



PENGARUH PEMBERIAN SARI KURMA TERHADAP PENINGKATAN KADAR HAEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL

Veolina Irman^{1*}, Ratna Indah Sari Dewi²

Prodi S-1 Keperawatan, Universitas Syedza Saintika

E-mail : veolina123@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Anemia sebagian besar terjadi pada ibu hamil dengan kadar hemoglobin kurang dari 11 gr%. Prevalensi kejadian anemia pada ibu hamil di Kota Padang adalah 43,5%. Laporan di wilayah Puskesmas Lubuk Buaya pada tahun 2024 didapatkan ibu hamil dengan anemia masih banyak ditemukan, pada bulan Januari sampai Desember 2023 mencapai 128 ibu hamil dengan anemia. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang. Dengan metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *quasy experiment* dengan rancangan *pretest and posttest whitout control group design*. Sampel yang digunakan adalah ibu hamil di Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang sebanyak 30 responden. Uji statistik yang digunakan yaitu uji *Chi Square*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan hasil *p-value* $0.0005 < 0.05$. Jadi terdapat perbedaan kejadian anemia pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol sebelum dan sesudah mengkonsumsi sari kurma. Diharapkan masyarakat dapat mengkonsumsi sari kurma dan mempertimbangkan sebagai terapi komplementer dalam meningkatkan kadar hemoglobin. Kata kunci : Anemia, Ibu Hamil, Sari Kurma, Kadar Hemoglobin

ABSTRACT

Introduction : Anemia mostly occurs in pregnant women with hemoglobin levels of less than 11 gr%. The prevalence of anemia among pregnant women in Central Jawa is 45,5%. Reports in the Lubuk Buaya Health Center area in 2024 found that there were still many pregnant women with anemia, from January to December 2023 there were 128 pregnant women with anemia. This research was conducted at the Lubuk Buaya Health Center in Padang City. The methode of this research is a quantitative method, a quasy experiment design use a pretest and posttest whitout control group. The sample was 30 pregnant women at the Lubuk Buaya Health Center in Padang. The statistical test used is the Chi Square tes. The results of this study indicate that there is an effect of giving date juice on increasing hemoglobin levels in pregnant women with a p-value of $0.0005 < 0.05$. So there are differences in the incidence of anemia in the intervention group and the control group before anda after consuming date juice. It is hoped that people can consume date palm juice and consider it as a complementary therapy in increasing hemoglobin levels. Keywords : Anemia, Pregnant women, Date Juice, Hemoglobin Levels



PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu indikator penyebab AKI terbesar di Indonesia. Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan risiko kelahiran premature, kematian ibu dan anak, serta penyakit infeksi. Anemia defisiensi besi pada ibu dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin/bayi saat kehamilan maupun setelahnya. Hasil Riskesdas 2018 menyatakan bahwa di Indonesia sebesar 48,9% ibu hamil mengalami anemia. Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun (Profil Kesehatan Indonesi,2021).

Penyebab kejadian anemia salah satunya disebabkan karena adanya peningkatan kebutuhan zat besi pada ibu hamil yang diakibatkan adanya perubahan fisiologi dan perubahan metabolisme pada ibu hamil, gangguan penyerapan, inadequate intake (kebutuhan zat besi, kebutuhan vitamin B12, dan kondisi defisiensi asam folat), *thalassemia* dan *sickle cell disease*, infeksi (malaria dan kecacingan), riwayat paritas, kondisi sosial, kondisi perekonomian, budaya serta riwayat pendidikan yang

dimiliki oleh ibu hamil (Hidayah,2012).

Menurut WHO pada tahun 2019 prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 41,9%. Di Indonesia pada tahun 2018 prevalensi anemia pada usia 15-24 tahun sebesar 84,6 %, pada usia 25-34 sebesar 33,7% pada usia 35-44 sebesar 33,6%. Di Padang pada tahun 2024, terdapat 2.534 ibu hamil yang terkena anemia. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat tahun 2021 prevalensi anemia pada ibu hamil di Sumbar adalah 43,5%. Sedangkan cakupan pemberian tablet Fe di Sumbar pada tahun 2021 adalah 90,44% (Profil Dinas Kesehatan Provinsi Sumbar, 2021). Pada tahun 2020 cakupan pemberian tablet Fe di Kota Padang adalah 92,48%. Hal ini mengalami penurunan sebanyak 2,04% dibandingkan dengan tahun 2020.

Salah satu strategi yang dilaksanakan saat ini adalah dengan membangun kesehatan gizi masyarakat sebagai salah satu unsur pembangunan kesehatan masyarakat yang optimal. Agar tujuan tersebut dapat tercapai haruslah terwujud usaha untuk menurunkan prevalensi



tersebut salah satunya adalah dengan menjalankan satu program dari empat masalah gizi utama yaitu mencegah Anemia Gizi Besi (AGB) (Sinaga,2013). Pemerintah juga turut berkontribusi dengan memberikan bantuan 90 tablet Fe bagi ibu hamil selama kehamilan, akan tetapi angka kejadian anemia di Indonesia masih tinggi. Beberapa efek samping yang dikeluhkan oleh ibu hamil saat mengkonsumsi tablet Fe menyebabkan mual muntah (60,3%), kontipasi (31,0%), pusing (17,2%), diare (10,3%), dan sakit perut (1,7%) (Irviana Anggita Baharini dkk,2018). Salah satu alternatif yang dapat dilakukan untuk mencegah kejadian anemia adalah dengan memberikan makanan ataupun sari buah dengan kandungan nutrisi tinggi dan mengandung zat besi yang diperlukan bagi tubuh. Beberapa jenis makanan yang dapat mencegah kejadian anemia antara lain : jambu biji merah, madu, kurma, jeruk, dan buah bit.

Sari kurma adalah produk olahan yang bersumber dari kurma dengan kandungan zat besi sebanyak 1,5 mg tiap buah (Siti Azizah, Azi 2020). Sari kurma yang banyak akan kandungan zat besi bila dikonsumsi dengan rutin

dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah.

Selain itu, sari kurma banyak kandungan zat yang bermanfaat bagi tubuh seperti serat, sodium, niasin, protein, biotin, asam folat, kalsium, glukosa, vitamin, dan potassium. Kandungan nutrisi terbanyak dalam kurma adalah gula pereduksi glukosa, fruktosa dan sukrosa, dengan komposisi sekitar 70%. Satu buah kurma memiliki asupan kalori sebanyak 23 kalori, kandungan total protein dalam daging kurma adalah 1,4-1,7gr/100gr, kandungan antioksidan dalam buah kurma diantaranya kandungan fenolik yang kadarnya 239,5 mg/100gr, karotenoid yang mencapai 973 mg tiap 10gr, flavonoid, dan juga tannin (Nurul Utami dkk,2017).

Menurut penelitian (Irmawati. S, Rosdiana,2020) didapati ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada masa kehamilan. Hal ini dikarenakan sari kurma merupakan hasil olahan buah kurma dengan kandungan mengandung nutrisi terbaik. Kandungan gula dalam sari buah kurma terbukti mudah diserap tubuh. Kandungan

gula yang ada pada sari buah kurma juga berbeda dengan kandungan gula yang ada dalam makanan lainnya (M.A.Rahayu et al.,2016).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti dengan wawancara kepada bidan di wilayah Puskesmas Lubuk Buaya Kota Padang mengatakan bahwa jumlah ibu hamil dengan anemia masih banyak ditemukan. Pada bulan Januari sampai dengan Desember 2024 mencapai 128 sebagian besar mengalami anemia ringan dan sedang.

METODE

Desain penelitian yang digunakan yaitu *pretest-posttest with group design* dengan pendekatan eksperimen semu (*Quasi Eksperimen*). Tempat penelitian di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya, Kota Padang. Proses pengambilan data dimulai dari bulan April 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya, Kota Padang. Sampel ini dipilih dari populasi terjangkau dengan cara *purposive sampling*,dimana Teknik

pengambilan data dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2014).

Peneliti mengambil sampel dengan melakukan skrining anemia dan wawancara dengan responden kemudian dimasukkan ke kriteria inklusi dan eksklusi. Untuk menentukan responden menjadi kelompok intervensi dan kelompok kontrol menggunakan teknik pengambilan sampel acak sederhana (*simple random sampling*). Dengan menggunakan teknik sampling maka jumlah sampel di dapatkan sebanyak 30 responden.

Variabel bebas dari penelitian ini adalah pemberian sari kurma. Variabel dependen dalam penelitian ini adalah kadar hemoglobin ibu hamil. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi, alat ukur *easytouch* GCHB, alat untuk kontrol responden dalam mengkonsumsi sari kurma peneliti akan memantau dengan WhatsApp group dan mendatangi rumah responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Karakteristik Responden

Tabel 1. Hasil Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Usia Responden

Keterangan	Usia
Mean	26
Median	26
Standar Deviasi	4
Maximum	31
Minimum	18

Dari tabel 1 diatas dapat diketahui bahwa hasil karakteristik usia ibu hamil yaitu pada nilai mean 26 tahun, nilai median 26 tahun, dengan standar deviasi 4 tahun, nilai maximum 31 tahun, nilai minimum 18 tahun.

Tabel 2. Hasil Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pendidikan dan Pekerjaan Responden

Variabel	F	%
Pendidikan		
SD	5	16.7
SMP	8	26.7
SMA	14	46.7
Perguruan Tinggi	3	10.0
Pekerjaan		
Bekerja	20	66.7
Tidak Bekerja	10	33.3

Dari tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi pada karakteristik responden berdasarkan pendidikan yaitu mayoritas responden pendidikan

terakhirnya SMA sebanyak 14 responden (46.7%). Data distribusi frekuensi karakteristik pada responden berdasarkan pekerjaan yaitu mayoritas responden bekerja sebanyak 20 responden (66.7%).

Tabel 3. Hasil Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Status Gravida

Keterangan	Usia
Mean	2
Median	2
Standar Deviasi	1
Maximum	4
Minimum	1

Dari tabel 3 diatas dapat diketahui bahwa hasil karakteristik status gravida ibu hamil yaitu pada nilai mean kehamilan ke 2, nilai median kehamilan ke 2, dengan standar deviasi kehamilan ke 1, nilai maximum kehamilan ke 4 tahun, nilai minimum kehamilan ke 1.

B. Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Sebelum Mengonsumsi Sari Kurma

Kejadian Anemia	Kelompok Intervensi (Sesudah)		Kelompok Kontrol (Sesudah)	
	F	%	F	%
Anemia	15	100	12	80
Tidak Anemia	0	0	3	20

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil pada kelompok intervensi mengalami anemia ringan dan anemia sedang sebanyak 15 responden (100%) dan ibu hamil yang tidak anemia sebanyak 0 responden (0%). Pada kelompok kontrol sebagian besar ibu hamil mengalami anemia sebanyak 12 responden (80%) dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 3 responden (20%).

C. Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol Sesudah Mengonsumsi Sari Kurma

Kejadian Anemia	Kelompok Intervensi (Sesudah)		Kelompok Kontrol (Sesudah)	
	F	%	F	%
Anemia	2	13.3	10	66.7
Tidak Anemia	13	86.7	5	33.3

Hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa sebagian besar ibu hamil pada kelompok intervensi mengalami anemia ringan sebanyak 2 responden (13.3%) dan ibu hamil yang tidak anemia sebanyak 13 responden (86.7%). Pada kelompok kontrol sebagian besar ibu hamil mengalami anemia ringan sebanyak 10 responden (66.7%) dan yang tidak

mengalami anemia sebanyak 5 responden (33.3%).

D. Perbedaan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Kelompok Intervensi Sebelum dan Sesudah Mengonsumsi Sari Kurma

Kejadian Anemia	Sebelum Tidak Diberikan Sari Kurma	Sesudah Diberikan Sari Kurma		Odds Ratio (OR)	Uji Chi Square (P)
		F	%		
Anemia	15	1	6.7	6.5	0.005
Tidak Anemia	0	13	86.7		

Berdasarkan penelitian ibu hamil pada saat sebelum dilakukan intervensi kejadian anemia pada kategori anemia berjumlah 15 responden (100%) menurun menjadi 2 responden (13.3%) pada saat setelah dilakukan intervensi. Untuk kategori kejadian tidak anemia sebelum diberikan intervensi berjumlah 0 responden (0%) meningkat menjadi 13 responden (86.7%) pada saat setelah dilakukan intervensi.

Hasil uji statistik menggunakan uji *Chi Square* didapatkan hasil *p-value* $0.005 < 0.05$, yang artinya secara statistik ada perbedaan proporsi tingkat kejadian anemia ibu

hamil terhadap peningkatan kejadian anemia antara sebelum dan sesudah mengkonsumsi sari kurma. Dan dari hasil statistik diperoleh nilai odd ratio sebesar 6.5, yang artinya ibu hamil yang sudah diberi sari kurma tentang peningkatan kadar hemoglobin meningkat 6.5 kali sesudah mengkonsumsi sari kurma.

E. Perbedaan Kejadian Anemia Pada Ibu hamil Kelompok Kontrol Sebelum dan Sesudah Mengkonsumsi Sari Kurma

Kejadian Anemia	Sebelum Tidak Diberikan Sari Kurma	Sesudah Tidak Diberikan Sari Kurma	Odd Ratio (OR)	Uji Chi Square (P)
Anemia	12	8	0.67	0.197
Tidak Anemia	3	5	1.67	

Berdasarkan penelitian ibu hamil pada saat sebelum dilakukan kelompok kontrol kejadian anemia pada kategori anemia berjumlah 12 responden (80%) menurun menjadi 10 responden (66.7%) pada saat setelah tidak mengkonsumsi. Untuk kategori kejadian tidak anemia sebelum tidak mengkonsumsi berjumlah 3 responden (20%) meningkat menjadi 5 responden

(33.3%) pada saat setelah dilakukan intervensi.

Hasil uji statistik menggunakan uji *Chi Square* didapatkan hasil *p-value* $0.197 > 0.05$, yang artinya secara statistik tidak ada perubahan proporsi tingkat kejadian anemia ibu hamil terhadap peningkatan kadar hemoglobin antara kelompok kontrol sebelum dan sesudah tidak mengkonsumsi sari kurma. Dan dari hasil statistik diperoleh nilai odd ratio sebesar 1, yang artinya ibu hamil yang tidak mengkonsumsi sari kurma tentang peningkatan kejadian anemia

F. Perbedaan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Kelompok Kontrol dan Kelompok Intervensi Setelah Mengkonsumsi Sari Kurma

Perbedaan Kejadian Anemia	Anemia		Tidak Anemia		Odd Ratio (OR)	Uji Chi Square (P)
	F	%	F	%		
Kelompok Intervensi	2	13.3	13	86.7	6.5	0.005
Kelompok Kontrol	10	66.7	5	33.3	1	0.197

Berdasarkan penelitian menunjukkan ibu hamil yang tidak mengkonsumsi sari kurma mengalami anemia sebanyak 10 responden (66.7%) dan ibu hamil yang tidak mengalami anemia

sebanyak 13 responden (86.7%). Hasil uji *chi square* didapatkan *p-value* $0.0005 < 0.05$ artinya ada perbedaan proporsi terhadap kejadian anemia kelompok intervensi dan kelompok kontrol setelah mengkonsumsi sari kurma pada ibu hamil.

Dari hasil statistic diperoleh juga nilai odd ratio kelompok intervensi sebesar 6.5, yang artinya ibu hamil yang tidak mengalami anemia sudah mengkonsumsi sari kurma meningkat 6.5 kali dan nilai odd ratio kelompok kontrol sebesar 1, yang artinya ibu hamil yang anemia mengalami tidak mengkonsumsi sari kurma tidak meningkat 1 kali.

KESIMPULAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan mengenai pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Gambaran karakteristik responden berdasarkan usia yaitu pada nilai mean 26 tahun, nilai median 26 tahun, dengan standar

deviasi 4 tahun, nilai maximum 31 tahun, dan nilai minimum 18 tahun. Pendidikan pada ibu hamil mayoritas responden pendidikan terakhirnya SMA sebanyak 14 responden (46.7%), sedangkan untuk pekerjaan paling banyak pada ibu hamil yaitu bekerja sebanyak 20 responden (66.7%).

2. Setelah dilakukan intervensi dengan diberikan sari kurma didapatkan sebagian ibu hamil tidak mengalami anemia sebanyak 13 responden (13.3%) pada kelompok intervensi. Pada kelompok kontrol didapatkan sebanyak 10 responden (66.7%) mengalami anemia dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 5 responden (33.3%).
3. Ada pengaruh yang signifikan konsumsi sari kurma terhadap kejadian anemia pada ibu hamil



DAFTAR PUSTAKA

- Astriana, w. (2017). kejadian anemia pada ibu hamil ditinjau dari paritas dan usia. *aisyah: jurnal ilmu kesehatan*, 2(2), 217394.
- Harnetacia, y. (2020). efektivitas sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu nifas di wilayah upt puskesmas kereng bangkirai kota palangka raya. *jurnal skala kesehatan*, 11(2).
- Hidayah, m., Ikhtiar, m., & Nurlinda, a. (2018). pengaruh pemberian kurma ajwa (*phoenix dactilyfera* l) terhadap perubahan berat badan ibu hamil prehipertensi di rsia masyita dan puskesmas kassi-kassi makassar. *jurnal ilmiah kesehatan diagnosis*, 13(5), 537–541.
- Mariana, d., Wulandari, d., & Padila, p. (2018). hubungan pola makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas. *jurnal keperawatan silampari*, 1(2), 108–122.
- Purwaningtyas, m. l., & Prameswari, g. n. (2017b). faktor kejadian anemia pada ibuhamil. *higeia journal of public health research and development*, 1(3), 84–94.
- Rahmi, n., & Husna, a. (2020). analisis faktor anemia pada ibu hamil di wilayah kerja puskesmas baitussalam kabupaten aceh besar. *journal of healthcare technology and medicine*, 6(2), 1250–1264.
- Silalahi, b., & Hulu, d. h. (2019). tingkat pengetahuan ibu hamil tentang manfaat zatbesi (fe) pada kehamilan trimester dua di puskesmas alooa gunung sitolimedan. *jurnal ilmiah keperawatan imelda*, 5(1), 589–592.
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.
- Widowati, r., Kundaryanti, r., & Lestari, p. p. (2019). pengaruh pemberian sari kurmaterhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil. *jurnal al-azhar indonesia seri sains dan teknologi*, 5(2), 60–6