

## PENGARUH PEMBERIAN SARI KURMA TERHADAP PENINGKATAN KADAR HAEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DENGAN ANEMIA DI PUSKESMAS KLUET UTARA KABUPATEN ACEH SELATAN

T. Murhadi <sup>1\*</sup>, Zuli Iklima Hayati <sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> STIKes Muhammadiyah Aceh

Email *corresponding*: tmurhadi@gmail.com

### Abstrak

Prevalensi anemia pada kehamilan di Indonesia setiap tahunnya meningkat yang disebabkan oleh berbagai faktor, prevalensi kasus anemia pada tahun 2018 sebesar 48,9%. Data dari Puskesmas Kluet Utara periode Januari sampai Desember 2021 jumlah ibu hamil sebanyak 632 orang dan yang mengalami anemia sebanyak 189 orang (29,9%). Januari sampai Mei 2022 jumlah ibu hamil sebanyak 324 orang dan yang mengalami anemia sebanyak 101 orang (31,1%) yang terdiri dari anemia ringan sebanyak 71 orang, anemia sedang sebanyak 20 orang dan anemia berat sebanyak 10 orang. Tujuan Penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di Puskesmas Kluet Utara Kabupaten Aceh Selatan tahun 2022. Metode penelitian ini bersifat quasi eksperimen dengan pendekatan one group pretest-posttest dengan tehnik pengambilan sampel secara Purposive sampling dengan jumlah sampel 10 orang ibu hamil yang mengalami anemia. Waktu penelitian ini dilakukan pada tanggal 1 sampai 7 Oktober 2022 dengan analisa univariat dan bivariat dengan uji T. Hasil penelitian menunjukkan sebelum pemberian sari kurma sebagian besar mengalami anemia sedang sebanyak 5 responden (50%). Sedangkan Sesudah diberikan sari kurma sebagian besar berubah menjadi tidak mengalami anemia sebanyak 5 orang (50%). Sebelum pemberian sari kurma rata-rata kadar hemoglobin sebesar 9.60, sedangkan setelah pemberian sari kurma sebesar 11.00 dengan peningkatan kadar hemoglobin sebesar 1.4, hal ini berarti terdapat peningkatan kadar hemoglobin setelah pemberian sari kurma dengan p value 0,001, sehingga ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap kadar hemoglobin. Kesimpulan dan saran : ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap kadar hameoglobin pada ibu hamil. Diharapkan bagi petugas kesehatan untuk meningkatkan pelayanan kesehatan terhadap ibu hamil anemia dengan memberikan penanganan secara farmakologis yaitu dengan sari kurma.

**Kata kunci:** : Ibu Hamil, Anemia, Sari Kurma

### PENDAHULUAN

Anemia adalah kondisi dimana sel darah merah menurun sehingga kapasitas daya angkut oksigen untuk kebutuhan organ-organ vital pada ibu dan janin menjadi berkurang, anemia pada ibu hamil apabila hemoglobin kurang 11 g/dl (Sarwono, 2016).

Dampak yang terjadi akibat anemia pada kehamilan antara lain abortus, persalinan prematur, perdarahan antepartum, perdarahan post partum, BBLR dan bahkan kematian janin. Anemia biasa dijumpai dalam kehamilan disebabkan karena dalam kehamilan keperluan akan nutrisi bertambah dan terjadi pula perubahan-perubahan dalam darah dan sumsum tulang. Volume plasma akan bertambah banyak dalam kehamilan, namun bertambahnya sel-sel darah tidak sebanyak

bertambahnya jumlah plasma, sehingga menyebabkan terjadinya pengenceran darah dengan perbandingan plasma 30%, sel darah 18% dan hemoglobin 19% (Pratiwi, 2019).

Upaya mengatasi anemia pada ibu hamil secara farmakologis adalah pemberian suplemen tambah darah, sedangkan secara non farmakologis adalah dengan pemberian jambu biji, rumput laut, buah bit dan kurma. Kurma merupakan buah yang mengandung sumber zat besi sehingga baik digunakan dalam terapi mengatasi anemia. Mengonsumsi kurma secara rutin akan membantu menjaga tubuh gangguan kesehatan. Kurma yang kaya akan zat besi dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Selain zat besi kandungan protein, karbohidrat, dan lemak pada kurma dapat membantu proses sintesis hemoglobin (Pujiastuti, 2018).

Pemberian sari kurma sebanyak 1 sendok makan 2 kali sehari selama 6 hari dapat meningkatkan kadar haemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia, karena buah kurma mengandung zat besi yang tinggi. Komposisi dari sari kurma per 100 g buah kurma mengandung glukosa 38,5 gms, fruktosa 35,5 gms, protein 2,35 gms, lemak 0,43 gms, vitamin A 90 IU, vitamin B1 93 mg, Vitamin B2 144 mg, biotin 4,4 ug, Asam folat 5,4 ug, Niacin 2 mg, Askorbat vit C 6,1 mg, kalsium 52 mg, zat besi 1,2 mg, magnesium 50 mg, kalium 667 mg, natrium 13 mg, posfor 60 mg, klorida 271 mg, sulfur 14,6 mg, mangan 4,9 mg, copper 2,4 mg, Zinc 1,2 mg dan cobalt 1,9 mg (Jannah, 2018).

Prevalensi anemia pada kehamilan di Indonesia setiap tahunnya meningkat yang disebabkan oleh berbagai faktor. Data yang diperoleh dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas), prevalensi kasus anemia pada ibu hamil tahun 2013 sebesar 37,1% dan meningkat pada tahun 2018 sebesar 48,9%. Jumlah ibu hamil yang mengonsumsi tablet Fe  $\geq$  90 butir selama kehamilan hanya sebesar 38,1% (Riskesdas, 2018)

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Aceh Selatan 2021 jumlah ibu hamil sebanyak 4.345 orang, jumlah ibu hamil yang dilakukan pemeriksaan hemoglobin sebanyak 4.118 orang (77,4%) dan yang mengalami anemia sebanyak 1.439 orang (34,9%). Jumlah anemia tertinggi terdapat di Puskesmas Kluet Utara sebanyak 189 orang, Puskesmas Pasie Raja sebanyak 150 orang dan Puskesmas Ujung Padang sebanyak 140 orang (Dinkes Aceh Selatan, 2021).

Data dari Puskesmas Kluet Utara periode Januari sampai Desember 2021 jumlah ibu hamil sebanyak 632 orang dan yang mengalami anemia sebanyak 189 orang (29,9%) yang terdapat dari 21 Gampong. Januari sampai Mei 2022 jumlah ibu hamil sebanyak 324 orang dan yang mengalami anemia sebanyak 101 orang (31,1%) yang terdiri dari anemia ringan sebanyak 71 orang, anemia sedang sebanyak 20 orang dan anemia berat sebanyak 10 orang.

## METODE PENELITIAN

Ruang Lingkup dalam penelitian ini mengetahui pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil dengan anemia.

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Kluet Utara Aceh Selatan pada tanggal 1 Oktober sampai 7 Oktober 2022.

Jenis penelitian ini bersifat eksperimen semu dengan desain one group pretest-posttest dengan Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Purposive sampling sebanyak 10 orang ibu hamil yang mengalami anemia, Selanjutnya dalam menginterpretasi nilai pada data analisa bivariat dengan uji T.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

#### 1. Analisa Univariat

##### a. Kadar Hemoglobin Sebelum Pemberian sari Kurma

Tabel 1, Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kadar Hemoglobin Sebelum Pemberian Sari Kurma Di Wilayah Kerja Puskesmas Kluet Utara Kabupaten Aceh Selatan Tahun 2022

No	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	Anemia ringan	5	50
2	Anemia sedang	5	50
	<b>Jumlah</b>	<b>10</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 10 responden sebelum pemberian sari kurma sebagian besar mengalami anemia sedang sebanyak 5 responden (50%).

##### b. Kadar Hemoglobin Sesudah Pemberian Sari Kurma

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kadar Hemoglobin Sesudah Pemberian Sari Kurma Di Wilayah Kerja Puskesmas Kluet Utara Kabupaten Aceh Selatan Tahun 2022

No	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak anemia	5	50
2	Anemia ringan	3	30
3	Anemia sedang	2	20
	<b>Jumlah</b>	<b>10</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 10 responden sesudah diberikan sari kurma sebagian besar berubah menjadi tidak mengalami anemia sebanyak 5 orang (50%).

#### 2. Analisa Bivariat

Tabel 3 Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Kluet Utara Kabupaten Aceh Selatan Tahun 2022

No	Kadar Haemoglobin	Mean	elisih rata-rata	p-value
1	Prettest	9.60	1.4	0,001
2	Posttest	11.00		

Berdasarkan tabel 3 didapatkan bahwa sebelum pemberian sari kurma rata-rata kadar hemoglobin sebesar 9.60 gr%, sedangkan setelah pemberian sari kurma sebesar 11.00 gr% dengan peningkatan kadar hemoglobin sebesar 1.4 gr%, hal ini berarti terdapat peningkatan kadar hemoglobin setelah pemberian sari kurma dengan p-value 0,001, sehingga ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap kadar hemoglobin

## *Pembahasan*

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum pemberian sari kurma rata-rata kadar hemoglobin sebesar 9.60 gr%, sedangkan setelah pemberian sari kurma sebesar 11.00 gr% dengan peningkatan kadar hemoglobin sebesar 1.4 gr%, hal ini berarti terdapat peningkatan kadar hemoglobin setelah pemberian sari kurma dengan p value 0,001, sehingga ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap kadar hemoglobin.

Menurut asumsi peneliti terdapat pengaruh pemberian sari kurma terhadap kadar haemoglobin setelah pemberian sari kurma sebanyak 20 gram (2 sendok makan) sebanyak 2 x sehari pada pagi dan malam hari selama 6 hari, dimana terdapat perbedaan kadar haemoglobin sebelum dan sesudah pemberian sari kurma yaitu mengalami peningkatan kadar haemoglobin. Hal ini disebabkan karena sari kurma mengandung zat besi yang tinggi sehingga dapat meningkatkan kadar haemoglobin, selain itu juga sari kurma mengandung vitamin C sebanyak 38,23 mg yang berfungsi atau membantu penyerapan zat besi, sehingga dapat meningkatkan kadar hemoglobin lebih cepat. Selain itu juga pada sari kurma mengandung 0,02 gram protein yang dapat membantu pembentukan sel darah merah.

Sari kurma yang dikonsumsi ibu hamil masuk ke dalam lambung kemudian terjadi metabolisme makanan dimana terjadi penyerapan zat besi, vitamin C dan protein yang berfungsi untuk pembentukan sel darah merah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 10 responden terdapat 8 orang ibu hamil yang mengalami peningkatan kadar haemoglobin, sedangkan 2 orang ibu hamil tidak mengalami peningkatan kadar haemoglobin setelah pemberian sari kurma, hal ini disebabkan karena ada faktor lain yang mempengaruhi yaitu faktor asupan makanan, dimana saat pemberian sari kurma ibu hamil kurang mengkonsumsi makanan sumber protein dan zat besi (seperti ikan, telur dan sayuran hijau) serta tidak mengkonsumsi tablet Fe padahal dari Puskesmas ada diberikan tablet Fe, hasil wawancara yang peneliti dapatkan diketahui bahwa ibu hamil tersebut kurang suka makan ikan dan mengkonsumsi sayuran hijau seperti bayam yang merupakan sayuran yang mengandung tinggi zat besi, sehingga banyak ibu hamil yang mengalami anemia. Selain itu juga sebagian besar ibu hamil adalah multigravida dengan jarak kehamilan yang dekat sehingga berisiko mengalami anemia.

Upaya mengatasi anemia pada ibu hamil secara farmakologis adalah pemberian suplemen tambah darah, sedangkan secara non farmakologis adalah dengan pemberian jambu biji, rumput laut, buah bit dan kurma. Kurma merupakan buah yang mengandung sumber zat besi sehingga baik digunakan dalam terapi mengatasi anemia. Mengkonsumsi kurma secara rutin akan membantu menjaga tubuh gangguan kesehatan. Kurma yang kaya akan zat besi dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Selain zat besi kandungan protein, karbohidrat, dan lemak pada kurma dapat membantu proses sintesis hemoglobin (Pujiastuti, 2018).

Pemberian sari kurma sebanyak 1 sendok makan 2 kali sehari selama 6 hari dapat meningkatkan kadar haemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia, karena buah kurma mengandung zat besi yang tinggi. Komposisi dari sari kurma mengandung sari kurma, glukosa, fruktosa, lemak total 0 gram, lemak jenuh 0 gram, protein 1 gram, karbohidrat total 150 gram, gula 78 gram dan garam (natrium) 30 mg (Jannah, 2018).

Mengkonsumsi kurma secara rutin akan membantu menjaga tubuh gangguan kesehatan. Kurma yang kaya akan zat besi dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Selain zat besi kandungan protein, karbohidrat, dan lemak pada kurma dapat membantu proses sintesis hemoglobin. Karbohidrat dipecah menjadi monosakarida kemudian menjadi glukosa. Glukosa sebagai bahan bakar utama metabolisme akan mengalami glikolisis (pemecahan) menjadi 2 piruvat dan menghasilkan energi berupa ATP dan masing-masing dari piruvat tersebut dioksidasi menjadi suksinil CoA. Lemak berantai panjang diubah menjadi asilkarnitin dan menembus mitokondria yang selanjutnya dioksidasi menjadi suksinil CoA (Pujiastuti, 2018).

Penelitian Sugita (2018), tentang Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. Pada kelompok intervensi nilai rata-rata kadar

hemoglobin sebelum intervensi sebesar 10,79 dan sesudah intervensi meningkat menjadi 11,93 dengan nilai beda kenaikan sebesar 1,140, sedangkan pada kelompok kontrol nilai rata-rata kadar hemoglobin sebelum pengamatan sebesar 10,5 dan sesudah pengamatan meningkat menjadi 11,89 dengan nilai beda kenaikan sebesar 1,39, sehingga ada pengaruh konsumsi kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin dengan p value 0,002.

Penelitian Widowati (2019), tentang pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil nilai rata-rata kadar hemoglobin sebelum intervensi sebesar 9,622 dan sesudah intervensi meningkat menjadi 10,66 dengan nilai beda kenaikan sebesar 1,04, sehingga ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin dengan p value 0,004.

Hal ini juga di dukung oleh penelitian Jannah (2018), tentang pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil pada kelompok pemberian sari kurma nilai rata-rata kenaikan kadar hemoglobin setelah intervensi hanya -0,14 dengan p value 0,55 yang artinya pemberian jus kurma tidak dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil, sedangkan pada kelompok pemberian sari kacang hijau nilai rata-rata kadar hemoglobin setelah intervensi sebesar 2,43 sehingga sari kacang hijau dapat meningkatkan kadar hemoglobin dengan p value 0,021.

## PENUTUP

### *Kesimpulan*

Sebelum pemberian sari kurma sebagian besar mengalami anemia sedang sebanyak 5 responden (50%). Sedangkan Sesudah diberikan sari kurma sebagian besar berubah menjadi tidak mengalami anemia sebanyak 5 orang (50%).

Sebelum pemberian sari kurma rata-rata kadar hemoglobin sebesar 9.60 gr%, sedangkan setelah pemberian sari kurma sebesar 11.00 gr% dengan peningkatan kadar hemoglobin sebesar 1.4 gr%, hal ini berarti terdapat peningkatan kadar hemoglobin setelah pemberian sari kurma dengan p value 0,001, sehingga ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap kadar hemoglobin.

### *Saran*

Ibu hamil diharapkan dapat menjaga kesehatannya jangan sampai terjadi anemia, namun bila terjadi anemia ibu hamil dapat meningkatkan Hb dengan salah satu cara adalah mengkonsumsi sari kurma secara rutin.

## DAFTAR PUSTAKA

- Dinas Kesehatan Aceh Selatan. 2021. *Jumlah Ibu Hamil dan Anemia*. Kabupaten Aceh Selatan
- Jannah. 2018. *Pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil*. E-jurnal.delihusada. Vol.3 No. 2
- Pratiwi. 2019. *Patologi Kehamilan. Memahami Berbagai Penyakit Dan Komplikasi Kehamilan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Puskesmas Kluet Utara. 2022. *Jumlah Ibu Hamil dan Ibu Hamil dengan Anemia*. Kabupaten Aceh Selatan
- Riskesdas. 2018. *Anemia Pada Ibu Hamil*. www.depkes.co.id (Dikutip pada tanggal 2 Maret 2022)
- Sarwono, Prawirohardjo. 2016. *Ilmu Kebidanan*. Edisi 4. Jakarta. PT. Bina Pustaka.
- Setiowati. 2019. *Pengaruh Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Ibu Hamil Trimester III*. Jurnal Darul Azhar. Volume 6 (1):85-91
- Sugita. 2020. *Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III*. Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional. Volume 5 (1):60-66



# JURNAL PENELITIAN PROGRESSIF

VOL 2 NO 1 | FEBRUARI 2023 | DOI: 10.5281/zenodo.7673091 | E-ISSN: 2963-4369

Widowati, Retno, dkk. 2019. *Pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil*. Jurnal Al Azhar Indonesia. Vol. 5 No. 2