**ISSN 2301– 5691**

*Artikel Penelitian*

# PENGARUH PEMBERIAN KURMA TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL ANEMIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS MOLINGKAPOTO

## *THE EFFECT OF DATES ON INCREASING HEMOGLOBIN LEVELS IN PREGNANT WOMEN WITH ANEMIA IN THE MOLINGKAPOTO HEALTH CENTER WORK AREA*

**Sri Rahayu Rabi[1], Ani Retni[2], Sabirin B. Syukur[3]**
Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Gorontalo
E-mail: *srirahahurabi@gmail.com, aniretni@umgo.ac.id, SabirinSyukur@umgo.ac.id*

**ABSTRAK**

Anemia defisiensi zat besi merupakan salah satu masalah defisiensi nutrisi di dunia pada saat kehamilan. Kejadian ini sering menjadi penyebab kematian maternal. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian kurma terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Molingkapoto. Jenis penelitian ini quasi experimental design dan menggunakan model nonequivalent control group design. Populasi sebanyak 12 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling. Hasil penelitian ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia dengan nilai p-value = 0,000. Maka dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Molingkapoto. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai penilaian dan pemikiran terhadap pelayanan yang telah diberikan terutama dalam pelayanan ibu hamil di masa pandemi.

**Kata Kunci** : ***Anemia, Kadar Hemoglobin, Kurma***

**ABSTRACT**

*Iron deficiency anemia is a nutritional deficiency problem in the world during pregnancy. This incident is often the cause of maternal death. The objective of research was to determine the effect of giving dates on hemoglobin levels in anemic pregnant women in the working area of Molingkapoto Health Center. This type of research is a quasi-experimental design and uses a nonequivalent control group design model. The population is 12 respondents. The sampling technique used purposive sampling technique. The results showed that there was an effect of giving dates to increase hemoglobin levels in anemic pregnant women with p-value = 0.000. Therefore it can be concluded there is an effect of giving dates to increase hemoglobin levels in anemic pregnant women in Molingkapoto Health Center. This research can be used as an assessment and thought on the services that have been provided, especially in the service of pregnant women during the pandemic.*

***Keywords****: Anemia, Hemoglobin Level, Dates.*

**PENDAHULUAN**

Anemia defisiensi zat besi merupakan salah satu masalah defisiensi nutrisi di dunia pada saat kehamilan. Kejadian ini sering menjadi penyebab kematian maternal. Anemia pada kehamilan dikaitkan dengan kondisi buruk, baik pada ibu maupun janin yang dikandungnya. Asupan yang menurun seiring meningkatnya kebutuhan zat besi, metabolisme yang terganggu status kesehatan sebelum kehamilan dan kebutuhan zat besi berlebih merupakan kasus multipel pada kehamilan (Najeeba et al., 2017).

Angka prevalensi anemia masih tinggi, yaitu secara global prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia pada tahun 2020 adalah sebesar 43,9% Prevalensi anemia pada ibu hamil di perkirakan di Asia sebesar 49,4%, Afrika 59,1%, Amerika 28,1% dan Eropa 26,1%. Di negara-negara berkembang ada sekitar 40% kematian ibu berkaitan dengan anemia dalam kehamilan (Astapani et al., 2020). Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia tahun 2020 sebesar 37,1%. Kondisi ini mengatakan bahwa anemia cukup tinggi di Indonesia dan menunjukkan angka mendekati masalah kesehatan masyarakat berat (severe public health problem) dengan batas prevalensi anemia lebih dari 40% (Arman & Sumiaty, 2021).

Berdasarkan Data Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo menunjukkan bahwa pada tahun 2020 jumlah ibu hamil sebanyak 24.103 orang, dari jumlah tersebut tercatat ibu hamil yang mengalami anemia sebesar 34,9% atau sebanyak 8.412 orang. Jumlah ini sedikit menurun dari tahun 2019 dimana jumlah ibu hamil sebanyak 22.675, dari jumlah tersebut tercatat ibu hamil yang mengalami anemia sebesar 35,6% atau sebanyak 8.072 orang. Berdasarkan data perkabupaten/kota, angka kejadian anemia pada ibu hamil tahun 2020 tercatat paling tinggi di kabupaten Gorontalo sebanyak 1.670 kasus (19,9%). Selanjutnya disusul Kota Gorontalo sebanyak 1.546 kasus (18,4%), kabupaten Gorontalo Utara sebanyak 1.438 kasus (17,1%), Kabupaten Bone Bolango sebanyak 1.365 kasus (16,2%), Kab. Boalemo sebanyak 1.211 kasus (14,4%) dan Kabupaten Pohuwato sebanyak 1.182 kasus (14,1%) (Dinkes Provinsi Gorontalo, 2021).

Dampak yang terjadi bila tidak ditangani anemia sangat berbahaya pada ibu dan janin. Ibu akan mudah pingsan, keguguran, atau proses melahirkan yang lama karena kontraksi yang tidak bagus, perdarahan postpartum serta memungkinkan terjadinya infeksi. Sedangkan bagi janin, gangguan ini bisa lahir dengan cacat bawaan atau lahir dengan cadangan zat besi yang kurang (Pudjiastuti, 2011). Farmakodinamik zat besi adalah suatu upaya mengganti zat besi dan mengendalikan kondisi kekurangan zat besi dimana diagnosisnya dilihat berdasarkan asupan darah. Farmakodinamik zat besi dinyatakan berhasil jika dalam waktu kurang dari seminggu sudah mulai terbentuk sel darah merah yang mengandung hemoglobin. Almatsier (2011) menyatakan bahwa 2-4 minggu adalah kisaran waktu yang pesat dalam pembentukan Hemoglobin.

Pemerintah melalui Kementerian Kesehatan mengadakan program subsidi pemberian TTD (Tablet Tambah Darah) atau tablet Fe. Ibu hamil akan menerima tablet Fe dengan dosis regular selama 90 hari. Hal ini dilakukan sebagai upaya pemenuhan kebutuhan zat besi selama kehamilan. Menurut peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 88 tahun 2014 bahwa untuk melindungi ibu hamil kekurangan gizi dan mencegah terjadinya anemia gizi besi maka ibu hamil perlu mengkomsumsi tablet tambah darah yang mengandung zat besi (Fe) (Wirawan et al., 2015).

Pemenuhan nutrisi dalam meningkatkan Hb pada Ibu Hamil didapatkan dalam daging, sayuran dan buah-buahan. Salah satu buah yang dapat meningkatkan kadar Hb adalah kurma. Tidak seperti kebanyakan buah lainnya kadar zat besi dalam buah kurma cukup tinggi yaitu 1,2mg/1000gr buah kurma, dimana zat besi menjadi salah satu komponen dalam darah untuk membawa oksigen dalam darah (Wulandari, 2019). Kurma mengandung karbohidrat tinggi sehingga dapat menyediakan energi yang cukup.

kandungan gula dalam kurma tinggi mencapai 70%, yaitu 70-73 gram per 100 gram berat kering, kandungan zat gula tersebut sudah diolah secara alami dan tidak berbahaya bagi kesehatan (Setiowati, 2018).

Penelitian dari Susilowati (2017), mendapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh Intervensi pemberian buah kurma sebanyak 3 butir selama 2 minggu pada ibu hamil trimester III terhadap kenaikan kadar hemoglobin dengan rata-rata kenaikan kadar hemoglobin sebesar 1,1%. Intervensi pemberian buah kurma sebanyak 3 butir selama 2 minggu. Demikian halnya Setiowati (2018) dalam penelitiannya mendapatkan bahwa ada pengaruh sari kurma (Phoenix Dactylifera) terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Batulicin. Hal ini dibuktikan dengan terjadinya peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil pada saat sebelum diberikan sari kurma sebagian besar mengalami kadar hemoglobin tidak normal, setelah diberikan sari kurma terdapat peningkatan kadar hemoglobin yaitu hampir seluruh responden mengalami peningkatan kadar hemoglobin".

Sel-sel darah merah mampu mengkonsentrasikan hemoglobin dalam cairan sel sampai sekitar 34 g/dL sel. Konsentrasi ini tidak pernah meningkat lebih dari nilai batas metabolik dari mekanisme pembentukan hemoglobin sel. Selanjutnya pada orang normal, presentase hemoglobin hampir selalu mendekati maksimum dalam setiap sel. Namun dalam pembentukan hemoglobin dalam sumsum tulang berkurang, maka presentase hemoglobin dalam darah merah juga menurun karena hemoglobin untuk mengisi sel kurang. Bila hematokrit (presentase sel dalam darah normalnya 40-45%) dan jumlah hemoglobin dalam masing-masing sel nilainya normal (Perdana, 2015). Kurma yang memiliki nama latin Phoenix dactilifera ini merupakan makanan populer yang seringkali disajikan pada bulan puasa. Kurma memiliki kandungan nutrisi yang berguna bagi tubuh. Kandungan utama dalam kurma adalah glukosa yang kadarnya mencapai 50% dari seluruh kandungan buahnya. Selain itu, kurma mengandung berbagai vitamin yang diperlukan oleh tubuh. Dalam setiap 100 gram kurma kering terkandung 50 IU vitamin A; 0,4 mg vitamin C; 0,09 mg tiamin; 0,10 mg riboflavin, 2,20 mg niasin, asam nikotinat dan zat besi (Subagja, 2013).

Studi pendahuluan di Puskesmas Molingkapoto, diperoleh data bahwa pada tahun 2021 Sasaran proyeksi ibu hamil di wilayah Puskesmas Molingkapoto merupakan yang terbanyak di Kabupaten Gorontalo utara yaitu sebanyak 357 orang. Laporan KIA Puskesmas Molingkapoto sampai dengan bulan Mei tahun 2021, jumlah ibu hamil trimester III sebanyak 28 orang, dan yang mengalami anemia terdeteksi sebanyak 12 orang. Wawancara yang dilakukan peneliti pada bidan koordinator Puskesmas Molingkapoto, didapatkan informasi bahwa ibu hamil yang ada di wilayah kerja Puskesmas Molingkapoto telah diberikan tablet Fe sebagai upaya memenuhi zat besi selama kehamilan. Namun terlepas dari hal itu kembali lagi pada diri ibu hamil apakah bersedia mengkonsumsi tablet fe tersebut atau tidak. Selama ini, bidan-bidan menerima keluhan dari beberapa orang ibu hamil bahwa tablet fe tersebut tidak mereka sukai karena baunya yang menyengat dan menyebabkan mual karena rasanya yang pahit.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan Quasi eksperimental design dan menggunakan model nonequivalent control group design. Sebelum diberi treatment, baik kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberi test yaitu pretest, dengan maksud untuk mengetahui keadaan kelompok sebelum treatment. Kemudian setelah diberikan treatment, kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diberikan test yaitu posttest, untuk mengetahui keadaan kelompok setelah treatment.

Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester III di Puskesmas Molingkapoto yang mengalami anemia. Sesuai laporan KIA Puskesmas Molingkapoto jumlah ibu hamil trimester III pada bulan September tahun 2021 sebanyak 29 orang dan yang terdeteksi mengalami anemia sebanyak 12 orang, pemilihan sampel dilakukan dengan *Purposive Sampling.* menetapkan pertimbangan-pertimbangan atau kriteria-kriteria tertentu yang harus dipenuhi oleh sampel-sampel yg di gunakan.

## HASIL

### Karakteristik Responden

| Karakteristik Responden | n | Presentasi (%) |
|---|---|---|
| **Umur** | | |
| - <20tahun | 6 | 50% |
| - 20-35 tahun | 4 | 33,3% |
| - >35 tahun | 2 | 16,7% |
| **Pendidikan** | | |
| - SMP | 3 | 25% |
| - SMA | 5 | 41,7% |
| - Perguruan Tinggi | 4 | 33,3% |
| **Pekerjaan** | | |
| - IRT | 8 | 66,7% |
| - Swasta | 1 | 8,3% |
| - PNS | 3 | 25% |
| **Total** | **12** | **100%** |

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden**

Berdasarkan Tabel 8 diatas dari 12 responden, jumlah responden mayoritas kelompok umur ibu <20 tahun yaitu 6 responden (50%), umur 20-35 tahun ada 4 responden (33,3%), dan umur >35 tahun ada 2 responden (16,7%). Pada kelompok pendidikan, responden mayoritas dengan pendidikan terakhir SMA sebanyak 5 responden (41,7%), Perguruan tinggi ada 4 responden (33,3%) dan SMP ada 3 responden (25%). Pada kelompok pekerjaan sebagian besar bekerja sebagai IRT yaitu 8 responden (66,7%), PNS ada 3 responden (25%) dan yang swasta hanya 1 responden (8,3%).

### Analisis Univariat

**Tabel 2 Distribusi Sebelum Diberikan Kurma**

| Variabel | n | Mean | SD | Min | Max |
|---|---|---|---|---|---|
| Kelompok Kontrol | 6 | 8,93 | 0,274 | 9,00 | 9,43 |
| Kelompok Perlakuan | 6 | 9,00 | | 8,47 | 9,23 |

Berdasarkan Tabel 2 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian pada responden yang berjumlah 12 orang ibu hamil anemia. Rata-rata kadar Hb ibu hamil pada kelompok perlakuan pada saat pre test adalah 8,93 gr/dl sedangkan rata-rata kadar Hb ibu hamil pada kelompok kontrol pada saat pre test adalah 9,00 gr/dl.

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Sesudah Diberikan Kurma**

| Variabel | n | Mean | SD | Min | Max |
|---|---|---|---|---|---|
| Kelompok Kontrol | 6 | 10,67 | 0,852 | 11,08 | 11,12 |
| Kelompok Perlakuan | 6 | 12,07 | | 11,58 | 12,79 |

Dari Tabel 3 diatas menunjukkan bahwa hasil penelitian pada responden yang berjumlah 12 orang ibu hamil anemia. Rata-rata kadar Hb ibu hamil pada kelompok perlakuan pada saat post test adalah 12,07 gr/dl sedangkan rata-rata kadar Hb ibu hamil pada kelompok kontrol pada saat post test adalah 10,67 gr/dl.

| | Variabel | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | Kelompok perlakuan | | | Kelompok kontrol | | |
| | Hb (gr/dl) | N | % | Hb (gr/dl) | N | % |
| Sebelum | 9,00 | 1 | 8,3 | 9,43 | 1 | 8,3 |
| | 9,05 | 1 | 8,3 | 8,60 | 1 | 8,3 |
| | 8,47 | 1 | 8,3 | 8,63 | 1 | 8,3 |
| | 9,23 | 1 | 8,3 | 8,74 | 1 | 8,3 |
| | 8,90 | 1 | 8,3 | 9,00 | 1 | 8,3 |
| | 9,01 | 1 | 8,3 | 8,80 | 1 | 8,3 |
| Sesudah | 12,28 | 1 | 8,3 | 11,09 | 1 | 8,3 |
| | 12,79 | 1 | 8,3 | 10,36 | 1 | 8,3 |
| | 11,87 | 1 | 8,3 | 10,27 | 1 | 8,3 |
| | 12,15 | 1 | 8,3 | 11,10 | 1 | 8,3 |
| | 11,58 | 1 | 8,3 | 11,12 | 1 | 8,3 |
| | 11,75 | 1 | 8,3 | 10,08 | 1 | 8,3 |

### Analisis Bivariat

Analisis bivariat dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian kurma terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia. Sebelum melakukan analisa bivariat, asumsi normalitas data harus dipenuhi untuk menentukan uji sebelumnya agar mengetahui data terdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas pada penelitian ini menggunakan uji Shapiro Wilk. Analisis yang digunakan untuk mengetahui kadar hemoglobin ibu hamil sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan menggunakan uji dan Paired Sample T Test dengan signifikan < (α) 0,05.

**Tabel 4 Hasil Uji Paired T Test Kelompok Kontrol**

| Kelompok Kontrol | Mean | SD | t-test | *p-value* |
|---|---|---|---|---|
| Pre Test | 8,8867 | 0,31072 | 11,536 | 0,000 |
| Post Test | 10,6700 | 0,48332 | | |

Dari tabel 4 didapatkan bahwa nilai rata-rata nilai mean mual muntah pre test kelompok kontrol adalah 8,8867 dengan standar deviasi 0,31072, dan rata-rata nilai mean mual muntah

post test kelompok kontrol adalah 10,6700 dengan standar deviasi 0,48332. Hasil tersebut terdapat perbedaan yang signifikan dari nilai rata-rata frekuensi mual muntah pre test dan post test yang dapat dilihat dari nilai selisih rerata nilai yaitu 1,80333. Hasil nilai p-value (0,000) <α (0,05), maka dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara mean intensitas derajat mual muntah sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol ibu hamil anemia.

**Tabel 5 Hasil Uji Paired Sample T Test Kelompok Perlakuan**

| Kelompok Perlakuan | Mean | SD | t-test | *p-value* |
|---|---|---|---|---|
| Pre Test | 8,9433 | 0,25579 | 18,401 | 0,000 |
| Post Test | 12,0700 | 0,43621 | | |

Dari tabel 5 didapatkan bahwa nilai rata-rata nilai mean mual muntah sebelum diberikan kurma adalah 8,9433 dengan standar deviasi 0,25579, dan rata-rata nilai mean mual muntah sesudah diberikan kurma adalah 12,0700 dengan standar deviasi 0,43621. Hasil tersebut terdapat perbedaan yang signifikan dari nilai rata-rata frekuensi mual muntah sebelum dan sesudah dilakukan pemberian kurma yang dapat dilihat dari nilai selisih rerata nilai yaitu 3,12667. Hasil nilai p-value (0,000) <α (0,05), maka dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan antara mean intensitas derajat mual muntah sebelum dan sesudah pemberian kurma pada ibu hamil anemia.Tabel 13. Hasil Uji Independent T Test.

**Tabel 6 hasil uji Independent T Test**

| Variabel | Kadar Hb (gr/dl) Mean ± SD | Mean 95% CI | | t-test | *p-valu* |
|---|---|---|---|---|---|
| | | Lower | Upper | | |
| Post Test Kontrol | 10,6700 ± 0,48332 | 1,99223 | 0,80777 | 5,267 | 0,000 |
| Post Test Perlakuan | 12,0700 ± 0,43621 | | | | |

Berdasarkan uji Independent T Test terlihat bahwa p-value = 0,000 < (α) 0,05 ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil anemia

## PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

#### 1. Karakteristik Umur

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah responden mayoritas berumur <20 tahun yaitu 6 responden (50%), umur 20-35 tahun ada 4 responden (33,3%) dan yang umur >35 tahun ada 2 responden (16,7%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Tanzhia (2015) yang menganalisis faktor resiko anemia ibu hamil di Indonesia dengan mengambil data hasil Risklesdas 2013, bahwa anemia pada kehamilan lebih tinggi terjadi pada wanita yang hamil di bawah 20 tahun atau di atas 35 tahun. Ibu yang hamil pada usia <20 tahun konsumsi zat besi terbagi dengan janin didalam rahim dan pertumbuhan biologis dirinya sendiri yang tentunya masih memerlukan banyak asupan zat besi. Ibu yang hamil >35 tahun, sudah memasuki masa awal fase degenerative, sehingga fungsi tubuh tidak optimal dan mengalami berbagai masalah kesehatan. Menurut peneliti hasi pada penelitian ini menunjukkan wanita dengan usia beresiko lebih dominan megalami anemia. Umur ibu saat hamil pada usia di bawah 20 tahun dan usia di atas 35 tahun mempunyai kemu gkinan 2 kali lipat menderita anemia dari pada ibu hamil yang berusia anatara rentang 20-35 tahun saat hamil.

#### 2. Karakteristik Pendidikan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah responden mayoritas pendidikan terakhirnya SMA yaitu 5 responden (41,7%), SMP ada 3 responden (25%) dan perguruan tinggi ada 4 responden (33,3%). Hal ini sejalan dengan penelitian Filius (2019) dengan judul hubungan tingkat pendidikan dan pengetahuan ibu hamil dengan status anemia, yang menunjukkan hasil ada hubungan antara tingkat pendidikan dengan status anemia pada ibu

hamil. Tingkat pendidikan juga hubungan dengan tingkat kesehatan. Semakin tinggi tingkat pendidikan semakin mudah menerima konsep hidup sehat secara mandiri, kreatif dan berkesinambungan. Menurut peneliti hasil pada penelitian ini menunjukkan sebagian besar ibu hamil yang memiliki pendidikan rendah mengalami anemia selama kehamilan, tingkat pendidikan juga sangat mempengaruhi kemampuan dalam menerima informasi gizi, menentukan atau mempengaruhi suatu pengetahuan, semakin tinggi pendidikan maka seseorang akan lebih mudah menerima informasi gizi.

**3. Karakteristik Pekerjaan**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah responden mayoritas bekerja sebagai IRT yaitu 8 responden (66,7%), bekerja sebagai PNS ada 3 responden (25%) dan swasta ada 1 responden (8,3%). Hasil ini sejalan dengan penelitian Maria (2017) denga judul faktor-faktor yang mempengaruhi anemia pada ibu hamil di Puskesmas Padediwatu Kabupaten Sumba Barat, yang menunjukkan hasil bahwa ada hubungan antara pekerjaan dengan anemia pada ibu hamil. Pekerjaan dengan kategori ringan berpeluang anemia 3,2 kali disbanding pekerjaan dengan kategori sedang. Gerak otot dalm bekerja membutuhkan energy sehingga diperlukan oksigen yang cukup banyak, karena itu bila kekurangan zat besi menurunkan kesehatan dan menyebabkan terhambatnya kerja fisik dan berpengaruh terhadap penampilan kerja. Ibu hamil yang mempunyai penghasilan berhubungan dengan kemampuan ibu hamil untuk memperoleh pengetahuan tentang anemia karena tercukupi keuangan keluarga. Menurut peneliti hasil pada penelitian ini menunjukkan ibu hamil dengan pekerjaan rumah tangga bisa dikatakan cukup berat serta ditambah dengan pekerjaan luar yang menuntut ibu untuk bekerja dalm waktu lama, hal ini dapat menyebabkan ibu kelelahan serta anemia yang dapat mengganggu proses kehamilan

**Analisis Univariat**

**4. Pre dan Post Test Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia pada Kelompok Kontrol**

Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata kadar Hb ibu hamil pada kelompok kontrol adalah 8,8867 gr/dl. Ini menunjukkan kadar Hb responden pada penelitian ini masih dibawah normal atau anemia, karena ibu hamil dikatakan tidak anemia apabila kadar Hb >11 gr/dl. Hasil penelitian pada saat post test pada kelompok kontrol didapatkan rata-rata kadar Hb responden adalah 10,6700 gr/dl. Hasil tersebut menunjukkan ada peningkatan rata-rata kadar Hb ibu hamil pada kelompok kontrol saat pre dan post test. Hasil ini sesuai dengan penelitian Lestari (2018), yang menyatakan selama kehamilan ibu hamil beresiko mengalami anemia apabila tidak menjaga pola makan dan asupan gizi selama kehamilannya. Hasil tersebut hampir serupa dengan hasil penelitian dari Susilowati (2017) yang mendapatkan hasil bahwa pada ibu hamil anemia di BPM Tri Rahayu Setyaningsih wilayah Cangkringan Kabupaten Sleman, rata-rata kadar hemoglobin sebelum perlakuan yaitu 9,84 gr/dl. Demikian halnya penelitian dari Sugita & Kuswati (20 0) yang mendapatkan bahwa sebelum dilakukan intervensi pada 15 orang ibu hamil di Wilayah kerja Puskesmas Klateng rata-rata kadar hemoglobin sebesar 10,793 gr/dl dengan nilai minimum 9,8 gr/dl dan nilai maksimum 13,3 gr/dl.

Hasil penelitian pada kelompok kontrol ini menunjukkan adanya peningkatan kadar hemoglobin, walaupun peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil pada kelompok kontrol lebih kecil dibandingkan peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil pada kelompok perlakuan. Peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di kelompok kontrol disebabkn adanya faktor lain seperti konsumsi tablet FE atau tablet zat besi yang diberikan oleh petugas kesehatan, serta faktor makanan yang mengandung zat besi seperti sayuran hijau. Ibu hamil pada kelompok kontrol mengaku sering mengkonsumsi sayuran hijau setiap hari. Konsumsi sayuran hijau dapat membantu memenuhi kebutuhan zat besi pada ibu hamil. Zat besi banyak terdapat pada sayuran yang

berwarna hijau gelap, seperti bayam, kangkung, daun kacang panjang, dan lain-lain. Pemberian tablet FE atau tablet zat besi selama kehamilan merupakan salah satu cara yang paling cocok bagi ibu hamil untuk meningkatkan kadar Hb sampai tahap yang di inginkan, Pemberian tablet FE selama kehamilan merupakan salah satu cara yang paling cocok bagi ibu hamil untuk meningkat kadar Hb yang diinginkan. Pemberian kalori 300 kalori/hari dan supleme besi sebanyak 60 mg/hari kiranya cukup mencegah anemia. Dimana 60-65 mg Fe setara dengan 200 mg ferro sulfat (Saifuddin, 2019).

Faktor risiko yang dapat menimbulkan kondisi anemia adalah pola makan rendah kandungan zat besi dan vitamin, khususnya folat, gangguan intestinal yang akan mempengaruhi absorpsi zat-zat gizi ke dalam tubuh. Gizi merupakan salah satu faktor penentu kualitas sumber daya manusia. Kecukupan akan zat gizi sangat diperlukan oleh setiap individu sejak dalam kandungan, bayi, anak-anak, masa remaja hingga usia lanjut. Keadaan gizi seseorang menggambarkan apa yang dikonsumsinya dalam jangka waktu yang lama dan tercermin dari status gizi (Yusnaini, 2016). Anemia dipengaruhi secara langsung oleh konsumsi makanan sehari-hari yang mengandung zat besi, untuk meningkatkan kadar hb maka diperlukan konsumsi makanan yang mengandung zat besi (Sari, 2018).

Peneliti berasumsi bahwa penurunan kadar hemoglobin yang terjadi pada ibu hamil dipengaruhi oleh reaksi fisiologis dari tubuh ibu yang mengalami peningkatan volume plasma darah yang lebih besar dibandingkan dengan peningkatan volume sel darah sehingga terjadi penurunan kadar hemoglobin. Peningkatan volume darah lebih banyak pada pertambahan plasma darah. Jumlah sel darah merah dan hemoglobin tidak memiliki peningkatan yang seimbang dengan plasma darah. Hal ini membuat konsentrasi sel darah merah di dalam darah menjadi turun.

**5. Pre dan Post Test Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia pada Kelompok Perlakuan**

Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata kadar Hb ibu hamil sebelum diberikan kurma pada kelompok perlakuan adalah 8,9433 gr/dl. Ini menunjukkan kadar Hb responden pada penelitian ini masih dibawah normal atau anemia, karena ibu hamil dikatakan tidak anemia apabila kadar Hb >11 gr/dl. Hasil penelitian menunjukkan setelah dilakukan pemberian buah kurma sebanyak 7 butir perhari selama 14 hari, seluruh responden mengalami peningkatan kadar hemoglobin. Rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan kurma adalah 12,0700 gr/dl. Pada penelitian ini responden diberikan kurma selama 14 hari dan mengalami peningkatan kadar hemoglobin yang signifikan. Responden tetap lanjut mengkonsumsi kurma bahkan setelah 14 hari masa penelitian. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian dari Susilowati (2017) yang mendapatkan hasil bahwa pada ibu hamil anemia di BPM Tri Rahayu Setyaningsih wilayah Cangkringan Kabupaten Sleman, rata-rata kadar hemoglobin sesudah konsumsi buah kurma yaitu 10,94 gr/dl. Demikian halnya penelitian dari Sugita & Kuswati (2020) yang mendapatkan bahwa sesudah dilakukan intervensi pada 15 orang ibu hamil di Wilayah kerja Puskesmas Klateng rata-rata kadar hemoglobin sebesar 11,933 gr/dl dengan nilai minimum 10,9 gr/dl dan nilai maksimum 14,0 gr/dl. Kurma mengandung zat besi yang tinggi sehingga membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah anemia, dengan mengkonsumsi kurma sebanyak 25 gr/hari/orang selama 30 hari dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil karna dalam 25 gr kurma mengandung 0,225 zat

Anemia dipengaruhi secara langsung oleh konsumsi makanan sehari-hari yang mengandung zat besi, untuk meningkatkan kadar hb maka diperlukan konsumsi makanan yang mengandung zat besi salah satunya dengan mengkonsumsi kurma. Kurma dapat digunakan sebagai pengobatan berbagai macam penyakit. Salah satu manfaat kurma adalah sebagai bahan pengobatan pada anemia dan penyakit demam berdarah. Kandungan zat besi dalam kurma dapat digunaka

besi dalam kurma dapat digunakan untuk pengobatan anemia. Adanya zat besi dalam kurma nantinya diserap oleh usus dan dibawa oleh darah untuk hemopoiesis (proses pembentukan darah). Zat besi akan berikatan dengan heme dan globin, yang nantinya membentuk satu kesatuan menjadi hemoglobin. Sehingga, secara tidak langsung kurma dapat membantu menambah hemoglobin sampai ke angka normal bagi penderita anemia (Sari, 2018).

Kurma memiliki kandungan nutrisi yang berguna bagi tubuh. Kurma mengandung zat besi. Dalam setiap 100 gram kurma kering terkandung 50 IU vitamin A; 0,4 mg vitamin C; 0,09 mg tiamin; 0,10 mg riboflavin, 2,20 mg niasin, asam nikotinat dan zat besi (Subagja, 2013). Kandungan zat besi yang tinggi dapat digunakan untuk pengobatan anemia. Anemia adalah keadaan di mana jumlah sel darah merah atau jumlah hemoglobin (protein pembawa oksigen) dalam sel darah merah berada di bawah normal. Adanya zat besi dalam kurma nantinya diserap oleh usus dan dibawa oleh darah untuk hemopoiesis (proses pembentukan darah). Zat besi akan berikatan dengan heme dan empat buah globin, yang nantinya membentuk satu kesatuan menjadi hemoglobin. Sehingga, secara tidak langsung kurma dapat membantu menambah hemoglobin sampai ke angka normal bagi penderita anemia. Selain bermanfaat sebagai pengobatan anemia, kurma juga berperan penting dalam pengobatan penyakit demam berdarah. Hal ini disebabkan karena penderita demam berdarah mengalami penurunan jumlah trombosit atau keping darah, dan kurma dapat meningkatkan kadar trombosit darah (Pertiwi, 2012).

Pertiwi (2016), menjelaskan bahwa kurma mengandung zat besi. Kandungan zat besi yang tinggi dapat digunakan untuk pengobatan anemia. Anemia adalah keadaan di mana jumlah sel darah merah atau jumlah hemoglobin (protein pembawa oksigen) dalam sel darah merah berada di bawah normal. Adan zat besi dalam kurma nantinya diserap oleh usus dan dibawa oleh darah untuk hemopoiesis (proses pembentukan darah). Zat besi akan berikatan dengan heme dan empat buah globin, yang nantinya membentuk satu kesatuan menjadi hemoglobin. Sehingga, secara tidak langsung kurma dapat membantu menambah hemoglobin sampai ke angka normal bagi penderita anemia. Penyerapan zat besi sangat dipengaruhi oleh adanya vitamin C dalam tubuh remaja. Vitamin C dapat membantu mereduksi besi ferri (Fe3+) menjadi ferro (Fe2+) dalam usus halus sehingga mudah diabsorpsi tubuh, proses reduksi tersebut akan semakin besar jika pH didalam lambung semakin asam. Vitamin C dapat meningkatkan pH didalam lambung sehingga dapat meningkatkan proses penyerapan zat besi hingga 30% (Yusnaini, 2016).

Peneliti berasumsi bahwa peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia ini dikarenakan adanya pemberian kurma. Varietas kurma yang digunakan dalam penelitian ini adalah kurma jenis ajwa karena dari berbagai varietas buah kurma, kurma ajwa memiliki beberapa kelebihan dibandingkan kurma lainnya, salah satunya dapat mencegah penyakit anemia. Kelebihan kurma varietas ini dalam setiap 100 gram berat kering buah kurma ajwa mengandung 50 gram glukosa, 50 gram fruktosa, 2.9 vitamin C, 92 gram vitamin A, dan 1.1 gram tanin. Kandungan gula baik glukosa maupun fruktosa dalam buah kurma ajwa terdapat dalam kadar yang seimbang, sementara untuk vitamin C, vitamin A dan tanin memiliki konsentrasi yang tidak kalah tinggi jika dibandingkan dengan jenis kurma yang lain. Senyawa fitokimia lain seperti flavonoid terdapat sekitar 2.8 gram dalam setiap 100 gram berat kering buah kurma ajwa. Sementara itu kandungan zat besi sebesar 1,2 mg/100 gram dan vitamin c sebesar 6,1 mg/100 gram. S hingga menurut peneliti, peningkatan kadar hemoglobin yang terjadi selain disebabkan oleh adanya asupan zat besi juga diperkuat dengan asupan vitamin c yang terkandung dari dalam buah kurma tersebut, tubuh mendapatkan asupan vitamin c yang dapat membantu mengabsorsi zat besi dalam tubuh.

.

1. **Bivariat**

**Perbandingan Kelompok Perlakuan dan Kontrol terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Anemia di Wilayah Kerja Puskesmas Molingkapoto**

Berdasarkan hasil penelitian ini bahwa peningkatan kadar Hb ibu hamil anemia pada kelompok perlakuan didapatkan nilai signifikann p-value = 0,000 nilai tersebut mempunyai makna p-value < (α) 0,05. Hasil ini juga diperkuat dengan adanya nilai p-value (0,000) < (0,05), maka dari hasil nilai signifikan p-value < (α) 0,05 berarti Ha diterima dan H0 ditolak. Hal tersebut dapat diinterpretasikan bahwa ada pengaruh pemberian kurma terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia di wilayah kerja Puskesmas Molingkapoto. Adanya pengaruh tersebut ditunjukkan dari hasil observasi bahwa sebelum sebelum dilakukan pemberian kurma rata-rata kadar hemoglobin adalah 8,91 gr/dl dan setelah dilakukan pemberian buah kurma rata-rata kadar hemoglobin menjadi 11,37 gr/dl, atau terdapat selisih peningkatan rata-rata sebesar 2,465 gr/dl. Sejalan dengan teori Roosleyn (2018) yang menyatakan bahwa kurma merupakan sumber zat besi dan kalsium yang baik. Kedua zat tersebut sangat berperan dalam pembentukan darah. Kurma mengandung zat besi dalam jumlah cukup tinggi yang dapat berfungsi untuk meningkatkan kadar hemoglobin di dalam sel darah sehigga dapat mencegah terjadinya anemia.

Kurma yang kaya akan zat besi dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Kandungan protein, karbohidrat, dan lemak pada sari kurma serta kandungan glukosa, Ca, Fe, Zn, Cu, P, dan Niasin dengan palmyra yang kaya kandungan Vit A mendukung sintesis hemoglobin, Kandungan sari kurma yang secara tidak langsung juga dapat meningkatkan jumlah trombosit yaitu zat mineral seperti zat besi yang essensial bagi pembentukan hemoglobin. Besi yang segera dibutuhkan untuk produksi sel darah merah diserap ke dalam darah untuk disalurkan ke sumsum tulan dan akan digunakan untuk membentuk hemoglobin bagi sel darah merah baru yang akan mengikat oksigen untuk kebutuhan metabolisme sel terutama ke hati sehingga hati dapat melaksanakan fungsinya dengan baik termasuk menghasilkan hormon trombopoietin (Cholifah & Amalia, 2016).

Menurut asumsi peneliti pada penelitian didapatkan hasil yang signifikan setelah dilakukan intervensi pada responden. Sebagian besar responden mengalami peningkatan kadar hemoglobin yang lebih besar setelah diberikan kurma. Hal tersebut dikarenakan adanya asupan zat besi pada kurma yang cukup tinggi dan ada vitamin c yang akan membantu penyerapan Fe saat proses absorpsi di lambung atau memperlancar peredaran darah sehingga zat besi terdistribusi lancar dalam tubuh. Kurma dapat dikategorikan sebagai salah satu alternatif pilihan dalam memenuhi kebutuhan zat besi selama kehamilan asalkan mengkonsumsi secara rutin agar peningkatan hemoglobin yang diinginkan dapat terjadi secara baik. Protoprofirin yang terbentuk selanjutnya bersama molekul heme dan protein globin sehingga membentuk hemoglobin. Dengan mengkonsumsi buah kurma bagi ibu hamil yang tidak konsumsi tablet Fe dapat menjadikan buah kurma sebagai alternatif zat besi sehingga dapat terhindar dari anemia.

## PENUTUP

### Kesimpulan

1. Rata-rata kadar hemoglobin saat pre test pada responden kelompok perlakuan adalah 8,9433 gr/dl dan saat post test adalah 12,0700 gr/dl.
2. Rata-rata kadar hemoglobin saat pre test pada responden kelompok kontrol adalah 8,8867 gr/dl dan saat post test adalah 10,6700 gr/dl.
3. Perbandingan antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan menunjukkan bahwa kelompok perlakuan mengalami peningkatan kadar hemoglobin yang lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol

**Saran**

Bagi Institusi Kesehatan Dapat merumuskan kebijakan pemberian intervensi non farmakologis sebagai upaya peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil, salah satunya adalah dengan konsumsi buah kurma.

Bagi Pendidikan Menerima hasil penelitian ini sebagai salah satu referensi terkait dalam keperawatan maternitas, sehingga dapat menjadi sumber informasi

Bagi mahasiswa terkait intervensi buah kurma sebagai upaya meningkatkan kadar hemoglobin.

Bagi Ibu Hamil Bagi ibu hamil, agar menjaga kadar hemoglobin untuk tetap dalam batas normal serta selalu mengkonsumsi tablet fe serta makanan dan minuman yang mengandung zat besi. seperti buah kurma.

Bagi Profesi Keperawatan Perawat kiranya dapat memberikan informasi pada masyarakat utamanya ibu hamil untuk mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi seperti buah kurma dan tidak hanya mengandalkan tablet Fe yang diberikan oleh petugas kesehatan

Bagi Peneliti Selanjutnya agar dapat Melakukan penelitian lebih lanjut mengenai upaya intervensi non farmakologi dalam rangka meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil. Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai dasar bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian mengenai ibu hamil trimester III dengan anemia.

**DAFTAR PUSTAKA**

1. Almatsier, S. (2011). Gizi Sembang dalam Daur Kehidupan. Jakarta: PT Gramedia Pustaka.

2. Astapani, N., Harahap, dewi anggriani, & Apriyanti, F. (2020). Hubungan Cara Konsumsi Tablet Fe Dan Peran Petugas Kesehatan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Desa Baru Wilayah Kerja Puskesmas Siak Hulu III Tahun 2019.

3. Cholifah, & Amalia. (2016). Aplikasi Pemberian Kurma sebagai Upaya Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri yang Mengalami Anemia. In The 5th Urecol Proceeding. Yogyakarta: UAD.

4. Dinkes Provinsi Gorontalo. (2021). Profil Kesehatan Provinsi Gorontalo Tahun 2020. Gorontalo: Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo.

5. 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.

6. Najeeba, C., Prabhu, A. S., & Saldanha, P. R. M. (2017). Maternal Anemia and Its Effect on Cord Blood Hemoglobin And Newborn Birth Weight. IOSR Journal of Dental and Medical Sciences Ver. II,

7. Nurnia. (2013). Hubungan Pola Konsumsi dengan Status Hemoglobin Anak Sekolah Dasar di Wilayah Pesisir Kota Makassar. Universitas Hasanuddin Makaasar.

8. Perdana. (2015). Hubungan antara Kadar Hemoglobin (Hb) dengan Prestasi Belajar Siswa MI Muhammadiyah Program Khusus Kecamatan Kartasura Kabupaten Sukoharjo. Universitas Muhammadiyah Surakarta.

9. Pertiwi. (2016). Sari Kurma Untuk Menaikkan Trombosit. Jakarta: Medika

10. Roosleyn. (2018). Pengaruh Buah Kurma (Phoenix Dactylifera) terhadap Kadar Hemoglobin Penderita Anameapada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Natar, Kecamatan Natar, Kabupaten Lampung Selatan. Jurnal Analis Medika Bio Sains, 5(1).

11. Sari. (2018). Manfaat Buah Kurma. Yogyakarta: Home Health.

12. Setiowati, W. (2018). Pengaruh Sari Kurma (Phoenix Dactylifera) terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III (The Influence of Palm Extract (Phoenix Dactylifera) To Increase of Hemoglobin Level To Trimester III Pragnant Woman). Jurnal Darul

Azhar, 6(1), 85– 91.

13. Subagja, H. P. (2013). Ajaibnya Madu, Sari Kurma Ginseng Susu Unta Dan Jintan Hitam. Yogyakarta: Flashbooks.

14. Wirawan, S., Abdi, L. K., Nuriyansari, B., & Ristini. (2015). Pengaruh Pemberian Tablet Besi Dan Tablet Besi Plus Vitamin C Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. Buletin Penelitian Sistem Kesehatan, 18(3).

15. Wulandari, W. (2019). Efektifitas Pemberian Ekstrak Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Di Klinik Sumiariani dan Klinik Pratama Sari Tahun 2019. Poltekkes Kemenkes Medan.

16. Yusnaini. (2016). Pengaruh Konsumsi Jambu Biji (Psidium Guajava.L) terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Anemia yang Mendapat Suplementasi Tablet Fe (Studi kasus ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Indrapuri Kabupaten Aceh Besar Propinsi Aceh). Universitas Diponegoro Semaramg.

17. Chandra, F., Junita, D. D., & Fatmawati, T. Y. (2019). Tingkat Pendidikan dan Pengetahuan Ibu Hamil dengan Status Anemia. Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia, 9(04), 653–659.

18. F, Maria, kondi, A. T. B. dan E. F. (2017). Kabupaten Sumba Barat. 28–42.

19. Saifuddin. 2019. Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.