



Artikel Penelitian

Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil

Effect of Dates Extract on Increasing Hb Levels in Pregnant Women

Irmawati. S¹, Rosdiana Rosdiana²

¹ Kesehatan Reproduksi, Universitas Mega Rezky

² Kebidanan, Universitas Mega Rezky

Artikel info

Artikel history:

Received; September 2020

Revised; September 2020

Accepted; Oktober 2020

Abstrak

Anemia pada kehamilan dapat mengakibatkan dampak yang membahayakan bagi ibu dan janin. Bahaya anemia terhadap kehamilan dapat terjadi abortus, persalinan prematuritas, mudah terjadi infeksi, ancaman dekomposisi Hemoglobin kurang dari enam, mola hidatidosa, hyperemesis gravidarum, perdarahan antepartum dan ketuban pecah. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Barrang Lompo Makassar, Metode penelitian yang digunakan adalah pre-eksperimental dengan rancangan one group pretest post test. Penelitian ini menggunakan satu kelompok studi intervensi yaitu kelompok pemberian sari kurma terhadap ibu hamil. Hasil penelitian dari lima belas responden menunjukkan bahwa ada peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil setelah diberikan sari kurma di Puskesmas Barrang Lompo, Kesimpulan dalam penelitian adalah ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil artinya bahwa dengan mengkonsumsi sari kurma 3kali sehari dengan teratur selama kehamilan dapat meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil.

Abstract

Anemia in pregnancy can have harmful effects on the mother and the fetus. The dangers of anemia in pregnancy can occur with abortion, prematurity of labor, easy infection, threat of decompensation of hemoglobin less than six, hydatidiform mole, hyperemesis gravidarum, antepartum bleeding and rupture of membranes. The research objective was to determine the effect of date palm juice on the increase in hemoglobin levels in pregnant women at Barrang Lompo Public Health Center Makassar. The research method used was pre-experimental with a one group pretest post test design. This study used an intervention study group, namely the group giving date palm juice to pregnant women. The results of the research of fifteen respondents showed that there was an increase in hemoglobin levels in pregnant women after being given date palm juice at the Barrang Lompo Health Center. pregnancy can increase Hb levels in pregnant women

Keywords:

Anemia;
Sari dates;
Hemoglobin;
Pregnant mother;

Corresponden author:

Email: chimma.adiban2@gmail.com



artikel dengan akses terbuka dibawah lisensi CC BY -4.0

Pendahuluan

Anemia dalam kehamilan merupakan suatu kondisi ibu dengan kadar nilai hemoglobin di bawah 11 gr% pada trimester satu dan tiga, atau kadar hemoglobin kurang dari 10 gr% pada trimester dua. Darah akan bertambah banyak dalam kehamilan yang lazim disebut Hidremia atau Hipervolemia. Akan tetapi bertambahnya sel darah kurang dibandingkan dengan bertambahnya plasma sehingga terjadi pengenceran darah. Perbandingan tersebut adalah sebagai berikut: plasma 30%, sel darah 18%, dan hemoglobin 19%. Ibu hamil umumnya mengalami defisiensi besi sehingga hanya memberi sedikit zat besi pada janin yang di butuhkan untuk metabolisme besi yang normal. Kekurangan zat besi dapat menimbulkan gangguan atau hambatan pertumbuhan janin baik sel tubuh maupun sel otak (R. D. Rahayu, 2017).

Anemia pada kehamilan dapat mengakibatkan dampak yang membahayakan bagi ibu dan janin. Bahaya anemia terhadap kehamilan dapat terjadi abortus, persalinan prematuritas, mudah terjadi infeksi, ancaman dekomposisi (Hb < 6), mola hidatidosa, hyperemesis gravidarum, perdarahan antepartum dan ketuban pecah. Bahaya anemia saat persalinan yaitu terjadi gangguan his, kala satu memanjang, terjadi partus lama, kala dua lama, kala tiga dapat terjadi retensio plasenta, dan kala empat dapat terjadi perdarahan postpartum primer dan sekunder. Bahaya pada kala nifas yaitu dapat terjadi subinvolusi uteri infeksi puerperium, pengeluaran ASI berkurang, dan mudah terjadi infeksi mammae. Sedangkan bahaya anemia terhadap janin adalah dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan janin, kematian intrauterine, berat badan lahir rendah, dapat terjadi cacat bawaan, mudah terjadi infeksi. Oleh karena itu anemia memerlukan perhatian khusus dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan pada lini terdepan (Manuaba, 2010).

Kebutuhan zat besi ibu hamil meningkat sehingga dibutuhkan tambahan 700-800 mg, antara lain 500 mg untuk meningkatkan hemopoiesis, 300 mg untuk kebutuhan janin untuk proses hemopoiesis selama dalam kandungan, 200 mg untuk cadangan kehilangan karena perdarahan pascapartus. Atau bisa dibilang dibutuhkan tambahan zat besi sekitar 30-60 mg per hari. Sejumlah kecil zat besi ditemukan pada buah-buahan, sayuran, biji-bijian, dan daging pada menu makanan sehari-hari. Kurma mengandung gula asli dalam bentuk glukosa dan fruktosa, kaya protein, serat, mineral, seperti besi, kalsium, sodium, dan potasium (Sendra et al., 2016). Buah yang menjadi ciri khas bangsa timur tengah ini ternyata mengandung banyak manfaat bagi ibu hamil, melahirkan, serta masa nifas.

Kematian ibu 15-20% secara langsung atau tidak langsung berhubungan dengan anemia. Anemia pada kehamilan juga berhubungan dengan meningkatnya kesakitan ibu. Anemia adalah suatu keadaan adanya penurunan kadar hemoglobin, hematokrit, dan atau jumlah eritrosit di bawah nilai normal. Anemia karena defisiensi zat besi merupakan penyebab utama anemia pada ibu hamil dibandingkan dengan defisiensi zat gizi lain. Oleh karena itu anemia gizi pada masa kehamilan sering diidentikkan dengan anemia gizi besi (Andriani, 2009). Tujuan penelitian mengetahui pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar HB pada ibu hamil.

Metode

Jenis penelitian ini adalah *pre-eksperimental* dengan rancangan *one group pretest post test*. Penelitian ini menggunakan 1 kelompok studi intervensi yaitu kelompok memberikan sari kurma terhadap ibu hamil, penelitian ini dilaksanakan pada Bulan Juli sampai Desember pengambilan sampel ditentukan dengan Teknik *purposive sampling* dengan kriteria yaitu ibu hamil yang datang periksa di puskesmas Barrang Lompo pada bulan saat penelitian berlangsung kriteria sampel yaitu Ibu hamil yang terdaftar di puskesmas Barrang Lompo, Ibu hamil yang bersedia menjadi responden, Ibu hamil mau menandatangani informed consent, Ibu hamil yang mau mengkonsumsi sari kurma, Ibu hamil trimester I atau II, Ibu hamil yang anemia dan Ibu Primigravida.

Tehnik pengumpulan data secara obsevasional dengan melakukan pengamatan secara langsung keobyek penelitian untuk melihat dari dekat kegiatan yang dilakukan dan hasil yang diperoleh serta wawancara secara tidak terstruktur merupakan wawancara yang bebas dimana peneliti tidak menggunakan pedoman wawancara melainkan hanya berupa garis-garis besar permasalahan yang akan digunakan. Analisis data adalah uji normalitas yang bertujuan untuk menguji apakah data residual dalam model regresi terdistribusi normal atau tidak, pengujian normalitas data secara multivariate dilakukan dengan menggunakan uji Kolmogorov smirnov sedangkan analisis bivariante menggunakan uji T-Test dengan metode Paried sampel t-Test. Berdasarkan kriteria tersebut diperoleh jumlah sampel sebanyak 15 responden. Bahan utama dari penelitian ini yaitu Sari kurma dalam bentuk kemasan yang dapat diberikan pada ibu hamil sebanyak 3x2 sendok makan/hari selama 2 minggu. Dengan cara dilakukan pemeriksaan Hb sebelum di berikan sari kurma dan dilakukan pemeriksaan Hb setelah di berikan sari kurma.

Hasil Dan Pembahasan

Tabel 1 Distribusi frekuensi berdasarkan Umur dan Pendidikan Ibu Hamil

Umur (Tahun)	Frekuensi (f)	Presentase (%)
20-25	8	53,3
26-30	7	46,7
Total	15	100
Pendidikan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
SMP	5	33,3
SMA	7	46,7
S1	3	20,0
Total	15	100

Sumber: Data Primer, 2020

Bahwa dari 15 responden terdiri dari 8 orang (53,3%) ibu hamil dengan umur 20-25 tahun dan 7 orang (46,7%) ibu hamil dengan umur 26-30 tahun. Sedangkan berdasarkan karakteristik pendidikan dari 15 responden terdiri dari 5 orang (33,3%) ibu hamil dengan tingkat pendidikan SMP, 7 orang (46,7%) ibu hamil dengan tingkat pendidikan SMA dan 3 orang (20,0%) ibu hamil dengan tingkat pendidikan S1.

Tabel 2 Distribusi frekuensi berdasarkan Pendidikan Ibu Hamil

Pekerjaan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
IRT	12	80,0
GURU	2	13,3
PNS	1	6,7
Total	15	100

Sumber: Data Primer, 2020

Bahwa dari 15 responden terdiri dari 12 orang (80,0%) ibu hamil yang bekerja sebagai IRT, 2 orang (13,3%) ibu hamil yang bekerja sebagai guru dan 1 orang (6,7%) ibu hamil dengan tingkat pendidikan PNS.

Tabel 3 Uji Normalitas Pengaruh Pemberian Sari Kurma Tahun 2020

Variabel	Sig A	n	A	Keterangan
Sebelum Pemberian Sari Kurma	0,200	15	0,05	Terdistribusi Normal
Setelah Pemberian Sari Kurma	0,200	15	0,05	Terdistribusi Normal

Sumber: Uji Normalitas, 2020

Bahwa terdapat 15 sampel dengan nilai sig. A sebelum pemberian sari kurma sebesar 0,200 > 0,05 maka data tersebut terdistribusi normal dan nilai sig. A setelah pemberian sari kurma sebesar 0,200 > 0,05 maka data tersebut terdistribusi normal.

Tabel 4 Distribusi frekuensi Kadar Hb Sebelum dan Setelah Pemberian Sari Kurma

Kadar Hb Sebelum Pemberian Sari Kurma	Frekuensi (f)	Presentase (%)
≥ 11 gr/dl	0	0
9-10,9 gr/dl	14	93,3
7-8,9 gr/dl	1	6,7
< 7 gr/dl	0	0
Total	15	100
Kadar Hb Setelah Pemberian Sari Kurma	Frekuensi (f)	Presentase (%)
≥ 11 gr/dl	13	86,7
9-10,9 gr/dl	2	13,3
7-8,9 gr/dl	0	0
< 7 gr/dl	0	0
Total	15	100

Sumber: Data Primer, 2020

Bahwa dari 15 responen sebelum pemberian sari kurma terdiri dari 0 orang (0%) ibu hamil dengan kadar Hb ≥ 11 gr/dl, 14 orang (93,3%) ibu hamil dengan kadar Hb 9-10,9 gr/dl, 1 orang (6,7%) ibu hamil dengan kadar Hb 7-8,9 gr/dl dan 0 orang (0%) ibu hamil dengan kadar Hb < 7 gr/dl. Sedangkan setelah pemberian sari kurma terdiri dari 13 orang (86,7%) ibu hamil dengan kadar Hb ≥ 11 gr/dl, 2 orang (13,3%) ibu hamil dengan kadar Hb 9-10,9 gr/dl, 0 orang (0%) ibu hamil dengan kadar Hb 7-8,9 gr/dl dan 0 orang (0%) ibu hamil dengan kadar Hb < 7 gr/dl.

Tabel 5 Hasil Analisis *Paired sampel t-Test* Pengaruh Pemberian Sari Kurma

	Mean	Std. Deviation	t	P
Sebelum Pemberian Sari Kurma	10,18			
Setelah Pemberian Sari Kurma	11,31	0,25820	14,000	0,000

Sumber: Uji *T-test*, 2020

Analisa bivariat diperoleh 15 orang sampel dimana sebelum pemberian sari kurma memperoleh nilai mean sebesar 10,18 dan setelah pemberian sari kurma memperoleh nilai mean sebesar 11,31. Hasil uji *T-Test* menunjukkan bahwa nilai *p* sebesar $0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima sehingga hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh antara pemberian sari kurma dengan kadar hemoglobin.

Anemia pada ibu hamil disebabkan karena masih kurang dan rendahnya asupan gizi, dan juga dapat disebabkan karena ketidaktahuan tentang pola makan yang benar. Zat besi sangat dibutuhkan untuk perkembangan otak bayi diawal kelahirannya. Kekurangan zat besi sejak sebelum hamil bila tidak diatasi dapat mengakibatkan ibu hamil menderita anemia (Parulian, 2018). Bahwa ada pengaruh sari kacang ijo dan tablet fe terhadap peningkatan kadar Hb Pada ibu hamil yang anemia (Misra & Marliah, 2019). Perubahan hematologi sehubungan dengan kehamilan disebabkan karena perubahan sirkulasi yang semakin meningkat terhadap plasenta dari pertumbuhan payudara. Volume plasma meningkat 45-65% dimulai dari trimester ke-2 kehamilan, dan maksimum terjadi pada bulan ke-9 dan meningkatnya sekitar 1000 ml, menurun sedikit menjelang aterm serta kembali normal 3 bulan setelah persalinan. Stimulasi yang meningkatkan volume plasma seperti laktogen pasenta, yang menyebabkan peningkatan sekresi aldosteron (Astria, 2017). Bahwa ada pengaruh kehamilan usia remaja terhadap kejadian anemia dan KEK pada ibu hamil (Nabila, 2020)

Menurut (Susilawati, 2016) bahwa ibu hamil yang mengalami anemia yaitu memiliki kadar Hb ≤ 10 gr/dL. Ibu hamil yang mengalami anemia biasanya ditandai dengan berbagai macam gejala diantaranya lemah, lesu, pusing dan lain-lain. Ibu hamil yang mengalami anemia disebabkan karena kekurangan zat besi. Bahwa ada hubungan tingkat menengah antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kasus anemia pada ibu hamil (Purbadewi & Ulvie, 2013). Keteraturan kunjungan ANC dan kepatuhan konsumsi tablet Fe berhubungan dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III (Nurmasari & Sumarmi, 2019). Bahwa usia reproduksi yang sehat belum tentu menjamin kesehatan ibu dan bayi pada saat persalinan. Ada satu fenomena yang melatar belakangi kejadian suatu penyakit anemia diantaranya pengetahuan yang kurang terhadap asupan nutrisi (Mulyati et al., 2018).

Menurut (Parulian, 2018) tingkat pendidikan ibu hamil yang rendah akan mempengaruhi penerimaan informasi sehingga pengetahuan tentang zat besi (Fe) menjadi terbatas dan berdampak pada terjadinya defisiensi besi. Bahwa terdapat hubungan pendidikan dengan anemia ibu hamil (Mariza, 2016). Peningkatan rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil dalam penelitian ini lebih besar dibandingkan dengan penelitian yang dilakukan (Munafiah et al., 2019) yang menunjukkan kenaikan kadar hemoglobin pada ibu nifas sesudah konsumsi kurma hanya sebesar 1,2 gr/dL. Bahwa peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil sesudah mengkonsumsi buah jambu biji (Retnorini et al., 2017). Sari kurma yang kaya akan zat besi dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Sintesis hemoglobin dimulai di dalam proeritroblas dan dilanjutkan sedikit dalam stadium retikulosit. Saat retikulosit

meninggalkan sumsum tulang dan masuk ke dalam aliran darah, retikulosit tetap membentuk sedikit hemoglobin. Kandungan zat besi dapat mensintesis pembentukan heme yang dapat memacu kadar Hemoglobin. Kandungan protein, karbohidrat dan lemak pada sari kurma mendukung proses sintesis hemoglobin. Karbohidrat dan lemak membentuk suksinil CoA yang selanjutnya bersama glisin akan membentuk protoporfirin melalui serangkaian proses porfirinogen. Protoporfirin yang terbentuk selanjutnya bersama molekul heme dan protein globin membentuk hemoglobin (Sepduwiana & Sutrianingsih, 2017).

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 (M. A. Rahayu et al., 2016)

Simpulan Dan Saran

Bahwa terdapat pengaruh antara pemberian sari kurma dengan kadar peningkatan hemoglobin pada ibu hamil. Perlunya peningkatan KIE (Komunikasi, Informasi dan Edukasi) pada ibu hamil tentang upaya-upaya kesehatan saat kehamilan, persalinan dan masa nifas dan pembuatan pemetaan ibu hamil yang mempunyai risiko dan selalu melakukan pemantauan dan pengawasan terhadap ibu hamil.

Daftar Rujukan

- Andriani, A. D. R. (2009). *Gambaran Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Ibu Hamil Terhadap Anemia Defisiensi Fe Di Kelurahan Jatihandap Wilayah Kerja Puskesmas Mandala Mekar Kota Bandung*. Universitas Kristen Maranatha.
- Astriana, W. (2017). Kejadian anemia pada ibu hamil ditinjau dari paritas dan usia. *Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 217394.
- Manuaba, I. B. G. (2010). Ilmu kebidanan, penyakit kandungan dan keluarga berencana. *Jakarta: EGC*, 15, 157.
- Mariza, A. (2016). Hubungan pendidikan dan sosial ekonomi dengan kejadian anemia pada ibu hamil di BPS T Yohan Way Halim Bandar Lampung tahun 2015. *Holistik Jurnal Kesehatan*, 10(1), 5–8.
- Misra, M., & Marliah, M. (2019). Pengaruh Sari Kacang Ijo Dan Tablet Fe Terhadap Peningkatan Kadar Hb Ibu Hamil dengan Anemia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 69–73.
- Mulyati, T., Ginting, F. R. R., Bahagiawati, H., & Aizahroni, A. (2018). Hubungan antara Pengetahuan tentang Anemia dengan Asupan Gizi pada Ibu Hamil dengan Resiko Terjadinya Anemia dalam Kehamilan di Puskesmas Kecamatan Kembangan, Jakarta Barat Periode 10-18 Desember 2007. *Ebers Papyrus*, 13(4), 169–176.
- Munafiah, D., Kusyati, E., & Inayati, N. (2019). Pemberian Tablet Fe dan MAMA (Madu Kurma) Meningkatkan Kadar Hemoglobin Kehamilan Aterm dalam Persiapan Persalinan. *Prosiding Seminar Nasional Unimus*, 2.
- Nabila, I. (2020). Pengaruh Kehamilan Usia Remaja terhadap Kejadian Anemia dan KEK pada Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 11(1), 554–559.
- Nurmasari, V., & Sumarmi, S. (2019). Hubungan Keteraturan Kunjungan Antenatal Care dan Kepatuhan Konsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Kecamatan Maron Probolinggo. *Amerta Nutrition*, 3(1), 46–51.
- Parulian, I. (2018). Strategi dalam Penanggulangan Pencegahan Anemia pada Kehamilan. *Jurnal Ilmiah Widya*, 4(3).

- Purbadewi, L., & Ulvie, Y. N. S. (2013). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil. *Jurnal Gizi*, 2(1).
- Rahayu, M. A., Nugraheni, G., & Rahayu, S. (2016). Pengaruh Pemberian Buah Kurma Kering (Tamr) Mulai Usia Kehamilan 37mg Terhadap Kemajuan Proses Persalinan Pada Ibu Bersalin Di Rumah Bersalin G Bekasi. *Health Science Growth (HSG) Journal*, 1(1).
- Rahayu, R. D. (2017). Efektivitas Penambahan Sari Kurma Dalam Pemenuhan Gizi Ibu Hamil Anemia Di Puskesmas Wedi, Kabupaten Klaten. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 2(2).
- Retnorini, D. L., Widatiningsih, S., & Masini, M. (2017). Pengaruh pemberian tablet fe dan sari kacang hijau terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil. *Jurnal Kebidanan*, 6(12), 8-16.
- Sendra, E., Pratamaningtyas, S., & Panggayuh, A. (2016). Pengaruh Konsumsi Kurma (Phoenix Dactylifera) Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Ii Di Wilayah Puskesmas Kediri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(1), 96-104.
- Sepduwiana, H., & Sutrianingsih, R. N. S. (2017). Hubungan Jarak Kehamilan dan Kepatuhan Mengonsumsi Tablet Fe dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Rambah Samo 1. *Jurnal Martenity and Neonatal*, 2(4).
- Susilawati, M. (2016). Hubungan Paritas Dan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Ibu Hamil. *Jurnal Ilmu Kebidanan*, 5(1), 41-48.