

Efektivitas Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia

Ayunda Sinta Sumitran

Universitas `Aisyiyah

Alamat: Jl. Kapulogo No. 3 Griyan Pajang Laweyan Surakarta

Email : penulis.pertama@email.com

Abstract. *Background: Anemia in pregnant women when the hemoglobin level is below 11gr/dL. Dates are one of the non-pharmacological therapies in the treatment of anemia. Research objective: to determine the effectiveness of giving dates to increase hemoglobin levels in anemic pregnant women. Research method: This research design uses experimental methods. In this study using the research design Two Group Pre test Post test Control Design. The population in this study were all pregnant women at the Independent Midwife Practice, a total of 50 people who experienced anemia. The sample studied was 20 pregnant women who experienced anemia. The experimental group was given 7 dates of dates every day for 7 days and the control group only consumed Fe tablets. Results: The average value of hemoglobin levels in the pretest control group was 10.090 ± 5685 gr/dl while the posttest was 10.210 ± 0.4999 gl/dl. The average value of hemoglobin levels in the pretest treatment group was 10.100 ± 0.6360 gl/dl while the posttest was 11.310 ± 0.7608 gl/dl. The Mann Witney test showed that the difference in hemoglobin levels between the treatment group and the case group resulted in a p value of $0.004 < 0.005$, which means that there was a difference in the results of hemoglobin levels between the dates given group and the case group. Conclusion: dates are effective in increasing hemoglobin levels in anemic pregnant women.*

Keywords: Dates, Hemoglobin Levels, Pregnant Women

Abstrak. Latar Belakang : Anemia pada ibu hamil bila kadar hemoglobin dibawah 11gr/dL. Kurma merupakan salah satu terapi nonfarmakologi dalam pengobatan anemia. Tujuan penelitian : untuk mengetahui efektifitas pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia. Metode penelitian : Desain penelitian ini menggunakan metode eksperimental. Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian Two Group Pre test Post tes Control Design. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil di Praktik Mandiri Bidan sejumlah 50 orang yang mengalami anemia. Sampel yang diteliti yaitu sebanyak 20 ibu hamil yang mengalami anemia. Kelompok eksperimen diberikan kurma sebanyak 7 butir setiap hari selama 7 hari dan kelompok kontrol hanya mengonsumsi tablet Fe. Hasil : Nilai rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok kontrol pretest $10,090 \pm 5685$ gr/dl sedangkan posttest $10,210 \pm 0,4999$ gl/dl. Nilai rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok perlakuan pretest $10,100 \pm 0,6360$ gl/dl sedangkan posttest $11,310 \pm 0,7608$ gl/dl. Uji mann witney dapat diketahui perbedaan kadar hemoglobin antara kelompok perlakuan dan kelompok kasus didapatkan hasil p value $0,004 < 0,005$ yang artinya ada perbedaan hasil kadar hemoglobin antara kelompok pemberian kurma dan kelompok kasus. Kesimpulan : kurma efektif terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia.

Kata Kunci : Kurma, Kadar Hemoglobin, Ibu Hamil

LATAR BELAKANG

Anemia merupakan permasalahan hematologi yang paling sering ditemui selama kehamilan, penyebab utama anemia selama periode kehamilan ini yaitu kekurangan zat besi sebagai akibat perubahan fisiologis selama kehamilannya (Cavak, 2017). Kehamilan mengakibatkan peningkatan kebutuhan zat besi, kurangnya konsumsi zat besi dan protein akan berakibat kepada penurunan kadar hemoglobin yang berdampak pada jatuhnya ibu kedalam kondisi anemia (Breyman, 2013). Anemia pada kehamilan ditegakkan apabila kadar hemoglobin (Hb) < 11 g/dL. (Kemenkes, 2022). Zat besi merupakan micronutrient

yang dibutuhkan selama kehamilan dalam pembuatan hemoglobin untuk meningkatkan suplai darah ibu hamil (Sandra et al.,2015). Peningkatan volume darah selama kehamilan diperlukan untuk melindungi ibu hamil dari risiko hipotensi supine dan kehilangan darah saat persalinan, serta kebutuhan yang meningkat untuk aliran darah ke rahim dan janin, sehingga kebutuhan zat besi meningkat selama kehamilan (Ishag dan Addelaziem, 2016)

. Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 sekitar 48,9% yaitu ibu hamil dengan kadar Hb kurang dari 11,0 gr/dL. Berdasarkan data (Riskesdas) tahun 2018 diprovinsi Jawa Tengah menunjukkan proporsi anemia pada ibu hamil sebesar 43,5%. Data Profil Kesehatan Jawa Tengah juga menunjukkan bahwa angka prevalensi penyebab kematian karena perdarahan yaitu 24,5 %. Penyebab perdarahan yaitu akibat anemia dalam kehamilan. (Riskesdas 2018).

Dampak negatif ibu hamil yang mengalami anemia defisiensi besi juga terjadi pada outcome kehamilan, yaitu pada bayi yang baru dilahirkan dapat mengalami intra uterine growth retardation (IUGR), kelahiran prematur atau bahkan keguguran, dan bayi lahir dengan berat badan yang rendah (BBLR) , seta kematian ibu dan bayi (Luftbis dan Sari, 2020). Sedangkan pada ibu akan terjadi persalinan lama sehingga perlu tindakan operatif, serta perdarahan postpartum serta kematian. Kematian pada ibu hamil dengan anemia disebabkan oleh tiga hal Pertama, akibat kehilangan darah berlebihan selama atau setelah melahirkan sehingga cadangan hematologis menjadi rendah. Kedua, anemia berat menyebabkan resistensi menurun dan kerentanan infeksi meningkat. Ketiga, kadar hemoglobin <4 g/dL menyebabkan gagal jantung dan kematian setelah melahirkan atau setelahnya (Nissa et al., 2016).

Terapi yang diberikan pada ibu hamil untuk mengatasi dan mencegah anemia yaitu : farmakologi dan non farmakologi. Penanganan farmakologi pada anemia pada ibu hamil yaitu dengan cara memberikan 90 tablet Fe dengan dosis 60 mg kepada ibu hamil selama kehamilan dengan tujuan untuk menurunkan angka anemia ibu hamil (Kemenkes RI, 2016). Pendekatan nonfarmakologi dengan mengkonsumsi bahan-bahan kaya protein yang dapat diperoleh dari berbagai buah-buahan, seperti kurma yang kaya akan mineral, termasuk zat besi dan zat besi yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah dan hemoglobin (Abdullah et al., 2019).

Penelitian ini didukung oleh penelitian dari penelitian Sugita (2020), yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kadar hemoglobin yang bermakna antara sebelum dan sesudah (pretest dan posttest) diberikan kurma. Artinya ada pengaruh konsumsi buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Penelitian

lain juga memaparkan bahwa kurma kaya akan mineral zat besi yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah dan hemoglobin dapat dijadikan terapi non farmakologi alternatif dalam mengurangi dan mencegah anemia pada ibu hamil. (Rahandayani *et al.*, 2022)

Hasil survey awal penelitian yang dilakukan peneliti pada tanggal 22 februari 2023 di Praktik Mandiri Bidan (PMB) Bidan Witdiyastuti di wilayah karanganyar. Ditemukan hasil wawancara bidan mengatakan bahwa ibu hamil yang mengalami anemia sebanyak 25 orang dalam satu bulan. Dari permasalahan tersebut maka peneliti tertarik untuk meneliti “ Efektivitas Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia “.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti efektifitas buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia. Kurma (*phoenix dactylifera*) merupakan buah yang kaya akan zat besi dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah.

METODE PENELITIAN

Bagian ini memuat rancangan penelitian meliputi disain penelitian, populasi/ sampel penelitian, teknik dan instrumen pengumpulan data, alat analisis data, dan model penelitian yang digunakan. Metode yang sudah umum tidak perlu dituliskan secara rinci, tetapi cukup merujuk ke referensi acuan (misalnya: rumus uji-F, uji-t, dll). Pengujian validitas dan reliabilitas instrumen penelitian tidak perlu dituliskan secara rinci, tetapi cukup dengan mengungkapkan hasil pengujian dan interpretasinya. Keterangan simbol pada model dituliskan dalam kalimat.

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 4.1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur,Usia Kehamilan, Pekerjaan

KARAKTERISTIK	FREKUENSI	PRESENTASE %
Umur(Tahun)		
17-26	13	60 %
26-35	7	40 %
Jumlah	20	100 %
Usia Kehamilan		
(Trimester)	11	60 %
II	9	40 %

Efektivitas Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia

III	20	100%
Jumlah		
Pekerjaan		
IRT	7	30 %
Swasta	13	70 %
Jumlah	20	100 %

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa rata rata umur rentan 17-26 pada kedua kelompok yaitu ada 13 atau 60 %, sedangkan rentan usia 26-35 pada kedua kelompok yaitu 7 orang atau 40 %. Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa ibu hamil yang usia kehamilan di Trimester II yaitu 11 ibu hamil atau 60 % , sedangkan ibu hamil yang usia kehamilan di Trimester III yaitu 9 orang atau 40 %. Berdasarkan tabel diatas rata rata pekerjaan ibu hamil yaitu sebagai Swasta 13 orang atau 70%, sedangkan ibu hamil sebagai IRT yaitu 7 orang atau 30%.

Analisis Bivariat

1. Karakteristik Responden Berdasarkan variabel

- a. Kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian kurma pada kelompok kontrol

Tabel 4.2 Perbedaan kadar HB sebelum dan sesudah pemberian kurma kelompok kontrol

Intervensi	n	Mean
Kontrol		
Pretest	10	10,0900
Posttest	10	10.2100

Sumber : Data primer , diolah 2023

Berdasarkan tabel 4.2, menunjukkan bahwa diperoleh nilai rata rata Kadar Hemoglobin sebelum perlakuan pada kelompok kontrol yaitu 10,100. Sedangkan nilai rata rata kadar Hemoglobin setelah diberikan perlakuan yaitu 10, 2100 yg artinya ada perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan tetapi dikelompok kontrol ini kenaikan hemoglobin tidak banyak.

- b. Kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian kurma pada kelompok Perlakuan

Tabel 4.3. Perbedaan kadar HB sebelum dan sesudah pemberian kurma kelompok perlakuan

Intervensi	n	Mean
Perlakuan		
Pretest	10	10,1000
Posttest	10	11,3100

Berdasarkan tabel 4.3. menunjukkan bahwa diperoleh nilai rata rata Kadar Hemoglobin sebelum perlakuan 10,100 . Sedangkan nilai rata rata setelah diberikan intervensi Kurma Kadar hemoglobin 11,310 yang signifikan artinya ada perbedaan sebelum diberikan dan sesudah diberikan. Dikelompok perlakuan ini dapat dilihat kenaikan kadar hemoglobin cukup banyak .

c. Hasil Uji Normalitas

Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas

Test Of Normality						
	Kolmogrov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Stg	Statistic	df	Sig.
Kadar Hb pretes Kontrol	165	10	.200	944	10	569
Kadar Hb postes Kontrol	148	10	.200	907	10	262
Kadar Hb pretes Perlakuan	124	10	200	945	10	615
Kadar Hb postes Perlakuan	199	10	200	883	10	140

Berdasarkan tabel 4.4 . Menunjukkan bahwa hasil normalitas shapiro-wilk dengan spss 26 for windows diperoleh hasil nilai signifikan adalah 0,2 ($p < 0,05$) pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Sehingga berdasarkan uji normalitas shapiro wilk data berdistribusi normal. Nilai signifikan (p) pada uji Shapiro – Wilk pada posttest kelompok kontrol 0,260 ($p < 0,05$) dan pada nilai signifikan postes kelompok perlakuan 0,140 ($P < 0,05$) berdasarkan uji normalitas shapiro Wilk data berdistribusi normal sehingga dalam uji stastitik menggunakan Uji Paired T test , dan Menggunakan Uji Efektivitas Independent sample T

d. Hasil Uji Paired T-Test

Tabel 4.5 Perbedaan kadar hemoglobin antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Variabel	Mean	N	P value
Kontrol	10,2100	10	0,030

Perlakuan	11,3100	10	0,000
------------------	---------	----	-------

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa hasil dapat disimpulkan nilai rata rata pada kelompok kontrol signifikan 0.03 ($p < 0.05$) yang artinya ada perbedaan pretest dan posttest pada kelompok kontrol , tetapi pada kelompok kontrol didapatkan hasil kenaikan kadar Hemoglobin 10,2100 yang nilai nya lebih rendah dari kelompok perlakuan

Sedangkan pada kelompok perlakuan didapatkan nilai signifikan 0,00 ($P < 0,05$). Pada kedua kelompok didapatkan hasil nilai signifikan yang hasil nya terdapat efektivitas , tetapi pada kelompok perlakuan didapatkan hasil kenaikan kadar Hemoglobin 11,3100 yang nilai nya lebih tinggi dari kelompok kontrol.

e. Uji Efektivitas Independent Sample T

Tabel 4.6 Uji Efektivitas

Variabel	Mean difference	Sig.2 tailed
Sesudah Intervensi	-1.10000	0,001

Berdasarkan tabel 4.6. Menunjukkan didapatkan hasil Uji Independent t-test kadar hemoglobin setelah pemberian kurma pada kelompok perlakuan dan kontrol didapatkan nilai $p = 0,001$ dikarenakan konsumsi buah kurma sebanyak 7 butir yang dikonsumsi setiap hari selama 7 hari dapat meningkatkan kadar hemoglobin, yang mana dalam setiap tujuh butir kurma memiliki kandungan 1,02 mg besi dan memenuhi kebutuhan zat besi harian tubuh. Kurma yang kaya akan zat besi dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Selain zat besi kandungan protein, karbohidrat, dan lemak pada kurma dapat membantu proses sintesis hemoglobin.

Setelah dilakukan uji signifikan menggunakan Uji Independent sampel T didapatkan hasil nilai mean difference -1,10000 yang berarti jika hasil negatif artinya efektivitasnya tinggi. Hal ini menunjukkan Kurma efektif terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden berdasarkan Usia Ibu Hamil diPMB Witdiyastuti

Karanganyar

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar sampel mayoritas pada kelompok perlakuan yaitu umur 17-26 sebanyak 7 ibu hamil (70%), dan mayoritas umur sampel pada kelompok kontrol yaitu 17-26 sebanyak 6 ibu hamil (60%) . Berbeda dengan penelitian terdahulu yang telah dilakukan oleh (sari, 2021) sampel 138 ibu hamil dengan hasil terdapat hubungan antara usia dengan kejadian anemia pada ibu hamil dimana ibu hamil diusia dibawah 20 tahun dan diatas usia 35 tahun berisiko 3,921 kali lebih besar kemungkinan anemia dalam kehamilannya diperbandingkan dengan ibu hamil pada usia antara 20 sampai dengan 35 tahun.

Penelitian yang serupa juga pernah dilakukan oleh Penelitian yang dilakukan oleh Amalia et al. (2017) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara usia dan paritas ibu hamil dengan kejadian anemia Ibu yang mengalami kehamilan pada usia dibawah 20 tahun masukan zat besi akan terbagi antara janin yang ada dirahimnya dengan pertumbuhan biologis dirinya sendiri. Ibu yang hamil >35 tahun, sudah memasuki masa awal fase degenerative, sehingga fungsi tubuh tidak optimal. Kehamilan diusia dibawah 20 tahun dan diatas 35 tahun adalah kehamilan yang memiliki resiko dan bisa menimbulkan anemia. usia ibu saat hamil terbukti berhubungan dengan anemia, oleh karena itu sebaiknya ibu jika ingin hamil pada usia diatas 20 tahun dan atau di bawah 35 tahun (sari, 2021) . Anemia pada kehamilan lebih tinggi terjadi pada wanita yang hamil dibawah 20 tahun atau diatas 35 tahun dibanding wanita hamil rentang usia 20 sampai 35 tahun baik ibu di daerah perkotaan maupun daerah perdesaan. Masa kehamilan sangat rentan terhadap terjadinya kurang zat besi karena selama kehamilan, zat besi akan lebih banyak dibutuhkan terutama untuk memasok janin dan plasenta yang sedang tumbuh dan untuk meningkatkan massa sel darah merah ibu.

Pada kondisi yang membutuhkan banyak zat besi, maka kehamilan yang terjadi pada wanita berusia sangat muda atau sangat tua akan rentan terhadap terjadinya anemia. Usia tergolong sangat muda ialah usia dibawah 20 tahun dan yang tergolong terlalu tua adalah >35 tahun sementara usia yang dianggap aman bagi kehamilan ialah usia 20 sampai 35 tahun dikarenakan sudah siap hamil secara fisik dan kejiwaan. Ibu yang hamil pada usia 35 tahun, sudah memasuki masa awal fase degenerative, sehingga fungsi tubuh tidak optimal dan mengalami berbagai masalah kesehatan. Kehamilan diusia dibawah 20 serta diatas 35 tahun adalah kehamilan yang memiliki resiko anemia (sari, 2021)

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Kehamilan Ibu Hamil di PMB Witdiyastuti Karanganyar.

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa usia kehamilan pada kelompok perlakuan didapatkan hasil sama yaitu 5 reponden (50%), sedangkan pada kelompok kontrol mayoritas usia kehamilan 15- 24 minggu sebanyak 6 responden (60%) dan minoritas usia kehamilan 25-38 minggu sebanyak 4 ibu hamil (40%).

Berdasarkan penelitian lain yang telah dilakukan (Patel et al., 2018). menunjukkan bahwa bertambahnya usia kehamilan berakibat pada peningkatan prosentase kejadian anemia. Secara fisiologis, proses terjadinya anemia ini diawali sejak trimester I kehamilan, dimana terjadi jumlah plasma yang meningkat yang jumlahnya tidak sebanding dengan peningkatan jumlah sel darah, yang puncaknya terjadi di usia kehamilan 24-32. Pada kehamilan, volume sel darah merah meningkat 20% sampai 30%, sedangkan volume plasma meningkat 45 sampai 55%. Peningkatan volume yang tidak proporsional ini berakibat pada terjadinya proses pengenceran darah atau yang disebut dengan hemodilusi. Hal ini berakibat juga pada terjadinya penurunan kadar Hb ibu hamil sehingga terjadi anemia dan penurunan hematokrit.

Penelitian ini sejalan dengan penelittian yang dilakukan oleh (Y, 2018). Dapat disimpulkan bahwa kejadian anemia pada ibu hamil dipengaruhi oleh usia kehamilannya. Usia kehamilan pada trimester 3 dapat pula menyebabkan kejadian anemia. Hal ini sesuai dengan penelitian Cucu Herawati yang menyatakan bahwa ada hubungan antara usia kehamilan dengan kejadian anemia gizi pada ibu hamil. Hemodilusi atau pengenceran darah selama kehamilan akan mencapai maksimal 5-8 bulan, faktor hemodilusi ini dapat menyebabkan kadar hemoglobin darah ibu menurun hingga mencapai 10 gr/dl. Oleh sebab itu, semakin meningkatnya usia kehamilan ibu maka risiko untuk menderita anemia menjadi semakin besar apabila tidak diimbangi dengan pola makan yang seimbang dan konsumsi Fe secara teratur.

Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui hasil dari pekerjaan sampel pada kelompok perlakuan mayoritas pekerjaan sebagai swasta yaitu 6 responden (60,0 %) dan minoritas pekerjaanya sebagai IRT yaitu 4 responden (40,0 %). Sedangkan pada kelompok kontrol mayoritas pekerjaan sebagai Swasta yaitu 7 responden (70,0 %) dan minoritas sebagai IRT yaitu 3 responden (30,0 %).

Faktor pekerjaan terjadinya anemia karena adanya peningkatan beban kerja yang menyebabkan ibu kelelahan, stress, dan mengalami penurunan Hb (Proverawati, 2017).

Hasil penelitian yang dilakukan (Purwandari et al, 2016). di Minahasa menunjukkan hubungan anemia dengan faktor frekuensi kunjungan ANC dengan demikian ibu hamil yang bekerja menurunkan resiko anemia 1,34 kali dibandingkan ibu hamil dengan status tidak bekerja. Hasil penelitian ini bekerja di kategorikan beban kerja sedang dan yang tidak bekerja di kategorikan beban kerja ringan. Kategori beban kerja ringan berpeluang anemia dibanding dengan pekerjaan dengan kategori sedang.

Menurut Kondi Maria (2016), Anemia menunjukkan nilai Hb dalam darah rendah. Nilai Hb sangat penting artinya karena menentukan kemampuan darah untuk mengangkut oksigen. Gerak otot dalam bekerja membutuhkan energi 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 sering tidur dan makan lebih banyak. Kebiasaan semacam ini justru memicu datangnya berbagai penyakit seperti diabetes atau gestotional. Karena itu, ibu hamil juga diwajibkan menyisihkan waktu untuk berolahraga ringan agar tubuh dan janinnya tetap bugar. Aktivitas yang membuat badan ibu hamil tetap bugar selama kehamilan muda akan memberikan energi dan membuat ibu hamil semakin kuat ketika melahirkan. Ibu hamil yang bekerja berarti mempunyai penghasilan untuk membantu suami dalam mencukupi kebutuhan sehari-hari. Ibu hamil yang mempunyai penghasilan berhubungan dengan kemampuan ibu hamil untuk memperoleh pengetahuan tentang anemia karena tercukupi keuangan keluarga.

Berdasarkan hasil penelitian diatas diketahui bahwa, ibu hamil lebih banyak melakukan pekerjaan rumah ketimbang beraktivitas di luar rumah. Ibu yang berstatus tidak bekerja dalam penelitian ini adalah yang bekerja sebagai ibu rumah tangga, 49 meskipun tidak bekerja kantoran namun beban kerja sebagai ibu rumah tangga dengan memiliki anak lebih dari 1 atau lebih banyak, kemungkinan memiliki beban kerja lebih banyak. Selama melakukan aktivitas, seorang ibu hamil harus memperhatikan juga kondisi kesehatannya karena jika ibu hamil melakukan aktivitas yang terlalu berat selama kehamilan maka dapat beresiko terjadinya gangguan pada calon bayi.

Efektivitas Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia

Uji yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji Paired T-test untuk variabel kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Uji Independent t-test untuk variabel kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

Berdasarkan tabel 4.5. ,hasil penelitian yang dilakukan di PMB Witdiyastuti menunjukkan hasil bahwa diperoleh nilai rata rata pada kelompok kontrol signifikan 0.03 ($p > 0.05$) yang artinya ada perbedaan pretest dan posttest pada kelompok kontrol , tetapi pada kelompok kontrol didapatkan hasil kenaikan kadar Hemoglobin 10,2100 yang nilai nya lebih rendah dari kelompok perlakuan. Sedangkan pada kelompok perlakuan didapatkan nilai signifikan 0,00 ($P > 0,05$). Pada kedua kelompok didapatkan hasil nilai signifikan yang hasil nya terdapat efektivitas , tetapi pada kelompok perlakuan didapatkan hasil kenaikan kadar Hemoglobin 11,3100 yang nilai nya lebih tinggi dari kelompok kontrol.

Berdasarkan tabel 4.6. Menunjukkan didapatkan hasil Uji Independent t-test kadar hemoglobin setelah pemberian kurma pada kelompok perlakuan dan kontrol didapatkan nilai $p = 0,001$. Hal ini menunjukkan ada perbedaan hasil kadar hemoglobin setelah pemberian kurma antara kelompok kontrol dan perlakuan. Dan didapatkan hasil nilai mean difference -1,10000 yang berarti jika hasil negatif artinya efektivitasnya tinggi. Kurma efektif terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia

Kurma adalah salah satu buah yang mengandung karbohidrat, triptofan, omega-3, vitamin C, vitamin B6, Ca^{2+} , Zn, Mg, dan juga hormon oksitosin yang merangsang kontraksi otot-otot rahim, bila dikonsumsi setelah persalinan kurma dapat membantu mencegah perdarahan Tidak seperti kebanyakan buah lainnya, kurma mengandung karbohidrat dan zat besi yang cukup tinggi, yaitu 0,9mg/100gr kurma

Kurma maupun sari kurma dapat dikategorikan sebagai salah satu alternative pilihan dalam memenuhi kebutuhan zat besi selama kehamilan maupun masa nifas, asalkan dikonsumsi secara rutin agar peningkatan hemoglobin semakin membaik. Berdasarkan teori, dapat dijelaskan bahwa asam folat dan zat besi yang terkandung dalam buah kurma maupun sari kurma dapat meningkatkan leukosit dan trombosit dalam batas normal.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sugita (2021) konsumsi buah kurma berpengaruh pada peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III. Buah kurma memiliki berbagai macam zat gizi yang baik termasuk zat besi untuk meningkatkan kadar Hb. Dengan mengkonsumsi buah kurma bagi ibu hamil yang tidak konsumsi tablet penambah darah atau tablet Fe dapat menjadikan buah kurma sebagai alternatif untuk memenuhi kebutuhan zat besi sehingga dapat terhindar dari anemia.

Hasil penelusuran literatur menunjukkan bahwa Kurma atau dalam Bahasa Latin disebut *Phoenix dactylifera* merupakan alternatif pilihan dalam memenuhi kebutuhan zat

besi selama kehamilan asalkan dikonsumsi secara teratur agar peningkatan hemoglobin yang diinginkan dapat terjadi dengan baik. Tidak hanya buah tetapi juga minuman kurma dapat meningkatkan kadar Hb ibu hamil yang mengalami anemia. Kurma memiliki beberapa komponen penting yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin bagi yang mengonsumsinya.

Dalam salah satu jurnal dijelaskan tentang perbedaan konsumsi tablet Fe dan sari kurma dalam peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil didapatkan hasil bahwa peningkatan rata-rata kadar hemoglobin 1,5 gr % pada ibu hamil yang mengkonsumsi tablet Fe dan sari kurma selama 10 hari sebanyak 10 cc, dimana didapatkan peningkatan dari 66,6 % menjadi 94,4 % setelah diberikan tablet Fe dan sari kurma.

KESIMPULAN

1. Rata-rata Kadar Hemoglobin sebelum perlakuan pada kelompok kontrol yaitu 10,100. Sedangkan nilai rata-rata kadar Hemoglobin setelah diberikan perlakuan yaitu 10,2100 yg artinya ada perbedaan sebelum dan sesudah perlakuan tetapi dikelompokkan kontrol ini kenaikan hemoglobin tidak banyak.
2. Rata-rata Kadar Hemoglobin sebelum perlakuan 10,100 . Sedangkan nilai rata-rata setelah diberikan intervensi Kurma Kadar hemoglobin 11,310 yang signifikan artinya ada perbedaan sebelum diberikan dan sesudah diberikan. Dikelompokkan perlakuan ini dapat dilihat kenaikan kadar hemoglobin cukup banyak .
3. Hasil Uji Independent t-test kadar hemoglobin setelah pemberian kurma pada kelompok perlakuan dan kontrol didapatkan nilai $p = 0,001$. Ada perbedaan hasil kadar hemoglobin setelah pemberian kurma antara kelompok kontrol dan perlakuan. Dan didapatkan hasil nilai mean difference -1,10000 yang berarti jika hasil negatif artinya efektivitasnya tinggi. Kurma efektif terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia

SARAN

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan sebagai pengalaman dalam merealisasikan teori yang telah didapat diperkuliahan, khususnya mengenai efektivitas pemberian kurma terhadap kadar hemoglobin.

2. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan ilmu pengetahuan kepada masyarakat dan terutama bagi ibu hamil tentang cara mengatasi anemia pada ibu hamil dengan mengonsumsi kurma.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini diharapkan membantu sebagai masukan dan diterapkan dalam asuhan kebidanan pada ibu hamil anemia dengan memberikan buah kurma untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester II dan III.

4. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai informasi dan bagi pembaca untuk menjadikan buah kurma sebagai pilihan yang dapat dilakukan untuk mencegah dan mengatasi anemia pada ibu hamil Trimester II dan trimester III.

DAFTAR PUSTAKA

- 'DOI: <http://dx.doi.org/10.33846/sf12327> Kurma Sebagai Alternatif untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil dengan Anemia Zulhaini Sartika Aliaman Pulungan' (2021), 12(4), pp. 337–340.
- (Avindharin, 2022) Literatur Review : Faktor- faktor yang Mempengaruhi Status Anemia Ibu Hamil
- Anemia, K. *et al.* (2022) 'FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN UPTD PUSKESMAS SUNGAI DURIAN KABUPATEN SINTANG', 1(1).
- Anita Manan dkk. (2021)." Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Pada Ibu Hamil Trimester III". <http://jurnalkesehatan.unisla.ac.id/index.php/midpro>
- Astutik, R.Y. (2020) 'buku Anemia dalam Kehamilan', (February).
- Auda Dkk. (2021)." Pemberian Sari Dapat Meningkatkan Kadar Hb Pada Ibu", Diakses Tanggal 12 November 2021
- Baiturrahim, K.S., Korespondensi, E. and Baiturrahim, K.S. (2021) 'KONSUMSI BUAH KURMA MENINGKATKAN KADAR', 6(1), pp. 127–134.
- Care, J.H. *et al.* (2021) 'PEMBERIAN KURMA AJWA TERHADAP KENAIKAN KADAR', 6(2), pp. 370–375.
- Dessy Hermawan dkk. (2021)." Pengaruh Konsumsi Buah Kurma (*Phoenix Dactylifera*) Dan Tablet Fe Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Ibu Hamil Dengan Anemia". Vol 7, No.3 .Juli
- Ike & Dew. (2019)." Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia". Vol 5, No 4, Oktober
- K. *et al.* (2022) ' YANG BERHUBUNGAN DENGAN UPTD PUSKESMAS SUNGAI DURIAN KABUPATEN SINTANG', 1(1).
- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia, 2022. Pencegahan dan Pengobatan Penyakit Anemia. yankes.kemkes.go.id/vie . Diakses Pada 29 Juli 2022

- Kementrian Kesehatan Republik Indonesia , 2022. Anemia dalam Kehamilan .
yankes.kemkes.go.id/vie. Diakses Jumat, 05 Agustus 2022
- Miratu M & Een H. (2021). “Efektivitas Konsumsi Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Anemia Ringan di Klinik Pratama Arrabih”.
www.bidan.iocspublisher.org
- Rahandayani, D.S. *et al.* (2022) ‘LITERATURE REVIEW : EFEKTIFITAS KONSUMSI KURMA UNTUK’, 13(1), pp. 44–48.
- Risza Choirunissa dkk. (2021).” Pengaruh Konsumsi Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Ketiga di BPM “E”, Serang”
- Salma, W.O., Buton, N. and Regency, N.B. (2022) ‘<https://stikes-nhm.e-journal.id/OBJ/index>’, pp. 215–225.
- Sari Atika et al (2021), Hubungan Usia Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Kota Metro, Volume 6, Nomor 1, Juli 2021, e-ISSN 254 6251,<https://doi.org/10.52822/jwk.v6i1.169>
- Sari, D.Y. (2021) ‘Jurnal Ilmiah Kesehatan 2021 Jurnal Ilmiah Kesehatan 2021’.
- Titin Y & Iis T. (2021).” Pemberian Kurma Ajwa Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Iii “. Jurnal Human Care, Volume 6; No.2 (June)
- Utami, N. and Graharti, R. (2017) ‘Kurma (Phoenix dactylifera) dalam Terapi Anemia Defisiensi Besi Dates in The treatment of Iron-Deficiency Anemia’, 1, pp. 591–597.
- Zen ATH, Pertiwi D, Chodidjah. Pengaruh Pemberian Sari Kurma (Phoenix dactylifera) terhadap Kadar Hemoglobin. Sains Med. 2013;5(1):17–9