



**JM**

**Volume 11 No. 1 (April 2023)**

**© The Author(s) 2023**

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN SARI KURMA TERHADAP PENINGKATAN KADAR  
HB PADA IBU HAMIL DI BPM WILAYAH KERJA KOTA BENGKULU**

**THE EFFECTIVENESS OF GIVING SARI KURMA ON INCREASING HB LEVELS  
IN PREGNANT WOMEN IN BPM WORKING AREA BENGKULU CITY**

**RISMAYANI, NURUL MAULANI**

**PRODI S1 KEBIDANAN, SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SAPTA BAKTI,  
BENGKULU, INDONESIA**

**Email: rismanibkl@gmail.com**

**ABSTRAK**

Pendahuluan: Anemia merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan kurangnya jumlah sel darah merah dalam darah, penyebab utama terjadinya anemia adalah kekurangan zat besi. Sari kurma merupakan kurma yang dihaluskan dan diambil sarinya, yang mengandung zat mineral yaitu besi yang esensial bagi pembentukan hemoglobin untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam tubuh. Metode: Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian menggunakan studi intervensi dengan metode one group pretest – posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil dengan anemia. Besar sampel adalah 30 responden. Uji statistik yang digunakan adalah uji T-Paired. Penelitian ini dilaksanakan di BPM wilayah kerja Kota Bengkulu. Hasil dan Pembahasan: kadar hemoglobin ibu hamil sebelum diberikan intervensi terendah yaitu 9.0 gr% dan tertinggi yaitu 11.gr%, kemudian sesudah diberikan intervensi, kadar hemoglobin terendah pada ibu Hamil yaitu 11.5 gr% dan tertinggi yaitu 12.7gr%. Pada uji T, didapatkan nilai p-value sebesar 0,000 atau p- value <  $\alpha$  (0,005), ini menunjukkan bahwa ada pengaruh atau efektivitas sebelum dan sesudah pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di BPM Kota Bengkulu. Kesimpulan: berdasarkan hasil penelitian tentang kadar HB setelah konsumsi sari kurma pada ibu hamil Terdapat efektivitas sebelum dan sesudah pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di BPM Kota Bengkulu.

**Kata Kunci: Haemoglobin, Ibu hamil, Sari Kurma**

**ABSTRACT**

Intoduction: Anemia is a disease characterized by a lack red blood cells in the blood, the main cause of anemia is iron deficiency. Sari kurma is is crushed, sari kurma is taken, which contains minerals manely iron, which is essential for the formation of hemoglobin to increase hemoglobin levels in the body. Method: This type of research used in this research using intervention studies with the one group pretest-posttest method. The population in this study

were pregnant women with anemia. The sample size is 30 respondents. The statistical test used is the T-Paired test. This research was conducted at the BPM working area of Bengkulu city. Result and Discussion: the lowest hemoglobin level of pregnant before being given. The intervention was 9,0gr% and the highest was 11gr%, then after being given intervention, the lowest hemoglobin level in pregnant women has 11, 5 gr% and the highest 12,7 gr%. In the T Test a p-value of 0,000 was obtained or a p-value  $< \alpha$  (0,005), this indicated that there was an effect or effectiveness before and after giving sari kurma to increasing hemoglobin levels in pregnant women at BPM Bengkulu City.

**Keywords : Hemoglobin, Pregnant Women, Sari Kurma**

## **PENDAHULUAN**

Anemia merupakan masalah Kesehatan masyarakat di seluruh dunia. Lebih dari setengah penduduk dunia khususnya anak belum sekolah dan ibu hamil (R. Rahayu, 2017). Menurut WHO secara global prevalensi anemia pada ibu hamil diseluruh dunia adalah sebesar 41,8% (Astriana, 2017). Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia meningkat dibandingkan tahun 2013, ibu hamil dengan anemia pada tahun 2013 sebesar 37,1% sedangkan pada tahun 2018 meningkat menjadi 48,9% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Anemia merupakan suatu penyakit yang ditandai dengan kurangnya jumlah sel darah merah dalam darah, penyebab utama terjadinya anemia adalah kekurangan zat besi (Widowati *et al.*, 2017). Anemia pada kehamilan disebabkan karena peningkatan kebutuhan zat besi dan asam folat, anemia pada ibu hamil dapat mengganggu pertumbuhan janin dalam kandungan. Ibu hamil dengan anemia beresiko lebih tinggi melahirkan bayi BBLR, prematur dan beresiko kematian bayi dan dapat juga berakibat perdarahan pada saat persalinan (Setiowati, 2018).

Pada ibu hamil, anemia merupakan kondisi sel darah merah atau kadar hemoglobin (Hb) dalam darah menurun, sehingga kapasitas daya angkut oksigen untuk kebutuhan organ-organ vital pada ibu dan janin menjadi berkurang (T. d. Wasnidar, 2013). Anemia pada kehamilan adalah ibu hamil yang mempunyai kadar Hb

$< 11,00$  gr% pada trimester I dan trimester III sertakadar Hb  $< 10,50$  gr% pada trimester II, karena ada perbedaan hemodilusi terutama trimester II (S. Pujianingsih, 2010).

Saat ini ada berbagai macam 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, dan makan makanan bergizi yang mengandung zat besi seperti sari kurma (Yulita & Febriani, 2020). Hemoglobin adalah molekul protein yang mengangkut sel darah merah sebagai media transportasi O<sub>2</sub> (Setiowati, 2018). Hemoglobin dibentuk dalam sel darah merah pada sumsum tulang belakang dan kegagalan pembentukan hemoglobin dapat disebabkan karena kekurangan protein.

Sari kurma merupakan kurma yang dihaluskan dan diambil sarinya, berbentuk cair, kental, berwarna hitam dan terasa manis serta mengandung zat gizi yang lengkap. Dengan kandungan yang lengkap, diharapkan sari kurma dapat meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil (Widowati *et al.*, 2017). Sari kurma berfungsi untuk pengobatan dan merawat kesehatan bagi tubuh yang mengandung zat mineral yaitu besi yang esensial bagi pembentukan hemoglobin untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam tubuh (Setiowati, 2018).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu Tahun 2020, ibu hamil yang menerima tablet tambah darah berjumlah 6.279 dari 7.553 ibu hamil diperoleh dari 20 puskesmas di Kota Bengkulu. Dari data tersebut jumlah ibu

hamil yang menerima tablet tambah darah terbanyak yaitu di puskesmas Telaga Dewa kota Bengkulu berjumlah 762 tablet (Dinas Kesehatan Kota Bengkulu 2020).

Tujuan Penelitian ini adalah Diketahui Bagaimana kebersihan diri terhadap pencegahan infeksi nifas di BPM wilayah kerja kota Bengkulu

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yaitu *Pre Eksperimental, One Group Pretest – Posttest design* (satu kelompok pretest – posttest). Lokasi penelitian yaitu dilakukan di wilayah kerja UPT Puskesmas Kereng Bangkirai. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *Consecutive Sampling* dengan sampel sebanyak 30 responden (Sofiudin, 2014).

Populasi adalah sekelompok subjek atau data dengan karakteristik tertentu. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil di BPM wilayah kerja Kota Bengkulu. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 30 orang. Kriteria inklusi ibu Hamil yang menderita anemia, kriteria eksklusi adalah Ibu hamil dengan anemia yang lupa HPHT (Wiratna, S, 2021).

Tehnik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan tehnik *consecutive sampling* semua subjek yang memenuhi kriteria pemilihan dimasukkan dalam penelitian sampai jumlah subyek terpenuhi. Dari perhitungan rumus tersebut jumlah sampel sebanyak 30 orang yang akan diambil dengan cara *consecutive sampling* (Sastroasmoro, 2010).

## HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini menggunakan analisis univariat, yang dilakukan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan masing – masing variabel yang diteliti yaitu peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. Hasil penelitian dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

## 1. Analisis Univariat Karakteristik Responden

**Tabel 1. Distribusi frekuensi pengukuran kadar Hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan intervensi pada ibu hamil di BPM Kota Bengkulu**

Variabel	Kadar Hemoglobin					
	Sebelum Intervensi			Sesudah Intervensi		
	n	%	mean	n	%	Mean
Terapi Pemberian Sari Kurma	30	100	10,1	30	100	13,243
			47			
Min	9.0			11		
Max	11.5			12.7		
Total	30		100	30		100

Sumber: Data Diolah, 2022

Tabel 1 menunjukkan bahwa kadar hemoglobin ibu hamil sebelum diberikan intervensi terendah yaitu 9.0 gr% dan tertinggi yaitu 11.00gr%, kemudian sesudah diberikan intervensi, kadar hemoglobin terendah pada ibu hamil yaitu 11.5gr% dan tertinggi yaitu 12.7gr%.

2. Analisis Bivariat karakteristik Responden Penelitian efektivitas pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di BPM Kota Bengkulu sebagai berikut:

**Tabel 2. Efektivitas pemberian Sari Kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil**

Variabel	Kadar Hemoglobin				p-value
	Sebelum Intervensi		Sesudah Intervensi		
	SD	mean	SD	mean	
Pemberian Sari Kurma	6516	10,147	8161	13,243	0,000

Berdasarkan tabel 2 pada uji T, didapatkan nilai *p-value* sebesar 0,000 atau *p-value* <  $\alpha$  (0,005), ini menunjukkan bahwa ada pengaruh atau efektivitas sebelum dan sesudah pemberian sari kurma terhadap

peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di BPM Kota Bengkulu, maka dapat disimpulkan bahwa H<sub>0</sub> ditolak dan H<sub>a</sub> diterima yang artinya terdapat efektivitas antara kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian sari kurma

## PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang sudah dilakukan di BPM Kota Bengkulu dengan sampel berjumlah 30 responden seluruh ibu hamil mengalami kenaikan kadar hemoglobin setelah mengkonsumsi sari kurma. Terjadi peningkatan kadar hemoglobin dengan nilai mean sebelum konsumsi sari kurma sebesar 10,1 dan sesudah mengkonsumsi sebesar 13,32. Hasil sebelum dilakukan intervensi minimal 9,0 gr% dan maksimal 11,5 gr%.

Sari kurma merupakan kurma yang dihaluskan dan diambil sarinya, berbentuk cair, kental, berwarna hitam dan terasa manis serta mengandung zat gizi yang lengkap. Dengan kandungan yang lengkap, diharapkan sari kurma dapat meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil (Widowati *et al.*, 2017). Sari kurma berfungsi untuk pengobatan dan merawat kesehatan bagi tubuh yang mengandung zat mineral yaitu besi yang esensial bagi pembentukan hemoglobin untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam tubuh (Setiowati, 2018).

Kurma mempunyai kandungan yang sangat bermanfaat bagi tubuh manusia. Nilai gizi yang terdapat dalam buah kurma dengan takaran 100 gram : energy sebanyak 251 kkal, 18,27 air, vitamin A 90 IU, Protein 2,81 gram, vitamin B1 0,046 mg, Karbohidrat 66,78 gram, Vitamin B2 0,059 mg, Serat 7,1 gram, Vitamin B3 1,134 mg, Gula 56,38 gram, Vitamin B5 0,525 mg, Total Lemak 0,35 gram, Vitamin B6 0,147 mg, Lemak Jenuh 0,0028 gram, Vitamin B9 17mcg, MUFA 0,0032 gram, PUFA 0,017, Vitamin C 0,4 mg, Vitamin E 0,04 mg, Vitamin K 2,4 mcg, Kalsium 35 mg, Zat Besi 0,91 mg, Beta Karoten 5 mcg, Magnesium 38 mg, fosfor 55 mg, Kalium 484 mg, lutein dan zeaxantin 67 mcg, sodium 2 mg dan seng 0,26 mg

(Ikhmawati dkk, 2013).

Hasil penelitian ini sejalan dengan Retno Widowati (2019) menunjukkan bahwa terdapat peningkatan rata-rata kadar hemoglobin. Rata-rata kadar hemoglobin sebelum diberikan sari kurma sebesar 9,6 gr% sedangkan sesudah diberi sari kurma meningkat menjadi 10,6 gr%. Rata-rata peningkatan kadar hemoglobin responden sesudah konsumsi sari kurma selama 10 hari sebesar 1,5 gr% sama dengan ketika mengkonsumsi tablet Fe selama 1 bulan. Terdapat pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil, dimana hal ini menunjukkan bahwa dengan mengkonsumsi sari kurma semakin meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil.

Sari kurma adalah kurma yang dihaluskan dan diambil sarinya yang berbentuk cair dengan konsistensi kental, berwarna hitam, terasa sangat manis dan mengandung zat gizi lengkap seperti buah kurma. Sediaan sari kurma dibuat agar memudahkan para ibu untuk mengkonsumsi sari kurma.

Sari kurma merupakan suplemen kesehatan yang lengkap yang terbuat dari kurma pilihan. Di dalamnya terdapat senyawa untuk sumber energy yang sangat dibutuhkan oleh tubuh. Sari kurma, memiliki kandungan nutrisi yaitu air 16,5 %, protein 0,6 %, Lemak 0,22 %, Karbohidrat 47,9 %, Energi 330 kkal/100mg, Kalium 776, 8 mg/100g, dan Kalsium 32,5 mg/100g. Sementara komposisinya adalah buah kurma, fruktosa dan glukosa. Sari kurma ini dipercaya bisa meningkatkan kadar hemoglobin karena mengandung zat besi juga sumber energy yang diperlukan oleh tubuh. (Al Farsi, 2014).

Berdasarkan Penelitian lainnya yang dilakukan oleh Wiulin Setiowati dkk (2018), dengan judul Pengaruh Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III. Bahwa terhadap pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan uji statistik Wilcoxon, dengan nilai *p* value < 0,05 (0,002). maka dapat disimpulkan terdapat pengaruh pemberian sari kurma

terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil

Hasil penelitian Irmawati dan Rosdiana (2020) dari lima belas responden menunjukkan bahwa ada peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil setelah diberikan sari kurma di Puskesmas Barrang Lompo. Kesimpulan dalam penelitian adalah ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil artinya bahwa dengan mengonsumsi sari kurma 3 kali sehari dengan teratur selama kehamilan dapat meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil.

Kurma maupun sari kurma dapat dikategorikan sebagai salah satu alternatif pilihan dalam memenuhi kebutuhan zat besi selama kehamilan maupun masa nifas, asalkan dikonsumsi secara rutin agar peningkatan hemoglobin semakin membaik. Berdasarkan teori, dapat dijelaskan bahwa asam folat dan zat besi yang terkandung dalam buah kurma maupun sari kurma dapat meningkatkan leukosit dan trombosit dalam batas normal (Rahmawan, 2013).

## KESIMPULAN

Ada pengaruh atau efektivitas pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di BPM Kota Bengkulu, di dapatkan nilai  $p$ -value sebesar 0,000 atau  $p$ -value  $< \alpha$  (0,005), maka dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima.

## SARAN

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dilanjutkan oleh peneliti lainnya yaitu mengenai efektivitas sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan indikator penelitian lainnya. Juga diharapkan bisa dijadikan salah satu terapi nonfarmakologis yang diberikan oleh tenaga kesehatan kepada pasien guna meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Serta dapat menambahkan wawasan mengenai manfaat dari sari kurma terhadap

peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil sehingga mengurangi terapi farmakologi lainnya yang dapat menimbulkan ataupun memberikan efek samping kepala ibu hamil.

## DAFTAR PUSTAKA

- Astriana, W. (2017). Kejadian anemia pada ibu hamil ditinjau dari paritas dan usia. *Aisyah: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(2), 217394.
- Irmawati, dkk. (2020). Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar HB Ibu Hamil. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada* <https://akper-sandikarsa.e-journal.id/JIKSH> Volume 9, Nomor 2, Desember 2020, pp1051-1056, p-ISSN : 2354-6093 dan e-ISSN: 2654-4563. DOI: 10.35816/jiskh.v10i2.463
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018 Kesehatan [Main Result Of Basic Health Research]. *Riskesdas*, 52. [http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/materi\\_rakorp-op\\_2018/Hasil\\_Riskesdas\\_2018.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/info-terkini/materi_rakorp-op_2018/Hasil_Riskesdas_2018.pdf)
- Rahayu, R (2017). Efektivitas Penambahan Sari Kurma Dalam Pemenuhan Gizi Ibu Hamil Anemia Di Puskesmas Wedi, Kabupaten Klaten. *Jurnal Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*; 2(2), 97-103. <https://doi.org/10.37341/jkkt.v2i2.45>
- Retno Widowati, dkk. Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil. *Jurnal Al-Azhar Indonesia Seri Sains dan Teknologi*, Vol.5 No.2.2019
- Sastroasmoro, (2016). Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis: edisi ke-5. Jakarta : Sagung Seto, 2016
- Setiowati, W. (2018). Pengaruh Sari Kurma (Phoenix Dactylifera) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III (The Influence Of Palm Extract (Phoenix Dactylifera) To

- Increase Of Hemoglobin Level To Trimester III Pragnant Woman). *Jurnal Darul Azhar*, 6(1), 85–91
- Sofiudin (2014). Statistiek untuk kedokteran dan kesehatan, Epidemiologi Indonesia (Pstat-Consulting), Jakarta
- Widowati, R., Kundaryanti, R., & Lestari, P. P. (2017). *Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil*. 5(2), 344207
- Wiratna, S (2021). Metodologi Penelitian, Pustaka Baru Press, Yogyakarta
- Yulita, N., & Febriani, A. (2020). *Efektifitas Sari Kurma Dalam Peningkatan Hb Ibu Hamil Di Kota Pekanbaru*. 004, 27–33