



PENGARUH PEMBERIAN TABLET FE DAN BUAH KURMA TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL

Isnawati¹, Uci Ciptiasrini², Rita Ayu Yolandia³

¹Universitas Indonesia Maju

²Universitas Indonesia Maju

³Universitas Indonesia Maju

E-mail: Isnawati150122@gmail.com

Article History:

Received: 29-08-2023

Revised: 20-09-2023

Accepted: 27-09-2023

Keywords:

Buah

Kurma, Anemia, Hemoglobin,
Tablet FE, Ibu Hamil

Abstract: *Anemia pada kehamilan biasanya terjadi pada trimester I dan III dengan kadar Hb dibawah 11gr% dan trimester II dengan kadar Hb kurang dari 10,5gr%. Beberapa faktor penyebab anemia yang sering muncul pada ibu hamil seperti kurang gizi dan kurang zat besi, malabsorpsi, kehilangan darah pada masa persalinan lalu, dan penyakit kronik seperti TBC, paru, cacing usus, malaria sehingga anemia zat besi dalam kehamilan dapat mengakibatkan meningkatnya AKI dan AKB. (1). Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 30. Hasil penelitian terdapat pengaruh buah kurma dan tablet fe terhadap peningkatan kadar HB ibu hamil (0.000). Kesimpulan buah kurma dan tablet fe dapat meningkatkan kadar HB ibu hamil.*

© 2023 SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah

PENDAHULUAN

Anemia adalah salah satu kelainan darah yang umum terjadi ketika kadar sel darah merah dalam tubuh menjadi terlalu rendah. Anemia pada kehamilan biasanya terjadi pada trimester I dan III dengan kadar Hb dibawah 11gr% dan trimester II dengan kadar Hb kurang dari 10,5gr% (2)

Dalam penanganan anemia pada ibu hamil selain diberikan tablet Fe dapat dilakukan dengan pemberian kurma untuk menangani anemia pada ibu hamil. Kurma adalah salah satu jenis buah khusus yang berfungsi untuk pengobatan dan merawat kesehatan bagi tubuh yang mengandung zat mineral yaitu zat besi yang essensial bagi pembentukan hemoglobin untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam tubuh. Kandungan nutrisi terbanyak dalam kurma adalah gula pereduksi glukosa, fruktosa dan sukrosa. Selain kandungan glukosa dalam kurma terdapat kandungan lain seperti protein, lemak, kalium, magnesium, sodium, potasium, zat besi, mineral, kalsium dan vitamin A, B1, B2 dan D. (3)

Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Pemberian Tablet FE dan Buah Kurma Dalam Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Isnawati Tahun 2023.

LANDASAN TEORI

A. Anemia

Anemia pada ibu hamil adalah kondisi dimana menurunnya kadar hemoglobin, sehingga kapasitas daya angkut oksigen untuk kebutuhan organ-organ vital pada ibu dan janin menjadi berkurang (4)

B. Kurma

Buah kurma merupakan produk dari pohon palem kurma yang masuk dalam keluarga Areaceae. Pohon kurma merupakan salah satu tanaman tertua yang masih terpelihara didunia, hasil panen dari pohon kurma ini sebagian besar menjadi sumber penghasilan di wilayah Afrika Utara dan Timur Tengah, meskipun pohon kurma juga tumbuh dibebberapa wilayah didunia. Produksi kurma didunia mengalami peningkatan hampir tiga kali lipat dari 40 tahun lalu yang mencapai 7,68 juta ton pada tahun 2010. Kurma memiliki berbagai macam nutrisi penting yang bermanfaat sebagai obat untuk beberapa penyakit (5)

C. Tablet Zat Besi

Zat besi adalah sebuah nutrient esensial yang diperlukan oleh setiap sel manusia. Besi dalam tubuh manusia berfungsi sebagai pembawa oksigen dan elektron, serta sebagai katalisator untuk oksigenasi, hidrosilasi dan proses metabolik lain melalui kemampuannya berubah bentuk antara besi darah ferr dan fase oksidasi. Tablet zat besi atau dapat disebut juga dengan tablet tambah darah adalah tablet bulat atau lonjong berwarna merah tua yang sekurangnya mengandung zat besi setara dengan 60 mg besi elemental dan 0,4 mg asam folat yang disediakan oleh pemerintah maupun diperoleh sendiri. Tablet zat besi diberikan kepada wanita usia subur, ibu hamil dan ibu nifas. Bagi wanita usia subur diberikan sebanyak satu kali seminggu dan satu kali sehari selama haid sedangkan untuk ibu hamil dan nifas diberikan setiap hari satu tablet (6).

METODE PENELITIAN

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian Eksperimen Semu (Quasi Eksperiment Design). Design menggunakan rancangan Two Group Pre test and post test Design, yaitu dimana peneliti adalah mengungkapkan hubungan sebab-akibat dengan cara melibatkan dua kelompok subjek. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *Purposive sampling*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

Tabel 4.1 Kadar HB sebelum dan sesudah diberikan buah kurma + tablet fe

Kelompok	Kadar HB	N	Mean	SD	Min	Max
Intervensi	Pretest	15	10,22	0.283	10	11
	Posttest	15	13,57	0.783	12	15

* Sumber terbaru : output SPSS yang diolah, 2017

Berdasarkan tabel 4.1 mengenai kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III sebelum diberikan intervensi (kurma+tablet fe), diperoleh hasil bahwa rata-rata

kadar hemoglobin adalah 10,22 gr/dL, dan rata-rata kadar hemoglobin sesudah mendapat intervensi adalah 13,57 gr/dL.

Tabel 4.2 Kadar HB sebelum dan sesudah diberikan tablet fe

Kelompok	Kadar HB	N	Mean	SD	Min	Max
Kontrol	Pretest	15	10,18	0.278	10	11
	Posttest	15	11,44	0.366	11	12

*Sumber terbaru : output SPSS yang diolah, 2017.

Berdasarkan tabel 4.2 mengenai kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III sebelum mendapat tablet fe, diperoleh hasil bahwa rata-rata kadar hemoglobin adalah 10,18 gr/dL, dan rata-rata kadar hemoglobin sesudah mendapat tablet fe adalah 11,44 gr/dL.

2. Analisis Bivariate

Tabel 4.3 Pengaruh Pemberian Buah kurma dan Tablet FE terhadap Kadar HB ibu hamil trimester III

Variabel	N	Mean	SD	p-value
Pre Test Kadar HB kelompok intervensi	15	10,22	0.283	.000
Post Test Kadar HB kelompok intervensi	15	13,57	0.783	

*Sumber terbaru : output SPSS yang diolah, 2017.

Berdasarkan tabel 4.3, hasil uji statistik menggunakan *Paired Samples T-test* bahwa *p-value pre-post test* pada kelompok intervensi adalah 0,000 sehingga nilai signifikansi $< 0,05$, yang menunjukkan ada perbedaan antara kadar Hb sebelum dan sesudah diberikan buah kurma dan tablet fe.

Tabel 4.4 Pengaruh Pemberian Tablet FE terhadap Kadar HB ibu hamil trimester III

Variabel	N	Mean	SD	p-value
Pre Test Kadar HB kelompok Kontrol	15	10,18	0.278	.000
Post Test Kadar HB kelompok kontrol	15	11,44	0.366	

*Sumber terbaru : output SPSS yang diolah, 2017.

Berdasarkan tabel 4.4, hasil uji statistik menggunakan *Paired Samples T-test* bahwa *p-value pre-post test* pada kelompok kontrol adalah 0,000 sehingga nilai signifikansi $< 0,05$, yang menunjukkan ada perbedaan antara kadar Hb sebelum dan sesudah tablet fe.

Tabel 4.5 Pengaruh Pemberian Tablet FE terhadap Kadar HB ibu hamil trimester III

Variabel	N	p-value
Kadar HB kelompok Intervensi	30	.000
Kadar HB kelompok kontrol	30	

*Sumber terbaru : output SPSS yang diolah, 2017.

Berdasarkan tabel 4.5, dengan uji *Independent Sample Test*, didapatkan p value $0.000 < 0.05$, yang artinya terdapat perbedaan rata-rata peningkatan kadar HB pada kelompok intervensi.

B. Pembahasan

1. Pengaruh pemberian buah kurma dan tablet fe terhadap kadar hemoglobin ibu hamil trimester III pada kelompok intervensi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa p-value pre-post test pada kelompok intervensi adalah 0,000 sehingga nilai signifikansi $< 0,05$, yang menunjukkan ada perbedaan antara kadar Hb sebelum dan sesudah diberikan buah kurma dan tablet fe.

Menurut penelitian Widowati (7) ada hubungan pemberian kurma pada ibu anemia yang memiliki kadar hemoglobin rendah. Hasil statistik Independent Sample t-test menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) $0,000 < 0,05$. Terlihat bahwa rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok intervensi sebelum pemberian adalah 11,027 gr%, sedangkan rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok intervensi setelah pemberian tanggal adalah 12,355 gr%.

100 g kurma dapat memasok lebih dari 15% kebutuhan harian zat besi.

Selain itu, terdapat antara 0,3 mg hingga 10,4 mg Fe dalam setiap 100 g kurma. Oleh karena itu, Anda dapat memenuhi kebutuhan Fe harian tubuh dengan mengonsumsi beberapa kurma setiap . Menurut (Widowati et al., 2019) menegaskan bahwa zat besi pada kurma pada akhirnya akan diserap oleh usus dan dibawa oleh darah untuk proses hemopoiesis atau pembentukan darah.

Karena kurma mengandung zat besi yang akan berikatan dengan heme dan empat globin untuk menghasilkan satu unit hemoglobin, kurma secara tidak langsung dapat meningkatkan kadar Hb.

Sehingga, peneliti berasumsi bahwa buah kurma mengandung nutrisi tertentu yang berpotensi meningkatkan kadar hemoglobin, seperti zat besi, vitamin C, atau nutrisi lain yang relevan dan baik untuk ibu hamil yang mengalami anemia.

2. Pengaruh tablet fe terhadap kadar hemoglobin ibu hamil trimester III pada kelompok kontrol

Hasil penelitian menunjukkan bahwa p-value pre-post test pada kelompok kontrol adalah 0,000 sehingga nilai signifikansi $< 0,05$, yang menunjukkan ada perbedaan antara kadar Hb sebelum dan sesudah diberikan tablet fe.

Menurut Infodatin (8) pemberian tablet tambah darah atau tablet Fe bagi ibu hamil bertujuan untuk membantu meningkatkan kebutuhan zat besi yang diperlukan ibu hamil. Menurut Kemenkes (9) dalam program pemerintah yang telah ditetapkan, ibu hamil wajib mengonsumsi tablet fe. Program pemerintah tersebut dalam pemberian Fe merupakan salah satu upaya untuk pencegahan dan penanggulangan anemia dan komplikasi pada saat persalinan.

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ningsih, 2020) menunjukkan bahwa sebelum diberikan suplementasi tablet Fe prevalensi anemia sebesar 20,9 % dari 172 responden dan setelah diberikan suplementasi tablet Fe mengalami penurunan sebesar 5,2 %. Selain itu, 79,7 % responden mengalami peningkatan kadar Hb dengan rata-rata peningkatan 0,89 gr/dl, serta rata-rata kadar Hb setelah diberikan suplementasi sebesar 13,75 gr/dl. Dari hasil uji statistic tersebut, terdapat perbedaan signifikan antara prevalensi anemia sebelum dan sesudah diberikan intervensi ($p < 0,05$).

Peneliti berasumsi pemberian zat besi secara oral merupakan terapi pilihan untuk pencegahan anemia defisiensi zat besi. Pola pemberian tablet Fe yang baik akan menurunkan resiko anemia, dan sebaliknya apabila pola konsumsi tablet Fe tidak teratur maka anemia tidak teratasi dengan baik.

3. Pengaruh pemberian buah kurma dan tablet fe pada kelompok intervensi dan tablet fe pada kelompok kontrol terhadap kadar hemoglobin ibu hamil trimester III

Berdasarkan hasil penelitian dengan uji Independent Sample Test, didapatkan p value $0.000 < 0.05$, yang artinya terdapat perbedaan rata-rata peningkatan kadar HB pada kelompok intervensi.

Peningkatan kadar hemoglobin (HB) pada ibu hamil adalah salah satu aspek penting dalam perawatan kehamilan karena dapat mengurangi risiko komplikasi seperti anemia kehamilan, kekurangan darah, dan komplikasi pada janin. Dalam hal ini, kurma dan tablet zat besi (Fe) memiliki peran yang penting dalam meningkatkan kadar HB pada ibu hamil (10)

Kurma adalah sumber nutrisi yang kaya akan zat besi, serat, dan berbagai nutrisi penting lainnya. Konsumsi kurma secara teratur dapat membantu meningkatkan asupan zat besi pada ibu hamil. Zat besi sangat penting untuk produksi hemoglobin dalam tubuh, yang berperan dalam mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Oleh karena itu, kurma dapat berkontribusi dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia kehamilan atau kekurangan zat besi (11)

Selain itu, tablet zat besi adalah salah satu suplemen yang sering diresepkan oleh profesional kesehatan kepada ibu hamil yang mengalami defisiensi zat besi atau anemia. Tablet zat besi dapat membantu memenuhi kebutuhan zat besi yang diperlukan oleh tubuh, terutama selama masa kehamilan yang memerlukan suplai darah yang lebih besar untuk mendukung pertumbuhan janin. Pemberian tablet zat besi dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin secara signifikan pada ibu hamil yang kekurangan zat besi.

Kombinasi antara konsumsi kurma yang kaya zat besi dan suplementasi tablet zat besi dapat memberikan manfaat tambahan dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Namun, penting untuk dicatat bahwa sebelum mengonsumsi suplemen atau mengubah pola makan selama kehamilan, konsultasikan dengan dokter atau profesional kesehatan terlebih dahulu. Hal ini karena kebutuhan zat besi dapat berbeda-beda pada setiap individu, dan penggunaan suplemen harus dilakukan sesuai dengan rekomendasi medis untuk menghindari overdosis atau efek samping yang tidak diinginkan.

Kesimpulan asumsi peneliti, baik kurma maupun tablet zat besi memiliki peran yang penting dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil. Kombinasi antara asupan makanan yang kaya zat besi seperti kurma dan suplementasi tablet zat besi dapat menjadi strategi efektif dalam mengatasi masalah anemia kehamilan atau kekurangan zat besi pada ibu hamil.

KESIMPULAN

1. Rata-rata kadar haemoglobin ibu hamil trimester III di PMB Isnawati Tahun 2023 pada kelompok intervensi adalah 13,57 gr/dL dan pada kelompok kontrol 11,44 gr/dL
2. Ada pengaruh Pemberian Buah Kurma Dalam Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Isnawati Tahun 2023 dengan p value 0.000
3. Ada pengaruh Pemberian tablet fe Dalam Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Isnawati Tahun 2023 dengan p value 0.000 .

SARAN

1. Bagi Ibu Hamil
Disarankan ibu hamil untuk tetap mengkonsumsi tablet fe demi menjaga kestabilan kadar hemoglobin dalam darah.
2. Bagi Tempat Praktik
Disarankan agar tempat praktik memberikan opsi penanganan anemia pada ibu hamil dengan memberikan buah kurma untuk dikonsumsi
3. Bagi Institusi Pendidikan
Disarankan agar dapat memberikan banyak pengetahuan ANC kepada mahasiswa agar memiliki bekal saat akan melakukan penelitian
4. Bagi peneliti selanjutnya
Disarankan agar peneliti selanjutnya mampu menggali variable lain yang berhubungan dengan kadar hemoglobin

DAFTAR REFERENSI

- [1] Astuti RY, Ertiana D. Anemia Dalam Kehamilan. Pustaka Abadi; 2018.
- [2] World Health Organization (WHO). Anemia. 2018;
- [3] Rahayu R. Efektivitas Penambahan Sari Kurma Dalam Pemenuhan Gizi Ibu Hamil Anemia Di Puskesmas Wedi, Kabupaten Klaten. *J Kebidanan dan Kesehat Tradis*. 2017;2(2):97–103.
- [4] Ningsih DA. Hubungan Konsumsi Tablet Fe Dengan Kadar Hb Pada Remaja Putri. *CHMK Midwifery Sci J*. 2020;3(1):33–42.
- [5] Choirunissa R, Indrayani T. Pengaruh Pemberian Sari Kurma Dan Fe Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Remaja Putri Di Smp Yamad Bekasi. *RepositoryUnasAcId* [Internet]. 2019; Available from: <http://repository.unas.ac.id/2278/1/E>. LAPORAN PENELITIAN STIMULUS agustus 19.pdf
- [6] Sholicha CA, Muniroh L. Hubungan Asupan Zat Besi , Protein , Vitamin C Dan Pola Menstruasi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di SMAN 1 Manyar Gresik. *Media Gizi Indones*. 2019;14(2):147–53.
- [7] Widowati R, Kundaryanti R, Lestari PP. Pengaruh pemberian sari kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil. *Al-Azhar Indones Seri Sains Dan Teknol* [Internet]. 2019;5(2):60–5. Available from: <https://jurnal.uai.ac.id/index.php/SST/article/viewFile/351/341>
- [8] Infodatin Kemenkes RI. Kemenkes. Profil Kesehatan Indonesia 2020. 2020. 12–26 p.
- [9] Kemenkes RI. Profil Kesehatan Indonesia 2020. Jakarta; 2021.
- [10] Yulianti, Hasrin & Hadju V. Pengaruh ekstrak daun kelor terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMU Muhammadiyah Kupang. *JST Kesehat*. 2016;6(3):399–404.
- [11] Jannah M, Puspaningtyas M, Kebidanan A, Pekalongan HI. Peningkatan Kadar HB Ibu Hamil Dengan Jus Kurma Dan Sari Kacang Hijau Di Kota Pekalongan (Increasing Hb Levels of Pregnant Women with Dates Palm Juice and Green Bean Juice in Pekalongan). *PLACENTUM J Ilm Kesehat dan Apl*. 2018;6(2):2018.