

**PENGARUH PEMBERIAN JUS KURMA AJWA (*Dactylifera Phoenix*) TERHADAP KADAR HAEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL DI DI PMB NURHAYATI WILAYAH KERJA PUSKESMAS KAMPAR**

**Nur Mardiana<sup>1</sup>, Fitri Apriyanti<sup>2</sup>**

<sup>1,2</sup>DIV Kebidanan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

Email<sup>1</sup> : ananurmardiana66@gmail.com

Email<sup>2</sup>: V3\_apriyanti@yahoo.co.id

**ABSTRACT**

*The cause of maternal death in health care services is generally due to bleeding. One of the causes of bleeding is anemia, anemia is one of the causes of the highest maternal mortality rate. At the Kampar Puskesmas in 2019 there were 965 cases of anemia (48.72%). The purpose of this study was to determine the effect of giving Ajwa date juice (*dactylifera phoenix*) on hemoglobin levels in pregnant women in PMB Nurhayati, the working area of Puskesmas Kampar in 2020. The type of research used was a quasi-experimental method with a non-equivalent pretest design. posttest. The population of all pregnant women who visited PMB Nurhayati from January to March 2020 experienced anemia with a hemoglobin level of 8 - 10.9 gr%. A sample of 10 respondents who have anemia. The results showed the effect of giving Ajwa date juice (*dactylifera phoenix*) on hemoglobin levels with a p value of 0.000 (<0.05). Suggestions from this study are expected to provide knowledge to the public about the dangers of anemia in pregnant women.*

**Keywords** : *Anemia of pregnant women, Kurma Ajwa (*dactylifera phoenix*)*

**List of read** : *35 (2010-2020)*

**PENDAHULUAN**

Anemia merupakan defisiensi sel darah merah yang dapat disebabkan karena kehilangan sel darah merah yang terlalu banyak atau pembentukan sel darah merah yang terlalu lambat. Anemia adalah penurunan kuantitas sel-sel darah merah dalam sirkulasi, abnormalitas kandungan *haemoglobin* sel darah merah atau keduanya. Anemia selama masa kehamilan memiliki dampak yang sangat besar. Ibu hamil yang mengalami anemia dapat mengalami keguguran, lahir tidak waktunya, berat badan lahir rendah, perdarahan sebelum dan selama persalinan bahkan dapat mengakibatkan kematian pada ibu dan janinnya (Tarwoto, 2010 dalam Andriani, 2018).

Di Propinsi Riau sasaran program pembangunan kesehatan adalah menurunkan anemia defisiensi gizi besi pada ibu hamil menjadi 20 % dan mewujudkan keluarga sadar gizi sebesar

70 %. Konsumsi tablet besi diintegrasikan dengan pelayanan kunjungan ibu hamil (*antenatal care*), dimana ibu hamil harus mendapatkan minimal 90 tablet Fe selama masa kehamilan. Menurut laporan Akuntabilitas kinerja 2016 di Propinsi Riau kejadian Anemia pada ibu hamil masih tinggi yaitu 37,1% (Dinkes Provinsi Riau, 2017).

Di Kabupaten Kampar, angka anemia pada ibu hamil masih memerlukan perhatian khusus, berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Kampar kejadian anemia ibu hamil pada tahun 2016 sebesar 16,03%, sedangkan tahun 2017 sebesar 32,59%. Dari data tersebut terjadi kenaikan yang signifikan melebihi 50% (Dinkes Kabupaten Kampar, 2017).

Dari data Puskesmas Kampar tahun 2019, jumlah ibu hamil yang mengalami anemia meningkat dari tahun sebelumnya. Pada tahun 2018 ibu hamil yang mengalami anemia sebanyak 948 orang

(41,95%) dan pada tahun 2019 sebanyak 965 orang (48,72%). Peningkatan kasus anemia tersebut disebabkan oleh masih banyak ibu hamil yang tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah yang telah diberikan oleh petugas kesehatan (Profil Puskesmas Kampar, 2019).

Anemia pada kehamilan tidak dapat dipisahkan dengan perubahan fisiologis yang terjadi selama proses kehamilan, umur janin, dan kondisi ibu hamil sebelumnya. Pada saat hamil, tubuh akan mengalami perubahan yang signifikan, jumlah darah dalam tubuh meningkat sekitar 20 - 30 %, sehingga memerlukan peningkatan kebutuhan pasokan besi dan vitamin untuk membuat hemoglobin (Hb).

Pemberian jus kurma pada ibu hamil yang diberikan pada saat ANC (*Antenatal Care*) diharapkan dapat membantu meningkatkan kadar Hb ibu hamil dan mencegah anemia pada kehamilan, serta bisa membantu ibu hamil yang tidak mau mengonsumsi tablet tambah darah yang disebabkan oleh efek samping yang ditimbulkan (Jannah, 2018). Manfaat kurma bagi kesehatan antara lain sebagai anti diabetes, anti mikroba, anti inflamasi, anti oksidan, anti *hiperlipidemic*, mencegah anemia, *rakhitis*, dan *osteomalasia*, serta memperlancar persalinan (Harsono, 2013 dalam Munafiah, 2019).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada ibu hamil yang berkunjung melakukan pemeriksaan ANC di PMB Nurhayati wilayah kerja Puskesmas Kampar dengan keluhan 5L (Lelah, Letih, Lesu, Lemah, Lalai) dilakukan pemeriksaan Hb dengan menggunakan alat cek Hb digital ditemukan dari 10 ibu hamil yang berkunjung terdapat 7 ibu hamil yang mengalami anemia dengan kadar Hb paling rendah yaitu 7,2 gr/dL.

Jenis kurma yang paling bagus dikonsumsi yaitu jenis kurma Ajwa, selain untuk meningkatkan kadar *haemoglobin* pada ibu hamil kurma Ajwa juga mampu membersihkan racun dalam tubuh serta

mampu menurunkan risiko diabetes, dibandingkan dengan jenis kurma lainnya serat tak larut dalam kurma Ajwa bisa dicerna lebih lambat yang membuat tubuh bisa mengontrol kadar gula darah dalam tubuh (Feny, 2020).

Berdasarkan permasalahan yang ada maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Pemberian Jus Kurma Ajwa (*Dactylifera Phoenix*) Terhadap Kadar *Haemoglobin* pada Ibu Hamil di PMB Nurhayati Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020”**.

#### **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan rancangan *non-equivalent pretest-posttest* yang merupakan suatu metode yang menggunakan hubungan sebab akibat yang melibatkan satu kelompok subjek. Penelitian terhadap satu kelompok yang diberikan suatu intervensi tertentu untuk diamati hasilnya dan dibandingkan dengan keadaan sebelum dan setelah diberikan intervensi. Intervensi yang digunakan dalam penelitian ini adalah pemberian jus kurma. Metode *non-equivalent pretest-posttest* ini digunakan untuk melihat pengaruh jus kurma terhadap peningkatan kadar haemoglobin. Penelitian ini dilaksanakan di PMB Nurhayati wilayah kerja Puskesmas Kampar yang dilakukan pada tanggal 10 s/d 17 Juni 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil yang berkunjung ke PMB Nurhayati pada bulan Januari s/d Maret 2020 mengalami anemia dengan kadar *haemoglobin* 8 – 10,9 gr% yaitu sebanyak 10 orang. Sampel yang digunakan adalah seluruh ibu hamil yang berkunjung ke PMB Nurhayati pada bulan Januari s/d Maret 2020 mengalami anemia yang memenuhi kriteria.

## HASIL & PEMBAHASAN

### A. Analisis Univariat

#### 1. Karakteristik Responden

**Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur, Pendidikan dan Pekerjaan Ibu di PMB Nurhayati Wilayah Kerja Puskesmas Kampar Tahun 2020**

Umur Ibu	Frekuensi	Persentase (%)
20 – 25 tahun	7	70
26 – 30 tahun	3	30
Jumlah	10	100
<b>Pendidikan Ibu</b>		
Rendah (SD, SMP)	6	60
Tinggi (SMA, Sarjana)	4	40
Jumlah	10	100
<b>Pekerjaan Ibu</b>		
IRT	7	70
PNS	1	10
Petani	2	20
Jumlah	10	100
<b>Paritas</b>		
> 3 anak	6	60
≤ 3 anak	4	40
<b>Konsumsi Tablet Fe</b>		
Konsumsi Tablet Fe	6	60
Tidak Konsumsi Tablet Fe	4	40

Berdasarkan tabel 4.1 dapat dilihat bahwa umur responden berada pada rentang 20 – 25 tahun yaitu sebanyak 7 responden (70%), sebagian besar pendidikan responden rendah yaitu sebanyak 6 responden (60%), sebagian besar responden bekerja sebagai Ibu Rumah Tangga (IRT)

yaitu sebanyak 7 responden (70%), sebagian besar responden memiliki jumlah paritas sebanyak > 3 anak yaitu sebanyak 6 responden (60%) dan sebagian besar responden mengonsumsi tablet Fe yaitu sebanyak 6 responden (60%).

### B. Analisis Bivariat

**Tabel 4.2 Pengaruh Pemberian Jus Kurma Ajwa Terhadap Kadar Hb di PMB Nurhayati Wilayah Kerja Puskesmas Kampar**

Variabel	Mean	Selisih Mean	SD	SE	P Value
Kadar Hb sebelum diberikan jus kurma ajwa	9,57		0,76	0,24	
Kadar Hb setelah diberikan jus kurma ajwa	12,52	2,95	1,05	0,33	0,000

Setelah dilakukan analisis bivariat diperoleh hasil bahwa selisih rata-rata kadar Hb sebelum dan sesudah pemberian jus kurma ajwa adalah 2,95. Hasil uji statistik didapatkan nilai *p value* 0,000 ( $\leq 0,05$ ) yang artinya terdapat pengaruh

pemberian jus kurma ajwa (*Dactylifera Phoenix*) terhadap kadar *haemoglobin* pada ibu hamil di PMB Nurhayati wilayah kerja Puskesmas Kampar tahun 2020.

Sari kurma yang kaya akan kandungannya mengandung komponen-

komponen yang mampu meningkatkan penyerapan zat besi atau berperan dalam pembentukan sel darah merah tempat *haemoglobin* berada. Sari kurma mengandung berbagai vitamin, mineral, antioksidan dll. Di dalam penyerapan besi di dalam tubuh, berkaitan erat dengan lingkungan asam yang membantu penyerapan zat besi, yang terjadi di bagian pertama dan kedua dari usus kecil. Oleh karena itu penyerapan besi ditingkatkan dengan pemberian bersama senyawa asam, seperti Vitamin C atau asam askorbat. 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 terdapat pada sari kurma memiliki implikasi terhadap homeostasis zat besi, sehingga kekurangan vitamin A dapat menyebabkan defisiensi zat besi (Imam, 2017).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Sugita dan Kuswati (2019) dengan judul pengaruh konsumsi buah kurma terhadap peningkatan kadar *haemoglobin* pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Klateng yang menyatakan bahwa setelah diberikan buah kurma kadar Hb meningkat menjadi 11,9 g/dL dengan *p value* 0,002.

## KESIMPULAN & SARAN

1. Rerata kadar *haemoglobin* sebelum pemberian jus kurma ajwa (*Dactylifera Phoenix*) adalah 9,57 dan setelah pemberian jus kurma ajwa (*Dactylifera Phoenix*) adalah 12,52.

2. Ada pengaruh pemberian jus kurma ajwa (*Dactylifera Phoenix*) terhadap kadar *haemoglobin* pada ibu hamil di PMB Nurhayati wilayah kerja Puskesmas Kampar tahun 2020.

Saran bagi ibu hamil yang tidak suka mengonsumsi obat – obatan, ibu hamil bisa mengonsumsi jus kurma ajwa karena jus kurma dapat meningkatkan kadar *haemoglobin*. Jus kurma ajwa juga tidak memiliki efek samping jika dikonsumsi secara tidak berlebihan. Jus kurma ajwa penyerapannya lebih cepat dibandingkan obat tablet besi

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih penulis ucapkan pada semua pihak yang telah membantu dalam proses penelitian ini sehingga peneliti dalam menyelesaikan artikel ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriani. (2012) dalam Arifaningtyas, N. (2019). “Kajian Asupan Zat Besi, Sumber Tanin dan Status Anemia Ibu Hamil di Desa Karang Sari Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo. *BAB II Skripsi Jurusan Gizi*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.  
<http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1006/>
- Al Fatah. (2011) dalam Ridwan, dkk. (2018). “Konsumsi Buah Kurma Meningkatkan Kadar Haemoglobin pada Remaja Putri”. *Jurnal Kesehatan*. Poltekkes Tanjung Karang. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKM/article/download/1772/1019>
- Ali, A. (2014) dalam Putu Rangtyaning dan Annisa Abdillah. (2017). “Efektivitas Sari Buah Kurma terhadap Anemia Defisiensi Besi (ADB) pada Balita”. *Jurnal Kedokteran*. Universitas Lampung. <https://juke.kedokteran.unila.ac.id/i>

- ndex.php/majority/article/download/1003/1728
- Almatsier, S. (2011). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama
- Anita, P. (2013) dalam Sugita dan Kuswati. (2020). “Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*. Poltekkes Kemenkes Surakarta.  
<http://jurnalbidankestrad.com/index.php/jkk/article/download/138/111>
- Annisa. (2015) dalam Andriani, L. (2018). “Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava Linn*) Terhadap Kadar Haemoglobin Ibu Hamil di Desa Kuok Wilayah Kerja Puskesmas Kuok Tahun 2018”. *Laporan Tugas Akhir*. Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai
- Arisman. (2010) dalam Arifaningtyas, N. (2019). “Kajian Asupan Zat Besi, Sumber Tanin dan Status Anemia Ibu Hamil di Desa Karang Sari Kecamatan Pengasih Kabupaten Kulon Progo. *BAB II Skripsi Jurusan Gizi*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.  
<http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/1006/>
- BPS. (2015). *Profil Penduduk Indonesia Hasil SUPAS 2015*. Jakarta : Badan Pusat Statistik.  
<https://www.bps.go.id/publication/download.html>
- Depkes RI. (2011) dalam Kusuma, RAA. (2017). Hubungan Antara Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Anemia Terhadap Perilaku Mengonsumsi Tablet Fe di Desa Rambigun dan Kecamatan Rambipuji Kabupaten Jember. *BAB I Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Malang.  
<http://eprints.umm.ac.id/41096/2/jiptumpp-gdl-rotsiaftik-47112-2-babi.pdf>
- Dinkes Provinsi Riau. (2017). *Profil Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2017*. Riau : Dinas Kesehatan Provinsi Riau.  
[https://www.kemkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL\\_KES\\_PROVINSI\\_2017/04\\_Riau\\_2017.pdf](https://www.kemkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KES_PROVINSI_2017/04_Riau_2017.pdf)
- Dinkes Kabupaten Kampar. (2017). *Profil Kesehatan Kabupaten Kampar Tahun 2017*. Kabupaten Kampar : Dinas Kesehatan.  
[https://www.kemkes.go.id/development/site/depkes/resources/download/profil/PROFIL\\_KAB\\_KOTA\\_2017/1406\\_Riau\\_Kab\\_Kampar\\_2017.pdf](https://www.kemkes.go.id/development/site/depkes/resources/download/profil/PROFIL_KAB_KOTA_2017/1406_Riau_Kab_Kampar_2017.pdf)
- \_\_\_\_\_. (2018). *Profil Kesehatan Kabupaten Kampar Tahun 2018*. Kabupaten Kampar : Dinas Kesehatan.  
[https://www.kemkes.go.id/development/site/depkes/resources/download/profil/PROFIL\\_KAB\\_KOTA\\_2018/1327\\_Riau\\_Kab\\_Kampar\\_2018.pdf](https://www.kemkes.go.id/development/site/depkes/resources/download/profil/PROFIL_KAB_KOTA_2018/1327_Riau_Kab_Kampar_2018.pdf)
- \_\_\_\_\_. (2019). *Profil Kesehatan Kabupaten Kampar Tahun 2019*. Kabupaten Kampar : Dinas Kesehatan.
- Feny, MA. (2020). “Dua Jenis Kurma Ini Punya Kelebihan Ketimbang Yang Lain”. *Artikel : IDN Times Banten* (26 April 2020).  
<https://banten.idntimes.com/news/indonesia/feny-agustin/fakta-kurma-ajwa-dan-medjool-jadi-buruan-warga-palembang-meski-mahal-regional-banten/5>