

Edukasi Kurma pada Ibu Hamil untuk Peningkatan Kadar Haemoglobin pada Kehamilan di Klinik Permata Bunda Tahun 2025

Jumiati, Sri Susanti, Lina Marlina
Politeknik Kesehatan 'Aisyiyah Banten
santi@poltekkes-aisyiyahbanten.ac.id

Abstrak

Anemia pada ibu hamil merupakan salah satu masalah kesehatan yang penyebab meningkatnya ancaman kematian ibu dan bayi, kelahiran prematur, serta stunting apabila tidak segera ditangani (Profil Kesehatan Indonesia, 2023). Salah satu pendekatan untuk menurunkan risiko anemia dapat dilakukan dilakukan melalui pemenuhan nutrisi dengan mengonsumsi kurma yang memiliki kadar zat besi yang tinggi, sebanyak 13,7 mg dalam setiap 100 gram (Satuhu, 2010). Tanggung jawab bidan dalam pengelolaan anemia, sebagaimana tercantum pada standar asuhan kebidanan nomor 6, terdiri atas kegiatan pencegahan, identifikasi kasus, penanganan, dan pemberian rujukan bagi ibu hamil yang mengalami anemia. Kegiatan sosialisasi edukasi kurma dilaksanakan di Klinik Permata Bunda sebagai langkah untuk meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai manfaat kurma dalam membantu meningkatkan kadar hemoglobin). Dari 39 ibu hamil yang berpartisipasi, rata-rata skor pre-test tercatat sebesar 63,62 dan meningkat menjadi 77,08 pada post-test, sehingga terjadi peningkatan rata-rata sebanyak 20,28 poin.. Standar deviasi pre-test sebesar 23,77 menurun menjadi 12,41 pada post-test, menunjukkan pengetahuan peserta menjadi lebih merata setelah kegiatan. Temuan ini mengindikasikan bahwa penyuluhan mengenai kurma efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu hamil terkait pentingnya mempertahankan kadar hemoglobin selama kehamilan,, yang pada akhirnya dapat berkontribusi dalam pencegahan anemia, stunting, dan komplikasi obstetri lainnya.

Kata kunci: Anemia, Kehamilan , Buah Kurma

Abstract

Anemia among pregnant women is a significant factor contributing to maternal and infant mortality, preterm birth, and stunting if not promptly addressed (Indonesian Health Profile, 2023). One preventive measure is meeting nutritional needs through the consumption of dates, which are rich in iron—approximately 13.7 mg per 100 grams (Satuhu, 2010). The role of midwives in managing anemia, as stated in Midwifery Care Standard No. 6, includes prevention, detection, treatment, and referral of anemia cases in pregnant women. An educational outreach on the benefits of dates was conducted at the Permata Bunda Clinic to increase pregnant women's knowledge about improving hemoglobin (Hb) levels through date consumption. Among the 39 participants, the average pre-test score was 63.62, which increased to 77.08 in the post-test, showing an average gain of 20.28 points. The standard deviation also decreased from 23.77 to 12.41, indicating that participants' knowledge became more consistent after the session. These findings demonstrate that the educational intervention on date consumption effectively enhanced the understanding of expectant mothers regarding the need to sustain adequate hemoglobin levels throughout the gestational period, contributing to the prevention of anemia, stunting, and obstetric complications.

Keywords : anemia, pregnant women, dates

PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil yang tidak ditangani segera dapat meningkatkan risiko kematian ibu maupun bayi, serta memicu terjadinya persalinan prematur dan infeksi (Profil Kesehatan Indonesia, 2023). Kondisi ini bahkan digolongkan sebagai “Potential Danger to Mother and Child”, sehingga membutuhkan perhatian serius dari seluruh tenaga kesehatan di lini pelayanan dasar. Dampak anemia selama kehamilan antara lain berhubungan dengan kemungkinan terjadinya bayi berat lahir rendah (BBLR) serta perdarahan. Faktor penyebab anemia pada kehamilan biasanya mencakup kekurangan zat besi, defisiensi asam folat, infeksi, dan gangguan hematologis tertentu, dimana jenis anemia ini sebenarnya dapat ditangani dengan metode terapi yang relatif sederhana dan terjangkau (Manuaba, 2010).

Stunting merupakan masalah gizi yang banyak terjadi di negara-negara miskin dan berkembang. Kondisi ini menjadi isu penting karena dapat meningkatkan risiko kesakitan dan kematian, serta menyebabkan perkembangan otak yang tidak optimal sehingga memicu keterlambatan perkembangan motorik. Berbagai faktor, seperti status sosial ekonomi, kecukupan gizi ibu selama kehamilan, riwayat penyakit pada bayi, dan kualitas pengasuhan serta lingkungan, dapat berkontribusi terhadap terjadinya stunting. Berdasarkan Survey Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022, prevalensi balita stunting di Indonesia tercatat sebesar 21,6%.

Di Propinsi Banten kejadian stunting Tahun 2022 sebesar 20 % dengan rincian dari 8 Kabupaten/Kota di Banten, jumlah angka stunting di Kabupaten Tangerang yaitu 21,10 %, Kota Tangerang 11,80 %, dan Kota Tangerang Selatan (Tangsel) 9 %. Kabupaten Serang 26,40%, Cilegon 19,10%, Kota Serang 23,80%, Lebak 26,20% & Pandeglang 29.40 %. (SGGI,2022).

Penataksanaan anemia pada ibu hamil dapat dilakukan melalui pemenuhan nutrisi yang diperoleh dari konsumsi buah-buahan dan sayuran. Salah satu sumber yang dapat digunakan adalah buah kurma, yang mengandung 13,7 mg zat besi per 100 gram (Satuhu, 2010). Peran bidan sesuai dengan standar asuhan kebidanan nomor 6 mencakup pengelolaan anemia pada kehamilan melalui upaya pencegahan, deteksi, penanganan, serta merujuk kasus bila diperlukan.

Berdasarkan hasil penelitian, konsumsi kurma terbukti berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin. Setiap 100 gram kurma—setara dengan lima hingga tujuh butir—mengandung sekitar 1,02 mg zat besi yang dapat membantu mencukupi kebutuhan harian. Mengonsumsi lima butir kurma ajwa secara rutin setiap pagi selama satu minggu memberikan peningkatan hemoglobin (Safitri, 2021).

Berdasarkan data Tahun 2024 di Klinik Permata Bunda masih ada 10% dari keseluruhan ibu hamil yang mengalami anemia sehingga dengan dilakukannya sosialisasi mengenai edukasi kurma yang dapat meningkatkan kadar HB ibu hamil dapat mencegah anemia pada ibu hamil dan menurunkan angka kejadian stunting serta perdarahan pada ibu bersalin.

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat mengenai *Edukasi konsumsi buah Kurma sebagai bentuk Intervensi untuk Meningkatkan Hemoglobin Ibu Hamil* di Klinik Permata Bunda Kota Serang dilakukan melalui beberapa tahapan strategis untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Tahap persiapan dimulai dengan penyusunan proposal pengabdian masyarakat yang diajukan kepada UPPM, dilanjutkan dengan proses revisi berdasarkan masukan dari tim reviewer. Setelah proposal disetujui, dilakukan koordinasi dengan pihak Klinik Permata Bunda terkait perizinan pelaksanaan kegiatan, serta penetapan target dan sasaran peserta, yaitu wanita hamil yang mengikuti kegiatan kelas ibu hamil di klinik tersebut.

Tahap pelaksanaan meliputi kegiatan identifikasi dan koordinasi dengan pihak klinik untuk menjadwalkan partisipasi wanita hamil dalam kegiatan. Peserta kemudian mengikuti *pre-test* dengan pengisian kuesioner untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal mengenai manfaat kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin. Selanjutnya, dilakukan kegiatan edukasi berupa penyuluhan tentang kandungan gizi kurma dan perannya dalam pencegahan anemia pada kehamilan. Ibu hamil juga diberikan leaflet edukatif mengenai manfaat kurma dan dilakukan pemantauan terhadap pendistribusiannya. Setelah penyuluhan, dilaksanakan *post-test* untuk menilai peningkatan pengetahuan peserta. Sebagai tindak lanjut, ibu hamil juga diberikan kurma untuk dikonsumsi sebagai tambahan asupan zat besi.

Tahap evaluasi dilakukan dengan penyusunan laporan kegiatan pengabdian masyarakat yang berisi hasil pelaksanaan dan dampaknya terhadap peningkatan pengetahuan ibu hamil. Laporan tersebut kemudian dipublikasikan dalam *Jurnal Pelayanan dan Pengabdian kepada Masyarakat* sebagai bentuk diseminasi hasil kegiatan dan kontribusi ilmiah terhadap peningkatan kesehatan ibu hamil.

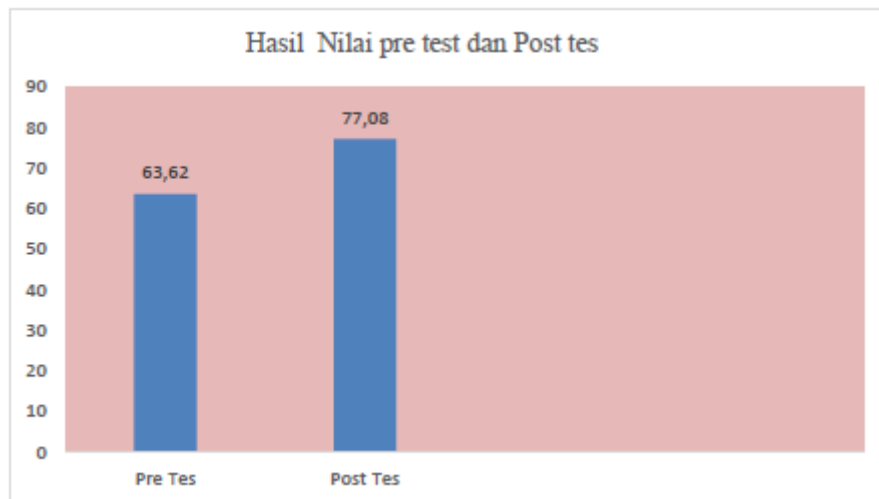
HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini difokuskan pada edukasi mengenai pemanfaatan kurma untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada wanita hamil yang mengikuti layanan di klinik Permata Bunda Kota Serang berlangsung dengan lancar dan mendapat antusiasme tinggi dari peserta.

Pada hari pertama pelaksanaan, tim pengabdian melakukan pre-test kepada 39 ibu hamil sebelum pemberian materi penyuluhan. Tujuan dari pelaksanaan pre-test adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal yang dimiliki oleh peserta mengenai manfaat konsumsi kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin (Hb) selama kehamilan.

Setelah pelaksanaan pre-test, peserta diberikan pendidikan kesehatan berupa penyuluhan mengenai kandungan gizi kurma, terutama zat besi, dan perannya dalam mencegah anemia pada ibu hamil. Edukasi ini disampaikan dengan metode interaktif menggunakan media presentasi dan leaflet edukatif agar peserta lebih mudah memahami materi yang diberikan. Satu minggu setelah kegiatan penyuluhan, dilakukan post-test untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan ibu hamil setelah mendapatkan edukasi. Berikut adalah Gambaran hasil kegiatan pelaksanaan Pre test dan post test

Grafik 1. Hasil Evaluasi Pre-Test dan Post-Test pada Peserta



Hasil analisis mengindikasikan adanya kenaikan rata-rata skor peserta, dari 63,62 pada pre-test menjadi 77,08 pada post-test, dengan peningkatan rata-rata sebesar 20,28 poin.”

Tabel 1 Perbandingan Skor Pre-Test dan Post-Test serta Kenaikan Pengetahuan Ibu Hamil

Index	Pretest	Posttest	Kenaikan
count	39.0	39.0	39.0
mean	63.62	77.08	20.28
std	23.77	12.41	19.68
min	0.0	34.0	0.0
25%	50.0	70.0	9.0
50% (median)	70.0	79.0	10.0
75%	80.0	89.0	29.0
max	89.0	89.0	79.0

Standar deviasi pre-test sebesar 23,77 mengindikasikan adanya variasi pengetahuan awal yang cukup luas di antara peserta, sedangkan standar deviasi post-test sebesar 12,41 menunjukkan pengetahuan peserta menjadi lebih seragam setelah kegiatan. Median nilai juga mengalami peningkatan dari 70 pada saat kegiatan pretest mengalami peningkatan menjadi 79 pada posttest, yang menandakan adanya pergeseran distribusi pengetahuan ke arah lebih tinggi.

Hasil ini memperlihatkan bahwa edukasi kurma yang diberikan efektif dalam meningkatkan pemahaman ibu hamil mengenai pentingnya menjaga kadar hemoglobin selama kehamilan. Peningkatan skor pengetahuan setelah sosialisasi juga mencerminkan keberhasilan kegiatan dalam menyampaikan pesan kesehatan dengan jelas dan relevan. Dengan bertambahnya wawasan ibu hamil, diharapkan terjadi perubahan pada pola perilaku dalam pemenuhan nutrisi, khususnya melalui konsumsi kurma sebagai sumber zat besi alami untuk mencegah anemia dan komplikasi kehamilan yang dapat berdampak pada ibu dan janin.

KESIMPULAN

Kegiatan edukasi mengenai manfaat kurma untuk mendukung peningkatan kadar hemoglobin pada wanita hamil di Klinik Permata Bunda, Kota Serang, berlangsung dengan baik dan memberikan dampak positif. “Berdasarkan evaluasi pre-test dan post-test pada 39 peserta, terlihat kenaikan rata-rata skor pengetahuan dari 63,62 menjadi 77,08, dengan kenaikan sebesar 20,28 poin. Temuan ini mengindikasikan bahwa edukasi mengenai kurma mampu menambah wawasan ibu hamil mengenai

pentingnya menjaga kadar hemoglobin selama kehamilan melalui asupan zat besi alami dari buah kurma. Peningkatan pemahaman ini diharapkan dapat mendorong perubahan perilaku konsumsi makanan bergizi, sehingga dapat menurunkan risiko anemia, stunting, dan komplikasi kehamilan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- [1]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Profil Kesehatan Indonesia 2023*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2023
- [2]. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) Tahun 2022: Laporan Nasional*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2023.
- [3]. Manuaba (2010). Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan
- [4]. Safitri, N. (2020). Anemia pada ibu hamil dan faktor yang memengaruhinya. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(2), 45–52.