

EFEKTIVITAS BUAH KURMA (*PHOENIX DACTYLIFERA*) DENGAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER 2

Ferilia Adiesti¹, Nurun Ayati Khasanah², Citra Adityarini Safitri³

^{1, 2, 3} Prodi S1 Kebidanan STIKES Majapahit Mojokerto

ABSTRACT

Anemia is the main cause of maternal death. Pregnant women who suffer from anemia will experience postpartum bleeding, as a result of this bleeding the mother will experience prolonged health problems and even result in death. The purpose of this study was to determine the effectiveness of giving dates to increase Hb levels in pregnant women. This research design uses a Pre-experimental design research method (One-Group Pretest-Posttest Design), namely by means of a nonrandomized control group pretest-posttest design comparing two groups, namely the experimental class and the control class. The sample in this study were all pregnant women who experienced anemia as many as 30 respondents. The results of the analysis showed that the average hemoglobin level of anemic pregnant women who were given blood-boosting tablets was 10.4 gr/dl. Hemoglobin levels of anemic pregnant women before being given dates averaged 9.0 gr/dl and after being given dates averaged 10.0 gr/dl and above. In raising Hb levels in pregnant women who experience anemia, date fruit is more effectively consumed with Fe tablets compared to consuming Fe tablets alone with a value of $p = 0.045$ ($p < 0.05$) that there is an effectiveness of giving date fruit with an increase in Hb levels in pregnant women in PMB "F" in 2022 with a value of $p = 0.045$ ($p < 0.05$). From the study it was found that date juice increased HB levels in second trimester pregnant women with an average increase per week of 0.2-1.4 per week.

Keywords: Dates, Anemia, Pregnant women

A. PENDAHULUAN

Anemia merupakan penyebab utama kematian maternal. Ibu hamil yang menderita anemia akan mengalami perdarahan pascapartum, akibatnya dari perdarahan tersebut ibu akan mengalami masalah kesehatan berkepanjangan bahkan berakibat pada kematian (Hidayah, 2018). Anemia bukan hanya berdampak pada ibu, bayi yang dilahirkan oleh ibu yang menderita defisiensi zat besi atau anemia kemungkinan besar mempunyai cadangan zat besi yang sedikit atau tidak mempunyai persediaan sama sekali di dalam tubuhnya walaupun tidak menderita anemia. Hal ini dapat menyebabkan gangguan fungsi kognitif saat remaja dan dewasa. (Tanziha et al., 2016)

Data pada tahun 2018 ibu hamil yang mengalami anemia meningkat dari tahun 2013 yaitu sejumlah 37.1%, hal ini tentunya menjadikan jumlah ibu hamil yang mengalami anemia menjadi terus meningkat. Pengetahuan yang masih kurang di masyarakat menjadikan Kenaikan Kadar Hb masih saja meningkat, hal ini dikarenakan beberapa faktor mengenai kurang pengetahuan mengenai asupan nutrisi yang cukup bagi seorang perempuan saat hamil. (Dewi & Mardiana, 2021). Profil Kesehatan Jawa Timur tahun 2020 Angka Kematian Ibu (AKI) pada tahun 2019 sebesar 102,2/100.000 kelahiran hidup. Pada tahun 2020 mengalami penurunan menjadi 96,43/100.000 kelahiran hidup yang salah satunya disebabkan oleh perdarahan 25,4%, dan

preeklampsia. Diantara 29 Kabupaten dan 9 Kota, angka kejadian ibu hamil dengan anemia di Kabupaten Pasuruan 78,86%, Kabupaten Jember 76,48%, Kabupaten Kediri 74,74%, Kabupaten Banyuwangi 75,5%, dan Kota Surabaya 85,55%. (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur., 2020)

Pengaruh anemia saat kehamilan dapat berupa abortus, persalinan prematuritas, hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim, mudah terjadi infeksi, ancaman dekompensasi kardis ($Hb < 6 \text{ g\%}$), mola hidatidosa, hiperemesis gravidarum, perdarahan antepartum, dan ketuban pecah dini (KPD), selain itu akibat fungsi dari hemoglobin untuk membawa oksigen ke seluruh tubuh tidak berjalan dengan baik, sebagai akibatnya oksigen untuk janin berkurang sehingga mempengaruhi pertumbuhan janin dalam kandungan (Aisyah & Fitriyani, 2016). Menurut data RISKESDAS (2018), ada beberapa ibu hamil yang tidak rutin mengonsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) tersebut dengan alasan utama ibu hamil yang tidak suka, mual/muntah karena proses kehamilan, bosan, lupa, efek samping, dan belum waktunya habis, sehingga diperlukannya alternatif dari bahan lain yang disukai bagi ibu hamil. (Nurhaeni, 2022)

Bahan-bahan makanan yang banyak mengandung zat besi antara lain daging sapi, daging bebek, hati, kerang, ikan sarden, kangkung, bayam, lobak, labu air, labu kuning, kentang bersama kulitnya, kacang merah, kacang kedelai, dan kurma. Kurma mengandung gula asli dalam bentuk glukosa dan fruktosa, kayaprotein, serat, mineral, seperti besi, kalsium, sodium, dan potassium (Sendra et al., 1970). Tujuan penelitiannya adalah mengetahui efektivitas pemberian buah kurma terhadap kenaikan kadar Hb pada ibu hamil TM II di PMB Finish Relawati. Penelitian memberikan manfaat yaitu dalam melaporkan hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan mengenai kesehatan khususnya informasi kesehatan Ibu hamil TM II anemia terhadap pemberian buah kurma.

B. METODE PENELITIAN

Desain penelitian memberikan prosedur untuk mendapatkan informasi yang diperlukan untuk menyusun atau menyelesaikan masalah dalam penelitian. Desain penelitian merupakan dasar dalam melakukan penelitian. Penelitian ini menggunakan metode penelitian Pre- experimental design (*One-Grup Pretest-Posttest Design*). (H Kara, 2014) Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain pretes-postes grup kontrol tidak secara random (*nonrandomized control group pretest-posttest design*). Berikut gambar desain dalam penelitian ini. Desain pretes-postes grup kontrol tidak secara random (*nonrandomized control group pretest-posttest design*) membandingkan dua kelompok, yaitu kelas eksperimen dan kelas kontrol.

C. HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini dijelaskan menjadi dua bagian yaitu data umum dan data khusus. Data umum terdiri dari karakteristik responden berdasarkan umur, pendidikan, pekerjaan, informasi tentang anemia, dan gravida. Data khususnya terdiri dari perilaku ibu mengonsumsi buah kurma dan hasil selama mengonsumsi buah kurma.

1. Karakteristik Responden

a) Data Umum

Data umum yang di teliti dalam penelitian ini yaitu berisi faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya anemia pada Ibu Hamil TM II yaitu dilihat dari segi usia, umur kehamilan, IMT, pendidikan, dan pekerjaan.

1) Karakteristik responden berdasarkan Usia

Tabel 1 Karakteristik Ibu Hamil TM II Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi	Persentase (%)
<20 dan >35 tahun	6	20,0
20-35 Tahun	24	80,0
Total	30	100

Dari tabel 1 diatas dapat diketahui karakteristik Ibu Hamil TM II di PMB Finish Relawati Tahun 2022, dengan melihat usia terbanyak adalah usia 20-35 tahun sebanyak 24 responden (80,0%), usia kehamilan terbanyak adalah TM II <20 dan >35 Tahun sebanyak 6 responden (20,0%).

2) Karakteristik Responden Berdasarkan IMT Sebelum Hamil

Tabel 2 Karakteristik Responden Berdasarkan IMT Sebelum Hamil

IMT	Frekuensi	Persentase (%)
IMT Ideal	21	70,0
IMT Tidak Ideal	9	30,0
Total	30	100

Berdasarkan tabel 2 didapatkan hasil bahwa IMT terbanyak adalah IMT Ideal 21 responden (70,0%) %).

3) Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 3 Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD	10	40
SMP	15	50
SMA	4	8
PT	1	2
Total	30	100

Berdasarkan tabel 3 didapatkan hasil bahwa pendidikan terbanyak adalah pendidikan SMP sebanyak 15 responden (50%), pendidikan SD sebanyak 10 responden(40%), SMA sebanyak 4 responden (8%), dan Perguruan Tinggi sebanyak 1 responden (2%).

4) Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 4 Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
Ibu Tidak Bekerja	15	50,0
Ibu Bekerja	15	50,0
Total	30	100

Berdasarkan tabel 4 didapatkan hasil bahwa pekerjaan rata-rata bekerja 15 responden (50,0%) dengan mean hari ke 1 10,220gr/dL hari ke 7 10,453gr/dL hari ke 14 10,773gr/dL.

b) Data Khusus

(1) Analisis Univariat

Tabel 5 Rata-Rata Kadar HB Pada Ibu Hamil TM II Sebelum Diberi Buah Kurma

Variabel	N	Mean	SD	SE	Min-Max
Hb Hari Ke 1	30	10,270	0,4481	0,0818	9,3-10,8

Dari tabel.5 diatas dapat diketahui bahwa rata-rata kadar HB pada Ibu Hamil TM II sebelum diberi buah kurma di PMB Finish Relawati Tahun 2022, dengan Mean 10,270gr/dl nilai min 9,3gr/dl dan nilai max 10,8gr/dl.

Tabel 6. Rata-Rata Kadar HB Pada Ibu Hamil TM II Sesudah Diberi Buah Kurma

Variabel	N	Mean	SD	SE	Min-Max
Hb Hari Ke 14	30	10,807	0,2912	0,0532	10,2-11,2

Dari tabel.6 diatas dapat diketahui bahwa rata-rata kadar HB pada Ibu Hamil TM II pada hari ke 14 sesudah diberi buah kurma di PMB Finish Relawati, Hb hari ke 14 dengan Mean 10,807gr/dl nilai min 10,2gr/dl dan nilai max 11,2gr/dl.

(2) Analisis Bivariat

Tabel 7. Efektivitas Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar HB Pada Ibu Hamil TM II

Variabel	N	Mean	SD	SE	P-Value
Hb Hari Ke 14	30	10,807	0,2912	0,0532	0,000

Dari tabel.7 terlihat bahwa rata-rata kadar HB pada Ibu Hamil TM II sebelum diberi buah kurma di PMB Finish Relawati Tahun 2022, dengan Mean 10,270gr/dl, Hb hari ke 7 dengan Mean 10,480gr/dl dan Hb hari ke 14 dengan Mean 10,807gr/dl, dari pemaparan tersebut dapat dilihat jika Hb Ibu Hamil TM II mengalami peningkatan pada pengukuran hari ke 1, 7 dan 14. Hasil uji statistik didapatkan nilai P-value = 0.000 (<0,05) yang artinya

terdapat Efektivitas pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar Hb pada Ibu Hamil TM II

D. PEMBAHASAN

1. Analisis Sesudah diberikan Buah Kurma Pada Ibu Hamil TM II

Tabel 5 diatas menjelaskan bahwa rata- rata kadar HB pada Ibu Hamil TM II sebelum diberi buah kurma di PMB Finish Relawati Tahun 2022, dengan Mean 10,270gr/dl nilai min 9,3gr/dl dan nilai max 10,8gr/dl. Hal ini sesuai dengan teori yang menyebutkan bahwa pengaruh anemia saat kehamilan dapat berupa abortus, persalinan prematuritas, hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim, mudah terjadi infeksi, ancaman dekompensasi kordis ($Hb < 6 \text{ g\%}$), mola hidatidosa, hiperemesis gravidarum, perdarahan antepartum, dan ketuban pecah dini (KPD), selain itu akibat fungsi dari hemoglobin untuk membawa oksigen ke seluruh tubuh tidak berjalan dengan baik, sebagai akibatnya oksigen untuk janin berkurang sehingga mempengaruhi pertumbuhan janin dalam kandungan (Cahyani, 2017). Upaya yang dilakukan yaitu dengan memberikan Penyuluhan yang dilakukan oleh tenaga medis sedikit banyak hanya ditujukan kepada ibu hamil dan kurang melibatkan keluarga. Peran keluarga sangat dibutuhkan untuk menurunkan angka anemia pada ibu hamil.

Buah kurma memiliki nutrisi dan manfaat yang banyak bagi ibu hamil, salah satunya adalah membantu menaikkan kadar hemoglobin saat ibu hamil mengalami anemia. Dalam 100g kurma terdapat kadar zat besi sebanyak 0,9 mg/100 g buah kurma dan vitamin C sebanyak 0,6mg. Saat penyerapan zat besi dibersamai dengan vitamin C maka, penyerapan zat besi tersebut akan berjalan lebih efektif dari pada mengkonsumsi zat besi saja tanpa vitamin C. Efektifitas yang tinggi bisa dilakukan dengan mengkonsumsi vitamin C baik dari sumber buah-buahan, sayur-sayuran, serta suplemen vitamin c yang lainnya, sehingga mampu meningkatkan efektifitas. (Sugita, 2020).

2. Analisis Sesudah diberikan Buah Kurma Pada Ibu Hamil TM II Rata-Rata Kadar HB

Ibu Hamil TM II Sebelum Diberi Buah Kurma Di PMB Finish Relawati Tahun 2022. Rata-rata kadar HB pada Ibu Hamil TM II sebelum diberi Buah kurma di PMB Finish Relawati Tahun 2022, dengan mean (10,270) gr/dl nilai min 9,3gr/dl dan nilai max (10,8) gr/dl. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Widowati et al., 2019) Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil TM II. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata kadar hemoglobin sebelum pemberian Buah kurma sebesar 9,6 gr/dL, Sejalan dengan teori Manuaba (2016). Anemia ialah keadaan dimana massa eritrosit dan/atau massa hemoglobin yang beredar tidak dapat memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh. Secara laboratorik dijabarkan sebagai penurunan di bawah normal kadar hemoglobin hitung eritrosit dan hematokrit (packed red cell) Kurang dari normal (Prasetya & Wihandani, 2019). Penyebab paling sering 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.

Kenaikan volume darah selama kehamilan akan meningkatkan kebutuhan Fe atau Zat Besi. Jumlah Fe pada bayi baru lahir kira-kira 300mg dan jumlah yang diperlukan ibu untuk mencegah anemia akibat meningkatnya volume darah adalah 500 mg. Selama kehamilan seorang Ibu Hamil TM II menyimpan zat besi kurang lebih 1.000 mg termasuk untuk keperluan janin, plasenta dan hemoglobin ibu sendiri. Sedangkan kebutuhan sebelum hamil atau kondisi normal kira-kira 26 mg per hari (Umur 20-45 tahun), dewasa 15 mg/hari, dan Ibu Hamil TM II 30 mg/hari. (Prasetya & Wihandani, 2019). Peningkatan yang terjadi ibu hamil dikarenakan volume darah selama kehamilan sehingga peningkatan kebutuhan Fe juga akan meningkat dikarenakan dalam kehamilan kecukupan tidak hanya dibutuhkan oleh ibu, akan tetapi juga dibutuhkan oleh bayi.

3. Analisa Efektivitas Pemberian Buah Kurma Pada Ibu Hamil TM III

Rata-rata kadar HB pada Ibu Hamil TM II sebelum diberi Buah kurma di PMB Finish Relawati Tahun 2022, dengan mean (10,270) gr/dl, Hb hari ke 7 dengan mean (10,480) gr/dl dan Hb hari ke 14 dengan mean (10,807) gr/dl, dari pemaparan tersebut dapat dilihat jika Hb Ibu Hamil TM II mengalami peningkatan pada pengukuran hari ke 1, 7 dan 14. Berdasarkan hasil diatas dapat diketahui jika Buah kurma dapat membantu peningkatan Hb pada Ibu Hamil TM II, dengan rata-rata peningkatan per minggu 0,2-1,4 per minggu, hal ini sesuai dengan penelitian terdahulu Kurma mengandung nutrisi yang amat baik. Kandungan gula yang terdapat di dalam buah kurma dapat langsung diserap oleh tubuh. Kandungan gula dalam buah ini berbeda dengan kandungan gula dalam makanan yang lain, sebab kandungan gula yang biasanya harus diuraikan terlebih dahulu baru diserap oleh tubuh. Para pakar diet menilai kurma sebagai makanan terbaik bagi wanita hamil dan ibu menyusui. Bahwa pengaruh pemberian kurma terhadap kemajuan persalinan, bagi Ibu Hamil untuk mengkonsumsi buah kurma dalam jumlah dan saat yang tepat (Audrias et al., 2021).

Kurma mengandung karbohidrat tinggi sehingga dapat menyediakan energi yang cukup. Sebagian kandungan gulanya terdiri atas glukosa, fruktosa, dan sukrosa,. Menurut data kementerian kesehatan haji menjelaskan bahwa kadar zat besi dalam buah kurma juga cukup tinggi yaitu 0,90mg/100g buah kurma (11% AKG), dimana zat besi menjadi salah satu komponen dalam darah untuk membawa oksigen dalam darah, untuk menjaga keseimbangan zat besi dalam tubuh, sehingga mengurangi resiko terjadinya perdarahan pada Ibu Hamil. (Sephia, 2020). Ulasan di atas mampu menjelaskan bahwa kurma merupakan makanan yang mudah diserap tubuh dalam hal ini mammpu menambahkan asupan suplemen Fe yang cukup. Penelitian kali ini peneliti menggunakan kurma dikarenakan paling mudah ditemukan dan disukai oleh banyak orang.

E. PENUTUP

Anemia merupakan penyebab utama kematian maternal. Ibu Hamil TM II yang menderita anemia akan mengalami perdarahan pascapartum, akibatnya dari perdarahan tersebut ibu akan mengalami masalah kesehatan berkepanjangan bahkan berakibat pada

kematian (Millah, 2019). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kesimpulan sebagai berikut: Ada Efektivitas pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar Hb pada Ibu Hamil TM II di PMB Finish Relawati Tahun 2022 dengan nilai P-Value 0,000.

F. DAFTAR PUSTAKA

- Aisyah, R. D., & Fitriyani. (2016). Hubungan Frekuensi ANC, Dukungan Suami, Pekerjaan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *The 4 th Univesity Research Coloquium 2016, 2013*, 83–89.
- Audrias, A., Maternity, D., Yuliasari, D., & Mariza, A. (2021). Pemberian Sari Dapat Meningkatkan Kadar Hb Pada Ibu. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 7(4), 772–779. <https://doi.org/10.33024/jkm.v7i4.4888>
- Cahyani, W. (2017). Hubungan Antara Anemia pada Ibu Bersalin dengan Kejadian Prematur di RSUD Muhammadiyah Bantul. *Skripsi*.
- Dewi, H. P., & Mardiana, M. (2021). Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Nusawungu Ii Cilacap. *Journal of Nutrition College*, 10(4), 285–296. <https://doi.org/10.14710/jnc.v10i4.31642>
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. (2020). Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur 2019. *Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah.*, 1–123. www.dinkesjatengprov.go.id
- H Kara, O. A. M. A. (2014). Pre-Experimental Design, True Experimental Design. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 7(2), 107–115.
- Hidayah, H. N. (2018). Hubungan Anemia Pada Ibu Hamil Dengan Kejadian Perdarahan Postpartum Di RSUD Ambarawa. *Universitas Ngudi waluyo*.
- Millah, A. S. (2019). Hubungan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Baregbeg Wilayah Kerja Puskesmas Baregbeg Kabupaten Ciamis Tahun 2018. *Jurnal Keperawatan Galuh*, 1(1), 12. <https://doi.org/10.25157/jkg.v1i1.1787>
- Nurhaeni, Y. (2022). "Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Anemia Dengan Pendekatan Kearifan Lokal Dan Pemberdayaan Keluarga Di UPTD Puskesmas Watubelah Kabupaten Cirebon Tahun 2022. In *Journal information*.
- Prasetya, K. A. H., & Wihandani, D. M. (2019). Hubungan Antara Anemia Dengan Prestasi Belajar Pada Siswi Kelas Xi Di SMAN I Abiansema Badung. *E-Jurnal Medika Udayana*, 8(1), 46. <https://doi.org/10.24922/eum.v8i1.45757>
- Sendra, E., Pratamaningtyas, S., & Panggayuh, A. (1970). Pengaruh Konsumsi Kurma (*Phoenix Dactylifera*) Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Ii Di Wilayah Puskesmas Kediri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1), 96. <https://doi.org/10.32831/jik.v5i1.119>
- Sephia, E. D. (2020). Pengaruh Pemberian Sari Kurma (*Phoenix dactylifera*) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. *Jurnal Medika Utama*, 02(01), 377–381.
- Sugita, S. (2020). Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar

Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 5(1), 58–66. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v5i1.138>

Tanziha, I., Utama, L. J., & Rosmiati, R. (2016). Faktor Risiko Anemia Ibu Hamil Di Indonesia. *Jurnal Gizi dan Pangan*, 11(2), 143–152. <https://doi.org/10.25182/jgp.2016.11.2.%>

Widowati, R., Kundaryanti, R., & Lestari, P. P. (2019). Pengaruh pemberian sari kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil. *Al-Azhar Indonesia Seri Sains Dan Teknologi*, 5(2), 60–65. <https://jurnal.uai.ac.id/index.php/SST/article/viewFile/351/341>