



Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandala Waluya  
ISSN : 2809-3151  
DOI : <https://doi.org/10.54883/jikmw.v4i1.721>  
<https://ejournal.umw.ac.id/jikmw/index>



## Pengaruh Pemberian Buah Kurma (*Phoenix Dactylifera*) Terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil

Prawara Aros Purnama<sup>1</sup>, Wa Ode Rahmadania<sup>1</sup>, Firmansyah<sup>2</sup>, Anjeli S<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Prodi Keperawatan dan Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Mandala Waluya

<sup>2</sup>Prodi S1 Farmasi Fakultas Sains dan Teknologi Universitas Mandala Waluya

### ABSTRAK

Latar Belakang : Berdasarkan fenomena yang ada, serta hasil observasi data awal pada Puskesmas Lepo-Lepo tiga bulan terakhir, bahwa terdapat 80 ibu hamil anemia terhitung sejak bulan Januari hingga Maret menunjukkan bahwa bulan Januari sebesar 46,2%, pada bulan Februari mengalami penurunan 21,2 % dan kembali meningkat pada bulan Maret dari data sebelumnya sebesar 32,5% tahun 2023. Dari rata rata hb 10,9-8. Oleh karena itu perlunya dilakukan intervensi untuk menurunkan kadar hemoglobin pada anemia ibu hamil yaitu konsumsi buah kurma. Tujuan dari penelitian ini mengetahui pengaruh konsumsi buah kurma terhadap perubahan kadar hemoglobin pada anemia ibu hamil.

Metode : Penelitian ini menggunakan *Pre-Eksperimen Design* dimana bentuk desain yang digunakan adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Teknik penarikan sampel menggunakan teknik *purposive sampel*. Metode analisis menggunakan Uji Normalitas dan Uji *Wilcoxon W*.

Hasil : Penelitian ini didapatkan nilai signifikan yaitu 0.000 ( $p < 0.05$ ), maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh signifikan pemberian buah kurma terhadap perubahan kadar hemoglobin yaitu 0.000 ( $p < 0.05$ ), maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh signifikan pemberian buah kurma terhadap perubahan kadar hemoglobin pada ibu hamil Puskesmas Lepo-Lepo.

Kesimpulan : Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian buah kurma terhadap perubahan kadar hemoglobin pada ibu hamil di Puskesmas Lepo-Lepo Kota Kendari.

**Kata Kunci** : Buah Kurma, Ibu Hamil, Anemia, Kadar Hemoglobin

## The Effect of Giving Dates (*Phoenix Dactylifera*) on Changes in Hemoglobin Levels in Pregnant Women

### ABSTRACT

Background: Based on existing phenomena, as well as the results of preliminary data observations at the Lepo-Lepo Health Center in the last three months, there were 80 anemic pregnant women from January to March, showing that in January it was 46.2%, in February there was a decrease of 21.2% and increased again in March from previous data of 32.5% in 2023. From the average hb 10.9-8. Therefore, it is necessary to carry out interventions to reduce hemoglobin levels in pregnant women with anemia, namely consumption of dates. The aim of this research is to determine the effect of consuming dates on changes in hemoglobin levels in anemia in pregnant women.

Method: This research uses Pre-Experimental Design where the design form used is One Group Pretest-Posttest Design. The sampling technique uses a purposive sampling technique. The analysis method uses the Normality Test and the Wilcoxon W Test.

Results: This research obtained a significant value of 0.000 ( $p < 0.05$ ), so it can be concluded that there is a significant effect of giving dates on changes in hemoglobin levels, namely 0.000 ( $p < 0.05$ ), so it can be concluded that there is a significant effect of giving dates on changes in hemoglobin levels in pregnant women at the Lepo-Lepo Health Center.

Conclusion: This study concludes that there is an effect of giving dates on changes in hemoglobin levels in pregnant women at the Lepo-Lepo Health Center, Kendari City.

**Keywords**: Dates, Pregnant Women, Anemia, Hemoglobin Levels

### Penulis Korespondensi :

Wa Ode Rahmadania  
Prodi Keperawatan dan Ners, Fikes, UMW  
E-mail : [rahmadaniawaode@gmail.com](mailto:rahmadaniawaode@gmail.com)  
No. Hp : 085290973927

### Info Artikel :

Submitted : 12 Juni 2024  
Revised : 22 Juni 2024  
Accepted : 25 Juni 2024  
Published : 30 Juni 2024

## PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil merupakan suatu kondisi dimana ibu hamil dengan kadar nilai hemoglobin (hb) < 11 gr/dl pada trimester satu dan tiga, atau kadar hemoglobin kurang dari 10 gr/dl pada trimester dua. Anemia kehamilan di sebut “ potential danger to mother and child “ (potensi membahayakan ibu dan anak), karena itulah anemia memerlukan perhatian serius dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan (Manuaba, 2010). Penyebab anemia pada ibu hamil adalah kekurangan zat besi dalam tubuh. Anemia defisiensi zat besi merupakan anemia yang disebabkan oleh kekurangan zat besi, asam folat dan vitamin B12 dikarenakan asupan yang tidak adekuat atau ketersediaan zat besi yang rendah. (Brown LS, 2015).

Dampak dari anemia pada kehamilan dapat terjadi abortus, persalinan prematuritas, hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim, mudah terjadi infeksi, perdarahan antepartum, ketuban pecah dini (KPD), saat persalinan dapat mengakibatkan gangguan His, kala pertama dapat berlangsung lama, dan terjadi partus terlantar dan pada kala nifas terjadi subinvolusi uteri menimbulkan perdarahan postpartum, memudahkan infeksi puerperium dan pengeluaran ASI berkurang ( Ariyanti, 2013).

Penatalaksanaan anemia dapat dilakukan dalam dua kategori yaitu non-farmakologi dan secara farmakologi. Secara non-farmakologi yang dapat dilakukan dengan mengonsumsi buah dan sayuran yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Buah kurma adalah buah yang dipercayai dapat mengatasi anemia. Buah kurma memiliki berbagai macam zat gizi yang baik termasuk zat besi untuk meningkatkan kadar HB. Kurma

memiliki banyak manfaat apabila dikonsumsi secara rutin, hal ini dikarenakan dalam buah kurma terdapat banyak mineral dan nutrisi lain yang dibutuhkan tubuh diantaranya adalah mengatasi anemia, memudahkan proses kelahiran, dan penghilang rasa sakit (Kusumah, 2007). Menurut data Kementerian Kesehatan Haji menjelaskan bahwa kadar zat besi dalam buah kurma cukup tinggi yaitu 0,90 mg/100 g 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. (Susilowati, 2017).

Menurut penelitian dari Sugita & Kuswati (2020) bahwa rerata kadar hemoglobin sebelum konsumsi kurma yaitu 10,793 gr/dl dan rerata kadar haemoglobin sesudah konsumsi kurma yaitu 11,933 gr/dl. Dapat dilihat bahwa terdapat peningkatan dari rerata dari sebelum dan sesudah pada kelompok perlakuan. Penelitian lain juga menunjukkan hal yang sama bahwa ada Pengaruh Pemberian Buah Kurma pada Ibu Hamil Trimester II yang Anemia terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Hasil penelitian didapatkan dari 20 responden ibu hamil trimester II yang anemia yang diberikan buah kurma 50 gr/hari mengalami peningkatan sebanyak 18 responden (90%) dan yang tidak mengalami peningkatan sebanyak 2 responden (10%) (Tiara Fatrin dkk, 2023).

Berdasarkan data dari dinas kesehatan kota kendari tahun 2022 prevalensi anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Lepo-Lepo sebanyak 25,65 %, puskesmas jati raya sebesar 24,25%, dan wilayah kerja Puskesmas Poasia sebesar 19,4 %. Dari hasil prevalensi menunjukkan bahwa wilayah kerja

Puskesma Lepo-Lepo masuk urutan angka anemia tertinggi dibandingkan dengan Puskesmas lainnya di Kota Kendari (Dinkes kota kendari 2022).

Berdasarkan hasil observasi data awal pada Puskesmas Lepo-Lepo tiga bulan terakhir tercatat bahwa terdapat 80 ibu hamil anemia terhitung sejak dari bulan Januari hingga Maret menunjukkan bahwa pada bulan Januari anemia ibu hamil sebesar 46,2 %, pada bulan Februari mengalami penurunan sebesar 21,2 %, dan kembali meningkat pada bulan Maret dari data sebelumnya sebesar 32,5% di tahun 2023. Dari Rata-rata Hb 10,9 – 8 gr. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil.

**METODE**

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan *Pre-Eksperimen Design* dimana bentuk desain yang digunakan adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Teknik penarikan sampel menggunakan teknik *purposive sampel*. Metode analisis menggunakan Uji Normalitas dan Uji *Wilcoxon W* yang dilakukan dengan bantuan program komputer. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 44 responden dari total populasi yaitu 80 orang yang merupakan penderita anemia pada ibu hamil yang berkunjung di Puskesmas Lepo-Lepo Kota Kendari Tahun 2023 periode Januari sampai Maret. Sampel yang dipilih harus memenuhi kriteria inklusi yaitu responden yang mengalami Anemia dengan kondisi sadar, responden yang bersedia menjadi subjek penelitian dan menandatangani informed consent, responden sementara waktu disarankan tidak mengkonsumsi buah atau sayuran lain yang mengandung zat besi selain buah kurma.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Data yang diperoleh dalam penelitian ini diantaranya tentang Karakteristik Responden yang ditunjukkan dalam tabel berikut ini :

**Tabel 1. Karakteristik Responden**

Karakteristik Responden	n	%
<b>Umur (Tahun) :</b>		
20 - 25	12	27,3
26 - 30	14	31,8
31 - 35	11	25,0
36 - 41	7	15,9
<b>Pendidikan :</b>		
SD	2	4,6
SMP	6	13,6
SMA	26	59,1
PT	10	22,7
<b>Pekerjaan :</b>		
PNS	4	9,1
IRT	28	63,6
Honorer	5	11,4
Wiraswasta	7	15,9
<b>Nilai HB :</b>		
10,0-10,9 (Anemia Ringan)	33	75
7,0-9,9 (Anemia sedang)	11	25
< 7,0 (Anemia Berat)	0	0

Tabel 1 menunjukkan bahwa 44 responden yang terbanyak pada kelompok umur 26-30 tahun sebanyak 14 responden (31,8%), berpendidikan SMA yaitu 26 responden (59,1%), lebih banyak bekerja sebagai IRT sebanyak 28 responden (63,6%), serta banyak yang mengalami anemia ringan sebanyak 33 responden (75%).

Berdasarkan hasil uji normalitas dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov test* didapatkan hasil  $0.000 < 0.05$ , maka dapat disimpulkan bahwa data berdistribusi tidak normal sehingga uji hipotesis alternatif yang dapat digunakan adalah *Wilcoxon W*. Berdasarkan hasil analisis uji *Wilcoxon W* diperoleh hasil sebagai berikut.

**Tabel 2. Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil**

Pretest-post test	Wilcoxon W	Z	Asymp.sig, (2-tailed)
	1484.500	- 4.113	0.00

Hasil penelitian yang telah didapatkan dilapangan bahwa dari 44 responden yang mengalami anemia yang paling banyak di usia 26-30 tahun yaitu berjumlah 14 responden (31,8%) dan yang paling sedikit di usia 36-41 tahun yaitu berjumlah 7 responden (15,9%). Hal tersebut dikarenakan wanita usia <20 rentang mengalami anemia dikarenakan pengalaman dan pengetahuan tentang persiapan dan pemeliharaan kehamilan masih rendah (Arisman,2010). Sedangkan pada usia di atas 35 tahun kejadian anemia disebabkan adanya kemunduran terhadap fungsi faal tubuh dan munculnya kelainan degenerative seperti hipertensi, diabetes, asam urat, dan lain-lain sehingga terjadi gangguan perdarahan serta penurunan metabolisme tubuh dan kemampuan absorpsi tubuh terhadap zat besi. Hal ini diperberat dengan

interval kehamilan yang pendek dan paritas yang tinggi (irwansyah,2016).

Pekerjaan merupakan salah satu faktor yang memungkinkan terjadinya anemia karena adanya peningkatan beban kerja. Hasil penelitian yang telah didapatkan dilapangan bahwa dari 44 responden yang mengalami anemia sebagian besar bekerja sebagai ibu rumah tangga sebanyak 28 responden (63,6%) dan yang paling sedikit yaitu PNS berjumlah 4 responden (9,1%). Hal ini karenakan ibu hamil yang bekerja mempunyai beban kerja ganda yaitu sebagai ibu rumah tangga. Pekerjaan rumah tangga bisa dikatakan cukup berat serta ditambah pekerjaan luar rumah yang menuntut ibu bekerja dalam waktu lama, hal ini dapat menyebabkan ibu kelelahan serta anemia yang dapat mengganggu proses kehamilan.

Hasil penelitian yang telah didapatkan dilapangan bahwa dari 44 responden yang mengalami anemia sebagian besar berpendidikan SMA sebanyak 26 responden (59,1%) dan yang paling sedikit yaitu SD berjumlah 2 responden (4,5%). Karna pendidikan seseorang memiliki pengaruh besar terhadap peningkatan kemampuan berpikir, seseorang yang berpendidikan lebih tinggi akan mengambil keputusan rasional, umumnya ia terbuka untuk menerima perubahan atau hal baru dibanding dengan individu yang berpendidikan rendah. Tingkat pendidikan ibu hamil yang rendah mempengaruhi penerimaan informasi sehingga pengetahuan tentang anemia dan faktor-faktornya menjadi terbatas, terutama tentang pentingnya zat besi. Pengetahuan juga mempengaruhi perilaku dalam mengkonsumsi zat besi selama hamil.

Perubahan nilai kadar Hemoglobin pada responden dengan nilai kadar hemoglobin < 11 yang diberikan perlakuan pemberian buah

kurma selama satu minggu berdasarkan data yang dianalisis dengan menggunakan uji *Wilcoxon W* diperoleh sebelum dan setelah diberikan perlakuan pemberian buah kurma dengan uji *Wilcoxon W* statistik dengan taraf yang telah ditetapkan yaitu 0.000 ( $p < 0.05$ ), maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Yang berarti ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap perubahan kadar hemoglobin pada ibu hamil di Puskesmas Lepo-Lepo kota Kendari. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sugita, Kusuma (2020) yang menjelaskan bahwa didapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,002$  ( $p\text{-value}$ ) pada kelompok intervensi yang berarti menunjukkan adanya pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

Kurma yang dikonsumsi ibu hamil masuk kedalam lambung kemudian terjadi metabolisme makanan dimana terjadi penyerapan zat besi, vitamin C dan protein yang berfungsi untuk pembentukan sel darah merah. Upaya mengatasi anemia pada ibu hamil secara farmakologis adalah pemberian suplemen tambah darah, sedangkan secara non farmakologis adalah dengan pemberian jambu biji, rumput laut, buah bit dan kurma. Kurma merupakan buah yang mengandung sumber zat besi sehingga baik digunakan dalam terapi mengatasi anemia. Mengonsumsi kurma secara rutin akan membantu menjaga tubuh gangguan kesehatan. Kurma yang kaya akan zat besi dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Selain zat besi kandungan protein, karbohidrat, dan lemak pada kurma dapat membantu proses sintesis hemoglobin (Solihati Y dkk, 2024).

Pemberian buah kurma sebanyak 1 kali sehari sebanyak 5 buah selama 7 hari dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada

ibu hamil yang mengalami anemia, karena buah kurma mengandung zat besi yang tinggi. Mengonsumsi kurma secara rutin akan membantu menjaga tubuh gangguan kesehatan. Kurma yang kaya akan zat besi dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Selain zat besi kandungan protein, karbohidrat, dan lemak pada kurma dapat membantu proses sintesis hemoglobin. Karbohidrat dipecah menjadi monosakarida kemudian menjadi glukosa. Glukosa sebagai bahan bakar utama metabolisme akan mengalami glikolisis (pemecahan) menjadi 2 piruvat dan menghasilkan energi berupa ATP dan masing-masing dari piruvat tersebut dioksidasi menjadi suksinil CoA. Lemak berantai panjang diubah menjadi asil karnitin dan menembus mitokondria yang selanjutnya dioksidasi menjadi suksinil CoA (Solihati Y dkk, 2024).

Hal ini sejalan dengan penelitian oleh sugita,S., & Kusmawati,K. (2020). Tentang pengaruh konsumsi buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III. Pada intervensi nilai rata-rata kadar hemoglobin sebelum intervensi sebesar 10,79 dan sesudah intervensi meningkat menjadi 11,93 dengan nilai beda kenaikan 1,140. sedangkan pada kelompok kontrol nilai rata-rata kadar hemoglobin sebelum pengamatan sebesar 10,5 dan sesudah pengamatan meningkat menjadi 11,89 dengan nilai beda kenaikan sebesar 1,39, sehingga ada pengaruh konsumsi kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin dengan  $p\text{ value } 0,002$ .

## KESIMPULAN

Kesimpulan penelitian pengaruh pemberian buah kurma (*phoenix dactylifera*) terhadap perubahan kadar hemoglobin pada ibu hamil di Puskesmas Lepo-Lepo Kota

Kendari yaitu Ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap perubahan kadar hemoglobin pada ibu hamil di Puskesmas Lepo-Lepo Kota Kendari. Hal ini ditandai dengan adanya peningkatan kadar hemoglobin sebelum pemberian buah kurma dengan nilai hb 7,0-9,9 kategori sedang menjadi 10,0-10,9 kategori anemia ringan setelah diberikan buah kurma pada ibu hamil di Puskesmas Lepo-Lepo Kota Kendari.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada kepala Puskesmas dan petugas kesehatan di Puskesmas Lepo-Lepo Kota Kendari yang telah memberikan izin dan membantu dalam proses penelitian. Serta ucapan terimakasih juga kepada seluruh ibu hamil yang telah menjadi responden dalam penelitian ini dan berbagai pihak yang terlibat hingga penelitian ini dipublikasikan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arisman, M. B. (2010). Buku Ajar Ilmu Gizi Dalam Daur Kehidupan. Edisi-2. Jakarta: EGC.
- Aryanti, dkk. (2013). Faktor –Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Sekampung Kabupaten Lampung Timur 2013. Bandar Lampung: PSIK Universitas Malahayati.
- Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI. (2013). RISKESDAS. Jakarta: Kemenkes RI
- Brown, S., & Lurie, R. H. (2015). *The Science and Application of Hematoxylin and Eosin Staining*. Evanston: Northwestern University.
- Dinas Kesehatan Kota Kendari. (2022). Dinas Kesehatan Kota kendari 2022. Profil Kesehatan Kota Kendari. Kendari : Dinas Kesehatan Kota Kendari.
- Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara,(2020). Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tenggara (2020). Profil Kesehatan Sulawesi Tenggara: Dinas Kesehatan provinsi Sulawesi Tenggara.
- Irwansyah, I., Ismail, D. and Hakimi, M. (2016) ‘Kehamilan remaja dan kejadian stunting pada anak usia 6-23 bulan di Lombok Barat’, *Berita Kedokteran Masyarakat*, 32(6), p. 209. doi: 10.22146/bkm.8628.
- Manuaba, I.B.G. (2010). Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk Pendidikan Bidan. Jakarta: EGC.
- Solihati Y dkk. (2024). Perbandingan Pemberian Tablet Fe dan Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Y Kabupaten Garut Tahun 2024. *INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research*. Volume 4 Nomor 3 Tahun 2024 Page 7843-7857.
- Sugita. (2020). Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*. Volume 5 (1):60-66.
- Susilowati, D. A. (2017). Hamil Tm III Dengan Anemia Terhadap Kadar Haemoglobin. Pengaruh Pemberian Buah Kurma Pada Ibu Hamil Tm Iii Dengan Anemia Terhadap Kadar Hemoglobin Di Bpm Tri Rahayu Setyaningsih Cangkringan Sleman Yogyakarta.
- Sugita, S.,& Kuswati, K. (2020). Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil PADA Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 5(1), 58-66.

Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandala Waluya (JIKMW) is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

