

PEMBERIAN SARI KURMA DAPAT MENINGKATKAN KADAR HB PADA IBU

Dainty Maternity^{1*}, Auda Audrias², Dewi Yuliasari³, Ana Mariza⁴

^{1,2,4}Program Studi DIV Kebidanan Universitas Malahayati

³Program Studi DIII Kebidanan Universitas Malahayati

*Korespondensi email denty.mf@gmail.com

ABSTRACT GIVING DATE CREAM CAN INCREASE HB LEVELS IN MOTHERS

Background Anemia in pregnancy is a maternal condition with hemoglobin values below 11 g/dl in the first and third trimesters, or hemoglobin levels less than 10 g/dl in the second trimester. Data on visits by pregnant women at Independent Practice Midwife Betty, Amd. Keb Based on a pre-survey conducted at BPS Okdiah Betty Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Central Lampung, by looking at the visit data of pregnant women TM I-TM II for the last 3 months as many as 67 people, with the results of HB 8.0-10.0 examination with mild anemia category as many as 26 pregnant women (38.8%), and HB 10.1-13.0 with normal category as many as 14 people (20.9%), from the overall data it can be seen if there are 27 people (40.2 %) who did not do Hb checks during pregnancy.

The purpose of this study was to determine the effect of giving date palm juice on increasing HB levels in pregnant women in the Independent Practice of Midwife Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung in the middle of 2021..

Methods This type of research is quantitative, the research design is pre-experimental method with a one group pretest - posttest design approach. Data on visits by pregnant women at Independent Practice Midwife Betty, Amd. Kec. Trimurjo Kab. Central Lampung, obtained the number of pregnant women TM I and III during the last 3 months as many as 67 people, purposive sampling technique., univariate and bivariate data analysis using t-test

Result The average HB level in pregnant women before being given date palm juice with a mean of 10,270gr/dl, a min value of 9.3gr/dl and a max value of 10.8gr/dl. The average Hb level at week 7 with a mean of 10.480gr/dl, a min value of 9.7gr/dl and a max value of 11.0gr/dl, and a Hb at week 14 with a mean of 10,807gr/dl, a min value of 10.2gr/dl and a max 11.2gr/dl.

Conclusion there is an effect of giving date palm juice to increase Hb levels in pregnant women
Suggestion Conducting outreach to the community as a form of promotional and preventive efforts to overcome and minimize the incidence of anemia.

Keywords: Dates Extract, Hb Level, Pregnant Women

ABSTRAK

Latar Belakang Anemia dalam kehamilan merupakan suatu kondisi ibu dengan kadar nilai hemoglobin di bawah 11 gr/dl pada trimester satu dan tiga, atau kadar hemoglobin kurang dari 10 gr/dl pada trimester dua. Data Kunjungan ibu hamil di Praktik Mandiri bidanokdiah Betty, Amd. Keb Berdasarkan prasurvey yang dilakukan di BPS Okdiah Betty Amd.Keb Kec.Trimurjo Kab.Lampung Tengah, dengan melihat data kunjungan ibu hamil TM I-TM II selama 3 bulan terakhir sebanyak 67 orang,dengan hasil pemeriksaan HB 8,0-10,0 dengan kategori anemia ringan sebanyak 26 ibu hamil (38,8%),dan HB 10,1-13,0 dengan kategori normal sebanyak 14 orang (20,9%),dari data keseluruhan dapat diketahui jika terdapat 27 orang (40,2%) yang tidak melakukan pemeriksaan Hb saat hamil. Tujuan penelitian ini diketahuipengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar HB pada ibu hamildi Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec.Trimurjo Kab.Lampung tengahahtahun 2021..

Metode Jenis penelitian kuantitatif, desain penelitian metode *Pra Eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest – posttest design*. Data Kunjungan ibu hamil di Praktik Mandiri bidanokdiah Betty, Amd. Kec.Trimurjo Kab.Lampung Tengah, didapat jumlah ibu hamil TM I dan III selama 3 bulan terakhir sebanyak 67 orang, teknik*purposive sampling*., analisa data univariat dan bivariat menggunakan *t-test*

Hasil Rata-rata kadar HB pada ibu hamilsebelum diberi sari kurma dengan *Mean*10,270gr/dlnilai min 9,3gr/dl dan nilai max 10,8gr/dl.Rata-rata kadar Hb minggu ke 7 dengan *Mean*10,480gr/dlnilai min 9,7gr/dl dan nilai max 11,0gr/dl, dan Hb minggu ke 14 dengan *Mean*10,807gr/dlnilai min 10,2gr/dl dan nilai max 11,2gr/dl. Kesimpulan terdapat pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu

Saran Melakukan penyuluhan kepada masyarakat sebagai bentuk upaya promosi dan preventif untuk menanggulangi dan meminimalkan angka kejadian anemia.

Kata Kunci : Sari Kurma, Kadar Hb, Ibu Hamil

PENDAHULUAN

Cakupan pemberian TTD pada ibu hamil di Indonesia tahun 2018 adalah 81,16%. Angka ini belum mencapai target Renstra tahun 2018 yaitu 95%. Provinsi dengan cakupan tertinggi pemberian TTD pada ibu hamil adalah Bengkulu (99,49%), sedangkan provinsi dengan cakupan terendah adalah Banten (32,11%), sedangkan Lampung dengan persentase 90,0% yang artinya masih kurang dari 95% (Kemenkes RI, 2018).

Anemia merupakan suatu keadaan adanya penurunan kadar hemoglobin, hematokrit dan jumlah eritrosit dibawah nilai normal. Pada penderita anemia, lebih sering disebut kurang darah, kadar sel darah merah (hemoglobin) dibawah nilai normal. Penyebabnya bisa karena kurang zat gizi untuk pembentukan darah, misalnya zat besi, asam folat dan vitamin B12. Tetapi yang sering terjadi adalah anemia karena kekurangan zat besi (Rukiyah, 2019).

Anemia dalam kehamilan merupakan suatu kondisi ibu dengan kadar nilai hemoglobin di bawah 11 gr/dl pada trimester satu dan tiga, atau kadar hemoglobin kurang dari 10 gr/dl 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).

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; Yuliasari 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 (Wasnidar, 2013).

Upaya yang dilakukan dalam pencegahan dan penanggulangan anemia ada dua yaitu farmakologi dengan mengkonsumsi tablet Fe Selain terapi farmakologi dapat juga diberikan terapi non farmakologi. Pencegahan anemia dapat dilakukan dengan cara mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi. Salah satunya adalah kacang merah. Kacang merah merupakan salah satu makanan yang tinggi serat. Kandungan mineral, seperti zat besi, zinc, dan tembaga pada kacang merah bermanfaat membantu pembentukan sel darah merah, enzim, dan tulang (Umrah, 2018).

Pemberian zat besi kepada ibu hamil yang dianjurkan adalah minimal 90 butir selama kehamilannya dan pemberian ini biasanya diberikan secara bertahap serta paling baik diberikan pada trimester III (umur kandungan lebih dari 7 bulan). Kebanyakan anemia yang di derita masyarakat adalah karena kekurangan zat besi yang dapat diatasi melalui pemberian zat besi secara teratur dan peningkatan gizi. Selain itu di daerah pedesaan banyak dijumpai ibu hamil dengan mal nutrisi atau kekurangan gizi, ibu hamil dengan pendidikan tingkat sosial ekonomi rendah (Manuaba 2014 ; Maternity, 2014)

Sari kurma merupakan kurma yang dihaluskan dan diambil sarinya, berbentuk cair, kental, berwarna hitam dan terasa manis serta mengandung zat gizi yang lengkap seperti buah kurma. Dengan kandungan yang lengkap, diharapkan sari kurma dapat meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil (Widowati, 2019).

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).Kurma merupakan salah satu buah yang mengandung zat besi (fe) yang cukup mencukupi kebutuhan zat besi,vitamin C,vitamin B kompleks dan asam folat yang dapat membantu pembentukan sel darah merah ,zat besi merupakan bagian dari molekul hemoglobin,dengan berkurangnya zat besi maka sintesis hemoglobin akan menurun dan menyebabkan kadar hemoglobin menurun (Arum Sari,Eti Poncorini Pamungkasari & Yulia Lanti Retno Dewi 2018)

Data Kunjungan ibu hamil di Praktik Mandiri BidanOkdiah Betty, Amd. Keb Berdasarkan prasurvey yang dilakukan di BPS Okdiah Betty Amd.Keb Kec.Trimurjo Kab.Lampung Tengah, dengan melihat data kunjungan ibu hamil TM I-TM II selama 3 bulan terakhir sebanyak 67 orang,dengan hasil pemeriksaan HB 8,0-10,0 dengan kategori anemia ringan sebanyak 26 ibu hamil (38,8%),dan HB 10,1-13,0 dengan kategori normal sebanyak 14 orang (20,9%),dari data keseluruhan dapat diketahui jika terdapat 27 orang (40,2%) yang tidak melakukan pemeriksaan Hb saat hamil.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara bebas terpimpin terhadap 7 ibu hamil di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty A.md Keb dimana 5 orang ibu mengalami anemia ringan dengan HB 9,5-10,8 gr/dl, sedangkan 2 ibu mengalami anemia sedang yaitu 8,8 dan 9,2 gr/dl, setelah dilakukan wawancara terhadap 2 ibu, didapat hasil jika ibu mengalami anemia dikarenakan tidak rutin mengkonsumsi tablet Fe dan sering mengkonsumsi teh setelah minum tablet Fe untuk menghilangkan mual muntah akibat konsumsi tablet Fe peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar HB Pada Ibu Hamildi Praktik Mandiri BidanOkdiah Betty A.md Keb Kec.Trimurjo Kab.Lampung Tengah.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini penulis menggunakan jenis penelitian kuantitatif, desain penelitian metode *Pra Eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest – posttest design*.Data Kunjungan ibu hamil di Praktik Mandiri BidanOkdiah Betty, Amd. Kec.Trimurjo Kab.Lampung Tengah, didapat jumlah ibu hamil TM I dan III selama 3 bulan terakhir sebanyak 67 orang, teknik *purposive sampling*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Tabel 1.

Karakteristik Ibu Hamil di Praktik Mandiri BidanOkdiah Betty, Amd. Keb Kec.Trimurjo Kab.Lampung Tengah Tahun 2021

Karakteristik	Frekuensi	Persentase (%)
Usia		
< 20 dan > 35	6	20,0
Tahun	24	80,0
20-35 Tahun		
Usia Kehamilan		
TM I	12	40,0
TM II	18	60,0
IMT		
IMT Ideal	21	70,0
IMT Tidak Ideal	9	30,0
Pendidikan		
Pendidikan Tinggi	25	83,3
Pendidikan Rendah	5	16,7
Pekerjaan		
Ibu Tidak Bekerja	15	50,0
Ibu Bekerja	15	50,0
Total	30	100

Dari tabel diatas dapat diketahui karakteristik ibu hamil di Praktik Mandiri BidanOkdiah Betty, Amd. Keb Kec.Trimurjo Kab.Lampung Tengah Tahun 2021, dengan melihat usia terbanyak adalah usia 20-35 tahun sebanyak 24 responden (80,0%), usia kehamilan terbanyak adalah TM II 15-27 Minggu sebanyak 18 responden (60,0%) IMT terbanyak adalah IMT Ideal 21 responden (70,0%), pendidikan terbanyak adalah pendidikan tinggi (SMA-Perguruan Tinggi) sebanyak 25 responden (83,3%) dan pekerjaan rata-rata bekerja 15 responden (50,0%).

Dari tabel diatas dapat diketahui karakteristik ibu hamil di Praktik Mandiri BidanOkdiah Betty, Amd. Keb Kec.Trimurjo Kab.Lampung Tengah Tahun 2021, dengan melihat usia terbanyak adalah usia 20-35 tahun sebanyak 24 responden (80,0%) dengan mean hari ke 1 10,275gr/dL hari ke 7 10,942gr/dL hari ke 14 10,804gr/dL, usia kehamilan terbanyak adalah TM II 15-27 Minggu sebanyak 18 responden (60,0%) dengan mean hari ke 1 10,278gr/dL hari ke 7 10,484gr/dL hari ke 14 10,817gr/dL IMT terbanyak adalah IMT Ideal 21 responden (70,0%) dengan mean hari ke 1 10,248gr/dL hari ke 7 10,462gr/dL hari ke 14 10,810r/dL, pendidikan terbanyak adalah pendidikan tinggi (SMA-Perguruan Tinggi)

sebanyak 25 responden (83,3%) dengan mean hari ke 1 10,268gr/dL hari ke 7 10,480gr/dL hari ke 14 10,812gr/dL dan pekerjaan rata-rata bekerja 15

responden (50,0%) dengan mean hari ke 1 10,220gr/dL hari ke 7 10,453gr/dL hari ke 14 10,773gr/dL

Tabel 2.
Rata-Rata Karakteristik Ibu Hamil di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021

Karakteristik	Frekuensi	Persentase	Mean			P-Value
			Hari 1	Hari 7	Hari 14	
Usia						
< 20 dan > 35 Tahun	6	20,0	10,275	10,492	10,804	0,000
20-35 Tahun	24	80,0	10,250	10,433	10,817	
Usia Kehamilan						
TM I	12	40,0	10,258	10,475	10,792	0,000
TM II	18	60,0	10,278	10,483	10,817	
IMT						
IMT Ideal	21	70,0	10,248	10,462	10,810	0,000
IMT Tidak Ideal	9	30,0	10,322	10,522	10,800	
Pendidikan						
Pendidikan Tinggi	25	83,3	10,268	10,480	10,812	0,000
Pendidikan Rendah	5	16,7	10,280	10,480	10,780	
Pekerjaan						
Ibu Tidak Bekerja	15	50,0	10,220	10,453	10,773	0,000
Ibu Bekerja	15	50,0	10,320	10,507	10,840	
Total	30	100	-	-	-	-

Analisa Univariat Hb Pretes

Tabel 3.
Rata-Rata Kadar HB Pada Ibu Hamil Sebelum Diberi Sari Kurma Di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021

Variabel	N	Mean	SD	SE	Min-Max
Hb Hari Ke 1	30	10,270	0,4481	0,0818	9,3-10,8

Dari tabel diatas dapat diketahui bahwa rata-rata kadar HB pada ibu hamil sebelum diberi sari kurma di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021, dengan Mean 10,270gr/dl nilai min 9,3gr/dl dan nilai max 10,8gr/dl.

Dari tabel dibawah dapat diketahui bahwa rata-rata kadar HB pada ibu hamil pada hari ke 7

dan 14 sesudah diberi sari kurma di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021, Hb hari ke 7 dengan Mean 10,480gr/dl nilai min 9,7gr/dl dan nilai max 11,0gr/dl, dan Hb hari ke 14 dengan Mean 10,807gr/dl nilai min 10,2gr/dl dan nilai max 11,2gr/dl.

Tabel 4.
Rata-Rata Kadar HB Pada Ibu Hamil Sesudah Diberi Sari Kurma Di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021

Variabel	N	Mean	SD	SE	Min-Max
Hb Hari Ke 7	30	10,480	0,3943	0,0720	9,7-11,0
Hb Hari Ke 14	30	10,807	0,2912	0,0532	10,2-11,2

Analisis Bivariat

Tabel 5.

Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar HB Pada Ibu Hamil Di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021

Variabel	N	Mean	SD	SE	P-Value
Hb Hari Ke 1	30	10,270	0,4481	0,0818	
Hb Hari Ke 7	30	10,480	0,3943	0,0720	0,000
Hb Hari Ke 14	30	10,807	0,2912	0,0532	

Dari tabel terlihat bahwa rata-rata kadar HB pada ibu hamil sebelum diberi sari kurma di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021, dengan Mean 10,270 gr/dl, Hb hari ke 7 dengan Mean 10,480 gr/dl dan Hb hari ke 14 dengan Mean 10,807 gr/dl, dari pemaparan tersebut dapat dilihat jika Hb ibu hamil mengalami peningkatan pada pengukuran hari ke 1, 7 dan 14.

Hasil uji statistik didapatkan nilai *P-value* = 0.000 (<0,05) yang artinya terdapat pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021.

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Rata-Rata Kadar HB Pada Ibu Hamil Sebelum Diberi Sari Kurma Di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021

Rata-rata kadar HB pada ibu hamil sebelum diberi sari kurma di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021, dengan Mean 10,270 gr/dl nilai min 9,3 gr/dl dan nilai max 10,8 gr/dl.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widowati (2019) Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata kadar hemoglobin sebelum pemberian sari kurma sebesar 9,6 gr/dL,

Sejalan dengan teori Manuaba (2010) Anemia ialah keadaan dimana massa eritrosit dan/atau massa hemoglobin yang beredar tidak dapat memenuhi fungsinya untuk menyediakan oksigen bagi jaringan tubuh. Secara laboratorik dijabarkan sebagai penurunan di bawah normal kadar hemoglobin hitung eritrosit dan hematokrit (*packed red cell*) Kurang dari normal. Anemia merupakan keadaan menurunnya kadar haemoglobin, hematokrit, dan jumlah sel darah merah di bawah 11 gr/dl.

Pada beberapa orang, pemberian tablet zat besi dapat menimbulkan gejala-gejala seperti mual, nyeri di daerah lambung, kadang terjadi diare dan sulit buang air besar, pusing bau logam (Bakta, 2017)

Menurut Proverawati (2011) Gejala awal biasanya tidak ada atau tidak spesifik (misalnya, kelelahan, kelemahan, pusing, dispnea ringan dan tenaga). Gejala dan tanda lain mungkin termasuk pucat dan, jika terjadi anemia berat, akan mengalami takikardia atau hipotensi

Menurut peneliti anemia adalah kondisi dimana kadar Hb ibu dibawah dari normal. Kandungan Hb yang rendah dapat mengindikasikan anemia, dengan gejala berupa lemah, kurang nafsu makan, kurang energi, konsentrasi menurun, sakit kepala, mudah terinfeksi penyakit, mata kunang-kunang, selain itu kelopak mata, bibir, dan kuku tampak pucat. Penyebab tersering anemia selama kehamilan yaitu defisiensi besi dan kehilangan darah akut. Tidak jarang keduanya saling berkaitan erat, karena pengeluaran darah yang berlebihan disertai hilangnya besi hemoglobin dan terkurasnya simpanan besi pada suatu kehamilan dapat menjadi penyebab penting anemia defisiensi besi pada kehamilan berikutnya. Status gizi yang kurang sering berkaitan dengan anemia defisiensi besi

Rata-Rata Kadar HB Pada Ibu Hamil Sesudah Diberi Sari Kurma Di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021

Rata-rata kadar HB pada ibu hamil pada hari ke 7 dan 14 sesudah diberi sari kurma di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021, Hb hari ke 7 dengan Mean 10,480 gr/dl nilai min 9,7 gr/dl dan nilai max 11,0 gr/dl, dan Hb hari ke 14 dengan Mean 10,807 gr/dl nilai min 10,2 gr/dl dan nilai max 11,2 gr/dl.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widowati (2019) Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata

kadar hemoglobin sebelum pemberian sari kurma sebesar 9,6 gr/dL, sedangkan sesudah pemberian sari kurma selama 10 hari rata-rata sebesar 10,6 gr/dL.

Sejalan dengan teori Manuaba (2010) dikatakan anemia bila kadar Hb pada wanita hamil trimester I < 11 gr/dl, trimester II < 10,5 gr/dl dan trimester III < 10 gr/dl. Kadar Hb ibu hamil terjadi jika produksi sel darah merah meningkat, nilai normal haemoglobin (12 sampai 16 gr%) dan nilai normal hematokrit (37% sampai 47%) menurun secara menyolok. Penurunan lebih jelas terlihat selama trimester kedua, saat terjadi ekspansi volume darah yang cepat. Apabila nilai hematokrit turun sampai 35% atau lebih, wanita dalam keadaan anemia (Benson, 2009). Kadar Hb pada darah dikatakan anemia apabila kadar Hb dasar pada pria < 13 gr%, wanita < 12 gr% dan pada ibu hamil < 11 gr%

Pada penelitian ini didapat nilai kadar Hb setelah diperlakukan dengan menggunakan sari kurma mengalami peningkatan rata-rata Hb dengan selisih skor 0,2-1,4gr/dl pada 14 hari intervensi. Hal ini dikarenakan keteraturan ibu saat mengkonsumsi sari kurma menjadi penyebab penting anemiadefisiensi besi pada kehamilan berikutnya. Sari kurma yang kaya akan kandungannya, mengandung komponen-komponen yang mampu meningkatkan penyerapan zat besi atau berperan dalam pembentukan sel darah merah tempat hemoglobin berada. Sari kurma mengandung berbagai vitamin, mineral, antioksidan dll.

Kenaikan volume darah selama kehamilan akan meningkatkan kebutuhan Fe atau Zat Besi. Jumlah Fe pada bayi baru lahir kira-kira 300mg dan jumlah yang diperlukan ibu untuk mencegah anemia akibat meningkatnya volume darah adalah 500 mg. Selama kehamilan seorang ibu hamil menyimpan zat besi kurang lebih 1.000 mg termasuk untuk keperluan janin, plasenta dan hemoglobin ibu sendiri. Sedangkan kebutuhan sebelum hamil atau kondisi normal kira-kira 26 mg per hari (Umur 20-45 tahun), dewasa 15 mg/hari, dan ibu hamil 30 mg/hari (Sukarni, 2019).

Analisa Bivariat

Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar HB Pada Ibu Hamil Di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021

Rata-rata kadar HB pada ibu hamil sebelum diberi sari kurma di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021, dengan Mean 10, 270gr/dl, Hb

hari ke 7 dengan Mean 10,480gr/dl dan Hb hari ke 14 dengan Mean 10,807gr/dl, dari pemaparan tersebut dapat dilihat jika Hb ibu hamil mengalami peningkatan pada pengukuran hari ke 1, 7 dan 14.

Hasil uji statistik didapatkan nilai *P-value* = 0.000 (<0,05) yang artinya terdapat pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021.

Sejalan dengan hasil penelitian Widowati (2019) Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata kadar hemoglobin sebelum pemberian sari kurma sebesar 9,6 gr/dL, sedangkan sesudah pemberian sari kurma selama 10 hari rata-rata sebesar 10,6 gr/dL. Ada pengaruh yang signifikan (*p value* 0,004 < 0,05) pemberian sari kurma dengan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia. Namun demikian hasil pengujian laboratorium diketahui kadar zat besi pada sari kurma rendah.

Sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Wulandari (2019) Pemenuhan nutrisi dalam meningkatkan Hb pada Ibu Hamil didapatkan dalam daging, buah-buahan serta sayuran dan buah salah satunya adalah kurma. Tidak seperti kebanyakan buah lainnya kadar zat besi dalam buah kurma cukup tinggi yaitu 1,2mg/1000gr buah kurma, dimana zat besi menjadi salah satu komponen dalam darah untuk membawa oksigen dalam darah

Hemoglobin merupakan kompleks protein yang terdiri dari heme yang mengandung besi dan globin dengan interaksi di antara heme dan globin yang menyebabkan Hemoglobin (Hb) merupakan yang ireversibel untuk mengangkut oksigen. Zat besi bersama dengan protein (globin) dan protoporphirin mempunyai peranan penting dalam pembentukan hemoglobin (Natalia, 2015).

Pada penelitian ini rata-rata kadar HB pada ibu hamil sebelum diberi sari kurma di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021, dengan Mean 10, 270gr/dl, Hb hari ke 7 dengan Mean 10,480gr/dl dan Hb hari ke 14 dengan Mean 10,807gr/dl, dari pemaparan tersebut dapat dilihat jika Hb ibu hamil mengalami peningkatan pada pengukuran hari ke 1, 7 dan 14.

Karakteristik ibu hamil di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021, dengan melihat usia terbanyak adalah usia 20-35 tahun sebanyak 24 responden (80,0%) dengan mean hari ke 1 10,275gr/dL hari ke 7 10,942gr/dL hari ke 14 10,804gr/dl

Usia kehamilan terbanyak adalah TM II 15-27 Minggu sebanyak 18 responden (60,0%) dengan mean hari ke 1 10,278gr/dl hari ke 7 10,484gr/dl hari ke 14 10,817gr/dl. Hal ini terkait dengan Kondisi biologis dan psikologis dari ibu hamil. Sebaliknya pada kelompok umur < 20 tahun beresiko anemia sebab pada kelompok umur tersebut perkembangan biologis yaitu reproduksi belum optimal. Selain itu, kehamilan pada kelompok usia diatas 35 tahun merupakan kehamilan yang beresiko tinggi. Wanita hamil dengan umur diatas 35 tahun juga akan rentan anemia. Hal ini menyebabkan daya tahan tubuh mulai menurun dan mudah terkena berbagai infeksi selama masa kehamilan

IMT terbanyak adalah IMT Ideal 21 responden (70,0%) dengan mean hari ke 1 10,248gr/dl hari ke 7 10,462gr/dl hari ke 14 10,810r/dl, Faktor pengukuran LILA yang tidak berhubungan dengan anemia memungkinkan carapengukuran yang tidak tepat, faktor dari pekerjaan ibu hamil, dan pola makan ibuyang tidak baik atau bisa dilihat dari jumlah anak yang terlalu banyak sehingga kebutuhan ibu hamil tidak terpenuhi. Gizi kurang pada ibu hamil dapat menyebabkan resiko dan komplikasi pada ibu antara lain : anemia, perdarahan, berat badan ibu tidak bertambah secara normal, dan terkena penyakitinfeksi.

Pendidikan terbanyak adalah pendidikan tinggi (SMA-Perguruan Tinggi) sebanyak 25 responden (83,3%) dengan mean hari ke 1 10,268gr/dL hari ke 7 10,480gr/dL hari ke 14 10,812gr/dL. Pendidikan yang dijalani seseorang memiliki pengaruh pada peningkatan kemampuan berpikir, dengan kata lain seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan dapat mengambil keputusan yang lebih rasional, umumnya terbuka untuk menerima perubahan atau hal baru dibandingkan dengan individu yang berpendidikan rendah. Tingkat pendidikan ibu hamil yang rendah mempengaruhi penerimaan informasi sehingga pengetahuan tentang anemia dan faktorfaktor yang berhubungan dengannya menjadi terbatas, terutama pengetahuan tentang pentingnya zat besi.

Pekerjaan rata-rata bekerja 15 responden (50,0%) dengan mean hari ke 1 10,220gr/dL hari ke 7 10,453gr/dL hari ke 14 10,773gr/dl. Dalam hal kejadian anemia pada ibu hamil berdasarkan pekerjaan tampak persentase lebih besar pada ibu hamil yang bekerja. Pekerjaan merupakan suatu aktivitas sehingga memperoleh penghasilan. Jenis pekerjaan menentukan jumlah penghasilan yang diterima. 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. Rendahnya tingkat ekonomi pada ibu hamil yang tidak bekerja mengakibatkan kemampuan ibu hamil untuk memperoleh informasi dan melakukan pemeriksaan kehamilan menjadi berkurang.(Mariza, 2016). Namun, disisi lain ibu hamil yang tidak bekerja mempunyai lebih banyak waktu luang sehingga dapat digunakan untuk mengikuti berbagai penyuluhan meskipun mempunyai keterbatasan dalam hal keuangan. Pengetahuan yang diperoleh ibu hamil tidak bekerja ini berpengaruh terhadap rendahnya kejadian anemia ibu hamil dibanding ibu yang bekerja.

Berdasarkan hasil diatas dapat diketahui jika sari kurma dapat membantu peningkatan Hb pada ibu hamil, dengan rata-rata peningkatan per minggu 0,2-1,4 per minggu, hal ini sesuai dengan pendapat M. A. Rahayu et al (2016) 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.

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).

Vitamin C yang terkandung dalam sari kurma juga dapat meningkatkan penyerapan besi terutama dengan mereduksi besi ferri menjadi besi ferro. Selain dari perannya dalam pengubah Ferri menjadi Ferro sebelum penyerapan usus, vitamin C juga mengatur homeostasis besi dengan menghambat ekspresi hepcidin (misalnya, dalam sel HepG2), menjadikan vitamin C berpotensi membantu melemahkan defisiensi besi. Adapun metabolisme vitamin A yang terdapatpada sari kurmamemiliki

implikasi terhadap homeostasis zat besi, sehingga kekurangan vitamin A dapat menyebabkan defisiensi zat besi (Widowati, 2019)

SIMPULAN

Ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar Hb pada ibu hamil di Praktik Mandiri Bidan Okdiah Betty, Amd. Keb Kec. Trimurjo Kab. Lampung Tengah Tahun 2021 dengan nilai P-Value 0,000.

SARAN

Diharapkan bagi masyarakat dan ibu hamil yang mengalami anemia, menganjurkan ibu hamil mengkonsumsi sari kurma sebanyak 10 ml diminum sebanyak tiga kali sehari agar dapat meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil. Serta mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi serta konsumsi makanan yang kaya akan gizi dan mengandung vitamin c seperti sari kurma.

DAFTAR PUSTAKA

- Arisman. (2010). *Gizi dalam Daur Kehidupan: Buku Ajar Ilmu Gizi*. Jakarta: EGC.
- Arum Sari, Eti Poncorini Pamungkasari & Yulia Lanti Retno Dewi (2018) The Addition Of Dates Palm (Phoenix Dactylifera) On Iron Supplementation (Fe) Increases the Hemoglobin Level Of Adolescent Girls With Anemia
- Bakta. (2017). *Hematologi Klinik Ringkas*. Jakarta: EGC.
- Diyah, S. M. (2017). *Perbedaan Kadar Hemoglobin (Hb) Menggunakan Alat BGA dan Automatic Hematology Analyzer Pada Pasien Gagal Ginjal Kronis* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surabaya).
- Eny. S., 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.
- Kadek Ayu Ida & Maternity Dainty Hubungan Konsumsi Tablet Besi (FE) dengan Kejadian Anemia di Bidan Praktek Swasta (BPS) Nengah Astiti Sidorejo Lampung
- Kemenkes. (2018). *profilsehat indonesia*.
- Manuaba, IBG. (2010). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC.
- Manuaba, IBG. (2014). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC.
- 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.
- Notoatmojo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* Rineka Cipta: Jakarta.
- Profil Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2017). *Angka Anemia*.
- Proverawati A. (2011). *Buku Anemia dan Anemia Kehamilan*. Yogyakarta.
- Rahayu, M. A., Nugraheni, G., & Rahayu, S. (2016). *Pengaruh Pemberian Buah Kurma Kering (Tamar) 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).
- Rukiyah, Ai, Yeyeh. (2019) *Asuhan Kebidanan Patologi Kebidanan 4*. Jakarta: Trans Infomedia.
- Sukarni, Icesmi. (2019). *Kehamilan Persalinan Dan Nifas*. Yogyakarta: Nuha Media..
- Wasnidar, T. (2013). *Anemia Pada Ibu Hamil Konsep*. Jakarta: TIM.
- Widowati, R., Kundaryanti, R., & Lestari, P. P. (2019). Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Sains dan Teknologi*, 5(2), 60-65.
- Wirjatmadi, B., & Andriani, M. (2012). *Peranan gizi dalam siklus kehidupan, prenatal Group*, Jakarta
- Wulandari, W., Siregar, Y., Irianti, E., & Hasibuan, Y. (2019). Efektifitas Pemberian Ekstrak Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester Iii Di Klinik Sumiarani Dan Klinik Pratama Sari Tahun 2019
- Yulita, N., & Febriani, A. (2020). Efektifitas Sari Kurma Dalam Peningkatan Hb Ibu Hamil Di Kota Pekanbaru. In CALL FOR PAPER SEMINAR NASIONAL KEBIDANAN (Vol. 1, No. 1, pp. 27-33).
- Yuviska, I. A., & Yuliasari, D. (2019). PENGARUH PEMBERIAN KURMA TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DENGAN ANEMIA DI PUSKESMAS RAJABASA INDAH BANDAR LAMPUNG. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, 5(4), 343-348.