

PENGARUH PEMBERIAN KURMA TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DENGAN ANEMIA

Ike Ate Yuviska¹⁾, Dewi Yuliasari²⁾
¹Prodi DIII Kebidanan Universitas Malahayati
Email : ikeyuviska12345@gmail.com
²Prodi DIII Kebidanan Universitas Malahayati
Email : dewiys52@yahoo.co.id

ABSTRACT

Background: The direct causes of maternal mortality include 28% bleeding, 24% eclampsia, and 11% infections. The indirect cause of maternal mortality is 51% anemia.

Purpose of this study was to identify the effect of giving dates toward hemoglobin count increase on anemic pregnant women at Rajabasa Indah Community Health Center of Bandar Lampung.

Methods This was a quantitative study with Quasi Experimental Design. This study occupied nonequivalent control group. The population of the study consisted of 56 anemic pregnant women registered at Rajabasa Indah Community Health Center of Bandar Lampung in January 2018. The purposive sampling technique took forty women. Twenty women were arranged to take dates and Fe tablets in experimental group. The other twenty women were assigned to take Fe tablets only in control group. The data analysis was through univariate and bivariate with Independent T Test.

Result The mean of hemoglobin count on experimental group before taking dates and Fe tablets was 9.8 with 0.3238 standard deviation while after taking dates and Fe tablets; the mean of hemoglobin count on experimental group was 11.3 with 0.2552 standard deviation. On the other hand, the mean of hemoglobin count on control group before taking dates and Fe tablets was 9.8 with 0.2235 standard deviation while after taking dates and Fe tablets; the mean of hemoglobin count on experimental group was 10.7 with 0.1947 standard deviation.

Conclusion There was an effect of giving dates toward hemoglobin count increase on anemic pregnant women at Rajabasa Indah Community Health Center of Bandar Lampung with P value $0.000 < \alpha (0.05)$.

Suggestion: The anemic pregnant women are suggested to consume dates in order to boost their hemoglobin count for the sake of reducing complication risk such as bleeding during labor process.

Keywords: Dates, Anemia, Pregnant Women

ABSTRAK

Latar Belakang : Penyebab utama kematian ibu secara langsung adalah perdarahan 28%, eklampsia 24%, dan infeksi 11%. Penyebab secara tidak langsung adalah anemia 51%.

Tujuan Diketahui pengaruh pemberian kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja puskesmas rajabasa indah Bandar Lampung.

Metode Jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan *Quasy Experimental Design* (eksperimen semu), *Non Equivalent Control Group*. Populasi ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung dengan jumlah kunjungan bulan Januari 2018 sebanyak 56 orang, sampel sebanyak 40 orang, dimana 20 responden diberikan kurma dan Fe (kelompok eksperimen), sedangkan 20 responden lainnya hanya diberikan Fe (kelompok kontrol). Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Analisa data univariat dan bivariat menggunakan uji t (*T-Test Independen*).

Hasil penelitian diketahui rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan perlakuan pada ibu hamil sebesar 9.8, standar deviasi sebesar 0.3238 dan rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan perlakuan pada ibu hamil sebesar 11.3, standar deviasi sebesar 0.2552, sedangkan rata-rata kadar hemoglobin sebelum untuk kelompok kontrol pada ibu hamil sebesar 9.8, standar deviasi sebesar 0.2235 dan rata-rata kadar hemoglobin sesudah untuk kelompok kontrol pada ibu hamil sebesar 10.7, standar deviasi sebesar 0,1947.

Kesimpulan Ada pengaruh pemberian kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja puskesmas rajabasa indah Bandar Lampung dengan nilai *P-Value* $0.000 < \alpha (0,05)$.

Saran untuk memberikan kurma pada ibu hamil dengan anemia sebagai alternative pencegahan dan pengobatan anemia sehingga dapat mengurangi kejadian komplikasi pada saat persalinan seperti perdarahan.

Kata kunci : Kurma, Anemia, Ibu Hamil

PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu keadaan dengan kadar hemoglobin (Hb) darah yang lebih rendah dari pada normal sebagai akibat ketidakmampuan jaringan pembentuk sel darah merah dalam produksinya guna mempertahankan kadar hemoglobin pada tingkat normal (Andriani dan Wirjatmadi, 2012). Anemia jika tidak diatasi segera dapat berdampak buruk bagi ibu dan janin, serta meningkatkan Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB). Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia adalah yang tertinggi bila dibandingkan dengan negara-negara ASEAN lainnya. (Manuaba, 2012). Berdasarkan hasil Analisis Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012 Angka Kematian Ibu (AKI) di Indonesia masih tinggi yaitu 359/100.000 KH. Penyebab utama kematian ibu secara langsung adalah perdarahan 28%, eklampsia 24%, dan infeksi 11%. Penyebab secara tidak langsung adalah anemia 51% (Profil Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2017).

Hemoglobin (Hb) adalah protein pembawa oksigen di dalam sel darah merah, yang memberi warna merah pada sel darah merah. Yuviska, I. A., & Armiyanti, L. (2019), Hemoglobin merupakan komponen utama sel darah merah. Fungsi utama hemoglobin adalah transport O₂ dan CO₂ (Sylvia Anderson Price, 2005) dalam Yanti, Y. E., Isnaini, N., & Yuliasari, D. (2017). Kasus AKI di Lampung terus meningkat, berdasarkan keterangan Dinas Kesehatan Provinsi Lampung pada 2014 terdapat 122 AKI di Lampung. Jumlah itu meningkat menjadi 149 kasus di tahun 2015 dan tahun 2016 mencapai 138 kasus dan pada tahun 2017 mencapai 142 kasus. Kejadian anemia pada ibu hamil di Bandar Lampung pada tahun 2015 berjumlah 8,41 %. Sedangkan angka kejadian anemia pada ibu hamil di kota Bandar Lampung pada tahun 2016 sebanyak 14,4%, dan pada tahun 2017 sebanyak 15,4% (Profil Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2017).

Penyebab terbanyak anemia defisiensi zat besi yaitu karena rendahnya masukan zat besi yang berasal dari makanan, serta rendahnya tingkat penyerapan zat besi dari makanan. Rendahnya tingkat penyerapan zat besi disebabkan oleh komposisi menu makanan masyarakat yang lebih banyak mengandung faktor - faktor yang dapat

menghambat penyerapan zat besi seperti serat, fitat, maupun tannin (Tarwoto dan Wasnidar, 2013).

Kurma mengandung karbohidrat tinggi sehingga dapat menyediakan energi yang cukup. Sebagian kandungan gulanya terdiri atas glukosa, fruktosa, dan sukrosa. Menurut data kementerian kesehatan haji menjelaskan bahwa kadar zat besi dalam buah kurma juga cukup tinggi yaitu 0,90mg/100g buah kurma (11% AKG), dimana zat besi menjadi salah satu komponen dalam darah untuk membawa oksigen dalam darah, untuk menjaga keseimbangan zat besi dalam tubuh, sehingga mengurangi resiko terjadinya perdarahan pada ibu hamil (Diyah, 2017).

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 besi (Eny, dkk, 2016).

METODE PENELITIAN

Rancangan penelitian menggunakan *Quasy Experimental Design* (eksperimen semu), *Non Equivalent Control Group*. Sampel dibagi menjadi 2 kelompok, yakni kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (Notoatmodjo, 2012). Penelitian ini dilaksanakan di di wilayah kerja Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung. Populasi penelitian ini adalah ibu hamil dengan anemia di wilayah kerja Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung dengan jumlah kunjungan bulan januari 2018 sebanyak 56 orang, sampel sebanyak 40 orang, dimana 20 responden diberikan kurma dan Fe (kelompok eksperimen), sedangkan 20 responden lainnya hanya diberikan Fe (kelompok control). Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Analisa data univariat dan bivariat menggunakan uji t (*T-Test Independen*). Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April – Juni 2019.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada tabel 1 diatas, diketahui bahwa nilai *Shapiro-Wilk* yaitu 0.219 untuk nilai kelompok sebelum intervensi (sebelum diberikan kurma dan tablet fe), 0.116 yakni untuk nilai kelompok sesudah intervensi (sesudah diberikan kurma dan tablet fe)

sedangkan 0.094 untuk nilai kelompok sebelum control (sebelum diberikan tablet fe) dan 0.163 untuk nilai kelompok sesudah control (sesudah

diberikan tablet fe), dilihat dari nilai *Shapiro-Wilk* > α (0.05) maka data tersebut memiliki distribusi normal.

Tabel 1 Hasil uji normalitas dari kelompok intervensi dan kelompok kontrol

Nilai skor <i>test</i>	Nilai <i>Shapiro-Wilk</i>
Kadar HB sebelum intervensi	0.219
Kadar HB sesudah intervensi	0.116
Kadar HB sebelum control	0.094
Kadar HB sesudah control	0.163

Analisa Univariat

Kadar hemoglobin ibu hamil sebelum dan sesudah eksperiment

Tabel 2 Hasil analisa univariat untuk kelompok Eksperiment

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max
Hasil Pengukuran kadar hemoglobin sebelum intervensi	20	9.8	0.3238	9.2	10.3
Hasil Pengukuran kadar hemoglobin sesudah intervensi		11.3	0.2552	10.9	11.7

Berdasarkan tabel 2 diatas dapat diketahui bahwa dari 20 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan perlakuan pada ibu hamil sebesar 9.8, standar deviasi sebesar 0.3238, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 9.2 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau

maximal sebesar 10.3, sedangkan mean atau rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan perlakuan pada ibu hamil sebesar 11.3, standar deviasi sebesar 0.2552, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 10.9 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maximal sebesar 11.7.

Kadar hemoglobin ibu hamil sebelum dan sesudah kontrol

Tabel 3 Hasil analisa univariat untuk kelompok Kontrol

Variabel	N	Mean	SD	Min	Max
Hasil Pengukuran kadar hemoglobin sebelum control	20	9.8	0.2235	9.5	10.3
Hasil Pengukuran kadar hemoglobin sesudah control		10.7	0.1947	10.4	11.2

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat diketahui bahwa dari 20 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sebelum untuk kelompok control pada ibu hamil sebesar 9.8, standar deviasi sebesar 0.2235, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 9.5 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau

maximal sebesar 10.3, sedangkan mean atau rata-rata kadar hemoglobin sesudah untuk kelompok kontrol pada ibu hamil sebesar 10.7, standar deviasi sebesar 0,1947, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 10.4 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maximal sebesar 11.2.

Analisa Bivariat

Tabel 4 Hasil analisa bivariat untuk kelompok Kontrol

Hasil Pengukuran Hemoglobin	N	Mean	SD	SE	<i>P-value</i>
Kelompok Intervensi	20	1.5	0.1927	0.0431	0.000
Kelompok Kontrol		0.8	0.1432	0.0320	

Pada tabel 4 diatas, diketahui analisa data dengan uji T Independent bahwa nilai *P-value*

0,000 < α (0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian kurma pada ibu hamil dengan

anemia dapat meningkatkan kadar hemoglobin, yakni ada Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung Tahun 2019.

PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum dan sesudah eksperiment

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 20 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan perlakuan pada ibu hamil sebesar 9.8, standar deviasi sebesar 0.3238, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 9.2 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maksimal sebesar 10.3, sedangkan mean atau rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan perlakuan pada ibu hamil sebesar 11.3, standar deviasi sebesar 0.2552, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 10.9 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maksimal sebesar 11.7.

Zat besi adalah unsur yang sangat penting untuk membentuk sel darah merah atau hemoglobin (Andriani dan widjatmadi, 2012). Pemberian 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 zat besi selama kehamilan merupakan salah satu cara yang paling cocok bagi ibu hamil untuk meningkat kadar Hb yang diinginkan. Pemberian kalori 300kalori/hari dan supleme besi sebanyak 60 mg/hari kiranya cukup mencegah anemia. Dimana 60-65 mg Fe setara dengan 200 mg ferro sulfat (Saifuddin, 2009).

kurma mengandung karbohidrat tinggi sehingga dapat menyediakan energi yang cukup. Sebagian kandungan gulanya terdiri atas glukosa, fruktosa, dan sukrosa,. Menurut data kementerian kesehatan haji menjelaskan bahwa kadar zat besi dalam buah kurma juga cukup tinggi yaitu 0,90mg/100g buah kurma (11% AKG), dimana zat besi menjadi salah satu komponen dalam darah untuk membawa oksigen dalam darah, untuk menjaga keseimbangan zat besi dalam tubuh, sehingga mengurangi resiko terjadinya perdarahan pada ibu hamil (Diyah, 2017).

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 besi (Eny,dkk, 2016).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Diyah Ayu Susilowati, dkk (2017), dengan judul Pengaruh Pemberian Buah Kurma Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Terhadap Kadar Hemoglobin Di BPM Tri Rahayu Setyaningsih Cangkringan Sleman Yogyakarta. Dengan hasil penelitian ada pengaruh pemberian buah kurma pada ibu hamil terhadap kenaikan kadar hemoglobin dengan rata-rata kenaikan kadar hemoglobin sebesar 1,1%.

Rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum dan sesudah kontrol

Berdasarkan penelitian diketahui bahwa dari 20 responden penelitian, diperoleh hasil nilai mean atau rata-rata kadar hemoglobin sebelum untuk kelompok control pada ibu hamil sebesar 9.8, standar deviasi sebesar 0.2235, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 9.5 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maksimal sebesar 10.3, sedangkan mean atau rata-rata kadar hemoglobin sesudah untuk kelompok kontrol pada ibu hamil sebesar 10.7, standar deviasi sebesar 0,1947, hasil kadar hemoglobin terendah atau minimal yaitu sebesar 10.4 dan hasil kadar hemoglobin tertinggi atau maksimal sebesar 11.2.

Zat besi adalah unsur yang sangat penting untuk membentuk sel darah merah atau hemoglobin (Andriani dan widjatmadi, 2012). Pemberian 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 zat besi selama kehamilan merupakan salah satu cara yang paling cocok bagi ibu hamil untuk meningkat kadar Hb yang diinginkan. Pemberian kalori 300kalori/hari dan supleme besi sebanyak 60 mg/hari kiranya cukup mencegah anemia. Dimana 60-65 mg Fe setara dengan 200 mg ferro sulfat (Saifuddin, 2009).

Pada kehamilan kebutuhan oksigen lebih tinggi sehingga memicu peningkatan produksi eritropoetin. Akibatnya volume plasma bertambah dan sel darah merah meningkat. Namun peningkatan volume plasma terjadi dalam proporsi yang lebih besar jika dibandingkan peningkatan eritrosit sehingga terjadi penurunan konsentrasi hemoglobin akibat hemodilusi (Manuaba, 2012).

Konsentrasi hemoglobin normal pada wanita hamil berbeda dengan wanita yang tidak hamil. Hal ini disebabkan karena pada kehamilan terjadi proses hemodilusi atau pengenceran darah, yaitu peningkatan volume plasma dalam proporsi yang lebih besar jika dibandingkan dengan peningkatan

eritrosit. Hemodilusi berfungsi agar suplai darah untuk pembesaran uterus terpenuhi, melindungi ibu dan janin dari efek negative kehilangan darah saat proses melahirkan (Manuaba, 2010). Pemberian tablet zat besi selama kehamilan merupakan salah satu cara yang paling cocok bagi ibu hamil untuk meningkatkan kadar Hb sampai tahap yang diinginkan, Pemberian tablet zat besi selama kehamilan merupakan salah satu cara yang paling cocok bagi ibu hamil untuk meningkat kadar Hb yang diinginkan. Pemberian kalori 300kalori/hari dan supleme besi sebanyak 60 mg/hari kiranya cukup mencegah anemia. Dimana 60-65 mg Fe setara dengan 200 mg ferro sulfat (Saifuddin, 2009).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Nurhayati (2014) dengan judul Pengaruh Asupan Tablet Zat Besi (Fe) Terhadap Kadar Haemoglobin (Hb) Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Kopelma Darussalam Tahun 2014, dengan hasil penelitian menunjukkan pada pemeriksaan tahap pertama nilai Hb berada pada katagori rendah sebanyak 17 responden (56,7%) dan nilai Hb pada pemeriksaan tahap dua menunjukkan pada katagori tinggi sebanyak 20 responden (66,7%).

Menurut pendapat peneliti berdasarkan hasil penelitian didapatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil tersebut berbeda-beda hal tersebut dikarenakan oleh kebiasaan ibu hamil tersebut dalam memenuhi nutrisi ibu hamil yang didapatkan dari makanan yang mereka makan setiap harinya.

Analisa Bivariat

Berdasarkan hasil penelitian diketahui analisa data dengan uji T Independent bahwa nilai P-value $0,000 < \alpha (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian kurma pada ibu hamil dengan anemia dapat meningkatkan kadar hemoglobin, yakni ada Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung Tahun 2019.

Hal ini sesuai dengan teori bahwa, Zat besi adalah unsur yang sangat penting untuk membentuk sel darah merah atau hemoglobin (Andriani dan widjatmadi, 2012). Besi merupakan mineral mikro yang paling banyak terdapat di dalam tubuh manusia dan hewan, yaitu sebanyak 3-5 gram didalam tubuh manusia dewasa. Besi mempunyai beberapa fungsi esensial didalam tubuh sebagai alat angkut oksigen dari paru-paru ke jaringan tubuh, sebagai alat angkut elektron didalam sel, dan sebagai bagian terpadu berbagai

reaksi enzim didalam jaringan tubuh (Almatzier,2010).

Zat besi adalah mineral yang dibutuhkan untuk membentuk sel darah merah.Selain itu mineral ini juga berfungsi sebagai komponen untuk membentuk mioglobin (protein yang membawa oksigen ke otot). Salah satu unsur penting dalam proses pembentukan sel darah merah adalah zat besi. Zat besi dapat diperoleh dari makanan.Kekurangan zat besi dalam menu makanan sehari-hari dapat menimbulkan defisiensi zat besi (Almatsier, 2010).

Pemberian tablet zat besi selama kehamilan merupakan salah satu cara yang paling cocok bagi ibu hamil untuk meningkatkan kadar Hb sampai tahap yang diinginkan, Pemberian tablet zat besi selama kehamilan merupakan salah satu cara yang paling cocok bagi ibu hamil untuk meningkat kadar Hb yang diinginkan. Pemberian kalori 300kalori/hari dan supleme besi sebanyak 60 mg/hari kiranya cukup mencegah anemia. Dimana 60-65 mg Fe setara dengan 200 mg ferro sulfat (Saifuddin, 2009).

Sumber baik besi diantaranya makanan hewani, seperti daging, ayam, dan ikan. Sumber baik lainnya adalah telur, serial tumbuk, kacang-kacangan, sayuran hijau, dan beberapa jenis buah salah satunya buah kurma (Almatsier,2010).

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 besi (Eny,dkk, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Diyah Ayu Susilowati, dkk (2017), dengan judul Pengaruh Pemberian Buah Kurma Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Terhadap Kadar Hemoglobin Di BPM Tri Rahayu Setyaningsih Cangkringan Sleman Yogyakarta. Dengan hasil penelitian ada pengaruh pemberian buah kurma pada ibu hamil terhadap kenaikan kadar hemoglobin dengan rata-rata kenaikan kadar hemoglobin sebesar 1,1%, dengan nilai signifikan sebesar 0,001. Menunjukkan adanya pengaruh kenaikan kadar hemoglobin dengan pemberian buah kurma.

Menurut pendapat peneliti berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa hasil kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil tersebut berbeda-beda hal tersebut dikarenakan oleh nutrisi ibu hamil yang didapatkan dari makanan yang mereka makan setiap harinya, dimana setiap ibu mengkonsumsi makanan yang berbeda-beda setiap harinya sehingga kenaikan kadar hemoglobin yang lebih

tinggi selain didapatkan dari buah kurma dan tablet zat besi yang ibu konsumsi setiap hari tetapi disebabkan juga oleh absorsi dari makanan lain.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian diatas bahwa dapat disimpulkan ada Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung Tahun 2019

SARAN

Bagi responden bahwa dengan mengkonsumsi buah kurma dapat menaikkan kadar hemoglobin pada ibu hamil sehingga dapat mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil, dan diharapkan ibu hamil mau mengkonsumsi buah kurma sebagai pilihan bahan makanan yang mengandung tinggi vitamin C, zat besi disamping konsumsi tablet fe dan dapat digunakan sebagai pilihan yang berdampingan dengan fe untuk diminum setelah mual muntahnya hilang selama kehamilannya agar tidak terjadi komplikasi pada saat persalinan seperti perdarahan. Serta bagi bidan atau tenaga kesehatan di puskesmas rajabasa indah Bandar lampung mau memberitahukan kepada ibu hamil selain memberikan tablet Fe juga menyarankan kepada ibu hamil agar dirumah mengkonsumsi buah kurma, karena didalam buah kurma mengandung vitamin C dan zat besi yang baik sebagai absorpsi tablet Fe sehingga dapat mencegah terjadinya anemi pada ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Adriani dan Wirjatmadi. 2012. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta : Kencana Prenada Media.
- Almatsier, S. 2010. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.
- Diyah Ayu Susilowati, dkk. 2017. *Pengaruh Pemberian Buah Kurma Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Terhadap Kadar Hemoglobin Di BPM Tri Rahayu Setyaningsih Cangkring Sleman Yogyakarta*
- Eny, Sendra, dkk. 2016. *Pengaruh konsumsi kurma (phoenix dactylifera) Terhadap kenaikan kadar hemoglobin Pada ibu hamil trimester ii di wilayah puskesmas kediri*. Jurnal Ilmu Kesehatan
- Manuaba, IBG. 2012. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta : EGC.
- Penatalaksanaan. Jakarta : Trans Info Media 2007.
- Notoatmodjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Nurhayati, N., dkk. (2015). PENGARUH ASUPAN TABLET ZAT BESI (Fe) TERHADAP KADAR HAEMOGLOBIN (Hb) PADA IBU HAMIL DI PUSKESMAS KOPELMA DARUSSALAM TAHUN 2014. *Idea Nursing Journal*, 6(1), 76-82.
- Putri, S., & Lathifah, N. S. (2019). PERBEDAAN PEMBERIAN TABLET FE DENGAN JUS JERUK DAN TABLET FE DENGAN VITAMIN C TERHADAP KENAIKAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER II. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(2).
- Profil Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. 2017
- Saifuddin. 2009. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.
- Tarwoto dan Wasnidar. 2013. *Buku Saku Anemia pada Ibu Hamil Konsep dan*
- Yanti, Y. E., Isnaini, N., & Yuliasari, D. (2017). Tentang Penulis yulistiana evayanti nurul isnaini dewi yuliasari Isi Jurnal Cari## plugins. block. navigation. searchScope## Telusuri Berdasarkan Terbitan Berdasarkan Penulis Berdasarkan Judul Jurnal Lain Informasi Untuk Pembaca Untuk Penulis Untuk Pustakawan ISSN: 2476-8944 e ISSN: 2579-762X Proses Publikasi Format Penulisan Alih Publikasi Merespon Hasil Review Contoh Submission Jurnal di OJS Pengguna Nama Pengguna Kata Sandi Ingat Saya Bantuan Jurnal Flag Counter Total: 509Today: 2Yesterday: 5Visitors *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 3(4).
- Yuviska, I. A., & Armiyanti, L. (2019). PERBEDAAN PEMBERIAN JUS KACANG HIJAU DAN JUS JAMBU BIJI MERAH TERHADAP PENINGKATAN KADAR HAEOMOGLOBIN PADA RISMA DI DESA MAJA KECAMATAN KALIANDA TAHUN 2018. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(1).