



PENGARUH PEMBERIAN KURMA TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DENGAN ANEMIA DI WILAYAH PUSKESMAS EROMOKO 1

Maya Oktapianingrum¹, Kamidah²

^{1,2}Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Surakarta

*Email: 202016023.students@aiska-university.ac.id

ABSTRAK

Pemerintah kabupaten Wonogiri sudah memberikan tablet tambah darah sebesar 93,2% namun upaya tersebut masih belum mengatasi anemia. Menurut WHO angka kematian ibu hamil berhubungan dengan anemia dan sebagian besar disebabkan oleh kekurangan zat besi. Seorang ibu hamil membutuhkan zat besi agar tidak terjadi anemia yang dapat menyebabkan abortus, persalinan prematur dan menghambat tumbuh kembang janin. Anemia pada ibu hamil terjadi ketika kadar hemoglobin <11,0 gr/dL. Hal tersebut dapat diatasi dengan kurma yang mampu meningkatkan kadar hemoglobin karena memiliki kandungan zat besi yang tinggi yaitu 1,02 sehingga ibu hamil terhindar dari anemia. Tujuan: untuk mengetahui pengaruh kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. Metode: desain penelitian yaitu pre eksperiment dengan pendekatan one grup pretest posttest dan jumlah responden sebanyak 24 responden. sampel yang digunakan yaitu total sampling dengan uji analisis paired simple t test. Hasil: sebelum diberikan kurma rata-rata hasil uji paired simple t test berdasarkan nilai kadar hemoglobin sebelum dan sesudah intervensi didapatkan nilai signifikan $0,001 < 0,05$ dengan nilai rata-rata peningkatan 0,988 gr/dl. Kesimpulan: Terdapat pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia.

Kata Kunci: Ibu Hamil, Anemia, Kurma

ABSTRACT

The Wonogiri District Government has provided 93.2% of the population with blood supplement tablets, but these efforts have not overcome anemia. According to the WHO, the mortality rate of pregnant women is related to anemia and is mostly caused by iron deficiency. A pregnant woman needs iron to prevent anemia, which can cause miscarriage, premature labour and stunt the growth and development of the foetus. Anemia in pregnant women occurs when the hemoglobin level is <11.0 gr/dL. This can be overcome with dates, which can increase hemoglobin levels due to their high iron content of 1.02, thus preventing anemia in pregnant women. Objective: To determine the effect of dates on increasing haemoglobin levels in pregnant women with anaemia. Method: The research design is a pre-experiment with a one group pre-test post-test approach and the number of respondents is 24 respondents. the sample

used is total sampling with paired simple t-test analysis test. Results: Before being given data, the average paired simple t test results based on the value of haemoglobin levels before and after the intervention obtained a significant value of $0.001 < 0.05$ with an average increase of 0.988 gr/dl. Conclusion: There is an effect of giving dates on increasing haemoglobin levels in pregnant women with anaemia.

Keywords: Pregnant Women, Anemia, Dates

PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu fisiologi yang terjadi kepada setiap wanita yang dimana membutuhkan nutrisi salah satunya yaitu zat besi untuk pertumbuhan dan perkembangan janin yang dikandungnya. Zat besi tersebut dibutuhkan untuk menghasilkan sel darah merah. Apabila zat besi tidak terpenuhi maka dapat menyebabkan anemia pada ibu hamil. Anemia pada ibu hamil merupakan kondisi dimana kadar hemoglobin $< 11,0$ gr/dL pada trimester I dan III lalu pada trimester II $< 10,5$ g/dL. Anemia pada kehamilan menyebabkan terjadinya abortus, persalinan prematur dan menghambat tumbuh kembang janin (Evi, 2016).

Menurut data Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2021) prevalensi anemia secara global terdapat 36,5% pada wanita hamil. Menurut WHO dalam (Widiastini *et al.*, 2023) 40% kematian ibu di negara-negara berkembang berhubungan dengan anemia selama kehamilan, sebagian besar disebabkan oleh kekurangan zat besi (Fe). Berdasarkan hasil Survei Riset Kesehatan Dasar (RisKesDas) tahun 2020, angka anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1%. Menurut Dinas Kesehatan Jawa Tengah (2020) cakupan pemberian tablet tambah darah (TTD) di Provinsi Jawa Tengah sebesar 91,3% pada tahun 2020 dimana selama kehamilan mendapatkan 90 tablet suplemen besi. Sedangkan cakupan pemberian tablet tambah darah di Wonogiri pada tahun 2022 sebesar 93,2% (Dinas Kesehatan Kabupaten Wonogiri, 2023).

Pemerintah sudah memberikan tablet tambah darah namun upaya tersebut belum mengatasi anemia di wilayah Puskesmas Eromoko 1, karena ada beberapa ibu hamil yang masih belum teratur minum tablet tambah darah dengan berbagai alasan. Maka dari itu untuk mengatasi anemia pada ibu hamil selain diberikan Fe juga dapat dilakukan upaya alternatif lain secara non-farmakologi yaitu dengan diberikan kurma. Kurma mengandung vitamin A, vitamin B1 dan B2, zat besi, kalium, fosfor, magnesium, energi, protein serta karbohidrat. Kurma berguna untuk mencegah anemia karena banyaknya kandungan zat besi sebesar 1,2 mg (Fauziah dan Maulany, 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti pada bulan Desember 2023 - Februari 2024 di peroleh data terdapat 26 ibu hamil trimester I, II dan III yang mengalami anemia di wilayah Puskesmas Eromoko 1. Kemudian setelah dilakukan wawancara pada 8 ibu hamil yang mengalami anemia tersebut mengeluh pusing ketika hendak berdiri, beberapa ibu juga mengatakan mengeluh badan terasa lemas dan merasa cepat lelah ketika melakukan kegiatan seperti menyapu dan mencuci piring.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia di Wilayah Puskesmas Eromoko 1”

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif. Penelitian ini menggunakan model penelitian *pre-eksperimen* dengan metode pendekatan *one group pretest- posttest design*, pada subjek penelitian ini diambil dari 24 ibu hamil yang mengalami anemia di wilayah

Puskesmas Eromoko 1. Rancangan penelitian ini menggunakan perlakuan atau intervensi (X) pemberian kurma kepada responden dan akan dinilai setelah selesai diberikan kurma. Penelitian ini akan dilakukan di wilayah Puskesmas Eromoko 1. Pada penelitian ini populasi yang akan diteliti yaitu seluruh ibu hamil trimester I, II dan III dengan anemia di wilayah Puskesmas Eromoko 1 yang berjumlah 24 orang. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh populasi ibu hamil trimester I, II dan III yang berjumlah 24 orang dengan anemia di wilayah Puskesmas Eromoko 1. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan metode *total sampling* dimana sampel yang diambil adalah seluruh populasi ibu hamil dengan anemia. Pada penelitian ini kriteria inklusi yaitu ibu hamil yang bersedia menjadi responden sedangkan drop out ibu hamil yang tidak mengonsumsi kurma dan ibu hamil yang mengonsumsi teh, susu dan kopi secara bersamaan saat makan kurma. Instrumen penelitian ini menggunakan alat cek kadar hemoglobin yaitu *easy touch* GCHB dan lembar observasi.

HASIL PENELITIAN

Kejadian anemia dan frekuensi usia pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Eromoko 1 tahun 2024.

Pada tabel 1 distribusi frekuensi usia pada responden.

Usia Ibu Hamil	Jumlah (f)	Presentase
< 20	0	0
20 – 35	20	83,3%
>35	4	16,7%
Total	24	100%

Sumber : data primer 2024

Berdasarkan data pada tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata rentan usia antara 20-35 tahun sebanyak 20 responden (83,3%). sedangkan rentan usia lebih dari 35 tahun sebanyak 4 responden (16,7 %).

Pada tabel 2 distribusi rerata responden berdasarkan kadar hemoglobin sebelum di berikan kurma.

Drajat anemia	N	Mean
Sebelum intervensi	24	9,533

Sumber : data primer 2024

Berdasarkan tabel 2 sesudah dilakukan pengecekan kadar hemoglobin sebelum dilakukan intervensi pada 24 responden diperoleh data kadar hemoglobin nilai rata-rata (mean) *pre test* adalah 9,533 gr/dl yang dimana sebelum dilakukan intervensi rata-rata responden mengalami anemia karena kadar hemoglobin dibawah 11gr/dl.

Pada tabel 3 distribusi rerata responden berdasarkan kadar hemoglobin setelah di berikan kurma.

Drajat anemia	N	Mean
Sebelum intervensi	24	9,533

Setelah intervensi	24	10,521
--------------------	----	--------

Sumber : data primer 2024

Berdasarkan tabel 3 telah dilakukan pengecekan kadar hemoglobin setelah intervensi pada 24 responden diperoleh data kadar hemoglobin naik 0,988 gr/dl dimana nilai rata-rata *pre test* 9,533 setelah *post test* naik menjadi 10,521 gr/dl dimana rata-rata responden mengalami kenaikan setelah dilakukan intervensi.

Uji normalitas data menggunakan uji shapiro wilk

Didapatkan hasil data normal dengan nilai $p > 0,05$, sehingga uji pengaruh sebagai berikut:

Tabel 4 Hasil Uji Normalitas		
	kelompok	Sig.
hasil	Pre-test	0,061
	Post test	0,332

Sumber : data primer, 2024

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa hasil normalitas data menggunakan *shapiro wilk* didapatkan hasil nilai sig. *pre-test* 0,061 atau $> 0,05$ yang artinya data yang diperoleh berdistribusi normal, sedangkan nilai sig. *post-test* 0,332 atau $> 0,05$ maka diartikan data berdistribusi normal, sehingga analisis data tersebut menggunakan uji statistik *paired simple T Test*.

Tabel 5 Uji Evektifitas			
Variabel	Mean	Perbedaan Mean	Sig.
<i>Pre-test</i>	9,533	0,988	0,000
<i>Post-test</i>	10,521		

Sumber : data primer, 2024

Hasil uji *Paired sample T Test* diketahui adanya peningkatan kadar hemoglobin sebelum diberikan kurma sebesar 9,533 gr/dl dan sesudah diberikan kurma sebesar 10,521 gr/dl. Berdasarkan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ maka ditarik kesimpulan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada pengaruh yang signifikan pada pemberian kurma terhadap ibu hamil dengan anemia di wilayah Puskesmas Eromoko 1

PEMBAHASAN

Berdasarkan data pada tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian sampel berusia antara 20-35 tahun sebanyak 20 responden (83,3%) yang mengalami anemia sedangkan umur > 35 sebanyak 4 responden. hal tersebut sejalan dengan penelitian terdahulu yang telah dilakukan Subhi Isnaini *et al.*, (2022) dengan sampel 112 ibu hamil dengan hasil tidak ada hubungan yang signifikan antara usia ibu dengan kejadian anemia pada ibu hamil Usia ideal seorang ibu hamil adalah antara 20 hingga 35 tahun. Pada usia ini, kesehatan reproduksi ibu baik dan risiko komplikasi kehamilan rendah. Kelompok usia di bawah 20 dan lebih dari 35 tahun merupakan kehamilan berisiko tinggi karena sering terjadi gangguan kesehatan kronis pada usia tersebut, termasuk risiko anemia.

Berdasarkan tabel 2 diketahui dari 24 responden sebelum diberi kurma memiliki rata-

rata kadar hemoglobin 9,533 gr/dl yang merupakan anemia ringan. hemoglobin merupakan protein yang memiliki kandungan zat besi dalam sel darah merah yang berfungsi mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Saat hamil seorang ibu rentan mengalami anemia karena kebutuhan akan zat besi semakin meningkat seiring bertambah usia kehamilan. Menurut Rosidah *et al* (2023) faktor penyebab anemia pada kehamilan yaitu paritas, kunjungan ANC, kepatuhan mengkonsumsi tablet zat besi, asupan makanan, pendidikan, dan pendapatan, Usia ibu, dan tingkat pengetahuan. Dampak negatif yang terjadi yaitu dimana pada bayi yang baru dilahirkan dapat mengalami intra uterine growth retardation (IUGR), kelahiran prematur atau bahkan keguguran, bayi lahir dengan berat badan yang rendah (BBLR), kematian ibu dan bayi, terjadi persalinan lama, perdarahan postpartum dan kematian. Kematian pada ibu hamil dengan anemia disebabkan oleh beberapa hal yaitu kehilangan darah berlebihan selama atau setelah melahirkan sehingga cadangan hematologis menjadi rendah, anemia berat menyebabkan kerentanan terhadap infeksi meningkat, kadar hemoglobin <4 gr/dL menyebabkan gagal jantung dan kematian setelah melahirkan (Sumitran, 2023).

Hasil tabel 3 perbedaan rerata kadar hemoglobin setelah pemberian kurma yaitu meningkat menjadi 10,521 gr/dl. Dari 24 responden diketahui ada peningkatan rata-rata kadar hemoglobin sebesar 0,988 gr/dl. kurma memiliki zat besi yang cukup besar yaitu 1,02 mg per 100 gram kurma yang setara dengan angka kecukupan gizi harian (AKG). Zat besi memiliki fungsi sebagai penyusun darah untuk memperlancar transportasi oksigen dan mengatur kadar zat besi didalam tubuh sehingga dapat mengurangi terjadinya perdarahan pada ibu hamil (Pratiwi and Triani, 2024). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Sugita (2020) yang menggunakan 7 butir kurma untuk meningkatkan kadar hemoglobin yang dimana Kurma seberat 100 gr memiliki kandungan 2,81 gram protein, 7,1 gram serat, kalsium 35 mg, karbohidrat 88,78 gram, vitamin C 0,4 mg dan zat besi 1,02 mg yang zat besi tersebut merupakan komponen dari haemoglobin di dalam sel darah merah untuk menentukan daya dukung oksigen darah dan membantu mengatasi anemia.

Berdasarkan tabel 4 pada penelitian ini uji yang digunakan yaitu uji *paired simple T Test* dengan hasil ada peningkatan kadar hemoglobin sebelum diberikan kurma sebesar 9,533 gr/dl dan sesudah diberikan kurma sebesar 10,521 gr/dl yang dimana terjadi peningkatan sebesar 0,988 gr/dl setelah intervensi. Berdasarkan nilai signifikansi $0,001 < 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a di terima sehingga ada pengaruh yang signifikan pada pemberian kurma terhadap ibu hamil dengan anemia. Peningkatan kadar hemoglobin pada responden terjadi karena responden mengikuti anjuran dari peneliti agar rutin mengkonsumsi kurma sebanyak 7 butir per hari selama 7 hari agar membantu meningkatkan kadar hemoglobin.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sumitran, 2023) yang memberikan 7 butir kurma selama 7 hari pada ibu hamil yang mengalami anemia dengan nilai p value $0,004 < 0,005$ yang berarti kurma efektif terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. Peningkatan kadar hemoglobin ini dipengaruhi oleh kandungan yang ada dalam 7 butir kurma yang memiliki kandungan zat besi yang tinggi yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Kurma dapat dikategorikan sebagai alternatif lain untuk memenuhi kebutuhan zat besi ketika hamil apabila dikonsumsi secara rutin agar hemoglobin meningkat dengan baik. Zat besi dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah anemia yang berada di sel darah merah dimana menentukan daya dukung oksigen darah. Kurma juga dapat mengatasi sembelit karena memiliki kandungan serat yang tinggi sehingga dapat membantu membersihkan usus besar dan melancarkan pencernaan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan penelitian pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di wilayah Puskesmas Eromoko 1 dapat disimpulkan sebagai berikut ini: Nilai rata-rata kadar hemoglobin pada responden dengan anemia sebelum diberikan kurma yaitu 9,533 gr/dl. Nilai rata-rata kadar hemoglobin pada responden dengan anemia sesudah diberikan kurma yaitu 10,521gr/dl. Ada pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia sebesar 0,988 gr/dl.

Saran bagi Puskesmas Eromoko 1: Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadikan kurma sebagai alternatif lain untuk membantu mencegah anemia yang terjadi pada ibu hamil di wilayah Puskesmas Eromoko 1. Bagi Institusi Pendidikan: Sebagai bahan referensi, bacaan dan menambah ilmu pengetahuan mengenai anemia pada ibu hamil dan dapat melanjutkan penelitian mengenai pengaruh konsumsi kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. Bagi Peneliti Selanjutnya: Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu bahan acuan untuk peneliti selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

Dinas Kesehatan Kabupaten Wonogiri, 2023. Profil Kesehatan.

Evi, P., 2016. EVIDENCE-BASED DALAM KEHAMILAN. Buku Kedokteran EGC, Jakarta.

Fathonah, S., 2016. GIZI & KESEHATAN UNTUK IBU HAMIL. Erlangga, Jakarta.

Fauziah, N.A., Maulany, N., 2021. Konsumsi Buah Kurma untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Anemia. maj. kesehat. indones. 2, 49–54. <https://doi.org/10.47679/makein.202136>

Kamidah, K., Yuliaswati, E., Kusuma Dewi, R.R., 2023. PENGARUH KURMA DALAM MENINGKATKAN KADAR HAEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DI KLINIK PRATAMA HIDAYAH SUKOHARJO. Involusi Jurnal Ilmu Kebidanan 13, No. 2.

kementrian kesehatan RI, 2021. Pedoman Pencegahan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur. kementrian Kesehatan RI, jakarta.

Kementrian Kesehatan RI, 2020. Pedoman Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) Bagi Ibu Hamil pada masa pandemi COVID-19. kementrian Kesehatan RI, jakarta.

Minasi, A., Susaldi, S., Nurhalimah, I., Imas, N., Gresica, S., Candra, Y., 2021. Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Ibu Hamil. OAJJHS 1, 57–63. <https://doi.org/10.53801/oajjhs.v1i3.21>

Muhammad, S., 2014. Kedokteran Nabi. Aqwamedia, Gonilan, Kartasura-Solo.

Munawaroh, M., 2023. Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Dengan Anemia 1.

Pratiwi, S.D., Triani, Y., 2024. PEMBERIAN BUAH KURMA MENINGKATKAN KADAR

HEMOGLOBIN IBU HAMIL 5.

- Rahmah et al., S., Dewi Maritalia dan Anna Malia, 2021. Asuhan Kebidanan Kehamilan. Syiah Kuala University Press, Banda Aceh, Aceh.
- Rosidah, P.S., Deliani, S., Herawati, Y., Meliyanti, M., Sari, D.P., 2023. Pengaruh Pemberian Kurma Zukari Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Gekbrong Kabupaten Cianjur Tahun 2023.
- Subhi Isnaini, Y., Yuliaprida, R., Pihahay, P., 2022. HUBUNGAN USIA, PARITAS DAN PEKERJAAN TERHADAP KEJADIAN ANEMIA PADA IBU HAMIL. Nursing Arts Vol 15, No 2.
- Sugita, S., 2020. Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. JKKT 5, 58–66. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v5i1.138>
- Sumitran, A.S., 2023. Efektivitas Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia 1.
- Utaminingsih, M., 2023. Anemia Pada Kehamilan. kementrian kesehatan direktorat jendral pelayanan kesehatan jakarta.
- Wahyun, S., Hendriana Ngestiningrum, A., Herlina, T., Nur Hanifah, A., 2023. Efektivitas Konsumsi Kurma Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III Studi Di PMB “S”, Kecamatan Panekan, Kabupaten Magetan 14.
- WHO, 2021. Anaemia in Women and Children: WHO Global Anaemia estimates.
- Widiastini, P.M.F., Purnami, L.A., Triguno, Y., 2023. The Relationship Between The Level of Knowledge of Pregnant Women About Anemia In Pregnancy to Compliance Whit The Consumption WithThe Consumption of Iron Tablet Supplements At the Penebel I Health Center in 2022 4.