

PENGARUH PEMBERIAN BUAH KURMA TERHADAP KENAIKAN HEMOGLOBIN IBU HAMIL ANEMIA

Lindia^{1✉}, Winda Maolinda², Frani Mariana³, Susanti Suhartati⁴

^(1,3)Program Studi Sarjana Kebidanan, Universitas Sari mulia, Banjarmasin, , Indonesia

^(2,4)Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Universitas Sari mulia, Banjarmasin, , Indonesia

ARTICLE INFO

Artikel history :

Submitted : 2023-11-10

Accepted : 2024-06-21

Publish : 2024-06-30

Kata kunci :

Hemoglobin, Ibu hamil, Anemia, Kurma

Keywords:

Hemoglobin, Anemia
Pregnant Women, Dates

ABSTRAK

Anemia merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan rendahnya kadar hemoglobin, hematokrit dan jumlah eritrosit di dalam darah. Buah kurma memiliki potensi yang baik dalam meningkatkan serum besi (Fe) di dalam tubuh. Mengetahui pengaruh pemberian buah kurma terhadap kenaikan hemoglobin pada ibu hamil yang anemia di Puskesmas Tumbang Jutuh. Penelitian ini adalah penelitian Eksperimen (Pra Eksperimen, rancangan penelitian menggunakan desain penelitian *pretest-posttest without control group design* antara kelompok perlakuan sebanyak 10 orang dan kelompok kontrol sebanyak 10 orang. Rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberi perlakuan adalah 9,87 gr/dl dan sesudah diberi perlakuan adalah 12,950 gr/dl. Uji *paired t-test* menunjukkan *p value* 0,000 yang berarti ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin ibu hamil anemia. Sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak mendapat perlakuan, rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok kontrol pada pengukuran awal (sebelum) adalah 10,210 gr/dl dan pada pengukuran kedua (sesudah) adalah 10,430 gr/dl. Uji *paired t-test* menunjukkan *p value* 0,893 yang berarti tidak ada perbedaan kadar hemoglobin ibu hamil anemia pada kelompok kontrol. Terdapat pengaruh pemberian buah kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin ibu hamil anemia

ABSTRACT

Anemia is a disease characterized by low levels of hemoglobin, hematocrit and the number of erythrocytes in the blood. Dates have good potential in increasing serum iron (Fe) in the body. To determine the effect of giving dates on the increase in hemoglobin in pregnant women with anemia at the Tumbang Jutuh Community Health Center. This study used a quasi-experimental method to determine the effect of giving dates on the increase in hemoglobin in anemic pregnant women in a treatment group of 10 people and a control group of 10 people. The average hemoglobin level before treatment was 9.87 gr/dl and after treatment was 12,950 gr/dl. The paired t-test shows a p value of 0.000, which means there is an effect of giving dates on increasing hemoglobin levels in anemic pregnant women. Meanwhile, in the control group that did not receive treatment, the average hemoglobin level in the control group at the initial measurement (before) was 10,210 gr/dl and at the second measurement (after) was 10,430 gr/dl. The paired t-test showed a p value of 0.893, which means there was no difference in the hemoglobin levels of anemic pregnant women in the control group. There is an effect of giving dates on increasing hemoglobin levels in anemic pregnant women.

✉ Corresponding Author:

Lindia
Universitas Sari Mulia, Banjarmasin, Indonesia
Telp. 082148956460
Email: Lindia9690@gmail.com

PENDAHULUAN

Anemia merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan rendahnya hemoglobin, hematokrit dan jumlah eritrosit dalam darah. Pada penderita anemia, lebih sering disebut kurang darah, kadar sel darah merah (hemoglobin) dibawah nilai normal. Penyebab anemia bisa karena kurang asupan gizi sebagai bahan untuk produksi darah, misalnya zat besi, asam folat dan vitamin B12. Berdasarkan data WHO (2019), prevalensi kejadian anemia mencapai 46% dan 64% diderita oleh wanita. Volume darah akan meningkat dalam kehamilan yang lazim disebut Hidremia atau Hipervolemia. Namun, peningkatan sel darah tidak sebanding dengan peningkatan plasma sehingga hal tersebut akan mengakibatkan terjadinya pengenceran darah. Perbandingan antara sel darah, plasma dan hemoglobin yang sesuai yaitu dengan persentase sel darah 18%, plasma 30%, dan hemoglobin 19%. Ibu hamil seringkali mengalami defisiensi besi sehingga asupan zat besi yang diberikan pada janin untuk metabolisme hanya sedikit. Janin yang kekurangan zat besi dapat mengalami gangguan atau hambatan pertumbuhan sel tubuh maupun sel otak¹.

Menurut survey WHO (2017), mendapatkan hasil bahwa 35-75% ibu hamil yang mengalami defisiensi zat besi akan semakin meningkat seiring dengan bertambahnya usia kehamilan. Hasil survey menunjukkan kematian ibu hamil di beberapa negara berkembang mencapai 40% disebabkan oleh anemia yang dipicu akibat defisiensi zat besi serta pendarahan akut. Di Indonesia mencapai 48,9%, hal tersebut menjadi kondisi yang sangat perlu mendapatkan perhatian khusus untuk diberikan penanganan dari tenaga kesehatan². Data Puskesmas Tumbang Jutuh tahun 2020 menunjukkan terdapat 32 (31,06%) kasus kejadian anemia, tahun 2021 terdapat 68 (54,4%) kasus kejadian anemia, tahun 2022 terdapat 38 (20,1 %) kasus kejadian anemia. Hasil tersebut menunjukkan masih banyaknya kasus anemia.

Kebijakan pemerintah dalam memberikan penanganan untuk mengatasi tingginya prevalensi anemia pada ibu hamil yaitu dengan pemberian tablet penambah darah selama masa kehamilan. Namun, prevalensi anemia pada ibu masih terbilang cukup tinggi. Selain itu efek samping lain yang terjadi akibat penggunaan tablet penambah darah yaitu dapat menimbulkan gangguan saluran gastrointestinal¹.

Salah satu alternatif yang dapat dijadikan upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah dengan mengkonsumsi makanan atau buah yang mengandung nutrisi tinggi untuk mengatasi anemia dan mencukupi kebutuhan zat besi pada ibu hamil².

Kandungan kurma sangat baik untuk kesehatan, karena mengandung Riboflavin, Niasin, Piridoksal, dan Folat. Buah ini mudah didapatkan dan dikonsumsi, serta tidak memiliki efek samping jika dikonsumsi setiap hari. Menurut hasil penelitian³, tentang pengaruh pemberian buah kurma terhadap hemoglobin pada ibu hamil menyebutkan bahwa adanya pengaruh dari pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada masa kehamilan. Hal tersebut dikarenakan buah kurma mengandung nutrisi terbaik dan sangat mudah untuk diserap tubuh³.

Berdasarkan latar belakang tersebut, tujuan peneliti ini yaitu mengetahui pengaruh pemberian buah kurma terhadap kenaikan hemoglobin pada pasien ibu hamil di Puskesmas Tumbang Jutuh

METODE

Penelitian ini adalah penelitian *Eksperiment (Pra Eksperiment*, rancangan penelitian menggunakan desain penelitian *pretest-posttest without control group design* menggunakan satu jenis perlakuan. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Tumbang

Jutuh. Populasi sebanyak 30 orang yang diperoleh dari data pasien bulan Januari – Mei 2023. Sampel yang digunakan yang berjumlah 20 orang dan memenuhi kriteria inklusi yg terdiri 10 orang sampel kontrol dan 10 orang sampel intervensi. Analisis bivariat menggunakan Uji *paired t-test*.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Kadar Hemoglobin Kelompok Sebelum dan Sesudah Perlakuan

No.	Item	Minimal	Maksimal
Sebelum Perlakuan			
1	Kadar hemoglobin sebelum diberi buah kurma	8,8	10,7
2	Kadar hemoglobin sebelum pada kelompok kontrol	9,3	10,5
Sesudah Perlakuan			
1	Kadar hemoglobin sesudah diberi buah kurma	11,7	13,9
2	Kadar hemoglobin sesudah pada kelompok kontrol	9,1	11,3

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 1 menunjukkan sebelum perlakuan kadar hemoglobin sebelum diberi kurma dengan nilai minimal 8,8 dan maksimal 10,7. Pada Kelompok kontrol dengan nilai minimal 9,3 dan maksimal 10,5. Sesudah perlakuan kadar hemoglobin sebelum diberi kurma dengan nilai minimal 11,7 dan maksimal 13,3. Pada Kelompok kontrol dengan nilai minimal 9,1 dan maksimal 11,3.

Analisis Bivariat

Tabel 2 Hasil Uji Distribusi Normalitas Data

No.	Kelompok	Item	P value	Keterangan
1	Perlakuan	Kadar hemoglobin sebelum diberi buah kurma	0,144	Normal
		Kadar hemoglobin sesudah diberi buah kurma	0,321	Normal
2	Kontrol	Kadar hemoglobin sebelum pada kelompok control	0,326	Normal
		Kadar hemoglobin sesudah pada kelompok control	0,292	Normal

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 2 menunjukkan pada uji normalitas didapatkan pada kelompok perlakuan sebelum diberikan kurma *P-value sebesar 0,144* dan setelah diberikan kurma menjadi 0,321, sedangkan pada Kelompok kontrol sebelum dengan *P-value sebesar 0,326* dan sesudah 0,292

Tabel 3 Hasil Uji Paired T-Test

No.	Kelompok	Item	Rata-Rata	P-value
1	Perlakuan	Kadar hemoglobin sebelum diberi buah kurma	9,87	0,000
		Kadar hemoglobin sesudah diberi buah kurma	12,95	
2	Kontrol	Kadar hemoglobin sebelum pada kelompok control	10,21	0,240
		Kadar hemoglobin sesudah pada kelompok control	10,43	

Sumber: Data Primer, 2023

Tabel 3 menunjukkan pada uji paired T-Test, didapatkan pada Kelompok perlakuan *P-value sebesar 0,000* dan pada Kelompok kontrol *P-value sebesar 0,240*. Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin ibu hamil anemia.

PEMBAHASAN

Anemia atau rendahnya kadar hemoglobin dalam tubuh seringkali terjadi pada kehamilan. Mengonsumsi sediaan suplementasi besi (Fe) yang rutin dan tepat akan membantu menjaga kebutuhan zat besi bagi ibu hamil. Suplementasi besi (Fe) tidak hanya bisa didapatkan dari sediaan tablet besi (Fe), namun juga bisa diperoleh dari berbagai sumber lain seperti buah kurma, kacang-kacangan, sayuran hijau, daging, telur dan lainnya. Buah kurma memiliki potensi yang baik dalam meningkatkan serum besi (Fe) di dalam tubuh. Selain mengandung zat antioksidan yang tinggi, buah kurma juga memiliki beberapa kandungan nutrisi lain seperti gula pereduksi glukosa, fruktosa dan sukrosa³.

Penelitian ini dilakukan pada dua kelompok yang terdiri dari kelompok kontrol dan kelompok uji, dimana masing-masing kelompok terdiri dari 10 responden ibu hamil yang berada di wilayah Puskesmas Tumbang Jutuh. Kelompok uji akan diberikan intervensi berupa pemberian buah kurma yang diberikan 3x sehari sebanyak 3 butir selama 7 hari, dan akan diamati kadar hemoglobin sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Adapun kelompok kontrol digunakan sebagai kelompok pembanding tanpa adanya pemberian intervensi, namun tetap dilakukan pengamatan kadar hemoglobin sebagai perbandingan. Peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini memerlukan bantuan dari keluarga untuk mengontrol ibu mengonsumsi buah kurma dalam waktu satu minggu.

Hasil analisis sebelum intervensi pada kelompok kontrol dan kelompok uji berturut-turut yaitu didapatkan rata-rata kadar hemoglobin 9,87 g/dl dan 10,43 g/dl. Adapun hasil pengukuran kadar hemoglobin sesudah perlakuan pada kelompok kontrol yaitu 10,21 g/dl dan kelompok uji yaitu 12,95 g/dl. Berdasarkan hasil tersebut dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah intervensi buah kurma pada kelompok uji. Adapun pada kelompok kontrol yang tanpa pemberian intervensi tidak terdapat peningkatan kadar hemoglobin yang signifikan.

Penelitian lainnya juga dilakukan oleh⁴ tentang pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan jumlah responden sebanyak 15 ibu hamil trimester I dan II yang dilakukan observasi selama 2 minggu, mendapatkan hasil penelitian bahwa terdapat pengaruh antara pemberian sari kurma dengan peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester I dan II, hal ini berarti konsumsi kurma secara rutin akan mampu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil⁵.

Vitamin C dalam buah kurma juga berperan dalam mengatur keseimbangan besi dengan menghambat ekspresi hepcidin, menjadikan vitamin C berpotensi menurunkan resiko defisiensi besi pada tubuh. Buah kurma juga mengandung nutrisi lainnya seperti vitamin A. Metabolisme vitamin A yang terkandung dari buah kurma juga memiliki implikasi terhadap homeostasis zat besi, sehingga kekurangan vitamin A dapat menyebabkan resiko defisiensi zat besi⁶.

Berdasarkan hasil uji normalitas uji *Shapiro wilk* menunjukkan data terdistribusi secara normal ($>0,05$) pada kelompok kontrol maupun kelompok uji, sehingga analisis bivariat menggunakan uji *paired t-test* dapat dilihat pada tabel 4.4 didapatkan hasil rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok uji sebelum dilakukan intervensi adalah 9,87gr/dl dan sesudah dilakukan intervensi adalah 12,950 gr/dl. Hasil uji statistik menggunakan uji *paired t-test* menunjukkan nilai *p value* 0,000 sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin ibu hamil anemia. Adapun pada kelompok kontrol yang tidak mendapat intervensi,

didapatkan rata-rata kadar kelompok pada pengukuran awal (sebelum) adalah 10,21 gr/dl dan pada pengukuran kedua (sesudah) adalah 10,43 gr/dl. Hasil uji statistik menggunakan uji *paired t-test* menunjukkan nilai p value 0,240 sehingga H_0 diterima dan H_a ditolak yang berarti tidak ada perbedaan kadar hemoglobin ibu hamil anemia pada kelompok kontrol.

Penelitian lainnya yang sejalan dilakukan oleh (Megasari & Triana, 2022) tentang pemberian buah kurma pada ibu hamil sebagai upaya untuk meningkatkan kadar hemoglobin dari sekelompok ibu hamil yang diberikan intervensi selama 3 bulan menunjukkan hasil bahwa terjadi peningkatan kadar hemoglobin setelah mengkonsumsi buah kurma, yang berarti terdapat pengaruh antara pemberian buah kurma dengan kadar hemoglobin ibu hamil. Buah kurma apabila dikonsumsi dengan benar dapat dijadikan suplementasi besi yang mampu meningkatkan kadar hemoglobin bagi ibu hamil tanpa adanya efek samping mual, muntah, sakit kepala dan anoreksia yang dapat ditimbulkan akibat suplementasi tablet besi⁷.

Peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini memerlukan bantuan dari kader dan keluarga untuk mengingatkan ibu mengkonsumsi buah kurma sesuai dengan anjuran karena peneliti mempunyai keterbatasan waktu untuk mengontrol ibu mengkonsumsi buah kurma.

SIMPULAN

Rata-rata kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia sebelum pemberian buah kurma pada kelompok intervensi yaitu 9,87 g/dl dan kelompok kontrol yaitu 10,43 g/dl. Dari hasil analisis bivariat didapatkan, terdapat pengaruh pemberian buah kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin ibu hamil anemia.

DAFTAR PUSTAKA

- Audrias, A., Maternity, D., Yuliasari, D., & Mariza, A. (n.d.). Pemberian Sari Kurma Dapat Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu.
- Yulianti, T., & Utami, I. T. (2021). *Pemberian Kurma Ajwa Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III*. *Human Care Journal*, 6(2), 370. <https://doi.org/10.32883/hcj.v6i2.1245>
- Megasari, M., & Triana, A. (2022). Pemberian Buah Kurma Pada Ibu Hamil Sebagai Upaya Peningkatan Kadar Haemoglobin. *Community Engagement & Emergence Journal*, 3(2), 195–201.
- Rahmawati, A., & Silviana, Y. (n.d.). Pengaruh Konsumsi Kurma (Phoenix Dactylifera) terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin : A Review.
- Dinda Sephia, E., Author, C., Studi Pendidikan Dokter, P., Kedokteran, F., & Lampung, U. (n.d.). Pengaruh Pemberian Sari Kurma (Phoenix Dactylifera) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil.
- Hermawan, D., Simatupang, Y. C., Kurniasari, D., Iqmy, L. O., Malahayati, U., & Lampung, B. (2021). Pengaruh Konsumsi Buah Kurma (Phoenix Dactylifera) Dan Tablet Fe Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Ibu Hamil Dengan Anemia. 7(3), 555–561.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 41 Tahun 2014. (n.d.).
- Rahmawati, A., & Silviana, Y. (n.d.). Pengaruh Konsumsi Kurma (Phoenix Dactylifera) terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin : A Review.

- Saku, B. (n.d.). Kurma Untuk Meningkatkan Hemoglobin Pada Ibu Hamil Melalui Buku Saku Oleh: Intan Meilia Haningtyas Program Studi Diii Kebidanan Universitas 'Aisyiyah Surakarta 2020 Kurma Untuk Meningkatkan Hemoglobin Pada Ibu Hamil Melalui Buku Saku 2.
- Ayu Susilowati, D. (n.d.). Pengaruh Pemberian Buah Kurma Pada Ibu Hamil Tm Iii Dengan Anemia Terhadap Kadar Hemoglobin Di Bpm Tri Rahayu Setyaningsih Cangkringan Sleman Yogyakarta 1.
- Azkiyah, S. Z., & Rahimah, H. (2022). Analisis Kadar Zat Besi (Fe) dan Vitamin C pada Ekstrak Buah Kurma (Phoenix Dactylifera L.) Analysis of Iron (Fe) and Vitamin C Kadar Levels on Dates Fruit Extract (Phoenix Dactylifera L.). 1(4), 363–374.
- Yulianti, T., & Utami, I. T. (2021). Pemberian Kurma Ajwa Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. Human Care Journal, 6(2), 370. <https://doi.org/10.32883/hcj.v6i2.1245>
- Yulita, N., & Febriani, A. (n.d.). Efektifitas Sari Kurma Dalam Peningkatan Hb Ibu Hamil Di Kota Pekanbaru.
- Sugiyono. (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Alfabeta.CV.
- Women Hb pada Ibu Hamil *Effect of Dates Extract on Increasing Hb Levels in Pregnant Women Artikel info Artikel history*. Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.463>