



PENGARUH PEMBERIAN SARI KURMA TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN IBU HAMIL ANEMIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TARUTUNG

EFFECT OF GIVING DATE PALM JUICE ON HEMOGLOBIN LEVELS OF ANEMIC PREGNANT WOMEN IN THE WORKING AREA OF TARUTUNG PUBLIC HEALTH CENTER

Febby Herayono^{1*}, Aprima Yona Amir², Silvie Permata Sari³, Fafelia Rozyka⁴

STIKes Syedza Saintika Padang

Email : herayonofebby@gmail.com, (085263293436)

ABSTRAK

Anemia pada ibu hamil membawa akibat dan komplikasi yang berisiko tinggi untuk terjadinya keguguran, inersia uteri, perdarahan, BBLR, retensio plasenta, atonia uteri. Salah satu faktor penyebab anemia gizi karena kurangnya asupan zat besi. Selain tablet Fe ibu hamil juga dianjurkan mengkonsumsi makanan yang kaya akan zat besi, salah satu makanan yang dapat dikonsumsi ibu hamil dalam meningkatkan kadar hemoglobin yaitu sari kurma. Tujuan dalam penelitian ini untuk melihat Pengaruh pemberian sari kurma terhadap kadar Hemoglobin ibu hamil anemia. Penelitian kuantitatif *quasi eksperimental*, dengan rancangan *pretest* dan *posttest two control group design* Dalam penelitian ini ibu hamil diukur kadar Hbnya, kemudian diberi sari kurma dan Fe serta Fe saja untuk dikonsumsi selama 10 hari berturut-turut dan pada hari ke-11, diukur lagi kadar Hbnya. Populasi penelitian ini adalah sebanyak 36 orang. Sampel dengan teknik *sampling total sampling* yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 18 responden yang mengkonsumsi tablet Fe + sari kurma dan 18 responden yang mengkonsumsi tablet Fe. Uji statistik yang digunakan *T-Test*. Hasil penelitian menunjukkan Rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum konsumsi tablet Fe dan sari Kurma adalah 10.356 g/dl dan setelah 11.567 g/dl, sebelum konsumsi tablet Fe adalah 10.339 g/dL dan setelah 11.233 g/dl. Uji statistic didapatkan hasil 0.000 maka dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian Tablet Fe dan sari kurma terhadap kadar Hemoglobin ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Tarutung Kabupaten Kerinci Tahun 2022. Maka dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian Tablet Fe dan sari kurma terhadap kadar Hemoglobin ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Tarutung Kabupaten Kerinci Tahun 2022. Diharapkan dapat memberikan masukan pada pelayanan kesehatan terutama di Puskesmas, bahwa sari kurma atau phoenix dactylifera dapat dijadikan salah satu alternative prosedur dalam asuhan kebidanan pada ibu hamil untuk meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah anemia.

Kata Kunci: Sari Kurma, Kadar Hb

ABSTRACT

Anemia in pregnant women brings consequences and complications that are at high risk for miscarriage, uterine inertia, bleeding, low birth weight, retained placenta, uterine atony. One of the factors causing nutritional anemia due to lack of iron intake. In addition to Fe tablets, pregnant women are also recommended to consume foods rich in iron, one of the foods that can be consumed by pregnant women to increase hemoglobin levels is date palm juice. The purpose of this study was to see the effect of giving date palm juice on hemoglobin levels of anemic pregnant women. Quasi-experimental quantitative research design, with a pretest and posttest two control group design. In this study pregnant women were measured Hb levels, then given date juice and Fe and Fe only to be consumed for 10 consecutive days and on the 11th day, Hb levels were measured again. The population of this study were 36 people. The sample using the total sampling technique. Statistical test used T-Test. The results showed that the average hemoglobin level of pregnant women before consuming Fe tablets and dates juice was 10.356 g/dl and after 11,567 g/dl, before consuming Fe tablets was 10.339 g/dL and after 11.233 g/dl. The statistical test obtained results of

0.000, so it can be concluded that there is an effect of giving Fe tablets and date juice on the hemoglobin level of anemic pregnant women in the working area of the Tarutung Public Health Center, Kerinci Regency in 2022. So it can be concluded that there is an effect of giving Fe tablets and date juice on the hemoglobin level of anemic pregnant women in the working area of the Tarutung Public Health Center, Kerinci Regency in 2022. It is hoped that it can provide input on health services, especially in Puskesmas, that date palm juice or phoenix dactylifera can be used as an alternative procedure in midwifery care for pregnant women to increase hemoglobin levels and prevent anemia.

Keywords: Date Palm Juice, Hemoglobin Levels

PENDAHULUAN

Keberhasilan program kesehatan ibu dapat dinilai melalui indikator utama Angka Kematian Ibu (AKI). Kematian ibu dalam indikator ini didefinisikan sebagai semua kematian selama periode kehamilan, persalinan, dan nifas yang disebabkan oleh kehamilan, persalinan, dan nifas atau pengelolaannya tetapi bukan karena sebab lain seperti kecelakaan atau insidental. Angka Kematian Ibu (AKI) adalah semua kematian dalam ruang lingkup tersebut di setiap 100.000 kelahiran hidup (Kemenkes, 2020).

Jumlah kematian ibu yang dihimpun dari pencatatan program kesehatan keluarga di Kementerian Kesehatan pada tahun 2020 menunjukkan 4.627 kematian di Indonesia. Jumlah ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 2019 sebesar 4.221 kematian. Berdasarkan penyebab, sebagian besar kematian ibu pada tahun 2020 disebabkan oleh perdarahan sebanyak 1.330 kasus, hipertensi dalam kehamilan sebanyak 1.110 kasus, dan gangguan sistem peredaran darah sebanyak 230 kasus (Kemenkes, 2021).

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu hamil dengan kadar hemoglobin di bawah 11 gr% pada trimester I dan III atau <10,5 gr% pada trimester II. Di Afrika dan Asia, anemia diperkirakan berkontribusi lebih dari 115 000 kematian ibu dan 591 000 kematian perinatal secara global per tahun (Kemenkes, 2016). Menurut *World Health Organization* (WHO), 40% kematian di negara berkembang berkaitan dengan anemia dalam kehamilan. Kebanyakan anemia dalam kehamilan disebabkan oleh defisiensi besi dan perdarahan akut, bahkan tidak jarang keduanya saling berinteraksi. Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat terbesar didunia terutama bagi WUS (Kemenkes, 2019).

Masalah yang di hadapi oleh pemerintah Indonesia adalah masih tingginya

prevalensi anemia ibu hamil, berdasarkan data yang diperoleh dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesmas) pada tahun 2013 cakupan penderita anemia pada ibu hamil sebanyak 37.1% dan pada tahun 2018 terjadi peningkatan yang signifikan yaitu 48.9%, peningkatan ini banyak terjadi pada ibu hamil yang berusia 15-24 tahun dengan angka kejadian anemia sebanyak 84.6%, 25-34 tahun sebanyak 33.7%, umur 35-44 tahun sebanyak 33.6% dan usia 45-54 tahun sebanyak 24% (Riskesmas, 2018).

. Menurut studi kasus yang dilakukan oleh Amiruddin dan Wahyuddin tahun 2004, tingginya angka kematian ibu berkaitan erat dengan anemia. Anemia juga menyebabkan rendahnya kemampuan jasmani karena sel-sel tubuh tidak cukup mendapat pasokan oksigen. Pada wanita hamil, anemia meningkatkan frekuensi komplikasi pada kehamilan dan persalinan. Risiko kematian maternal, angka prematuritas, berat badan bayi lahir rendah, dan angka kematian perinatal meningkat. Di samping itu, perdarahan antepartum dan postpartum lebih sering di jumpai pada wanita yang anemis dan lebih sering berakibat fatal, sebab wanita yang anemis tidak dapat mentolerir kehilangan darah (Amiruddin, 2014).

Salah satu faktor penyebab anemia gizi karena kurangnya asupan zat besi pada makanan yang dikonsumsi setiap hari yang ditandai dengan kadar hemoglobin (Hb) di bawah normal. Pemberian tablet tambah darah sebagai salah satu upaya penting dalam pencegahan dan penanggulangan anemia yang merupakan cara yang efektif karena dapat mencegah dan menanggulangi anemia akibat kekurangan zat besi dan atau asam folat. Pemberian tablet Fe ibu hamil diberikan setiap hari selama masa kehamilannya atau minimal 90 (sembilan puluh) tablet (Kemenkes, 2018).

Selain tablet fe ibu hamil juga dianjurkan mengkonsumsi makanan yang kaya

akan zat besi, salah satu makanan yang dapat dikonsumsi ibu hamil dalam meningkatkan kadar hemoglobin yaitu sari kurma. Sari kurma merupakan makanan yang mengandung energi tinggi dengan komposisi ideal, didalamnya memiliki kandungan karbohidrat, triptofan, omega3, vitamin C, vitamin B6, Ca²⁺, Zn, dan Mg. Sari buah kurma mengandung serat yang sangat tinggi, selain itu juga mengandung kalium, mangan, fosfor, besi, belerang, kalsium juga magnesium yang sangat baik untuk dikonsumsi. Sari buah kurma merupakan kurma yang dihaluskan dan diambil sarinya, berbentuk cair, kental, berwarna hitam dan terasa manis serta mengandung zat gizi yang lengkap seperti buah kurma. Dengan kandungan yang lengkap, diharapkan sari kurma dapat meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil (Proverawati, 2018).

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif *quasi eksperimental design*, dengan rancangan yang digunakan adalah *pretest* dan *posttest two control group design*. Design ini observasi dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum eksperimen (01) disebut pre test dan sesudah eksperimen (02) disebut post-test. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Tarutung Kabupaten Kerinci. Penentuan lokasi penelitian didasarkan atas pertimbangan bahwa berdasarkan data yang didapat angka anemia pada ibu hamil di Puskesmas Tarutung Kabupaten Kerinci masih tinggi. Penelitian ini dilakukan dari bulan Januari-September 2022 dimana proses pengumpulan data dilakukan pada bulan Agustus 2022.

Populasi penelitian ini adalah ibu hamil yang anemia yang terdata di wilayah kerja Puskesmas Tarutung Kabupaten Kerinci pada bulan Mei sampai dengan bulan Juli 2022 yang menderita anemia yaitu

Kurma merupakan salah satu sari yang mengandung zat besi (Fe) yang cukup mencukupi kebutuhan zat besi, vitamin C, vitamin B kompleks dan asam folat yang dapat membantu pembentukan sel darah merah, zat besi merupakan bagian dari molekul hemoglobin, dengan berkurangnya zat besi maka sintesis hemoglobin akan menurun dan menyebabkan kadar hemoglobin menurun (Arum Sari, Eti Poncorini Pamungkasari & Yulia Lanti Retno Dewi 2018).

Berdasarkan data yang diperoleh pada survei awal dari Puskesmas Tarutung didapat ibu hamil yang mengalami anemia tahun 2021 sebanyak 26 (42,6%) dari 61 ibu hamil anemia. Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh pemberian sari kurma terhadap kadar Hemoglobin pada ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Tarutung sebanyak 36 orang. Sampel penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik *sampling total sampling* dimana sampel dibagi menjadi 2 kelompok yaitu 18 responden yang mengkonsumsi sari kurma dan 18 responden yang tidak mengkonsumsi sari kurma.

Pada penelitian ini terdiri dari 18 responden yang diberikan sari kurma dengan jenis Kurma Ajwa dengan merek dagang Nahlah sedangkan 18 responden lainnya tidak diberikan. Sebelum diberikan intervensi responden dilakukan pengecekan Hb terlebih dahulu kemudian diberikan sari kurma dengan merek dagang Mahlah sebanyak 1000 gr untuk dikonsumsi selama 10 hari berturut-turut dengan distribusi setiap hari pada pagi hari, responden harus mengkonsumsi 100 gram sari kurma yang dapat diukur dengan menggunakan gelas takar dan pada hari ke-11, diukur lagi kadar Hbnya. Setelah 11 hari kemudian dilakukan pengecekan kadar Hb menggunakan alat Easy Touch.

HASIL

Tabel 1

Distribusi Rata-Rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Sebelum Intervensi Konsumsi Sari Kurma Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarutung

Kadar Hb Valid Sebelum	N	Mean	Standar deviasi	Minimal	Maksimal
	36	10.356	.4527	9.4	10.9

Tabel 2

Distribusi Rata-Rata Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Setelah Intervensi Sari Kurma Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarutung

n=36

Kadar Hb Valid Setelah	N	Mean	Standar deviasi	Minimal	Maksimal
	36	11.567	.5325	10.8	12.9

Berdasarkan tabel diatas kadar hemoglobin setelah konsumsi tablet Fe dan sari Kurma paling rendah yaitu 10.8 g/dl dan tertinggi 12.9 g/dl. Nilai

rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum konsumsi tablet Fe dan sari Kurma adalah 11.567 g/dl.

Tabel 3

Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarutung

Kelompok	N	SD	Mean Difference	<i>p-value</i>
<i>Pretest</i>	36	0.5969	1.2111	0.000
<i>Posttes</i>	36			

Berdasarkan Tabel diatas hasil uji statistik, kadar hemoglobin pre-post diperoleh p value $(0,000) < 0,05$ artinya bahwa Pengaruh pemberian sari kurma dan Tablet Fe terhadap kadar Hemoglobin ibu hamil anemia di

wilayah kerja Puskesmas Tarutung Kabupaten Kerinci Tahun 2022. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata kadar hemoglobin yaitu 1.2111 g/dL.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil uji statistik, kadar hemoglobin pre-post diperoleh p value $(0,000) < 0,05$ artinya bahwa Pengaruh pemberian sari kurma dan Tablet Fe terhadap kadar Hemoglobin ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Tarutung Kabupaten Kerinci Tahun 2022. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata kadar hemoglobin yaitu 1.2111 g/dL.

Penelitian ini menunjukkan pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil, dimana hal ini menunjukkan bahwa dengan mengkonsumsi sari kurma beserta tablet fe secara rutin semakin meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil. Sari kurma adalah salah satu jenis minuman khusus yang berfungsi untuk pengobatan dan merawat kesehatan tubuh yang mengandung zat besi berfungsi meningkatkan kadar hemoglobin dalam tubuh khususnya yang diperlukan ibu hamil. Ibu hamil yang mengalami keluhan dan ketidaknyamanan akibat dari efek samping tablet tambah darah dianjurkan dengan konsumsi sari kurma.

Penelitian Retno Widowati (2019) menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata kadar hemoglobin. Rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan sari kurma sebesar 9,6 gr% sedangkan sesudah diberi sari kurma meningkat menjadi 10,6 gr%. Rata-rata peningkatan kadar hemoglobin responden sesudah konsumsi sari kurma selama 10 hari sebesar 1,0 gr% sama dengan ketika mengkonsumsi tablet Fe selama 1 bulan. Kadar hemoglobin dapat meningkat 1 gr% selama 1 bulan jika ibu hamil mengkonsumsi tablet Fe secara rutin setiap hari. Kusumawati (2016) menunjukkan bahwa rata-rata peningkatan kadar hemoglobin sebelum dan setelah

diberi sari kurma selama 7 hari pada ibu nifas sebesar 1,2 gr%

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Anggi (2021) Rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan sari kurma pada kelompok intervensi adalah sebesar 10.000 gr% dan pada kelompok control sebesar 10,127 gr%. Rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan sari kurma pada kelompok intervensi sebanyak 11,564 gr% dan pada kelompok control sebesar 10,864 gr%. Terdapat pengaruh pemberian sari kurma dalam peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia ringan yang ditunjukkan setelah melakukan uji independent sample ahasant-test didapatkan hasil nilai Sig. (2-tailed) $0,000 < 0,05$, maka terbukti ada pengaruh.

Sejalan dengan penelitian Widowati, R, (2019), tentang Pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil, diketahui p value sebesar $0,004 < 0,005$ artinya adapengaruh yang bermakna terhadap peningkatan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan minuman sari kurma pada ibu hamil trimester II dengan anemia.

Berbeda dengan penelitian Jannah M dalam Placentum jurnal Ilmiah Kesehatan (2018), tentang Peningkatan kadar Hb ibu hamil dengan jus kurma dan sari kacang hijau di kota pekalongan. Pada uji signifikansi paired T-tes terhadap kelompok intervensi jus kurma didapatkan bahwa nilai signifikansi (p) yaitu 0.555 menggunakan ketentuan bahwa derajat kesalahan (α) adalah 5% atau 0.05, Ha diterima jika p value $< \alpha$. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh p value $0,555 > 0,05$, yang artinya tidak ada kenaikan kadar Hb pada ibu hamil setelah mengkonsumsi jus kurma, sedangkan pada kelompok sari kacang hijau p value $0,021 < 0,05$, artinya

ada kenaikan kadar Hb setelah mengkonsumsi sari kacang hijau.

Pada gestasi biasa dengan satu janin, kebutuhan ibu akan besi yang dipicu oleh kehamilannya. Penyebab tersering anemia selama kehamilan yaitu defisiensi besi dan kehilangan darah akut. Tidak jarang keduanya saling berkaitan erat, karena pengeluaran darah yang berlebihan disertai hilangnya besi hemoglobin dan terkurasnya simpanan besi pada suatu kehamilan dapat menjadi penyebab penting anemia defisiensi besi pada kehamilan berikutnya. Status gizi yang kurang sering berkaitan dengan anemia defisiensi besi.

Menurut asumsi peneliti Sari kurma banyak mengandung senyawa yang baik bagi tubuh, salah satunya kandungan zat besi yang dapat mencegah terjadinya anemia, diketahui bahwa kebutuhan zat besi pada ibu hamil dua kali lipat dari pada kebutuhan zat besi pada ibu yang tidak hamil. Jadi salah satu cara agar kebutuhan zat besi ibu hamil terpenuhi dapat dengan mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi seperti daging, ikan, telur, sayur-sayuran hijau seperti bayam, buah-buahan seperti kurma dan vitamin C yang dapat memperkuat absorbs zat besi dalam tubuh.

KESIMPULAN DAN SARAN

Ada Pengaruh pemberian Tablet Fe terhadap kadar Hemoglobin ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Tarutung Kabupaten Kerinci Tahun 2022 dengan p value (0,000). Diharapkan dapat memberikan masukan pada pelayanan kesehatan terutama di Puskesmas, bahwa sari kurma atau phoenix dactylifera dapat dijadikan salah satu alternative prosedur dalam asuhan kebidanan pada ibu hamil untuk meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah anemia.

DAFTAR PUSTAKA

- Afnita, 2018. *Deterninan Kesehatan Ibu dan Anak*. Penerbit Nuha Medika Yogyakarta
- Andriani, 2012. *Anemia pada ibu hamil*. Penerbit Tran Info Media Jakarta
- Asmuji, Diyan 2014. *Keperawatan Maternitas*. Penerbit Ar-ruzz Media Yogyakarta
- Atikah, 2011. *Anemia dan anemia kehamilan*. Penerbit Medikal Book : Yogyakarta
- Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2019. *Data Anemia Pada Ibu hamil*
- Hartanti, 2019. *Media Pendidikan Kesehatan*. Agung Seto Bandung
- Hidayat, aziz 2012. *Metode Penelitian Kebidanan Dan Teknik Analisis Data*. Penerbit Salemba Medika.Jakarta
- Kemenkes RI, 2015. Profil kesehatan Indonesia _____, 2019. *Panduan Pemberian Tablet Fe Pada Ibu hamil*
- Manuaba, 2016. *Ilmu Kandungan.nuha medika*. Penerbit Nuha Medika Jakarta
- Nova Yulita, 2020. *Efektifitas Sari Kurma Dalam Peningkatan Hb Ibu Hamil Di Kota Pekanbaru*. Sarjana Kebidanan/FakultasKedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Abdurrah, Jalan Riau
- Notoatmodjo, Soekidjo 2016. *Promosi Kesehatan dan Ilmi Perilaku Kesehatan*. Penerbit PT Rineka Cipta. Jakarta
- _____, 2014. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Penerbit PT Rineka Cipta. Jakarta
- Padila, 2016. *Keperawatan Maternitas*. Penerbit Nuha Medika Jakarta
- Pujiastuti, 2016. *Patologi Kebidanan*. Nuha Medika Yogyakarta
- Retno Widowati, 2019. *Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil*. Jurnal AL-AZHAR INDONESIA SERI SAINS DAN TEKNOLOGI, Vol. 5, No. 2, September 2019
- Riskesdas, 2018. *Riset Kesehatan Dasar Indonesia*. Kemenkes RI
- Susilawati, Lilik 2013. *Asuhan Kebidanan I*. Penerbit Trans Info Media Jakarta



- Tarwoto, 2015. *Anemia pada ibu hamil*. Penerbit Tran Info Media Jakarta
- Wawan dan Dewi, 2010. *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Penerbit Nuha Medika Yogyakarta
- Sugiyono, 2016. *Metode penelitian kuantitatif dan kualitatif dan R & D*. penerbit Alfabeta Bandung