

## **Pengaruh Penambahan Sari Kurma Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Anemia di Klinik Fistha Nanda Tahun 2020**

**Natasya Fardillah M, Atik Kridawati, Laila Ulfa**

Program Studi kesehatan Masyarakat Program Magister Universitas Respati Indonesia

Email : natasyafardillah@gmail.com

### **Abstrak**

Anemia pada ibu dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin/bayi saat kehamilan maupun setelahnya dan memiliki risiko keguguran, partus prematurus, atonia uteri, dan lain sebagainya. Angka kejadian anemia ibu hamil di Indonesia sebesar 48,9% pada tahun 2018. Di klinik Fistha Nanda Jakarta Timur tahun 2020, 35% ibu hamil mengalami anemia. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penambahan sari kurma terhadap kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia. Penelitian ini adalah quasie eksperimen dengan desain penelitian yang digunakan adalah non randomized control group pre test and post test design. Pengambilan sampel menggunakan tehnik purposive sampling dengan jumlah sampel sebanyak 20 responden dan penelitian dilakukan selama 10 hari, terdapat dua kelompok yakni kelompok perlakuan dan control dengan masing-masing kelompok sebanyak 10 responden. Hasil penelitian yaitu ada peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil setelah konsumsi sari kurma dan tablet Fe dengan rata-rata sebesar 2,0 gr/dl dan peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil setelah konsumsi tablet Fe dengan rata-rata sebesar 0,8 gr/dl. Konsumsi sari kurma dan tablet Fe dapat memberikan peningkatan lebih banyak dari pada konsumsi tablet Fe saja. Diharapkan bagi ibu hamil mengonsumsi makanan/minuman yang mengandung zat besi salah satunya sari kurma dan mengonsumsi minimal 90 tablet Fe selama kehamilan dan makan-makanan yang banyak mengandung zat besi.

**Kata kunci** : Ibu hamil, anemia, sari kurma, tablet Fe, hemoglobin

### **Abstract**

Anemia in pregnant women can affect the growth and development of the fetus / baby during pregnancy and afterwards and has a risk of miscarriage, preterm labor, uterine atony, and so on. The incidence of anemia among pregnant women in Indonesia was 48.9% in 2018. At the Fistha Nanda clinic in East Jakarta in 2020, 35% of pregnant women experienced anemia. The purpose of this study was to determine the effect of adding date palm extract on hemoglobin levels of pregnant women with anemia. This research method used a quasie experiment with a non-randomized control group design pre test and post test design. Using purposive sampling technique with a total sample of 20 respondents and the study was conducted for 10 days, there are two groups of respondents; the treatment group and the control group with each group of 10 respondents. The results showed an increase in hemoglobin levels of pregnant women after consuming date palm extract and Fe tablets with an average of 2.0 gr / dl and an increase in hemoglobin levels of pregnant women after consuming Fe tablets with an average of 0.8 gr / dl. Consumption of date juice and Fe tablets can provide more increase than consumption of Fe tablets alone. It is expected that pregnant women consume foods / drinks that contain iron, one of which is date palm extract, and consume at least 90 Fe tablets during pregnancy as well as consume foods that contain lots of iron.

**Key words**: pregnant women, anemia, date palm extract, Fe tablets, hemoglobin

<http://ejournal.urindo.ac.id/index.php/jukmas>

Article History :

Submitted 04 Oktober 2020, Accepted 30 Oktober 2020, Published 31 Oktober 2020

201

## **PENDAHULUAN**

Anemia merupakan masalah kesehatan yang penting di seluruh dunia, World Health Organization (WHO) (2012) angka prevalensi anemia pada ibu hamil yaitu 41,2% untuk angka prevalensi di dunia. Asia mendapat peringkat kedua di dunia setelah Afrika dengan persentase prevalensi anemia pada ibu hamil sebesar 48,2%, dan di Indonesia dengan persentase prevalensi anemia dalam kehamilan sebesar 37,1%.

Jumlah ibu hamil dengan anemia yang mengalami peningkatan dari 37,1% pada tahun 2013 menjadi 48,9% pada tahun 2018. Anemia ibu hamil menurut umur yaitu pada kelompok umur 15-24 tahun memperoleh persentase sebesar 84,6%, pada kelompok 25-34 tahun sebesar 33,7%, pada kelompok umur 35-44 tahun sebesar 33,6%, dan pada kelompok umur 45-54 tahun sebesar 24% (RISKESDAS, 2018)

Anemia pada ibu hamil dapat meningkatkan resiko kelahiran premature, kematian ibu dan anak, serta penyakit infeksi. Anemia defisiensi pada ibu dapat mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan janin/bayi saat kehamilan maupun setelahnya. Persentase tertinggi sebesar 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun.

Untuk mencegah anemia setiap ibu hamil diharapkan mendapatkan tablet tambah darah (TTD) minimal 90 tablet selama kehamilan (Profile Kesehatan Indonesia, 2018)

Menurut Kundaryanti et al (2019) kejadian anemia pada ibu hamil dapat menghambat pertumbuhan, yakni pada baik sel tubuh maupun pada sel otak janin. Wanita yang mengalami anemia berisiko terhadap kejadian abortus, janin mati dalam kandungan, BBLR (Berat Bayi Lahir Rendah), premature, hemorrhagic dan kematian pada ibu dan bayi (Putri, 2014).

Angka kematian ibu (AKI) merupakan salah satu indikator dalam menentukan derajat kesehatan masyarakat. Menurut WHO di Indonesia Angka Kematian Ibu tertinggi dibandingkan negara-negara ASEAN lainnya. Penyebab kematian maternal tersebut salah satunya dikarenakan perdarahan yang merupakan penyebab antara lain anemia defisiensi besi pada kehamilan (UNIC, 2014). Tiga penyebab tingginya angka kematian ibu terdiri atas perdarahan (28%), eklamsi (24%), dan infeksi (11%). Dan salah satu penyebab tak langsung adalah permasalahan nutrisi yaitu anemia pada kehamilan (40%) (Depkes RI, 2010) .

Anemia pada kehamilan adalah kondisi dimana ibu hamil yang mempunyai kadar

Hb < 11,00 gr% pada trimester I dan III atau kadar Hb < 10,50 gr% pada trimester II, karena ada perbedaan hemodilusi terutama terjadi pada trimester II. Anemia dalam kehamilan yang paling sering dijumpai adalah anemia akibat kekurangan zat besi (Fe) (Pujiningsih, 2010).

Cara untuk mengatasi dan mencegah masalah anemia yang terjadi pada ibu hamil antara lain istirahat yang cukup, pemeriksaan rutin kehamilan minimal 4 kali selama hamil untuk mendapatkan tablet FE dan vitamin, makanan yang bergizi (Waryana, 2010).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan minimal delapan kontak perawatan antenatal untuk mengurangi kematian perinatal dan meningkatkan pengalaman perawatan wanita. Namun, data yang dilaporkan secara global, regional dan negara yang sebanding hanya tersedia untuk rekomendasi sebelumnya yang minimal empat kunjungan. Data yang tersedia saat ini menunjukkan bahwa wanita menerima setidaknya 4 kunjungan perawatan antenatal (UNICEF, 2019).

Akan tetapi kepatuhan wanita hamil terhadap konsumsi tablet IFA selama 90+ hari sangat rendah yakni sebesar 38%, dengan alasan efek samping yang tidak menyenangkan (UNICEF, 2019). Wanita

hamil yang minum tablet zat besi dapat merasakan beberapa efek samping diantaranya mual bahkan muntah, konstipasi dan nyeri ulu hati.

Salah satu alternatif untuk memenuhi kebutuhan zat besi dapat dilakukan dengan mengkonsumsi kurma. Kurma (*Phoenix Dactylifera*) termasuk famili palmae dan sering disebut date palm, memiliki berbagai macam kandungan nutrisi dan dapat berfungsi sebagai obat. Buah kurma merupakan makanan yang mengandung energi tinggi dengan komposisi ideal, didalamnya memiliki kandungan karbohidrat, triptofan, omega-3, vitamin C, vitamin B6, Ca<sup>2+</sup>, Zn, dan Mg. Sari kurma merupakan kurma yang dihaluskan dan diambil sarinya. Sari kurma berbentuk cair dengan konsistensi yang kental, berwarna hitam dan terasa manis serta mengandung zat gizi yang lengkap seperti buah kurma (Mallhi, 2014).

Hasil penelitian Wiulin Setiowati dan Siti Nuriah (2018) yaitu pemberian sari kurma yang digunakan dengan menggunakan sendok makan. Sebelum diberikan sari kurma hampir sebagian besar mengalami kadar Hb tidak normal, sesudah diberikan sari kurma hampir seluruhnya mengalami kadar Hb normal dengan nilai p value 0.002 (<0.05).

Dan hasil penelitian yang telah dilakukan

oleh Rahayu (2017) menyatakan bahwa Sari kurma lebih efektif dibandingkan dengan MMN dengan nilai  $p = 0,045$  ( $p < 0,05$ ), dimana kadar hemoglobin ibu hamil mengalami peningkatan lebih banyak dengan pemberian sari kurma dan MMN dari pada ibu hamil anemia yang diberi MMN.

Diketahui jumlah kunjungan ibu hamil di Klinik Fistha Nanda Tahun 2019 yaitu sebanyak 3.217 ibu hamil (Rekam Medis Klinik Fistha Nanda). Karena masalah anemia pada ibu hamil merupakan masalah penting yang erat hubungannya dengan masalah mortalitas maternal. Oleh karena itu, dilakukan studi pendahuluan pada 20 ibu hamil di Klinik Fistha Nanda dan diperoleh hasil dari 20 ibu hamil didapatkan 7 diantaranya mengalami anemia.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penambahan sari kurma terhadap kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia.

#### **METODE**

Jenis penelitian ini adalah penelitian quasia eksperimen dengan desain penelitian yang digunakan adalah non randomized control group pre test and post test design. Metode pengambilan sampel dengan teknik purposive sampling.

Jumlah sampel sebanyak 20 responden dengan masing-masing sebanyak 10 sampel untuk kelompok control (tablet Fe) dan 10 sampel untuk kelompok perlakuan (sari kurma dan table Fe). Penelitian dilakukan selama 10 hari. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah: Ibu hamil yang bersedia menjadi responden, Ibu hamil dengan anemia ringan dan sedang dengan kadar Hemoglobin (Hb) 7-10,9 mg/dl, Ibu hamil dengan anemia dan mengonsumsi tablet Fe. Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah: Ibu hamil dengan anemia yang tidak memiliki riwayat penyakit kronis (TBC, Penyakit infeksi seperti kecacingan), Ibu hamil yang mengalami anemia berat dengan kadar Hb  $< 7$  mg/dl, Ibu hamil yang tidak bersedia menjadi responden, termasuk yang tidak suka sari kurma, Ibu hamil dengan riwayat penyakit diabetes.

Penelitian ini dilakukan pada bulan Februari 2020 – selesai. Instrumen penelitian ini adalah alat ukur digital (Easy Touch) untuk memeriksa kadar hemoglobin dan kadar gula darah pada ibu hamil, serta lembar observasi. Analisis bivariat dengan menggunakan uji T dependent dan uji T independent.

Variabel usia, Pendidikan, pekerjaan, dan gravida diukur melalui wawancara dan kadar hemoglobin diukur menggunakan alat ukur digital. Kadar hemoglobin diukur 2 kali yakni sebelum dan sesudah baik pada

kelompok perlakuan maupun kontrol.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

1. Usia

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Ibu Hamil Dengan Anemia**

No.	Usia Ibu kelompok perlakuan	n	%
1.	≤34 Tahun	8	80
2.	≥35 Tahun	2	20
	Total	10	100

  

No.	Usia Ibu Kelompok Kontrol	n	%
1.	≤34 Tahun	9	90
2.	≥35 Tahun	1	10
	Total	10	100

Berdasarkan usia, pada kelompok perlakuan terbanyak yaitu pada usia dibawah 34 tahun dengan persentase 80%, begitu juga pada kelompok perlakuan terbanyak pada usia dibawah 34 tahun dengan persentase 90%.

**Tabel 2 Distribusi Rata-Rata Usia Ibu Hamil dengan Anemia**

No.	Kelompok	Mean	Median	Min	Max
1.	Perlakuan	28.40	28.50	19	40
2.	Kontrol	27.40	25.00	21	40

Hampir secara keseluruhan usia ibu hamil yang mengalami anemia berada pada usia reproduktif yaitu 20-35 tahun. Dengan rata-rata usia 28 tahun keatas pada

kelompok perlakuan dan 27 tahun keatas pada kelompok kontrol.

Anemia banyak terjadi pada remaja dan ibu hamil, ibu hamil yang sering mengalami anemia yakni pada kelompok wanita usia subur (WUS) yang merupakan salah satu kelompok masyarakat yang memiliki prevalensi anemia tertinggi dan hasil penelitian ini sejalan hasil penelitian yang dinyatakan oleh Natalia (2015).

Dan sesuai dengan hasil data yang didapat oleh Riskesdas (2018) ditemukan sebanyak 48,9% ibu hamil di Indonesia menderita anemia dengan proporsi tertinggi ditempati oleh WUS, yaitu sebesar 84,6% yang rata-rata berusia 15-24 tahun. Oleh karena itu penanggulangan anemia menjadi salah satu program penting guna meningkatkan kualitas sumber daya manusia (RPJMN 2015-2019)

2. Pendidikan

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Pendidikan Ibu Hamil Dengan Anemia**

Pendidikan Ibu Kelompok Perlakuan	n	%	Pendidikan Ibu Kelompok Kontrol	n	%
Menengah	8	80	Menengah	6	60
Perguruan Tinggi	2	20	Perguruan Tinggi	4	40
Total	10	100	Total	10	100

Berdasarkan hasil diketahui jumlah ibu

hamil dengan anemia pada kelompok perlakuan terbanyak pada tingkat pendidikan Menengah yaitu 8 orang dengan persentase 80%. Dan jumlah ibu hamil dengan anemia pada kelompok kontrol terbanyak pada tingkat Pendidikan Menengah yaitu 6 orang dengan persentase 60%. Jadi Diperoleh hasil baik pada kelompok ibu perlakuan maupun kelompok kontrol yakni rata-rata ibu hamil berpendidikan menengah.

Pendidikan merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya anemia pada ibu hamil, seseorang dengan jenjang pendidikan yang lebih tinggi akan lebih mudah menerima informasi dan mendapatkan pengetahuan serta masukan dari masyarakat ataupun petugas terkait khususnya disini mengenai petugas kesehatan tentang anemia, kehamilan dan lain sebagainya. Tingkat pendidikan sangat mempengaruhi kemampuan penerimaan informasi gizi. Tingkat pendidikan ikut menentukan atau mempengaruhi mudah tidaknya seseorang menerima suatu pengetahuan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Syarfaini et al (2020) yang menunjukkan risiko pendidikan rendah terhadap anemia ibu hamil (OR= 3,00), pengetahuan rendah terhadap ibu hamil (OR= 3,46), yang artinya ibu hamil yang berpendidikan

rendah berisiko 3 kali mengalami anemia dari pada ibu hamil yang berpendidikan tinggi dan ibu hamil yang memiliki pengetahuan rendah berisiko 3,46 kali mengalami anemia dari pada ibu hamil yang memiliki pengetahuan tinggi terhadap kehamilan. Dan juga hasil penelitian yang dilakukan oleh Rosha (2020) yaitu ditemukan bahwa determinan penyebab terjadinya penyakit anemia pada ibu hamil yang melakukan pengobatan di Puskesmas Dewantara adalah Pendidikan. Nilai odd rasionya adalah sebesar 0,6 atau dengan kata lain sebanyak 60% anemia pada ibu hamil di Kecamatan Dewantara, khususnya yang melakukan pengobatan di Puskesmas Dewantara disebabkan oleh pendidikan rendah.

3. Pekerjaan

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Pekerjaan Ibu Hamil Dengan Anemia

Pekerjaan Ibu Kelompok Perlakuan	n	%	Pekerjaan Ibu Kelompok Kontrol	n	%
Bekerja	1	10	Bekerja	5	50
Tidak Bekerja	9	90	Tidak Bekerja	5	50
Total	10	100		10	100

Hasil analisis didapatkan yaitu status pekerjaan ibu hamil dengan anemia pada kelompok perlakuan terbanyak adalah ibu hamil dengan anemia yang tidak bekerja yaitu 9 orang dengan persentase 90%.

Sedangkan pada kelompok kontrol status pekerjaan ibu hamil dengan anemia sebanding antara yang tidak bekerja dengan yang bekerja yaitu dengan persentase sebesar 50%.

Pekerjaan mempengaruhi kejadian anemia karena ibu hamil yang berkerja akan membutuhkan energi yang lebih dan berisiko kurang istirahat dan mempengaruhi pola makan serta status gizi yang baik. Namun ibu hamil yang berkerja akan memiliki penghasilan dan dapat membantu keuangan suami sehingga uang yang didapatkan mampu lebih atau cukup dalam memenuhi kebutuhan status gizi dan memperoleh kehamilan yang baik karena tercukupi keuangan dalam pemenuhan gizi yang baik dalam kehamilan, jadi ibu hamil yang tidak bekerja memiliki peluang terhadap kejadian anemia karena ketidak cukupan dalam memenuhi kebutuhan gizi dan memperoleh kehamilan yang baik karena tidak didukung oleh keuangan keluarga.

Berdasarkan hasil penelitian Eny Hastuti (2015) tentang persepsi yang berhubungan dengan kejadian anemia pada Ibu Hamildi Wilayah Kerja Puskesmas Pandanaran Semarang, diperoleh sebagian besar status pekerjaan Ibu Hamil adalah tidak bekerja sebanyak 84.5% dan yang lainnya adalah karyawan swasta sebanyak 3.4%. Hasil penelitian Mardiah (2020) menunjukkan

bahwa ada hubungan yang bermakna antara kejadian anemia pada ibu hamil dengan pekerjaan ( $p=0,04$ ).

4. Gravida

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Gravida Ibu Hamil Dengan Anemia

<b>Gravida Kelompok Perlakuan</b>	<b>n</b>	<b>%</b>	<b>Gravida Kelompok Kontrol</b>	<b>n</b>	<b>%</b>
Primigravida	5	50	Primigravida	7	70
Multigravida	5	50	Multigravida	3	30
Total	10	100		10	100

Diketahui pada kelompok perlakuan jumlah kehamilan ibu hamil sebanding antara primigravida dan multigravida yaitu dengan persentase sebesar 50%. Sedangkan pada kelompok kontrol, jumlah ibu hamil terbanyak

masuk pada kategori primigravida yaitu sebanyak 7 orang dengan persentase 70%.

Menurut Afriyanti (2020) terdapat hubungan yang bermakna antara kejadian anemia dengan paritas( $p=0,000$ ) < dari 0,05. Menurut peneliti, Gravid atau disebut juga Paritas ibu hamil merupakan salah satu penyebab kejadian anemia zat besi pada ibu hamil karena baik pada ibu hamil yang primigravida atau ibu hamil yang baru pertama kali hamil masih awam atau masih belum banyak mengetahui informasi seputar kehamilan sedangkan ibu hamil yang miultigravida juga berisiko

mengalami anemia karena sering hamil dan melahirkan .

Menurut Manuaba (2010) dalam Anggreni (2020), wanita yang sering mengalami kehamilan dan melahirkan makin sering mengalami anemia karena banyak kehilangan zat besi, hal ini disebabkan selama kehamilan wanita menggunakan cadangan besi yang ada di dalam tubuhnya.

**5. Sari Kurma dan Tablet Fe (Intervensi)**

Tabel 6. Distribusi Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Sebelum Dan Sesudah Pada Kelompok Perlakuan

Kadar HB	Sari kurma dan tablet Fe				
	Mean	Median	Sd	Min	Max
Sebelum	9,8	10,0	0,6	8,9	10,7
Sesudah	11,9	11,8	0,6	11,0	13,1

P value <  $\alpha$  (nilai signifikan 0,0005<0,05)

Berdasarkan tabel 6 diatas terlihat terjadi perubahan kadar hemoglobin pada semua responden kelompok perlakuan. Rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberi perlakuan yaitu 9,8 gr/dL sedangkan rata-rata setelah diberi perlakuan yaitu 11,9 gr/dL.

Sari kurma mengandung zat besi yang membantu penambahan kadar besi dalam tubuh ibu hamil, sehingga kebutuhan zat besi ibu hamil dapat terpenuhi dengan konsumsi sari kurma juga dengan

penambahan suplemen zat besi.

Secara umum tingginya prevalensi anemia disebabkan oleh rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya seperti vitamin A,C,Folat, Riboplafin dab B12, selain itu konsumsi makan cukup tetapi makanan yang dikonsumsi memiliki bioavaibilitas zat besi yang rendah sehingga jumlah zat besi yang diserap oleh tubuh kurang (Ikhmawati et al, 2013). Maka dari itu salah satu alternatif untuk memenuhi kebutuhan gizi ibu hamil dengan mengkonsumsi sari kurma dan tablet Fe dimana sari kurma mengandung berbagai kandungan zat gizi seperti vitamin, mineral, zat besi dan lain sebagainya.

Penelitian yang dilakukan oleh Yuniati (2019) yaitu pemberian sari kurma dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil rata-rata sebesar 0,35gr/dL. Dan juga penelitian yang dilakukan oleh Arini, et al (2019) dari penelitiannya yaitu rata-rata kadar hemoglobin pre test dengan pemberian sari kurma sebesar 10,61 dan rata-rata kadar hemoglobin post test sebesar 11,53.

**6. Tablet Fe (Kontrol)**

Tabel 7. Distribusi Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Sebelum Dan Sesudah Pada Kelompok Kontrol



Kadar HB	Tablet Fe					P Value
	Mean	Median	Sd	Min	Max	
Sebelum	9,9	9,9	0,5	8,9	10,9	0,007
Sesudah	10,7	10,8	0,2	10,2	11,0	

P value <  $\alpha$  (nilai signifikan 0,0005<0,05)

Berdasarkan tabel 7 diatas terlihat bahwa rata-rata kadar hemoglobin sebelum pada kelompok kontrol yaitu 9,9 gr/dL sedangkan kadar hemoglobin setelah pada kelompok kontrol yaitu 10,7 gr/dL.

Anemia defisiensi zat besi yang banyak dialami ibu hamil disebabkan oleh kepatuhan mengkonsumsi tablet Fe yang tidak baik atau pun cara mengkonsumsi yang salah sehingga menyebabkan kurangnya penyerapan zat besi pada tubuh ibu.

Meskipun terdapat satu responden yang tidak mengalami perubahan kenaikan kadar hemoglobin pada kelompok kontrol, hal ini dapat terjadi karena gangguan penyerapan Zat besi (Fe) dalam tubuh. Salah satu factor yang dapat mengganggu proses absorpsi Fe dalam tubuh yakni dengan mengkonsumsi makanan atau minumam yang mnegandung tanin, tanin merupakan polifenol yang terdapat dalam teh, kopi dan beberapa sayuran dan buah yang mampu menghambat proses penyerapan besi dengan cara mengikat zat besi. Bila zat besi dalam

tubuh tidak terlalu tinggi, sebaiknya tidak mengkonsumsi bahan makanan yang mengandung tanin karena dapat mengakibatkan kekurangan zat besi sehingga dapat mempengaruhi kadar hemoglobin dalam tubuh yang dapat mengakibatkan anemia.

7. Uji perbedaan rata-rata kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberi intervensi

Tabel 8 Perbedaan rata-rata perubahan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok perlakuan

Kelompok Perlakuan	Me an	n	SD	Std. Error Mean	P
Sari kurma dan tablet Fe	Sebelum	9,880	100	0,6268	0,1982
	Sesudah	11,930	100	0,6129	

P value <  $\alpha$  (nilai signifikan 0,0005<0,05)

Dilihat pada tabel 8, Dari hasil uji analisis menggunakan uji dependent t tes diperoleh nilai rata-rata kadar hemoglobin ibu dengan anemia sebelum diberi sari kurma dan tablet Fe yaitu 9,880 gr/dL dan rata-rata sesudah diberi sari kurma dan tablet Fe yaitu 11,930 gr/dL. Dan nilai P Value 0,0005 <  $\alpha$  (0,05) yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pemberian sari kurma dan tablet fe dengan kadar hemoblobin ibu hamil dengan anemia.

konsumsi sari kurma dan tablet Fe memiliki pengaruh terhadap kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia, dimana kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia mampu meningkat dengan mengonsumsi sari kurma tablet Fe. Dan hasil penelitian ini diperkuat lagi dengan penelitian yang dilakukan oleh Widowati, et al (2019) yakni 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, sehingga ada pengaruh yang signifikan ( $p$  value  $0,004 < 0,05$ ) pemberian sari kurma dengan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia.

Sari kurma banyak mengandung senyawa yang baik bagi tubuh, salah satunya kandungan zat besi yang dapat mencegah terjadinya anemia, diketahui bahwa kebutuhan zat besi pada ibu hamil dua kali lipat dari pada kebutuhan zat besi pada ibu yang tidak hamil. Jadi salah satu cara agar kebutuhan zat besi ibu hamil terpenuhi dapat dengan mengonsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi seperti daging, ikan, telur, sayur-sayuran hijau seperti bayam, buah-buahan seperti kurma dan vitamin C yang dapat memperkuat absorbs zat besi dalam tubuh.

8. Uji perbedaan rata-rata kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol

Tabel 9. Perbedaan rata-rata perubahan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol

Kelompok kontrol		Mean	n	SD	Std. Error Mean	P
Tablet Fe	Sebelum	9,92	10	0,5574	0,176	0,007
	Sesudah	10,73	10	0,2908	0,092	

$P$  value  $< \alpha$  (nilai signifikan  $0,007 < 0,05$ )

Hasil analisis menggunakan uji dependen t test diperoleh hasil bahwa rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia sebelum konsumsi tablet Fe yaitu 9,920 gr/dL dan rata-rata sesudah konsumsi tablet Fe yaitu 10,730 gr/dL. Nilai P Value yaitu  $0,007 < \alpha$  ( $0,05$ ), maka disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pemberian tablet Fe dengan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Sari et al (2018) yang menggunakan uji Chi square dengan tingkat kemaknaan  $p < 0,05$ , yang artinya bahwa ada hubungan antara kepatuhan konsumsi tablet Fe dengan kejadian anemia pada ibu hamil ( $p= 0,000$ ), yang mana tablet Fe merupakan factor paling dominan dengan kejadian anemia ( $OR=78,803$ ).

Zat besi menjaga fungsi sel, salah satu unsur hemoglobin yang membawa oksigen ke jaringan oleh sirkulasi darah, manfaat mineral zat besi lainnya adalah untuk mencegah anemia. Dalam penelitian Khoiriah dan Latifah (2020), dinyatakan bahwa anemia sering terjadi akibat defisiensi zat besi karena pada ibu hamil terjadi peningkatan kebutuhan zat besi dua kali lipat akibat peningkatan volume darah tanpa ekspansi volume plasma, untuk memenuhi kebutuhan ibu (mencegah kehilangan darah pada saat melahirkan) dan pertumbuhan janin. Hal ini telah dibuktikan di Thailand bahwa penyebab utama anemia pada ibu hamil adalah karena defisiensi besi (43,1%). Demikian pula dengan studi di Tanzania memperlihatkan bahwa anemia ibu hamil berhubungan dengan defisiensi zat besi ( $p = 0,03$ ).

Konsumsi zat besi secara oral dapat mengakibatkan beberapa efek samping seperti; mual, muntah, nyeri ulu hati, diare, sembelit dan lainnya. Namun efek samping yang ditimbulkan seperti sembelit dapat diredakan dengan cara memperbanyak minum, makan-makanan yang banyak mengandung serat seperti buah-buahan dan kacang-kacangan, selain kacang-kacangan memiliki banyak serat yang dapat meredakan sembelit juga dapat menambah zat besi dalam tubuh.

9. Uji perbedaan rata-rata perubahan kadar hemoglobin antara kelompok kontrol dan kelompok perlakuan

Tabel 10. Perbedaan rata-rata perubahan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

<b>Kelompok</b>	<b>Mean</b>	<b>n</b>	<b>SD</b>	<b>P</b>
Kelompok Perlakuan	2,0500	10	0,7012	0,0005
Kelompok Kontrol	0,8100	10	0,7325	0,007

Berdasarkan hasil analisis uji dependen t test dapat dilihat pada tabel 5.10 bahwa ada perbedaan kenaikan kadar hemoglobin pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol, dimana nilai rata-rata pada kelompok perlakuan selisih 2,05 gr/dL dengan variasi 0,7012 gr/dL dan nilai rata-rata pada kelompok kontrol selisih 0,81 gr/dL dengan variasi 0,7325 gr/dL. Sedangkan nilai P Value baik pada kelompok perlakuan (0,0005) dan kelompok kontrol (0,007) nilai P Value  $< \alpha$  (0,05) yang artinya ada hubungan yang signifikan antara sari kurma disertai tablet Fe dengan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia dan tablet dengan kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa ada hubungan antara

pemberian sari kurma dan tablet Fe dan pemberian tablet Fe saja dengan kejadian anemia pada ibu hamil. Diantara penelitian tersebut yaitu penelitian yang dilakukan oleh Setiowati dan Nuriah (2018) yang menyatakan ada pengaruh konsumsi sari kurma (*Phoenix Dactylifera*) terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Batulicin. Dan tidak hanya pada ibu hamil, sari kurma juga dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja dan penelitian yang telah dilakukan tersebut oleh Mawaddah dan Vopy (2019) yaitu hasil uji statistik pada penelitiannya didapatkan nilai p-Value 0,000 (<0,005), hal tersebut menunjukkan ada hubungan pemberian sari kurma terhadap kadar Hb remaja putri yang mengalami anemia, jadi kadar Hb remaja putri mengalami peningkatan sesudah diberikan sari kurma.

Dan hasil penelitian menggunakan uji chi square yang dilakukan oleh Sari et al (2018) di dapat yaitu nilai  $p= 0,00 < 0,05$  yang berarti ada hubungan yang bermakna antara konsumsi tablet Fe dengan anemia ibu hamil trimester III dengan nilai  $OR=114,000$ , artinya ibu hamil trimester III yang kurang mengkonsumsi tablet Fe mempunyai peluang 114 kali berisiko anemia dibandingkan ibu hamil yang cukup mengkonsumsi tablet Fe.

Zat besi adalah senyawa mineral yang

diperlukan untuk membentuk sel darah merah (hemoglobin). Zat besi dapat diperoleh melalui makanan ataupun vitamin-vitamin yang mengandung zat besi. Sumber makanan yang megandung zat besi dapat kita dapatkan melalui makanan yang dapat kita konsumsi diantaranya ; daging, ayam, telur, ikan, oatmeal, kacang-kacangan, sayuran hijau, kurma dan buah-buahan lainnya.

10. Uji perbedaan rata-rata kadar hemoglobin sesudah antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol

Tabel 11. Perbedaan rata-rata perubahan kadar hemoglobin sesudah antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol

<b>Kelompok</b>	<b>Mean</b>	<b>n</b>	<b>SD</b>	<b>P Value</b>
Kelompok perlakuan)	11,93	10	0,6129	0,0005
Kelompok kontrol	10,73	10	0,2903	

P value <  $\alpha$  (nilai signifikan  $0,0005 < 0,05$ )

Hasil analisis menggunakan Independen T test dapat dilihat bahwa ada perbedaan kenaikan rata-rata sesudah antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol, selisih rata-rata kenaikan kadar hemoglobin yaitu 1,2 gr/dL.

Jadi peningkatan kadar hemoglobin yang lebih dominan terjadi pada kelompok

perlakuan yang artinya konsumsi sari kurma dan tablet Fe lebih efektif pengaruhnya terhadap pengobatan anemia pada ibu hamil. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2015) yang mana hasil penelitiannya yaitu sari kurma lebih efektif dibandingkan dengan MMN dengan nilai  $p = 0,045$  ( $p < 0,05$ ).

Anemia dalam kehamilan dapat disebabkan karena defisiensi zat besi, dan diketahui kebutuhan zat besi ibu hamil meningkat dua kali lipat dari sebelumnya. Sehingga ibu hamil dianjurkan untuk mengonsumsi tablet Fe yang mengandung zat besi dan makanan dan minuman lainnya yang banyak mengandung zat besi, seperti kurma atau sari kurma, daging, ikan, telur, kacang-kacangan, sayuran hijau seperti bayam dan buah-buahan.

#### **SIMPULAN**

konsumsi sari kurma dan tablet Fe lebih efektif dari pada konsumsi tablet Fe saja. Dimana selisih rata-rata kenaikan kadar hemoglobin antara kelompok perlakuan (sari kurma dan tablet Fe) dengan kelompok kontrol (tablet Fe) yaitu 1,2 gr/dl.

Ibu hamil di sarankan untuk mengonsumsi minimal 90 tablet Fe selama kehamilan dan makan-makanan yang mengandung zat

besi seperti sari kurma dan lain sebagainya.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

1. Arini et al. 2019. Pengaruh Mengonsumsi Sari Kurma dan Buah Naga dengan Peningkatan Kadar Hemoglobin untuk Pencegahan Anemia. <http://ejournal.setiabudi.ac.id/ojs/index.php/biomedika/article/view/610>. Diakses 10 Januari 2020
2. Afriyanti, S,D. 2020. Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Kota Bukittinggi. <http://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/viewFile/1859/1552> diakses 10 Januari 2020
3. Anggreni, D. 2020. Hubungan Paritas Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester 1 Dan 3 Di Puskesmas Gayaman Kabupaten Mojokerto. <http://ejournal.stikesmajapahit.ac.id/index.php/HM/article/view/458> diakses 10 Januari 2020
4. Depkes R.I. 2012. Profil Kesehatan Indonesia, Departemen Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta
5. Kamariyah. 2014. Buku Ajar Kehamilan. Jakarta : Salemba Medika
6. Khoiriah dan Latifah. 2020. Pemberian Tablet Zat Besi (Fe) Pada Ibu Hamil Di Posyandu Mawar Berduri Rt 05 Kelurahan Tuan Kentang Kecamatan Jakabaring Kota Palembang.

- <http://103.97.100.145/index.php/JPMK/article/view/5360>. Diakses 10 Januari 2002
7. Kiswari, R. 2014. Hematologi Dan Tranfusi. Jakarta : Erlangga
  8. Kundaryanti et al. 2019. Pengaruh Pemberian Sari Kurma terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. <https://www.neliti.com/id/publications/290845/pengaruh-pemberian-sari-kurma-terhadap-peningkatan-kadar-hemoglobin-ibu-hamil> diakses pada 10 Januari 2020
  9. Mallhi, T.H., Qadir, M.I., Ali, M., Ahmad, B., Khan, Y.H., and Atta-Ur-Rehman. 2014. Ajwa Date (Phoenix Dactylifera): An Emerging Plant In Pharmacological Research, Pak J Pharm Sci.
  10. Mardiah, A. 2020. Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Mandiangin Kotabukittinggi. <https://ojs.fdk.ac.id/index.php/humancare/article/view/800>
  11. Mawaddah, S, & Vopy. 2019. Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Yang Mengalami Anemia. <http://www.poltekkestasikmalaya.ac.id/ejournal/index.php/BMI/article/view/385> Diakses 10 Januari 2020
  12. Natalia. 2015. Cakupan Anc Dan Cakupan Tablet Fe Hubungannya Dengan Prevalensi Anemia Di Jawa Timur.
  13. Nugroho, S. M., Masruroh., dan Maydianasari, L. 2017. Sari Kurma (Phoenix Dactylifera) Sebagai Suplemen Nutrisi Untuk Menambah Kadar Hemoglobin Pada Tikus Putih Betina (Ratus Norvegicus), Jurnal Medika Respati, 12(2).
  14. Pujiningsih, S. 2010. Permasalahan Kehamilan yang Sering Terjadi. Jakarta Selatan : PT. SUKA BUKU
  15. Rahayu, RD. 2017. Efektivitas Penambahan Sari Kurma Dalam Pemenuhan Gizi Ibu Hamil Anemia Di Puskesmas Wedi, Kabupaten Klaten. <http://jurnal.poltekkes-solo.ac.id/index.php/JKK/article/view/317>
  16. Riskesdas, 2013. Riset Kesehatan Dasar, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
  17. Riskesdas, 2018. Riset Kesehatan Dasar, Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
  18. Rosha. 2020. Faktor Determinan Yang Berpengaruh Terhadap Anemia Pada Ibu Hamil Di Kecamatan Dewantara Kabupaten Aceh Utara. [https://etd.unsyiah.ac.id/index.php?p=show\\_detail&id=69610](https://etd.unsyiah.ac.id/index.php?p=show_detail&id=69610)
  19. Sarfaini et al. 2020. Faktor Risiko Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Raya Kota Makassar.

- <http://journal.uin-alauddin.ac.id/index.php/Al-Sihah/article/view/11923>
20. Sari et al. 2018. Konsumsi Tablet Fe Dan Pengetahuan Berhubungan Dengan Anemia Pada Ibu Hamil Trimester Iii <http://jurnal.poltekkes-kemenkes-bengkulu.ac.id/index.php/jmk/article/view/37>
21. Setiowati, W & Nuriah, S. 2018. Pengaruh Sari Kurma (Phoenix Dactylifera) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobinibu Hamil Trimester III
22. United Nation Information Centre (UNIC). 2014. Maternal Deathrates Fall But Chronic Diseasesincrease Pregnancy Risk- Un Agency. Jakarta
23. United Nations Children's Fund (UNICEF). 2019. Indonesia Maternal Nutrition. <https://www.unicef.org/indonesia/media/2696/file/Framework-of-Action-Maternal-Nutrition-2019.pdf>. Diakses 13 Maret 2020
24. Waryana. (2010). Gizi Reproduksi. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
25. Wiulin Setiowati dan Siti Nuriah .2018. Pengaruh Sari Kurma (Phoenix Dactylifera) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III. <https://docplayer.info/123395867-Wiulin-setiowati-siti-nuriah-abstract.html>. diakses 15 Februari 2020
26. Wulandari, W., et al. 2019. Efektifitas Pemberian Ekstrak Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester Iii Di Klinik Sumiariani Dan Klinik Pratama Sari Tahun 2019.
27. <http://ojs.poltekkes-medan.ac.id/colostrum/article/view/6010> diakses 15 Februari 2020 Yuniati. 2019. Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Bpm Mujiyem Amd.Keb. <http://eprints.stikes-aisyiyah.ac.id/598/> diakses 10 januari 2020