

PEMBERIAN KURMA AJWA TERHADAP KENAIKAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III

Titin Yulianti¹, Iis Tri Utami²

¹ Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu, Kabupaten Mesuji-Lampung

*Email Korespondensi : titinyulianti002@gmail.com

²Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu

Email : jannatunaim892@gmail.com

Submitted: 09-06-2021, Reviewer: 28-06-2021, Accepted: 01-07-2021

ABSTRACT

Anemia on pregnant women when the hemoglobin level is below 11 gr/dL. Dates are one of the nonpharmacological therapies in the treatment of anemia. The research objective was to determine the effect of giving Ajwa dates to increase of hemoglobin levels on the third trimester of pregnant women. The research method used Quasi Experiment with non-equivalent control group pretest and posttest design. The sample were pregnant women with mild anemia. The experimental group was given 100 grams of ajwa dates and the control group was given 1 Fe tablet for 14 days. Bivariate analysis used T test (Independent Sample test). The results of univariate analysis showed that in the case group the average hemoglobin level before giving Ajwa dates was 10.32 and after giving it was 10.79 gr/dL, in the control group the average hemoglobin level before giving Fe tablets was 10.00 gr/dL and after giving it was 10.26 gr/dL. Bivariate analysis showed that there was an effect of giving Ajwa dates to increase of hemoglobin level on the third trimester of pregnant women (p value 0.003<0.05). Giving 100 grams/day ajwa dates for 14 days can increase hemoglobin levels on third trimester of pregnant women .

Keywords : Ajwa Dates, Hemoglobin Levels, Pregnant Women

ABSTRAK

Anemia pada ibu hamil bila kadar hemoglobin dibawah 11gr/dL. Kurma merupakan salah satu terapi nonfarmakologi dalam pengobatan anemia. Tujuan penelitian untuk mengetahui pengaruh pemberian kurma ajwa terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil Trimester III. Metode penelitian ini menggunakan Quasi Eksperimen dengan desain non equivalent control group pretest and posttest. Sampel yang diteliti yaitu ibu hamil dengan anemia ringan. Kelompok eksperimen diberikan 100 gram kurma ajwa dan kelompok kontrol diberikan 1 tablet Fe selama 14 hari. Analisis bivariat menggunakan Uji T (Independent Sampel test). Hasil analisis univariat diketahui bahwa rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok kasus sebelum diberikan kurma ajwa adalah 10,32 gr/dL dan sesudah pemberian kurma ajwa adalah 10,79 gr/dL, rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok kontrol sebelum diberikan tablet fe adalah 10,00 gr/dL dan sesudah pemberian tablet Fe adalah 10,26 gr/dL. Analisis bivariat menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil TM III (p value 0,003<0,05). Pemberian kurma ajwa sebanyak 100 gram/hari selama 14 hari dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil TM III.

Kata Kunci : Kurma Ajwa, Kadar Hemoglobin, Ibu Hamil

PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO), anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang serius terutama yang

menyerang anak-anak dan wanita hamil. WHO memperkirakan 42% anak di bawah usia 5 tahun dan 40% wanita hamil di seluruh dunia menderita anemia. Hasil Riskesdas

tahun 2018 menyatakan bahwa di Indonesia sebesar 48,9% ibu hamil mengalami anemia, sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun (Indonesia, 2019)

Kejadian anemia pada ibu hamil di Provinsi Lampung pada tahun 2017 sebesar 51%. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Mesuji pada tahun 2019 diketahui bahwa dari 1929 ibu hamil, sebanyak 531 (27,53%) ibu hamil mengalami anemia ringan dan sebanyak 10 (0,51%) ibu hamil mengalami anemia berat. Sementara itu, pada bulan Januari-September tahun 2020, dari 927 ibu hamil sebanyak 76 (8,2%) ibu hamil mengalami anemia ringan dan 4 (0,43%) ibu hamil mengalami anemia berat.

Anemia pada ibu hamil bila tidak segera ditangani dapat meningkatkan kematian ibu dan kematian bayi, risiko kelahiran prematur serta penyakit infeksi (Profil Kesehatan Indonesia, 2019). Anemia pada kehamilan disebut "*Potential Danger to Mother and Child*", oleh sebab itu anemia memerlukan perhatian serius dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan pada lini terdepan. Pengaruh anemia dalam kehamilan diantaranya adalah dapat menyebabkan Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) dan perdarahan. Anemia pada kehamilan disebabkan karena kekurangan zat besi, kekurangan *asam folat*, infeksi dan kelainan darah yang merupakan jenis anemia yang pengobatannya relatif mudah bahkan murah (Manuaba, 2010).

Mengonsumsi kurma secara rutin akan membantu menjaga tubuh dari gangguan kesehatan. Mengonsumsi kurma selama 14 hari sebanyak 100 gram atau kurang lebih 5-7 buah secara rutin akan membantu meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Selain itu, kurma mengandung hormon oksitosin yang merangsang kontraksi otot-otot rahim, bila dikonsumsi setelah persalinan kurma dapat membantu mencegah perdarahan (Yusuf, 2012).

Kurma ajwa merupakan salah satu kurma yang paling populer di Indonesia. Kurma ini hanya tumbuh di tanah Madinah (Saudi Arabia) dan merupakan kurma favorit Nabi Muhammad SAW. Kurma ini berwarna

hitam, teksturnya lembut dan tidak terlalu manis namun rasanya hampir mirip dengan kismis (Fitriani, 2020). Penelitian Royani, et al (2019) menunjukkan bahwa ibu hamil yang mengonsumsi kurma ajwa sebanyak tujuh buah setiap hari selama 8 minggu memiliki potensi yang luar biasa untuk menurunkan MAP dan ROT pada wanita hamil yang berisiko terkena preeklampsia.

Penelitian yang dilakukan oleh Haniek (2017) tentang efek ekstrak kurma (*Phoenix dactylifera L*) terhadap status besi pada ibu ditemukan bahwa terjadi peningkatan kadar hemoglobin dan kadar *ferritin* setelah pemberian kurma selama 16 hari pada kelompok perlakuan dengan nilai *p value* 0,042 < 0,05. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuviska (2019) tentang pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia ditemukan bahwa terdapat pengaruh pemberian kurma sebanyak 25 gram/hari/orang selama 30 hari terhadap kenaikan hemoglobin pada ibu hamil anemia dengan nilai *p value* 0,000 < 0,05.

Prasurvei yang dilakukan di Puskesmas Rawat Inap Tanjung Mas Makmur Kabupaten Mesuji diketahui jumlah ibu hamil Trimester III pada bulan Juli sampai dengan September tahun 2020 sebanyak 146 dan sebanyak 48 (32,9%) ibu hamil mengalami anemia. Di masa pandemi ini, pemeriksaan kadar Hb hanya dilakukan bila terdapat indikasi yang mengarah ke anemia seperti *conjungtiva* yang pucat, lalu dirujuk ke Puskesmas Rawat Inap Tanjung Mas Makmur Kabupaten Mesuji untuk dilakukan pemeriksaan kadar Hb di Laboratorium Puskesmas.

Selama ini penanganan anemia pada ibu hamil di Puskesmas Rawat Inap Tanjung Mas Makmur hanya dengan memberikan Tablet Fe pada ibu hamil serta memberikan pendidikan kesehatan untuk mengonsumsi sumber makanan yang kaya akan zat besi dan belum pernah diberikan terapi nonfarmakologi seperti pemberian kurma. Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian kurma ajwa terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III.

METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan rancangan *quasi Eksperimen* dengan bentuk design *non equivalent control group design*, desain ini hampir sama dengan *pretest-posttest control group design*. Penelitian ini menggunakan dua kelompok, kelompok pertama diberikan kurma ajwa (kelompok intervensi), sedangkan kelompok kedua diberikan tablet fe (Kelompok kontrol). Sampel penelitian dilakukan pada 36 ibu hamil Trimerster III di Puskesmas Rawat Inap Tanjung Mas Makmur Kabupaten Mesuji yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi sebanyak 18 responden dan kelompok kontrol sebanyak 18 responden.

Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer. Pengumpulan data dilakukan oleh Peneliti sendiri dengan dibantu oleh *enumerator* yaitu Petugas Laboratorium Puskesmas Tanjung Mas Makmur dalam pemeriksaan kadar Hb, Kader dan Bidan Desa dalam pemantauan konsumsi harian kurma ajwa dan tablet Fe. Pada kelompok intervensi diberikan kurma ajwa 100 gr/hari selama 14 hari dan kelompok kontrol diberikan tablet fe 1 butir/hari selama 14 hari Pengukuran kadar hemoglobin menggunakan alat *Hemosmart*.

Analisis univariat yang digunakan bertujuan mencari nilai *mean*, *median* dan standar deviasi. Uji normalitas yang digunakan uji Shapiro-Wilk serta analisis bivariat menggunakan *Independent sampel T test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Tabel 1 Rata-rata Kadar Hb sebelum diberikan Kurma Ajwa dan Tablet Fe

Intensitas Nyeri	N	Mean	SD	SE	Min-Max
Intervensi (Kurma Ajwa)	18	10,32	0,288	0,679	9,80-10,80
Kontrol (Tablet Fe)	18	10,00	0,394	0,092	9,3-10,8

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan hasil pengukuran rata-rata kadar hb sebelum diberikan kurma ajwa, dari 18 orang pada kelompok intervensi didapat rata-rata 10,32 gr/dL dan pada kelompok kontrol didapat rata-rata 10,00 gr/dL.

Tabel 2 Rata-rata Kadar Hb setelah diberikan Kurma Ajwa dan Tablet Fe

Intensitas Nyeri	N	Mean	SD	SE	Min - Max
Intervensi (Kurma Ajwa)	18	10,79	0,57	0,134	9,8-12,1
Kontrol (Tablet Fe)	18	10,27	0,42	0,099	9,2-11,0

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan hasil pengukuran rata-rata kadar Hb setelah diberikan kurma ajwa, dari 180 orang pada kelompok intervensi didapat rata-rata 10,79 gr/dL dan pada kelompok kontrol didapat rata-rata 10,27 gr/dL.

Tabel 3. Pengaruh Pemberian Kurma Ajwa Terhadap Kenaikan Kadar Hb Pada Ibu Hamil TM III

Intensitas Nyeri	N	Mean	SD	SE	P value
Intervensi (Kurma Ajwa)	18	10,79	0,57	0,134	0,03
Kontrol (Tablet Fe)	18	10,27	0,42	0,099	

Hasil analisis diketahui bahwa rata-rata kadar Hb ibu hamil TM III yang diberikan kurma ajwa adalah 10,79 gr/dL, sedangkan untuk ibu hamil TM III yang diberikan tablet Fe rata-rata kadar Hbnya 10,26 gr/dL. Hasil uji statistik didapatkan nilai p value 0,003 (<0,05) yang berarti ada perbedaan yang signifikan rata-rata kadar Hb antara ibu yang diberikan kurma ajwa dengan ibu yang diberikan tablet fe

PEMBAHASAN

Kadar Hb Sebelum dan Sesudah Pemberian Kurma Ajwa (Kelompok Intervensi)

Hasil penelitian didapatkan rata-rata kadar hb sebelum diberikan kurma ajwa, dari 18 orang pada kelompok intervensi didapat rata-rata 10,32 gr/dL dan setelah diberikan kurma ajwa sebesar 10,79 gr/dL. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kadar hemoglobin pada responden mengalami kenaikan sebesar 0,47 gr/dl setelah diberikan kurma ajwa.

Kurma memiliki beberapa komponen penting yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin bagi yang mengonsumsinya. Kurma seberat 100 gram mengandung 2,81 gram protein, 7,1 gram serat, kalsium 35 mg, karbohidrat 88,78 gram, vitamin C 0,4 gram dan zat besi 1,02 mg. Zat besi merupakan komponen dari hemoglobin di dalam sel darah merah yang menentukan daya dukung oksigen darah dan membantu mengatasi anemia (Sugita, 2020).

Konsumsi buah kurma jenis ajwa sebanyak lima butir yang dikonsumsi setiap pagi selama 7 hari dapat meningkatkan kadar hemoglobin, yang mana dalam setiap lima sampai tujuh butir (100 gram) kurma memiliki kandungan 1,02 mg besi dan memenuhi kebutuhan zat besi harian tubuh (Hussah, 2019 dalam Safitri, 2021).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sugita (2020) dengan hasil rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok intervensi sebelum diberikan kurma sebanyak 7 butir selama 14 hari sebesar 10,79 gr/dL dan rata-rata kadar hemoglobin setelah diberikan kurma sebesar 11,93 gr/dL.

Menurut Peneliti, anemia yang dialami oleh ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Tanjung Mas Makmur disebabkan oleh banyak faktor, diantaranya adalah rendahnya pemenuhan nutrisi yang berkaitan dengan rendahnya daya beli dan tingkat konsumsi makanan yang dapat membantu penyerapan zat besi. Sumber makanan yang diperlukan untuk mencegah anemia umumnya berasal dari sumber protein yang lebih mahal dan sulit terjangkau oleh masyarakat dengan

pendapatan yang rendah. Sehingga kondisi tersebut dapat memperbesar risiko kejadian anemia pada ibu hamil.

Kadar Hb Sebelum dan Sesudah Pemberian Tablet Fe (Kelompok Kontrol)

Penelitian ini didapatkan hasil pengukuran rata-rata kadar hb sebelum diberikan tablet Fe pada kelompok kontrol didapat rata-rata 10,00 gr/dL dan setelah diberikan tablet Fe didapatkan rata-rata kadar Hb sebesar 10,27 gr/dl. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata kadar Hb setelah diberikan tablet Fe pada ibu hamil.

Pemberian tablet tambah darah selama kehamilan merupakan salah satu cara yang paling cocok bagi ibu hamil untuk meningkatkan kadar Hb sampai tahap yang diinginkan (Yuviska, 2019). Tablet besi merupakan suatu sediaan farmasi yang berbentuk tablet mengandung zat besi (*ferro*) yang disediakan oleh pemerintah yang bertujuan untuk mencegah anemia yang terutama disebabkan oleh defisiensi zat besi sehingga prevalensi anemia menurun (Citrikesumasari, 2012).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Yuviska (2019) dengan hasil dari 20 responden, rata-rata kadar hb sebelum diberikan tablet fe sebesar 9,8 gr/dL dan setelah diberikan tablet Fe sebesar diketahui rata-rata kadar hb sebesar 10,7 gr/dL.

Menurut peneliti, anemia pada responden tidak terdeteksi sejak awal dikarenakan tidak semua tenaga kesehatan di Wilayah Kerja Puskesmas Rawat Inap Tanjung Mas Makmur Kabupaten Mesuji melakukan pemeriksaan kadar hemoglobin. Meskipun dalam pemeriksaan ANC tidak dilakukan pemeriksaan kadar Hb, namun tablet Fe tetap diberikan kepada ibu hamil.

Pengaruh Pemberian Kurma Ajwa Terhadap Kenaikan Kadar Hb Pada Ibu Hamil TM III

Hasil analisis diketahui bahwa nilai p value 0,003 (<0,05) yang berarti pada alpha 5% terlihat ada perbedaan yang signifikan rata-rata kadar Hb antara ibu yang diberikan

kurma ajwa dengan ibu yang diberikan tablet fe. Kurma yang diberikan pada kelompok eksperimen dalam penelitian ini sebanyak 100 gram selama 14 hari hanya mampu meningkatkan kadar Hb sebesar 0,47 gr/dl pada ibu hamil TM III di wilayah kerja Puskesmas Rawat Inap Tanjung Mas Makmur

Diantara berbagai jenis buah kurma, kurma Ajwa yang tumbuh di Madinah, Saudi Arab memiliki nilai yang luar biasa. Kurma ajwa mengandung kandungan serat, gula, asam amino yang lebih tinggi, mineral seperti kalsium, magnesium, natrium, kalium, dan vitamin dibandingkan dengan jenis kurma yang lain. Buah kurma ajwa kaya dengan *fitokimia* seperti *flavonoid* dan *fenolik*, yang berkontribusi pada efek terapeutik seperti *antioksidan*, *antiinflamasi*, *antiproliferatif*, *antivirus*, *antijamur* dan *anti kanker* (Abdullah et al., 2019)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Yuviska (2019) yang melakukan pemberian kurma sebanyak 25 gr/hari selama 30 hari pada Ibu hamil dengan anemia dengan hasil terdapat perbedaan kenaikan kadar Hemoglobin pada ibu hamil sebesar 1,5 gr/dL dengan hasil uji statistik ada pengaruh pemberian kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin Pada ibu hamil dengan anemia (*p value* 0,000 < 0,05).

Hasil Penelitian ini juga mendukung penelitian Sugita (2020), yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kadar hemoglobin yang bermakna antara sebelum dan sesudah (*pretest* dan *posttest*) diberikan kurma dengan *p value* (0,002 < 0,05) yang artinya ada pengaruh konsumsi buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil TM III di Wilayah Puskesmas Klateng.

Menurut peneliti, pemberian kurma ajwa 100 gram/hari sangat efektif dalam meningkatkan kadar hb pada ibu hamil karena dalam 100 gram kurma terdapat kandungan 1,02 mg besi yang dapat memenuhi kebutuhan zat besi harian tubuh. Sebagian besar ibu hamil merupakan ibu rumah tangga yang tidak memiliki penghasilan tetap dan menggantungkan kebutuhan finansialnya kepada suami. Beberapa responden dengan latar belakang keluarga tidak mampu, hanya

mengandalkan gaji suami sebagai buruh harian di Perkebunan Sawit. Hal ini menyebabkan ibu hamil tidak dapat melakukan kunjungan ANC dan mendapatkan konsultasi nutrisi masa kehamilan lebih awal.

SIMPULAN

Rata-rata kadar hemoglobin sebelum pemberian kurma ajwa pada kelompok kasus adalah 10,32 gr/dL dan sesudah pemberian kurma ajwa pada kelompok kasus adalah 10,79 gr/dL. Rata-rata kadar hemoglobin sebelum pemberian tablet Fe pada kelompok kontrol adalah 10,00 gr/dL dan sesudah mengkonsumsi tablet fe pada kelompok kontrol adalah 10,26 gr/dL. Hasil uji statistik didapatkan nilai *p value* 0,003 (<0,05) yang berarti ada pengaruh pemberian kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil TM III di Puskesmas Rawat Inap Tanjung Mas Makmur Kabupaten Mesuji Tahun 2021.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Kepala Puskesmas Rawat Inap Tanjung Mas Makmur Kabupaten Mesuji yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian, Seluruh ibu hamil yang bersedia menjadi responden dalam penelitian ini serta pihak-pihak yang banyak membantu dan memberikan dorongan sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, N., Ishak, N. F. M., & Shahida, W. S. W. (2019). in-Vitro Antibacterial Activities of Ajwa Date Fruit (Phoenix Dactylifera L.) Extract Against Selected Gram-Negative Bacteria Causing Gastroenteritis. *International Journal of Pharmaceutical Sciences and Research*, 10(6), 2951. [https://doi.org/10.13040/IJPSR.0975-8232.10\(6\).2951-55](https://doi.org/10.13040/IJPSR.0975-8232.10(6).2951-55)
- Citrakesumasari. (2012). *Anemia Gizi, Masalah dan Pencegahannya*. Kalika.
- Fitriani, E. (2020). *Keajaiban Buah Kurma*. Pustaka Baru Press.
- Indonesia, K. K. R. (2019). *Profil Kesehatan*

Indonesia Tahun 2019.

- Manuaba, I. (2010). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan KB*. EGC.
- Royani, I., As'ad, S., Mappaware, N. A., Hatta, M., & Rabia. (2019). Effect of Ajwa Dates Consumption to Inhibit the Progression of Preeclampsia Threats on Mean Arterial Pressure and Roll-Over Test. *BioMed Research International*, 2019. <https://doi.org/10.1155/2019/2917895>
- Safitri, & Julaecha. (2021). Konsumsi Buah Kurma Meningkatkan Kadar. *Endurance*, 6(1), 127–134.
- Sari, P. (2020). *Anemia Dalam Kehamilan*. Stikes Majapahit.
- Sri Rahayu, Soeharyo, Haniek Ummi. (2017). *Terhadap status besi pada ibu hamil (Studi Di Kabupaten Jepara) Oleh : Ummi Haniek , Soeharyo Hadisaputro , Sri Rahayu Tesis , Program Studi Magister Epidemiologi , Sekolah Pascasarjana , Universitas Diponegoro , Semarang , 2017 Abstrak.*
- Sugita, S. (2020). Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 5(1), 58–66. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v5i1.138>
- Tyastuti, S. (2016). *Modul Bahan Ajar Cetak Kebidanan Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Pusdik SDM Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Yusuf, E. (2012). *Persalinan Syari*. Afia Indonesia.
- Yuviska, I. A., & Yuliasari, D. (2019). Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(4), 343–348. <https://doi.org/10.33024/jkm.v5i4.1860>