaria, atau anemia zat besi pada wanita hamil. ibu hamil dapat menyebabkan peningkatan MMR dan AKB.

Dampak dari rendahnya kadar Hb atau anemia saat melahirkan bervariasi dan dapat berkisar dari keluhan ringan hingga aborsi yang terus berlanjut, kelahiran belum matang atau prematur, gangguan persalinan (pendarahan), gangguan pasca melahirkan (rendahnya resistensi terhadap infeksi atau stres, rendahnya produksi ASI, dan rendahnya produksi ASI). (Irianto, 2016). Dampak anemia antara lain sebagai berikut peningkatan resiko kematian bayi sebelum atau setelah lahir, pertumbuhan janin buruk, kelahiran bayi prematur, bayi lahir dengan kondisi anemia, bayi lahir dengan berat badan rendah (BBLR), perdarahan pasca melahirkan, depresi pasca melahirkan karena perawatan yang lebih lama.

Prevalensi anemia atau kekurangan darah pada Wanita hamil di Indonesia, yaitu sebanyak 27,7% (SKI, 2023). Data SKI (2023) menyebutkan bahwa Proporsi Tablet Tambah Darah (TTD) yang diterima ≥ 90 tablet sebesar 28,6% dan diminum ≥ 90 tablet sebesar 20% selama kehamilan saat ini pada perempuan umur 10-54 di Indonesia (SKI, 2023).

Data Dinas Kesehatan Lampung menunjukkan bahwa tahun 2022, 27,4% dari 8.775 ibu hamil terkena anemia, dengan persentase ibu hamil yang menerima suplemen darah yang ditanggung program mencapai 91,95% (Profil Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2022). Ibu hamil anemia di Kab, Lampung Selatan menurut data laporan triwulan IV tahun 2020,

diketahui kesehatan serta gizi keluarga di bidang kesehatan Kab, Lampung Selatan sejumlah 300 orang dari 13.842 orang yang diperiksa (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2020). Ibu hamil dengan anemia di Puskesmas Natar Tanjung Sari ialah yang terbanyak di Provinsi Lampung Selatan atau sebesar 82% dari total jumlah ibu hamil yang diteliti (UPTD Puskesmas Tanjung Sari, 2021).

Berdasarkan data Posyandu Bumisari pada bulan Mei 2024, terdapat 67 ibu hamil dan 46,2% diantaranya mengalami anemia. Meski cakupan ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Tanjung sari, termasuk di Desa Bumisari, yang mendapat minimal 90 tablet suplemen darah, namun prevalensi anemianya masih tinggi, seperti yang diungkapkan oleh UPD Komunitas Natar Tanjung sari. Puskesmas pada tahun 2020. Ini Beberapa ahli berpendapat bahwa kegagalan program ini terutama disebabkan oleh ibu yang tidak mengonsumsi tablet zat besi, sehingga menyebabkan konsumsi zat besi dalam jumlah yang tidak mencukupi (Taye et al., 2015). Kepatuhan ibu hamil memakan suplemen zat besi mendapat pengaruh beberapa faktor, antara lain pengetahuan serta dukungan anggota keluarga (Sutanto dkk., 2021).

Upaya peningkatan kesehatan gizi berbasis masyarakat menjadi bagian dari agenda nasional ialah strategi paling efektif dilakukan pada periode ini. Tujuan tersebut adalah mencapai derajat kesehatan serta gizi masyarakat yang sebesar-besarnya, program yang dilaksanakan yakni mengurangi prevalensi empat permasalahan gizi utama di Indonesia, yakni Anemia Besi (AGD) (Rahayu, 2017). Pemberian zat besi untuk ibu hamil ialah kebutuhan layanan kesehatan ibu hamil guna mencegah anemia, kebutuhan suplemen zat besi pada masa kehamilan adalah sejumlah 90 tablet (Ulfiana Elisa 2019).

Pada pengobatan anemia di ibu hamil, disamping mengonsumsi tablet zat besi, kurma juga dimanfaatkan mengatasi anemia pada ibu hamil. Kurma dianggap sebagai buah khusus yang memiliki khasiat berfungsi merawat dan meningkatkan kesehatan tubuh. Secara khusus, kurma mengandung zat besi yang penting untuk pembuatan hemoglobin. Komponen nutrisi yang paling umum pada kurma yakni gula pereduksi glukosa, fruktosa, serta sukrosa. Disamping kandungan glukosa pada kurma, ada komponen lain antara lain protein, lemak, mineral, kalsium dan vitamin A, B1, B2 serta D. (Yuniarti, 2020).

2. METODE PENELITIAN

Di penelitian ini penulis menggunakan jenis penelitian kuantitatif yang memberikan gambaran pasti tentang ciri masalah dan memperoleh data tentang nilai masalah dan hasil pengukurannya (Notoatmodjo, 2018).

3. HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Berdasarkan tabel 1 dibawah dapat diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan kehamilan primipara sebesar 10 responden(32.3%), sedangkan kehamilan multipara sebesar 20 responden (64.5%), dan grandemultipara sebesar 1 responden (3.2%). Karakteristik responden berdasarkan usia kehamilan trimester kedua sebesar 24 responden (77.4%), dan trimester ketiga sebesar 7 responden (22.6%). Karakteristik responden berdasarkan pendidikan pada kategori pendidikan SMP sebesar 2 responden (6.5%), sedangkan kategori pendidikan SMA dan D3 sebesar 22 responden (71.0%) dan kategori pendidikan perguruan tinggi S1 sebesar 7 responden (22.6%). Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan pada kategori bekerja sebesar 5 responden (16.1%), sedangkan kategori tidak bekerja atau sebagai ibu rumah tangga sebesar 26 responden (83.9%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di Desa Bumisari Tahun 2024

Karakteristik	n	%
Gravida		
Primipara	10	32.3
Multipara	20	64.5
Grandemultipara	1	3.2
Usia Kehamilan		
TM 2 (13-27 mgg)	24	77.4
TM 3 (28-40 mgg)	7	22.6
Pendidikan		
SMP	2	6.5
SMA/D3	22	71.0
Perguruan Tinggi S1	7	22.6
Pekerjaan		
Bekerja (PNS, GURU, KARYAWAN, WIRASWASTA)	5	16.1
Tidak Bekerja (IRT)	26	83.9

Rata- rata kadar hemoglobin sebelum konsumsi kurma pada ibu hamil dengan anemia di Desa Bumisari Natar tahun 2024

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui rata – rata kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia sebelum konsumsi kurma adalah 9.652 gr/dl dengan nilai standar deviation 0.4289, nilai minimal 9.0 gr/dl dan nilai maksimal 10.4 gr/dl.

Tabel 2. Rata-rata kadar hemoglobin sebelum konsumsi kurma pada ibu hamil dengan anemia di Desa Bumisari Natar tahun 2024

Kadar Hemoglobin	Mean	SD	Min	Max	N
Sebelum	9.652	0.4289	9.0	10.4	31

Rata-rata kadar hemoglobin sesudah konsumsi kurma pada ibu hamil dengan anemia di Desa Bumisari Natar tahun 2024

Tabel 3. Rata-rata kadar hemoglobin sesudah konsumsi kurma pada ibu hamil dengan anemia di Desa Bumisari Natar tahun 2024

Kadar Hemoglobin	Mean	SD	Min	Max	N
Sesudah	11.545	0.3097	11.0	12.1	31

Berdasarkan tabel 3 diatas diketahui rata – rata kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia sesudah konsumsi kurma adalah 11.545 gr/dl dengan nilai standar deviation 0.3097, nilai minimal 11.0 gr/dl dan nilai maksimal 12.1 gr/dl.

Uji Normalitas

Pengujian analisis pada penelitian ini jelas sudah dipenuhi karena sampel penelitian terhadap ibu hamil dengan anemia di Desa Bumisari Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. Diketahui tingkat ketepatan dalam pengambilan sampel, maka dilakukan pengujian persyaratan analisis yang lain yaitu uji normalitas menggunakan nilai *Shapiro-Wilk*, bila nilai *Shapiro-Wilk* $> 0,05$, maka distribusinya normal (Hastono, 2021).

Berdasarkan tabel 3 diatas uji normalitas data menggunakan *Shapiro-Wilk* menunjukkan variable kadar hemoglobin pre test dengan nilai Sig. adalah $0,058 > 0,05$, dan nilai Sig. post test adalah $0,138 > 0,05$. Jadi sesuai dengan dasar pengambilan keputusan uji normalitas menggunakan *Shapiro-Wilk*, apabila nilai signifikan $> 0,05$ maka data berdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji normalitas diatas, semua data berdistribusi normal dan bisa menggunakan uji statistik *paired sampel t-test*.

Tabel 3. Uji Normalitas Data Penelitian

Kelompok	Shapiro Wilk	Keterangan
Pre-test	0.058	Normal
Post-test	0.138	Normal

Analisis Bivariat

a. Pengaruh Pemberian Kurma Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Desa Bumisari Natar Tahun 2024

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa hasil pengujian menggunakan uji t-test, $p\text{-value} = 0,001$ ($p\text{-value} < \alpha = 0,05$) didapatkan rata – rata (*mean*) kadar Hb pretest adalah 9,652 gr/dl dan kadar Hb posttest adalah 11,545 gr/dl, perbedaan mean sebesar 1,893 gr/dl, dengan nilai $p\text{-value}$ 0.001, yang berarti ada pengaruh pemberian Kurma Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Desa Bumisari Natar Tahun 2024.

Tabel 4. Pengaruh Pemberian Kurma Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia

Kelompok	Mean	Beda Mean	Std. Deviasi	p-value	N
Hb Pretest	9.652	1.893	0.4289	0.001	31
Hb Posttest	11.545		0.3097		31

Pembahasan

Analisis Univariat

Rata-rata Peningkatkan Kadar Hemoglobin Sebelum Pemberian Kurma Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Desa Bumisari Natar Tahun 2024 (*pretest*)

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa rata – rata kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia sebelum konsumsi kurma adalah 9.652 gr/dl, dengan nilai minimal 9.0 gr/dl dan nilai maksimal 10.4 gr/dl, anemia ringan pada ibu hamil ini dapat disebabkan bermacam-macam namun penyebab secara langsung adalah kebutuhan zat besi ibu hamil lebih meningkat pada kehamilan trimester kedua dan ketiga dan juga asupan nutrisi terutama zat besi yang dikonsumsi oleh ibu hamil tersebut yang kurang dari kebutuhan sehingga mengalami anemia.

Secara teori ibu hamil yang mengalami anemia terjadi karena proses hemodelusi atau pengenceran darah, yang dimulai dari usia kehamilan 10 minggu dan mencapai puncaknya pada usia 32-36 minggu (Wiknjosastro, 2010).

Penyebab anemia pada wanita hamil adalah kekurangan zat besi, asam folat dan perdarahan akut. Menurut Pujianingsih dalam (Widiowati et al, 2019) anemia dalam kehamilan adalah kondisi dengan kadar hemoglobin $< 11\text{gr/dl}$ pada trimester I dan III, sedangkan pada trimester II kadar hemoglobin $< 10,5\text{gr/dl}$. Anemia kehamilan disebut potensial membahayakan ibu dan bayi, karena itu anemia memerlukan perhatian khusus dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan.

Berdasarkan WHO (2011) secara normal ibu hamil memiliki kadar Hb minimal 11gr/dl. Berdasarkan teori Manuaba (2010), anemia dalam kehamilan dibagi menjadi 4 yaitu tidak

anemia bila Hb 11gr/dl, anemia ringan bila Hb 9-10gr/dl, anemia sedang bila Hb 7-8gr/dl, anemia berat bila Hb < 7gr/dl (Manuaba, 2010).

Hal ini sesuai dengan teori bahwa hemoglobin adalah parameter yang digunakan secara luas untuk menetapkan prevalensi anemia. Hb merupakan senyawa pembawa oksigen pada sel darah merah. Hemoglobin dapat diukur secara kimia dan jumlah Hb/100ml darah dapat digunakan sebagai indeks kapasitas pembawa oksigen pada darah (Supriasa et al, 2012).

Pada kehamilan kebutuhan oksigen lebih tinggi sehingga memicu peningkatan produksi eritropoietin. Akibatnya volume plasma bertambah dan sel darah merah meningkat. Namun peningkatan volume plasma terjadi dalam proporsi yang lebih besar jika dibandingkan peningkatan eritrosit sehingga terjadi penurunan konsentrasi hemoglobin akibat hemodelusi (Manuaba, 2010).

Konsentrasi hemoglobin normal pada wanita hamil berbeda dengan wanita yang tidak hamil. Hal ini disebabkan karena pada kehamilan terjadi proses hemodelusi atau pengenceran darah, yaitu peningkatan volume plasma dalam hal proporsi yang lebih besar jika dibandingkan dengan peningkatan eritrosit. Hemodelusi berfungsi agar suplai darah untuk pembesaran uterus terpenuhi, melindungi ibu dan janin dari efek negatif kehilangan darah saat proses melahirkan (Manuaba, 2010).

Menurut peneliti kasus anemia pada ibu hamil dalam penelitian ini disebabkan karena kurang nya asupan zat besi dari makanan yang mengandung banyak zat besi, serta masih banyak ibu hamil yang tidak disiplin dalam mengkonsumsi tablet Fe karena ketidaknyamanan dari efek samping tablet Fe tersebut.

Rata-rata Peningkatan Kadar Hemoglobin Sesudah Pemberian Kurma Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Desa Bumisari Natar Tahun 2024 (*posttest*)

Berdasarkan hasil penelitian diketahui rata – rata kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia sesudah konsumsi kurma adalah 11.545 gr/dl, dengan nilai minimal 11.0 gr/dl dan nilai maksimal 12.1 gr/dl. Terlihat bahwa setelah dilakukannya intervensi berupa pemberian kurma sebanyak 7 butir per hari yang diberikan selama 7 hari terbukti meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia ringan, dengan rata – rata mengalami peningkatan kadar hemoglobin sebesar 1.893 gr/dl.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Ayunda Sinta Sumitran yang berjudul Efektivitas Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia yang dilakukan di PMB Witdiyastuti Karanganyar. Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian Two Group Pre test Post tes Control Design. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil di Praktik Mandiri Bidan

sejumlah 50 orang yang mengalami anemia. Sampel yang diteliti yaitu sebanyak 20 ibu hamil yang mengalami anemia. Kelompok eksperimen diberikan kurma sebanyak 7 butir setiap hari selama 7 hari dan kelompok kontrol hanya mengonsumsi tablet Fe. Nilai rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok kontrol pretest $10,090 \pm 5685$ gr/dl sedangkan posttest $10,210 \pm 0,4999$ gl/dl. Nilai rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok perlakuan pretest $10,100 \pm 0,6360$ gl/dl sedangkan posttest $11,310 \pm 0,7608$ gl/dl. Uji mann witney dapat diketahui perbedaan kadar hemoglobin antara kelompok perlakuan dan kelompok kasus didapatkan hasil p value $0,004 < 0.005$ yang artinya ada perbedaan hasil kadar hemoglobin antara kelompok pemberian kurma dan kelompok kasus. Kesimpulannya, ada pengaruh pemberian buah kurma pada ibu hamil terhadap kenaikan kadar hemoglobin (Ayunda, 2023).

Zat besi adalah unsur yang sangat penting untuk membentuk sel darah merah atau hemoglobin (Andriani dan Widjatmadi, 2012). Pemberian tablet zat besi selama kehamilan merupakan salah satu cara yang paling cocok bagi ibu hamil untuk meningkatkan kadar Hb sampai tahap yang diinginkan. Pemberian kalori 300 kalori/hari dan suplemen besi sebanyak 60mg/hari kiranya cukup mencegah anemia. Dimana 60-65mg Fe setara dengan 200mg ferro sulfat (Saifuddin, 2019).

Sumber baik zat besi diantaranya makanan hewani, seperti daging, ayam, dan ikan. Sumber baik lainnya adalah telur, serial tumbuk, kacang-kacangan, sayuran hijau, dan beberapa jenis buah (Almatsier, 2010).

Kurma kering mengandung zat besi yang tinggi sehingga membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah anemia. Kurma merupakan sumber zat besi yang sangat baik. Zat besi adalah komponen dari hemoglobin didalam sel darah merah yang menentukan daya dukung oksigen darah. Kurma juga mengandung vitamin B6 (piridoksin) berperan dalam sintesis hemoglobin. Vitamin ini membantu dalam produksi hemoglobin dan mempengaruhi kualitas sel darah merah. Asam folat penting untuk sintesis DNA dan RNA, yang diperlukan untuk produksi dan pembelahan sel darah merah. Asam folat membantu mencegah anemia megaloblastik, suatu kondisi di mana sel darah merah yang diproduksi lebih besar dari normal tetapi tidak berfungsi dengan baik.

Vitamin C meningkatkan penyerapan zat besi non-heme (zat besi dari sumber nabati) di usus. Ini penting karena meningkatkan bioavailabilitas zat besi dari makanan yang dikonsumsi. Kurma mengandung antioksidan seperti flavonoid, karotenoid, dan fenolik, yang melindungi sel darah merah dari kerusakan oksidatif. Ini membantu mempertahankan jumlah dan kualitas sel darah merah yang sehat.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui kenaikan kadar hemoglobin rata-rata ibu hamil dengan anemia setelah konsumsi kurma adalah 1.893 gr/dl, dengan rata-rata kadar hemoglobin 11.545 gr/dl. Terdapat sebanyak 19 ibu hamil dengan anemia setelah konsumsi kurma dengan kadar hemoglobin lebih dari atau sama dengan rata-rata, dan sebanyak 12 ibu hamil dengan anemia setelah konsumsi kurma dengan kadar hemoglobin di bawah rata-rata.

Berdasarkan hasil penelitian, terdapat 12 responden yang kadar hemoglobinnya dibawah rata-rata sesudah konsumsi kurma. Persentase dari keseluruhan responden, lebih dari 60% responden berasal dari ibu hamil dengan kehamilan multigravida. Pada 12 responden yang kadar hemoglobinnya dibawah rata-rata, 6 diantaranya merupakan kehamilan multigravida. Untuk itu karakteristik responden berdasarkan gravida mempengaruhi ibu hamil mengalami anemia, karena pada kehamilan kedua atau lebih akan menimbulkan kerusakan pada pembuluh darah dan dinding uterus yang biasanya mempengaruhi sirkulasi nutrisi ke janin, sehingga dapat meningkatkan resiko anemia pada ibu (Wartisa, et al., 2018) (Nurul Ariningtyas, 2022).

Dari hasil penelitian juga, responden yang paling mendominasi merupakan ibu hamil trimester kedua. Dari 12 responden yang kadar hemoglobinnya dibawah rata-rata, 8 diantaranya merupakan ibu hamil trimester kedua. Berdasarkan data

tersebut, bisa disimpulkan bahwa usia kehamilan juga sangat mempengaruhi ibu hamil mengalami anemia. Usia kehamilan memiliki hubungan langsung dengan anemia karena ada perubahan kebutuhan zat besi. Pada trimester kedua kehamilan memiliki kemungkinan lebih tinggi untuk mengalami anemia dibandingkan dengan mereka pada trimester pertama dan ketiga. Hal tersebut terjadi karena peningkatan volume plasma, kadar hemoglobin dan hematokrit menurun selama trimester pertama dan mencapai tingkat terendah pada akhir trimester kedua dan meningkat lagi selama trimester ketiga kehamilan (Ayensu, J., 2020).

Menurut pendapat peneliti, selain karakteristik responden peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia ini bisa jadi disebabkan karena asupan makanan ibu hamil yang berbeda-beda terutama yang mengandung banyak zat besi, serta masih banyak ibu hamil yang tidak disiplin dalam mengkonsumsi tablet Fe karena ketidaknyamanan dari efek samping tablet Fe tersebut. Sehingga peningkatan kadar hemoglobin pada 12 ibu hamil yang mengalami anemia ringan tersebut belum optimal, namun peningkatan kadar hemoglobin ini sudah melewati kadar hemoglobin minimum yaitu 11gr/dl untuk ibu hamil trimester I dan III, dan 10,5gr/dl untuk ibu hamil trimester II.

Menurut pendapat peneliti, pada responden yang sudah diberikan kurma selama 7 hari berturut – turut telah terbukti meningkatkan kadar hemoglobin rata-rata sebanyak 1.893 gr/dl.

Dengan peningkatan terkecil sebesar 1,1 gr/dl dan peningkatan tertinggi sebesar 2,8 gr/dl. Artinya dari penelitian ini kurma terbukti meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil yang mengalami anemia, dan hal ini tentu dapat dijadikan evaluasi bagi petugas kesehatan untuk berupaya membuat suatu inovasi dalam mengatasi ibu hamil yang mengalami anemia seperti membuat bahan makanan dari bahan dasar kurma. Dengan inovasi tersebut diharapkan dapat mengurangi kejadian anemia pada ibu hamil.

Analisis Bivariat

Pengaruh Pemberian Kurma Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Desa Bumisari Natar Tahun 2024

Berdasarkan hasil pengujian menggunakan uji t-test, $p\text{-value} = 0,001$ ($p\text{-value} < \alpha = 0,05$) didapatkan rata – rata (*mean*) kadar Hb pretest adalah 9,652 gr/dl dan kadar Hb posttest adalah 11,545 gr/dl, perbedaan mean sebesar 1,893 gr/dl, dengan nilai $p\text{-value}$ 0.001, yang berarti ada pengaruh pemberian Kurma Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Desa Bumisari Natar Tahun 2024.

Hal ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Wahyuni, et al, (2022) dalam penelitian ini, ibu hamil mengkonsumsi kurma jenis khalas sebanyak 7 butir per hari yang setara dengan ± 50 gram. Kelompok intervensi (dengan konsumsi kurma jenis khalas selama 14 hari) dan kelompok kontrol (tanpa konsumsi kurma selama 14 hari). Sebelum dan sesudah perlakuan, dilakukan pengukuran kadar hemoglobin pada kedua kelompok menggunakan *Hematology Analyze*, lalu peningkatan kadar hemoglobin dari kedua kelompok dibandingkan dengan uji t. Nilai p dari hasil uji perbedaan kenaikan kadar hemoglobin dari kedua kelompok adalah 0,03 ($< 0,05$), sehingga dapat diinterpretasikan bahwa ada perbedaan kenaikan kadar hemoglobin secara signifikan pada kelompok. Dengan kata lain, kurma efektif untuk meningkatkan kadar Hb ibu hamil trimester III (Sri Wahyuni, et al, 2023).

Kurma kering mengandung zat besi yang tinggi sehingga membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah anemia. Kurma merupakan sumber zat besi yang sangat baik. Zat besi adalah komponen dari hemoglobin didalam sel darah merah yang menentukan daya dukung oksigen darah. Kurma juga mengandung vitamin B6 (piridoksin) berperan dalam sintesis hemoglobin. Vitamin ini membantu dalam produksi hemoglobin dan mempengaruhi kualitas sel darah merah. Asam folat penting untuk sintesis DNA dan RNA, yang diperlukan untuk produksi dan pembelahan sel darah merah. Asam folat membantu mencegah anemia megaloblastik, suatu kondisi di mana sel darah merah yang diproduksi lebih besar dari normal tetapi tidak berfungsi dengan baik. Berdasarkan beberapa penelitian terdahulu, dengan

mengonsumsi kurma sebanyak 7 butir/hari selama 7 hari dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sugita (2021) konsumsi buah kurma berpengaruh pada peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III. Buah kurma memiliki berbagai macam zat gizi yang baik termasuk zat besi untuk meningkatkan kadar Hb. Dengan mengonsumsi buah kurma bagi ibu hamil yang tidak konsumsi tablet penambah darah atau tablet Fe dapat menjadikan buah kurma sebagai alternatif untuk memenuhi kebutuhan zat besi sehingga dapat terhindar dari anemia (Sugita, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan juga dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Ayunda Sinta Sumitran (2023) yang berjudul Efektivitas Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia yang dilakukan di PMB Witdiyastuti Karanganyar. Desain penelitian ini menggunakan metode eksperimental. Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian *Two Group Pre test Post tes Control Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil di Praktik Mandiri Bidan sejumlah 50 orang yang mengalami anemia. Sampel yang diteliti yaitu sebanyak 20 ibu hamil yang mengalami anemia. Kelompok eksperimen diberikan kurma sebanyak 7 butir setiap hari selama 7 hari dan kelompok kontrol hanya mengonsumsi tablet Fe. Nilai rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok kontrol pretest $10,090 \pm 5685$ gr/dl sedangkan posttest $10,210 \pm 0,4999$ gl/dl. Nilai rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok perlakuan pretest $10,100 \pm 0,6360$ gr/dl sedangkan posttest $11,310 \pm 0,7608$ gr/dl. Uji *mann witney* dapat diketahui perbedaan kadar hemoglobin antara kelompok perlakuan dan kelompok kasus didapatkan hasil *p value* $0,004 < 0.005$ yang artinya ada perbedaan hasil kadar hemoglobin antara kelompok pemberian kurma dan kelompok kasus. Kesimpulannya, ada pengaruh pemberian buah kurma pada ibu hamil terhadap kenaikan kadar hemoglobin (Ayunda, 2023).

Menurut pendapat peneliti berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa hasil kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil tersebut berbeda-beda, hal ini disebabkan konsumsi nutrisi yang ibu hamil makan setiap harinya berbeda-beda, sehingga kenaikan kadar hemoglobin selain didapat dari buah kurma dan tablet zat besi yang ibu konsumsi, tetapi disebabkan pula oleh absorpsi makanan lain.

Buah kurma dapat menjadi salah satu pilihan alternatif pengobatan dan merawat kesehatan tubuh dalam meningkatkan kadar hemoglobin terutama pada ibu hamil selama proses kehamilannya. Hal itu karena, kepatuhan ibu dalam mengonsumsi tablet tambah darah atau Fe yang masih kurang disebabkan ketidaknyamanan akibat efek samping dari tablet Fe. Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti, dengan kandungan zat besi yang ada pada

buah kurma berpengaruh terhadap kenaikan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia, apabila dikonsumsi sebanyak 7 butir selama 7 hari. Untuk itu kurma bisa dijadikan alternatif pilihan untuk mengatasi ibu hamil yang mengalami anemia.

Menurut pendapat peneliti berdasarkan hasil penelitian, kenaikan kadar hemoglobin yang cukup signifikan dipengaruhi juga dengan beberapa kandungan vitamin lain yang terdapat dalam kurma. Seperti vitamin C yang mampu membantu penyerapan zat besi, asam folat yang berperan penting dalam proses sintesis DNA dan RNA yang diperlukan untuk produksi dan pembelahan sel darah merah, vitamin B6 (piridoksin) yang berperan dalam proses sintesis hemoglobin, dan juga beberapa komponen vitamin lainnya yang terkandung dalam kurma. Hal itu bisa disimpulkan bahwa selain zat besi yang dihasilkan dari kurma itu sendiri dan juga anjuran untuk tetap konsumsi tablet Fe, vitamin lainnya yang terkandung dalam kurma juga sangat membantu proses penyerapan zat besi sehingga mempercepat kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil tersebut. Selain itu, aktivitas sehari-hari dengan menerapkan pola hidup sehat seperti istirahat yang cukup juga akan membantu dalam menaikkan kadar hemoglobin.

4. KESIMPULAN

Diketahui rata – rata kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia sebelum konsumsi kurma adalah 9.652 gr/dl dengan nilai minimal 9.0 gr/dl dan nilai maksimal 10.4 gr/dl. Diketahui rata – rata kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia sesudah konsumsi kurma adalah 11.545 gr/dl dengan nilai minimal 11.0 gr/dl dan nilai maksimal 12.1 gr/dl. Ada pengaruh terhadap pemberian kurma pada ibu hamil dengan anemia di Desa Bumisari Natar tahun 2024 (*p-value* 0,001).

SARAN

Sebagai bahan informasi bagi bidan bahwa dengan mengkonsumsi buah kurma dapat menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil, sehingga diharapkan bidan mau menyarankan kepada ibu hamil agar selain memberikan tablet Fe juga menyarankan kepada ibu hamil agar di rumah mengkonsumsi buah kurma juga karena didalam buah kurma mengandung vitamin C, asam folat dan zat besi yang baik sebagai absorpsi tablet Fe sehingga dapat mencegah terjadinya anemi pada ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, M., Nazilah, N. R. K., & Agustina, E. (2017). Identifikasi senyawa aktif dalam ekstrak metanol daging buah kurma jenis Ajwa.
- Adriani, D., & Wirjatmadi, B. (2012). Pengantar gizi masyarakat. Kencana Prenada Media.
- Al Cidadi. (2016). Ramuan herbal ala Thibun Nabawi: Mengupas pengobatan herbal di dalam Thibun Nabawi. Putra Danayu.
- Almatsier, S. (2009). Prinsip dasar ilmu gizi. PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Astiana, W. (2017). Kejadian anemia pada ibu hamil ditinjau dari paritas dan usia. *Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 217-394.
- Cahyani, W. O. D. (2017). Hubungan anemia pada ibu bersalin dengan kejadian inersia uteri kala I di RSUD PKU Muhammadiyah Bantul tahun 2016. *Universitas Aisyah Yogyakarta*, 1(1).
- Dessy Hermawan, dkk. (2021). Pengaruh konsumsi buah kurma (*Phoenix dactylifera*) dan tablet Fe terhadap kenaikan kadar hemoglobin (Hb) pada ibu hamil dengan anemia tahun 2019.
- Diyah Ayu Susilowati, dkk. (2017). Pengaruh pemberian buah kurma pada ibu hamil dengan anemia terhadap kadar hemoglobin di BPM Tri Rahayu Setyaningsih Cangkringan Sleman Yogyakarta.
- Eny, Sendra, dkk. (2016). Pengaruh konsumsi kurma (*Phoenix dactylifera*) terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester II di wilayah Puskesmas Kediri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1), 1-11.
- Farid Husin. (2014). Asuhan kehamilan berbasis bukti. Sagung Seto.
- Febrianti, A. (2018). Pengaruh pemberian berbagai dosis ekstrak daging buah kurma Ajwa (*Phoenix dactylifera*) terhadap kadar glukosa darah mencit (*Mus musculus*) bunting. Undergraduate thesis, Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya.
- Fitriani, E. (2020). Keajaiban buah kurma: Varietas, khasiat, produk olahan, dan teknik budidaya. TIM.
- Irianti, B., dkk. (2014). Asuhan kehamilan berbasis bukti (Edisi pertama). Sagung Seto.
- Kemendes RI. (2018). RISKESDAS 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. http://labdata.litbang.kemkes.go.id/images/download/laporan/RKD/2018/Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf
- Manuaba, I. (2010). Ilmu kebidanan: Penyakit kandungan dan KB. EGC.
- Manuaba, I. B. G. (2012). Ilmu kebidanan, penyakit kandungan, dan KB. EGC.
- Napisah, P., dkk. (2024). Intervensi nonfarmakologi untuk meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil. NEM.

- Notoatmodjo, S. (2018). Metodologi penelitian kesehatan. Rhineka Cipta.
- Noviawati, E. K. A., Studi, P., Dokter, P., Kedokteran, F., Ilmu, D. A. N., Syarif, U. I. N., & Jakarta, H. (2012). Kejadian anemia pada mahasiswa PSPD angkatan 2009-2011 UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 61.
- Prawirohardjo, S. (2010). Ilmu kebidanan. Yayasan Bina Pustaka.
- Profil Kesehatan Provinsi Lampung. (2022).
- Simbolon, D., Jumiati, & Rahmadi, A. (2018). Pencegahan dan penanggulangan kurang energi (KEK) dan anemia pada ibu hamil. CV Budi Utama.
- Sulistyawati, A. (2009). Asuhan kebidanan pada masa kehamilan. Salemba Medika.
- Supariasa, I. A., dkk. (2012). Penilaian status gizi. EGC.
- Susiloningtyas, I. (2016). Pemberian zat besi (Fe) dalam kehamilan. Majalah Ilmiah Sultan Agung.