

## PEMBERIAN SARI KURMA TERHADAP KADAR *HEMOGLOBIN* PADA IBU HAMIL

Anggi Yunitasari<sup>1</sup>, Yuli Yantina<sup>2</sup>, Neneng Siti Lathifah<sup>3</sup>, Devi Kurniasari<sup>4</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Kebidanan, Universitas Malahayati Bandar Lampung Lampung.  
Email: anggiyunitasari88@gmail.com

### **ABSTRACT GIVING DATE PALM JUICE (*PHOENIX DACTYLIFERA*) TO INCREASE OF HEMOGLOBIN LEVELS IN PREGNANT**

*Background: Anemia is a biggest health problem in the world. Approximately 42% of pregnant women suffer from anemia greater than nonpregnant women. The cause of anemia in pregnant women is iron deficiency, folic acid, and acute bleeding. Dates (*Phoenix dactylifera*) are often referred to as foods that can increase hemoglobin levels because of their high iron content.*

*Purposes : To determine the effect of giving palm juice to hemoglobin levels in pregnant women in the Mekar Jaya village in the working area of Mataram Merbau Health Center in South Lampung Regency in 2020.*

*Method: Uses a Quasi Experimental design with a non randomized pre-test-post-test with control group approach design. The population in this study were all pregnant women with mild anemia in the village of Mekar Jaya, the working area of the Merbau Public Health Center in Mataram, South Lampung Regency. The sample size is 22 respondents, with 11 respondents included in the control group and 11 other respondents included in the experimental group.*

*Results : Showed the average difference in increased Hb levels of pregnant women between pre-test and post-test in the experimental group was 1.5636 gr% greater than the average difference in the control group that was 0.7364 gr%. By using the t-independent statistical test the Sig. (2-tailed) 0,000 <0.05*

*Conclusion: There is an effect of giving palm juice to the increase in hemoglobin levels in pregnant women in the village of Mekar Jaya, the working area of the Merbau Public Health Center in Mataram, South Lampung Regency in 2020.*

*Keywords: Anemia, Hemoglobin, Palm Extract , Pregnant Woman*

### **ABSTRAK**

Latar Belakang: Anemia merupakan suatu permasalahan kesehatan terbesar di dunia. Sekitar 42% ibu hamil menderita anemia lebih besar dari pada wanita tidak hamil. Penyebab anemia pada wanita hamil adalah kekurangan zat besi, asam folat, dan perdarahan akut. Sari buah kurma (*Phoenix dactylifera*) sering disebut sebagai makanan yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin karena kandungan zat besi yang tinggi.

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh pemberian sari kurma terhadap kadar *Hemoglobin* pada ibu hamil di desa mekar jaya wilayah kerja Puskesmas Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020.

Metode : Menggunakan rancangan *Quasi Eksperimental* dengan pendekatan *non randomized pre test-post test with control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil dengan anemia ringan yang ada di desa Mekar Jaya Wilayah Kerja Puskesmas Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan. Besar sampel adalah 22 responden, dengan 11 responden masuk ke dalam kelompok kontrol dan 11 responden lainnya masuk ke dalam kelompok eksperimen.

Hasil : Dari hasil penelitian menunjukkan selisih rata-rata peningkatan kadar Hb ibu hamil antara *pre-test* dan *post-test* pada kelompok eksperimen adalah 1.5636 gr% lebih besar dari pada selisih rata-rata kelompok kontrol yaitu 0.7364 gr%. Dengan menggunakan uji statistik *t-independent* didapatkan hasil nilai Sig. (2-tailed) 0.000 < 0.05.

Kesimpulan: Ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar *hemoglobin* pada ibu hamil di desa Mekar Jaya wilayah kerja Puskesmas Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020.

Kata Kunci : Anemia, *Hemoglobin*, Sari Kurma, Ibu Hamil

## PENDAHULUAN

Kehamilan adalah proses yang sangat alami. Pada saat hamil akan terjadi perubahan fisiologik yang terkait dengan proses kehamilan. Salah satunya perubahan sistem darah atau hematologi yaitu volume darah semakin meningkat dimana jumlah serum darah lebih besar dari pertumbuhan sel darah, sehingga terjadi semacam pengenceran darah (*hemodilusi*) yang disertai anemia fisiologis, dengan puncaknya pada umur 32 minggu. Serum darah (volume darah) bertambah besar 25% sampai 30% sedangkan sel darah bertambah 20%, sel darah putih meningkat sebesar 10.000/ml. dengan *hemodilusi* dan anemia fisiologis maka laju endap darah semakin tinggi dan dapat mencapai empat kali dari angka (manuaba, 2010).

Anemia merupakan penyakit kekurangan sel darah merah. Apabila jumlah sel darah merah berkurang, asupan oksigen dan aliran darah menuju otak juga semakin berkurang. Selain itu, sel darah merah juga mengandung *hemoglobin* yang berfungsi membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh. apabila hal tersebut terjadi, seseorang dapat merasakan pusing, bahkan pingsan. Bagi kelompok wanita usia produktif, anemia merupakan suatu permasalahan kesehatan terbesar di dunia (astriana, 2017).

Dampak anemia diantaranya kelelahan, badan terasa lemah, dan penurunan produktivitas kerja. Sementara itu penyebab anemia pada wanita hamil adalah kekurangan zat besi, asam folat, dan perdarahan akut (Arantika, and Fatimah, 2018).

Prevalensi anemia diperkirakan 9 % di negara-negara maju, sedangkan di negara berkembang prevalensinya 43 %. Anak-anak dan wanita usia subur (WUS) adalah kelompok yang paling berisiko, dengan perkiraan prevalensi anemia pada balita sebesar 47 %, pada wanita hamil sebesar 42 %, dan pada wanita yang tidak hamil usia 15-49 tahun sebesar 30 %. *World Health Organization* (WHO) menargetkan penurunan prevalensi anemia pada WUS sebesar 50 % pada tahun 2025. (Sudikno and Sandjaja, 2016).

Indonesia, berdasarkan Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 48,9%, naik dari 37,1% ditahun 2013 (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Berdasarkan Permenkes Nomor 88 tahun 2014 tentang Standar Tablet Tambah Darah wanita subur dan ibu hamil, menyatakan bahwa komposisi setiap tablet tambah darah bagi wanita usia subur dan hamil sekurang-kurangnya mengandung zat besi setara dengan 60 mg besi elemental (dalam bentuk sediaan *Ferro Sulfat*, *Ferro Fumarat* atau *Ferro Gluconat*) dan 0,400 mg. Pemerintah sudah menjalankan program

penganggulangan anemia pada ibu hamil dengan pemberian 90 tablet Fe selama periode kehamilan untuk menurunkan anemia, tetapi kejadian anemia masih tergolong cukup tinggi (Arantika, and Fatimah, 2018).

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar *hemoglobin* (Hb) < 11 gr% pada trimester 1 dan III sedangkan pada trimester ke II kadar Hb < 10,5 gr%. Anemia kehamilan disebut "*potential danger to mother and child*" (potensi membahayakan ibu dan anak), karena itulah anemia memerlukan perhatian khusus dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan (Arantika, and Fatimah, 2018).

Seorang ibu hamil harus secara seksama memperhatikan berbagai asupan zat gizi dan gizi yang masuk ke dalam tubuhnya. Pada masa kehamilan, seorang ibu membutuhkan tambahan kalori sebanyak 300 kalori, kalsium harian sebanyak 1000-1200 mg, folat sebanyak 600-800 µg, dan zat besi sebanyak 27 mg. Ibu hamil dengan anemia dapat diberi suplemen FE dosis rendah 30 mg pada trimester III, sedangkan pada ibu hamil dengan anemia defisiensi besi dapat diberikan suplemen sulfat 325 mg sebanyak 1-2 kali dalam sehari. Pencegahan dapat dilakukan dengan mengatur pola makan yaitu dengan mengkombinasi menu makanan serta mengkonsumsi buah dan sayuran yang mengandung vitamin C, mengandung zat besi. Kopi dan teh adalah jenis minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi sehingga dianjurkan untuk tidak dikonsumsi. (Arantika dan Fatimah, 2018)

Berdasarkan data riskesdas tahun 2018, di provinsi Lampung proporsi riwayat yang pernah mendapat Tablet Tambah Darah (TTD) pada ibu hamil sebanyak 89,8%, yang mendapat TTD < 90 Tablet sebanyak 55,8% sedangkan yang diminum sebanyak 67,5% dan yang mendapat TTD ≥ 90 tablet sebanyak 44,2% sedangkan yang diminum hanya 32,5% (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Jadi jelas kepatuhan ibu hamil dalam mengonsumsi tablet tambah darah masih sangat kurang. Efek dari Pemberian zat besi secara oral dapat menimbulkan efek samping pada saluran gastrointestinal pada sebagian orang, seperti rasa tidak enak di ulu hati, mual, muntah dan diare, Pemberian suplementasi Preparat Fe, pada sebagian wanita, menyebabkan sembelit, Mual pada masa kehamilan adalah proses fisiologi sebagai dampak dari terjadinya adaptasi hormonal. Selain itu mual dapat terjadi pada ibu hamil sebagai efek samping dari minum tablet besi. Ibu hamil yang mengalami mual sebagai dampak kehamilannya dapat merasakan mual yang lebih parah

dibandingkan dengan ibu hamil yang tidak mengalami keluhan mual sebelumnya (Susiloningtyas, 2012).

Pemenuhan nutrisi dalam tubuh salah satunya didapatkan dalam buah buahan serta sayuran, buah yang dapat meningkatkan kadar *hemoglobin* adalah buah yang kaya akan zat besi, salah satunya kurma. Kurma mengandung vitamin seperti riboflavin, biotin, tiamin, asam folik, dan asam askorbat yang penting bagi tubuh. Pulpa buahnya kaya akan kalsium, zat besi, tembaga, kobalt, magnesium, fluorin, mangan, fosfor, dan kalium. Kurma mengandung senyawa fitokimia seperti asam coumaric, ferulic, flavonoid, prosianidin, vitamin, dan mineral yang dapat berperan sebagai antioksidan, anti-hiperlipidimik, hepatoprotektif, anti-mutagen, anti-inflamasi, dan nefroprotektif (Ulya, 2018).

Puskesmas Merbau Mataram yang terdiri dari 6 desa, cakupan ibu hamil dengan anemia pada tahun 2019 sebanyak 4,69% atau sebanyak 33 kasus ibu dengan anemia, dengan sebaran terbanyak ibu hamil anemia 7,78% atau 26 kasus ibu hamil dengan anemia di desa Mekar Jaya, 6,89% atau 6 kasus ibu hamil anemia di desa Baru Ranji, dan 1,75% atau 1 kasus ibu hamil anemia di desa Suban, sedangkan untuk tiga desa lainnya tidak ditemukan kasus ibu hamil dengan anemia. Sedangkan data ibu hamil yang mendapat TTD minimal 90 tablet adalah 100% atau 716 ibu hamil, dengan desa mekar jaya di tahun 2019 sebanyak 95 ibu hamil atau 100% yang mendapat TTD minimal 90 tablet (Puskesmas Merbau Mataram, 2020).

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Sari Kurma dengan meningkatkan kadar *Hemoglobin* pada Ibu Hamil di Desa Mekar Jaya Wilayah Kerja Puskesmas Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020.

Berdasarkan pemaparan di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh pemberian sari kurma terhadap kadar Hb Pada Ibu Hamil Di Desa Mekar Jaya wilayah kerja Puskesmas Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020"

## METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian *kuantitatif* dengan rancangan penelitian *Quasi Eksperimental* (eksperimen semu). Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2020 di Desa Mekar Jaya Wilayah Kerja Puskesmas Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020. Pendekatan yang dilakukan pada penelitian ini adalah *non randomized pre test-post test with control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil dengan anemia ringan yang ada di desa Mekar Jaya Wilayah Kerja Puskesmas Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan pada bulan Januari s/d April 2020 teknik sampling yang digunakan total populasi jumlah sampel 22 orang. Sampel dibagi menjadi 2 kelompok menggunakan *Matched Subject* dengan menggunakan rumus "abba", kelompok eksperimen yaitu ibu hamil yang mengkonsumsi sari kurma 2,7 mg/hr/orang selama 7 hari dan tetap mengkonsumsi tablet Fe, sedangkan kelompok control yaitu ibu hamil yang tidak mengkonsumsi kurma dan tetap mengkonsumsi tablet Fe. Kriteria inklusi dalam penelitian ini yaitu Ibu hamil anemia ringan dengan komplikasi kehamilan. Uji statistic yang digunakan adalah uji *t independent*.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

Dari tabel dibawah didapatkan bahwa umur responden 16-25 tahun sama jumlahnya dengan umur 26-35 tahun yaitu sebanyak 11 responden atau 50%. Sedangkan paritas responden yang primigravida sebanyak 6 responden atau 27,3% dan multigravida lebih banyak ada 16 responden atau 72,7%. Dengan pendidikan responden, SMP ada 10 responden atau 45,5%, SMA 11 responden atau 50%, dan Diploma.PT hanya 1 responden atau 2,5%. Dengan rata-rata pekerjaan responden didominasi oleh IRT sebanyak 20 responden atau 90,9% dan Swasta/Pedagang hanya 2 responden atau 9,1%. Dengan Usia kehamilan dominan pada trimester ke II (14-27 minggu) sebanyak 90,90% sedangkan Trimeter III (28-41 minggu) hanya 9,09%.

**Table 1.**  
**Karakteristik Responden**

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
Umur		
16-25 Tahun	11	50%
26-35 Tahun	11	50%
Paritas		
Primigravida	6	27.3%
Multigravida	16	72.2%
Pendidikan		
SMP	10	45.5%
SMA	11	50%
Diploma/PT	1	4.5%
Pekerjaan		
IRT	20	90.9%
Wiraswasta	2	9.1%
Usia Kehamilan		
Trimester I (1-13 mgg)	0	0%
Trimester II (14-27 mgg)	20	90.90%
Trimester III (28-41 mgg)	2	9,09%

**Pengajuan Persyarat Analisis**

**Table 2.**  
**Hasil Uji Normalitas pada Ibu hamil di Desa Mekar Jaya**  
**Wilayah Kerja Puskesmas Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020**

	Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.
<i>Pre-Test</i> Ekperimen	.936	11	.480
<i>Post-Test</i> Eksperimen	.972	11	.905
<i>Pre-Test</i> Kontrol	.966	11	.846
<i>Post-Test</i> Kontrol	.960	11	.773

Berdasarkan tabel diatas Jadi sesuai dengan dasar pengambilan keputusan Uji Normalitas menggunakan Shapiro-Wilk, apabila nilai Sig. > 0.05, maka data berdistribusi normal. Berdasarkan

hasil uji Normalitas diatas semua data tersebut berdistribusi normal dan bisa menggunakan Uji statistic parametric.

**Table 3.**  
**Hasil Uji Homogenitas pada Ibu Hamil di Desa Mekar Jaya**  
**Wilayah Kerja Puskesmas Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020**

	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
<i>Based on Mean</i>	.307	3	40	.820

Berdasarkan output diatas, diketahui nilai Sig. Based on Mean adalah sebesar 0.820 > 0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa kelompok *post-test* eksperimen dan *post-test* control adalah sama atau homogeny, jadi salah satu syarat (tidak mutlak) dari uji *Independent sample t-test* sudah dapat terpenuhi.

**Analisis Univariat**

Dari table di bawah diperoleh rata-rata kadar Hb sebelum diberikan intervensi atau *pre-test* pada kelompok eksperimen adalah 10.000 gr%, dengan *standar deviasi* yaitu 6.6132.

Table 4.

Nilai rata-rata kadar Hb pada ibu hamil sebelum diberikan intervensi sari kurma di Desa Mekar Jaya Wilayah Kerja Puskesmas Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020

Kadar Hb sebelum intervensi	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Pre-Test Eksperimen	11	9.0	10.9	10.000	6.6132
Pre-Test Kontrol	11	9.0	10.9	10.127	.6002

Table 5.

Nilai rata-rata kadar Hb pada ibu hamil sesudah diberikan intervensi sari kurma di Desa Mekar Jaya Wilayah Kerja Puskesmas Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020

Kadar Hb sesudah intervensi	N	Min	Max	Mean	Std. Deviation
Post-Test Eksperimen	11	10.5	12.9	11.564	.7325
Post-Test Kontrol	11	9.7	11.6	10.864	.5697

Dari table di atas diperoleh rata-rata kadar Hb sesudah diberikan intervensi atau *post-test* pada

kelompok eksperimen adalah 11.564 gr%, dengan standar deviasi yaitu 0.7325.

#### Analisis Bivariat

Table 6.

Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Desa Mekar Jaya Wilayah Kerja Puskesmas Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020.

Variabel	N	Mean			Std. deviation	Sig. (2-tailed)
		Pre	post	Range		
Eksperimen	11	10.000	11.564	1.5636	.5904	.000
Kontrol	11	10.127	10.864	0.7364	.9315	.023

Table 7.

Independent Samples Test

	Levene's Test for Equality of Variances			t-test for Equality of Means			
	F	Sig.	T	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
Equal variances assumed	.446	.512	5.031	20	.000	1.4364	.2855

Berdasarkan tabel diatas uji statistic *independent sample t-test* adalah nilai Sig. (2-tailed)  $0.000 < 0.05$  maka  $H_0$  diterima, yang berarti ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di desa Mekar Jaya wilayah kerja Puskesmas Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020.

#### PEMBAHASAN

Hasil penelitian uji statistic Independen sample t-test menunjukkan nilai Sig. (2-tailed)  $0.000 < 0.05$  artinya ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia ringan di Desa Mekar Jaya

Wilayah Kerja Puskesmas Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan tahun 2020. Besarnya pengaruh dari pemberian sari kurma ini dapat dilihat dari keanikan rata-rata kadar Hb pre-tes dan post-test pada kelompok ekperimen adalah 1.5636 gr% lebih besar dari hasil kenaikan rata-rata kelompok control yaitu hanya 0.7364 gr%. Pada kelompok control tetap terjadi kenaikan kadar Hb karena responden di kelompok control tetap mengkonsumsi tablet Fe 1 tablet setiap harinya.

Sejalan dengan penelitian Widowati, R, (2019), tentang Pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil, diketahui p value sebesar  $0.004 < 0.005$  artinya ada

pengaruh yang bermakna terhadap peningkatan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan minuman sari kurma pada ibu hamil trimester II dengan anemia.

Berbeda dengan penelitian Jannah M dalam *Placenta* jurnal Ilmiah Kesehatan (2018), tentang Peningkatan kadar Hb ibu hamil dengan jus kurma dan sari kacang hijau di kota pekalongan. Pada uji signifikansi paired T-tes terhadap kelompok intervensi jus kurma didapatkan bahwa nilai signifikansi (p) yaitu 0.555 menggunakan ketentuan bahwa derajat kesalahan ( $\alpha$ ) adalah 5% atau 0.05, Ha diterima jika  $p \text{ value} < \alpha$ . Berdasarkan hasil penelitian diperoleh  $p \text{ value} 0.555 > 0.05$ , yang artinya tidak ada kenaikan kadar Hb pada ibu hamil setelah mengkonsumsi jus kurma, sedangkan pada kelompok sari kacang hijau  $p \text{ value} 0.021 < 0.05$ , artinya ada kenaikan kadar Hb setelah mengkonsumsi sari kacang hijau.

Sejalan dengan penelitian Setiowati W (2018) tentang Pengaruh sari kurma (*Phoenix Dactylifer*) terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III. Dengan menggunakan uji Wilcoxon test diharapkan  $p \text{ value} (\text{Exact. Sig./2 tailed}) 0.002 < 0.005$ , artinya terdapat perbedaan peningkatan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan sari kurma, oleh karena itu Ha diterima yang berarti ada pengaruh sari kurma (*Phoenix Dactylifer*) terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III.

Ekstraks metanol pada buah kurma mentah mempunyai sifat yang mampu membantu peningkatan sintesis erythropoietin oleh hati dalam rangka merangsang sumsum tulang agar dapat menghasilkan lebih banyak sel darah merah atau hemopoiesis dan Sel darah merah yang dibentuk dipengaruhi oleh vitamin B12 dan asam folat dengan cara kerja asam folat diaktifasi oleh vitamin B12. Dimana asam folat aktif mampu memperbaiki fungsi sel seperti sumsum tulang. Vitamin B12 juga menjadi kofaktor dua jenis enzim pada manusia yaitu metilmalonil-KoA mutase dan metionin sintetase. Dimana asam folat terlibat dalam reaksi metionin sintetase (Onuh, SN.et all. 2012).

Anemia dalam kehamilan ialah kondisi ibu dengan kadar Hemoglobin (Hb) di bawah 11 gr% pada trimester 1 dan ke 3 atau  $< 10.5 \text{ gr\%}$  pada trimester 2. Hal ini disebabkan karena pada ibu hamil terjadi hemodilusi pada trimester ke dua (Sarwono, 2001).

Menurut pendapat peneliti berdasarkan hasil

penelitian didapatkan bahwa hasil kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil tersebut berbeda-beda, hal ini disebabkan konsumsi nutrisi yang ibu hamil makan setiap harinya berbeda-beda, sehingga kenaikan kadar hemoglobin selain didapat dari sari kurma dan tablet zat besi yang ibu konsumsi setiap hari, tetapi disebabkan pula oleh absorbs dari makanan lain. Sari kurma dapat menjadi salah satu pilihan jenis minuman khusus yang dapat dijadikan sebagai pengobatan dan merawat kesehatan tubuh dalam meningkatkan kadar hemoglobin dalam tubuh khususnya yang diperlukan oleh ibu selama hamil, karena kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi pil tambah darah atau Fe yang masih kurang disebabkan ketidaknyamanan akibat efek samping dari tablet Fe tersebut dianjurkan untuk mengkonsumsi sari kurma .

## KESIMPULAN

Rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan sari kurma pada kelompok intervensi adalah sebesar 10.000 gr% dan pada kelompok control sebesar 10,127 gr%. Rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan sari kurma pada kelompok intervensi sebanyak 11,564 gr% dan pada kelompok control sebesar 10,864 gr%. Terdapat pengaruh pemberian sari kurma dalam peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia ringan yang ditunjukkan setelah melakukan uji independent sample ahasant-test didapatkan hasil nilai Sig. (2-tailed)  $0,000 < 0,05$ , maka terbukti ada pengaruh.

## SARAN

Saran bagi Institusi sebagai salah satu sumber informasi, media pembelajaran dan wacana kepustakaan terkait terapi non farmakologis terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan mengkonsumsi sari kurma (*phoenix dactylifera*). Saran bagi Tenaga Kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Merbau Mataram Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan pada pelayanan kesehatan terutama di Puskesmas, bahwa sari kurma atau *phoenix dactylifera* dapat dijadikan salah satu alternative prosedur dalam asuhan kebidanan pada ibu hamil untuk meningkatkan kadar hemoglobin dan mencegah anemia .Saran bagi Ibu Hami Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai manfaat sari kurma atau

phoenix dactylifera terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta:Rineka Cipta.
- Astuti, KH Endah Widhi, Sugit. Widyastuti Anik Hutari. (2015). Pengaruh Konsumsi Jus bayam Merah terhadap Peningkatan Kadar Hb pada Ibu Hamil di Kecamatan Tawangmangu. *Jurnal Ilmu Kebidanan*.
- Badan Pusat Statistik. (2017). *Survei Demografi dan Kependudukan Indonesia*. Jakarta : BPS
- Cristanto, dkk. (2001). *Kapita Selektia Kedokteran Jilid I*. Jakarta : Media Aesculapus
- Cholifah, Noor. and Amalia, Elva. (2017). Aplikasi Pemberian Kurma Sebagai Upaya Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri yang Mengalami Anemia. *University Research Colloquium Proceeding*. (February). pp. 381–387.
- Fatimah and Nuryaningsih. (2017). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Kehamilan*. pertama. jakarta: fakultas kedokteran dan kesehatan universitas muhammadiyah jakarta.
- Jannah, Miftachul. Puspaningtyas, Millatin. (2018). Peningkatan Kadar HB Ibu Hamil dengan Jus Kurma dan Sari Kacang Hijau di Kota Pekalongan. *Placenum Jurnal Ilmiah Kesehatan dan Aplikasinya*. Vol 6 (2).
- Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor HK.01.07/MENKES/187/2017 tentang Formularium Ramuan Obat Tradisional Indonesia
- Kementerian Kesehatan RI .(2018). *Laporan Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2018, Riset Kesehatan Dasar 2018*.
- Manuaba, Ida Bagus. (2010). *Ilmu Kebidanan, Penyakit kandungan, dan Keluarga*. Jakarta; EGC
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. jakarta Rineka Cipta.
- Onuh, SN. ukaejiofo, EO. Achukwu, PU. Okwuosa, CN. and Chukwuka, CJ. (2012). Haemopoietic activity and effect of crude fruit extract of phoenix dactylifera on Peripheral Blood Parameters. *Internaional Journal of Biological & Medical Research*. 3(2) : 1720-1723.
- Paramashanti, Bunga Astria. (2019). *Gizi Bagi Ibu dan Anak untuk mahasiswa kesehatan dan kalangan umum*. Yogyakarta ; PT Pustaka baru.
- Pratiwi, Arantika, dkk. (2019). *Patologi Kehamilan Memahami berbagai penyakit dan komplikasi kehamilan*. Yogyakarta : PT Pustaka Baru.
- Prasetyo, Bambang, dkk. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta : Divisi Buku Perguruan Tinggi PT RajaGravindo Persada.
- Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 88 Tahun 2014 tentang Standar tablet Tambah Darah Wanita Subur dan Ibu Hamil
- Rizky, Bachtiar. (2011). *Skripsi Pembuatan Minuman Instan Sari Kurma*. Departemen Teknologi Industri Pertanian Saifuddin, Abdul Bari. 2001. *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan maternal dan Neonatal*. Jakarta : yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Saifuddin, Abdul Bari. (2016). *Ilmu Kebidanan sarwono Prawirohardjo*. Jakarta : yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Setiowati, Wiulin. and Nuriah, Siti. (2018). Pengaruh Sari Kurma (Phoenix Dactylifera) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobinibu 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), pp. 85–91.
- Sudikno. and Sandjaja. (2016). *Prevalensi Dan Faktor Risiko Anemia Pada Wanita Usia Subur Di Rumah Tangga Miskin Di Kabupaten Tasikmalaya Dan Ciamis, Provinsi Jawa Barat*. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(2). doi: 10.22435/kespro.v7i2.4909.71-82.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugita. and Kuswati. (2020). Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Peningkatan kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*. Volume 5, No 1, Maret 2020, hlm 1-66.
- Susiloningtyas, Is. (2012). *Pemberian Zat Besi (Fe) Dalam Kehamilan*. *Majalah Ilmiah Sultan*

Agung, 50, p. 128.  
Ulya, Syahdatul. (2018). Pengaruh Pemberian Ekstrak Daging Buah Kurma Ajwa ( Phoenix Dactylifera L .) Terhadap Kadar Hemoglobin

Pada Mencit ( Mus Musculus ) Bunting.  
Skripsi Oleh, 5(2), p. 60. doi:  
10.36722/sst.v5i2.351