

**PENGARUH PEMBERIAN MINUMAN KURMA TERHADAP  
PENINGKATAN HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL  
PENDERITA ANEMIA DI RUMAH SAKIT  
GRANDMED LUBUK PAKAM**

*Effect Of Giving Date Drinks On The Increase In Hemoglobin In  
Pregnant Women With Anemia At Grandmed  
Lubuk Pakam Hospital*

**RAINI PANJAITAN<sup>1</sup>, NADIA HUSNA<sup>2</sup>, ALBERTA DAMEYANTI ZEGA<sup>3</sup>,  
ANNISA AULIA<sup>4</sup>**

PROGRAM STUDI GIZI FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT  
INSTITUT KESEHATAN MEDISTRA LUBUK PAKAM  
Jl. Sudirman No. 38 Lubuk Pakam Kec. Lubuk Pakam Kab. Deli Serdang,  
Sumatera Utara  
e-mail : [raini0938p@gmail.com](mailto:raini0938p@gmail.com)

DOI: 10.35451/jkk.v4i1.855

**Abstract**

*Anemia is a disease associated with pregnant women. The incidence of anemia due to iron mineral deficiency. This study aims to determine the effect of giving dates drink to increasing haemoglobin levels in pregnant women with anemia in Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam. This research method is quasi experiment with pre and posttest design. The population in this study is pregnant women with anemia in Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam. The sample is 38 people consisting. In the treatment group was given intervention dates drink as much as 240 ml every day for 10 days. From the result of this research the majority of haemoglobin levels increased. The average haemoglobin levels after giving dates drink of 10 mg/dl. The result of the analysis with T-test was obtained p Value 0,000, it can concluded that there is the effect of determine the effect of giving dates drink to increasing haemoglobin levels in pregnant women with anemia.*

**Keywords:** Anemia, dates drink, Hb levels

**1. PENDAHULUAN**

Anemia merupakan suatu masalah kesehatan akibat defisiensi mineral zat besi (Fe). Penyakit ini merupakan salah satu penyakit yang berhubungan dengan ibu hamil yang dapat mengganggu kesehatan ibu dan janin. Kejadian anemia pada ibu hamil adalah kondisi dimana kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah kurang dari 11 gr% yang mengakibatkan kapasitas daya

angkut oksigen (O<sub>2</sub>) untuk kebutuhan organ-organ ibu dan janin menjadi berkurang. Ibu hamil yang mengalami anemia pada trimester I dan III jumlah kadar Hb di bawah 11,0 g%. Prevelensi dunia pada anemia ibu hamil sebesar 41,2% sedangkan prevelensi anemia ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1% (WHO, 2012). Pada tahun 2018 hasil RISKESDAS menunjukkan Anemia ibu hamil berdasarkan kelompok umur 15-

24 tahun sebesar 84,6%, pada kelompok umur 25-34 tahun sebesar 37% dan kelompok umur 35-44 tahun sebesar 33,6%. Anemia pada ibu hamil dapat menghambat pertumbuhan sel janin pada otak janin (Fardillah dkk 2020). Disamping itu, ibu yang mengalami anemia memiliki risiko terhadap abortus, berat bayi lahir rendah, *premature* hingga kematian pada bayi dan ibu. Salah satu cara mengatasi dan mencegah masalah anemia pada masa kehamilan mengkonsumsi makanan yang tinggi mengandung zat besi yaitu kurma. Buah kurma mengandung energi yang tinggi yang memiliki kandungan karbohidrat, triptofan, vitamin C, B6, serat, besi, zink, fosfor dan mineral lainnya (Widowati dkk 2019). Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam bahwa diperoleh data dari 62 ibu hamil diperoleh 38 ibu yang mengalami anemia, hal ini disebabkan karena banyaknya ibu yang tidak memahami tentang asupan gizi dan sumber makanan yang dapat meningkatkan Hb ibu hamil, sehingga penelitian ini bertujuan untuk pengaruh pemberian minuman kurma terhadap Hb pada ibu hamil yang mengalami anemia.

## 2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini yaitu jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian yaitu *Quasi eksperimen* dengan rancangan *pre* dan *post test desain*. Untuk mengetahui perbedaan kadar Hb sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pada ibu hamil anemia. Pada penelitian ini menggunakan satu kelompok, yaitu kelompok intervensi. Pada kelompok intervensi diberi intervensi minuman kurma sebanyak 240 ml 10 hari. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu hamil

yang mengalami anemia di Rumah sakit Grandmed yang berjumlah 38 orang. Uji statistik yang digunakan pada penelitian ini adalah *paired sampel T-Test*, apabila  $p \text{ value} \leq 0.05$  maka ada pengaruh pemberian minuman kurma terhadap peningkatan Hb pada ibu hamil anemia di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam.

## 3. HASIL

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Ibu, Pendidikan Ibu, dan Pekerjaan Ibu di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam

No	Karakteristik	f	%
1	<b>Usia Ibu</b>		
	20-30	33	86,8
	31-40	5	13,2
	<b>Total</b>	<b>38</b>	<b>100,0</b>
2	<b>Pendidikan Ibu</b>		
	SD	20	52,6
	SMP	10	26,4
	SMA	7	18,4
	DIPLOMA	1	2,6
	<b>Total</b>	<b>38</b>	<b>100,0</b>
3	<b>Pekerjaan Ibu</b>		
	IRT	23	60,5
	Wiraswasta	4	10,5
	Petani	11	29,0
	<b>Total</b>	<b>38</b>	<b>100,0</b>

Tabel 1 menyajikan bahwa dari 38 orang responden Ibu hamil yang mengalami anemia dapat diketahui bahwa sebagian besar kelompok ibu yang berusia 20-30 tahun sebesar 86,8%, yang memiliki pendidikan SD sebesar 52,6% dan pekerjaan sebagai IRT (ibu rumah tangga) sebesar 60,5%.

Tabel 2. Pengaruh Pemberian Minuman Kurma Pada Ibu Hamil Anemia di Rumah Sakit Grandmed Lubuk Pakam terhadap Frekuensi Peningkatan Kadar Hb

Variabel	f	%
Meningkat	35	92,1
Tidak Meningkat	3	7,9
Total	38	100,0

Tabel 2 menjelaskan bahwa kadar Hb pada responden ibu hamil mayoritas mengalami peningkatan sebesar 92,1%.

Tabel 3. Analisis Kadar Hb (mg/dl) setelah pemberian Minuman Kurma Pada Ibu Hamil Anemia di Rumah Sakit Lubuk Pakam

Variabel	n	Rata- Rata (gr/dl)	P Value
Pre test	38	9,7	0,000
Post test	38	10,5	

Berdasarkan Tabel 3 menjelaskan bahwa rata-rata kadar Hb setelah pemberian minuman kurma pada ibu hamil anemia menjadi 10,5 mg/dl yang sebelumnya 9,7 mg/dl dengan hasil uji statistik diperoleh  $p=0,000$ .

#### 4. PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dari 38 responden ibu hamil bahwa diperoleh bahwa dengan pemberian minuman kurma dapat meningkatkan kadar Hb ibu hamil yang mengalami anemia. Pada Tabel 1. menjelaskan bahwa ibu hamil yang mengalami anemia memiliki umur sekitar 20-30 dengan pendidikan yang rendah dan sebagai ibu rumah tangga. Sebanyak 35 ibu hamil mengalami peningkatan kadar Hb dapat dilihat pada Tabel 2.

Tabel 3. menyajikan bahwa pengaruh pemberian Minuman Kurma Pada ibu hamil anemia terhadap peningkatan kadar Hb dengan rata-rata 10,5 mg/dl yang sebelumnya rata-rata

kadar Hb ibu hamil sebesar 9,7 mg/dl. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji paired T Test menunjukkan bahwa  $p \text{ value } (0,000) \leq \alpha (0,05)$ , yang berarti ada pengaruh yang signifikan dari pemberian minuman kurma terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil anemia.

Minuman kurma mengandung zat besi yang dapat menambah jumlah zat besi pada darah ibu hamil. Pemberian minuman kurma mampu memenuhi asupan zat gizi ibu hamil baik energi, vitamin maupun mineral-mineral yang dibutuhkan pada masa-masa kehamilan. Zat besi memiliki peran menjaga fungsi sel dan merupakan salah satu unsur Hb yang membawa oksigen ke jaringan oleh sirkulasi darah. Defisiensi zat besi pada ibu hamil disebabkan oleh terjadinya peningkatan kebutuhan zat besi sebanyak dua kali lipat akibat meningkatnya volume darah tanpa ekspansi volume plasma, untuk memenuhi kebutuhan ibu atau untuk mencegah kehilangan darah ketika melahirkan dan juga untuk pertumbuhan janin (Khoiriah dan Latifah 2020). Untuk memenuhi zat besi pada ibu hamil dianjurkan untuk konsumsi tablet Fe dan makanan dan minuman lainnya yang banyak mengandung zat besi seperti kurma, ikan, daging, telur, kacang-kacangan, dan sayuran hijau (Fardillah dkk, 2020).

#### 5. KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa mayoritas terjadi peningkatan kadar hemoglobin terhadap responden ibu hamil anemia. Kadar hemoglobin responden setelah pemberian minuman kurma rata-rata sebesar 10,5 mg/dl. Ada pengaruh pemberian minuman kurma terhadap peningkatan kadar Hb ibu hamil anemia. Hal ini ditunjukkan

dengan nilai signifikan p value (0,000)  
 $\leq \alpha$  (0,05).

#### **DAFTAR PUSTAKA**

Fardillah N., Kridawati A., Ulfa L.  
(2020). PENGARUH PENAMBAHAN  
SARI KURMA TERHADAP KADAR  
HEBOGLOBIN IBU HAMIL ANEMIA  
DI KLINIK FISTHA NANDA TAHUN  
2020. *JURNAL UNTUK  
MASYARAKAT SEHAT (JUKMAS)*,  
4(2), 201-215.

Khoiriah., LLatifah. (2020).  
PEMBERIAN TABLET ZAT BESI  
PADA IBU HAMIL DI POSYANDU  
MAWAR BERDURI RT 05  
KELURAHAN TUAN KENTANG  
KECAMATAN JAKABARING KOTA  
PALEMBANG. *JURNAL  
PENGABDIAN MASYARAKAT  
KEBIDANAN*, 2(1), 1-8.

Riset Kesehatan Dasar (*Riskesdas*).  
(2018). *Laporan Nasional 2018*.  
Jakarta: Badan Penelitian dan  
Pengembangan Kesehatan Depkes  
RI.

Widowati R., Kundaryanti R., Lestari  
PP. PENGARUH PEMBERIAN SARI  
KURMA TERHADAP PENINGKATAN  
KADAR HEMOGLOBIN IBU  
HAMIL. *JURNAL AL-AZHAR  
INDONESIA SERI SAINS DAN  
TEKNOLOGI*, 5(2), 60-65.

World Health Organization (WHO).  
(2012). Haemoglobin  
concentrations for the diagnosis of  
anemia and assessment of  
severity, vitamin, mineral nutrition  
information system.  
<https://www.who.int/vmnis/indicators/haemoglobin/en/>.