



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 4 Nomor 3 Tahun 2024 Page 7843-7857

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

## Perbandingan Pemberian Tablet Fe dan Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Y Kabupaten Garut Tahun 2023

Yanti Solihati<sup>1✉</sup>, Hidayani<sup>2</sup>, Fenni Valianda Amelia Ramadhan<sup>3</sup>

Universitas Indonesia Maju Jakarta

Email: [yantisolihati1@gmail.com](mailto:yantisolihati1@gmail.com)<sup>1✉</sup>

### Abstrak

Latar belakang: Anemia adalah keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah kurang dari normal. Anemia pada kehamilan adalah ibu hamil yang mempunyai kadar Hb < 11,00 gr% pada trimester I dan trimester III serta kadar Hb < 10,50 gr% pada trimester II, karena ada perbedaan hemodilusi terutama trimester II. Anemia pada kehamilan dapat mengakibatkan dampak yang membahayakan bagi ibu dan janin. Bahaya anemia terhadap kehamilan dapat terjadi abortus, persalinan prematuritas, mudah terjadi infeksi, ancaman dekompensasi (Hb < 6), mola hidatidosa, hyperemesis gravidarum, perdarahan antepartum dan ketuban pecah. Upaya yang dilakukan pemerintah dalam menurunkan angka kejadian anemia yaitu dengan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) sebanyak 90 tablet selama kehamilan dengan. Salah satu alternatif untuk memenuhi kebutuhan zat besi dapat dilakukan dengan mengkonsumsi kurma. Buah kurma merupakan makanan yang mengandung energi tinggi dengan komposisi ideal, didalamnya memiliki kandungan karbohidrat, triptofan, omega-3, vitamin C, vitamin B6, Ca<sup>2+</sup>, Zn, dan Mg Dengan kandungan yang lengkap, diharapkan sari kurma dapat meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil. Sari kurma berfungsi untuk pengobatan dan merawat kesehatan bagi tubuh yang mengandung zat mineral yaitu besi yang essensial bagi pembentukan hemoglobin untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam tubuh Tujuan: untuk mengetahui perbandingan pemberian tablet Fe dan sari kurma terhadap peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil trimester III Metode: Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus Hasil: Pemberian sari kurma dan tablet Fe lebih efektif dalam meningkatkan kadar Hb dibandingkan dengan pemberian tablet Fe saja pada ibu hamil yang mengalami anemia.

Kata Kunci: *Anemia, Sari Kurma, Tablet Fe*

## Abstract

Background: Anemia is a condition where the hemoglobin (Hb) level in the blood is less than normal. Anemia in pregnancy is a pregnant woman who has an Hb level  $< 11.00$  gr% in the first trimester and the third trimester and an Hb level  $< 10.50$  gr% in the second trimester, because there are differences in hemodilution, especially in the second trimester. Anemia in pregnancy can have dangerous effects on the mother and fetus. The dangers of anemia to pregnancy include abortion, premature birth, easy infection, threat of decompensation (Hb  $< 6$ ), hydatidiform mole, hyperemesis gravidarum, antepartum hemorrhage and rupture of membranes. Efforts made by the government to reduce the incidence of anemia include providing 90 Blood Supplement Tablets (TTD) during pregnancy. One alternative to meet iron needs can be done by consuming dates. Dates are a food that contains high energy with an ideal composition, containing carbohydrates, tryptophan, omega-3, vitamin C, vitamin B6,  $Ca^{2+}$ , Zn, and Mg. With its complete content, it is hoped that date juice can increase the hemoglobin levels of pregnant women. Date palm juice functions for treatment and health care for the body which contains minerals, namely iron, which is essential for the formation of hemoglobin to increase hemoglobin levels in the body. Objective: This research uses a qualitative research design with a case study approach Results: Giving date juice and Fe tablets is more effective in increasing Hb levels compared to giving Fe tablets alone in pregnant women who experience anemia.

Keywords: *Anemia, Date Juice, Fe Tablets*

## PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu keadaan dimana seorang wanita yang didalam rahimnya terdapat embrio atau fetus. Kehamilan dimulai pada saat masa konsepsi hingga lahirnya janin, dan lamanya kehamilan dimulai dari ovulasi hingga partus yang diperkirakan sekitar 40 minggu dan tidak melebihi 43 minggu (Kuswanti, 2014). Kehamilan juga merupakan periode yang sangat rentan, tidak hanya bagi ibu hamil saja tetapi juga bagi keselamatan janin dalam kandungan. Salah satu yang harus diwaspadai pada saat kehamilan adalah anemia pada kehamilan (Wigati, 2018).

Anemia merupakan masalah Kesehatan masyarakat di seluruh dunia. Lebih dari setengah penduduk dunia khususnya anak belum sekolah dan ibu hamil (Rahayu, 2017). 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 (Pratami, 2016).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020, diperkirakan bahwa di seluruh dunia sekitar 32 juta wanita hamil mengalami anemia dan 496 juta wanita tidak hamil mengalami anemia. Sedangkan kejadian anemia pada ibu hamil di Indonesia meningkat pada tahun 2018 yaitu sebanyak 48,8% bila dibandingkan dengan

tahun 2013 yaitu sebanyak 37,1% (Risikesdas, 2018). Provinsi Jawa Barat merupakan provinsi yang berkontribusi besar terhadap tingginya AKI di Indonesia. Prevalensi anemia ibu hamil di provinsi Jawa Barat sebanyak 63.246 ibu hamil. Bina Pelayanan Kesehatan Dinas Kesehatan provinsi Jawa Barat mengatakan AKI pada tahun 2021 sebanyak 312/100.000 kelahiran hidup (Dinkes Jabar, 2021).

Berdasarkan laporan tahunan di Kabupaten Garut pada tahun 2017 kasus ibu hamil yang mengalami anemia sebesar 40% sedangkan pada tahun 2019 mengalami penurunan tetapi masih tinggi yaitu sebanyak 24,52%, sementara pada tahun 2021 prevalensi ibu hamil yang mengalami anemia sebanyak 6669 orang (Dinkes Garut, 2011). Puskesmas Cikajang Kecamatan Cikajang Kabupaten Garut merupakan salah satu puskesmas yang menyumbang tingginya kejadian anemia pada ibu hamil di Kabupaten Garut, berdasarkan laporan tahunan Puskesmas Cikajang pada tahun 2022 angka kejadian anemia mencapai 481 orang ibu hamil dari 1.163 ibu hamil atau sekitar 41,4% sedangkan di PMB Ny. Y dari 42 ibu hamil terdapat 22 ibu hamil mengalami anemia (Puskesmas Cikajang, 2022).

Anemia adalah keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah kurang dari normal. Anemia pada kehamilan adalah ibu hamil yang mempunyai kadar Hb < 11,00 gr% pada trimester I dan trimester III serta kadar Hb < 10,50 gr% pada trimester II, karena ada perbedaan hemodilusi terutama trimester II (Saifuddin, 2014). Darah akan bertambah banyak dalam kehamilan yang lazim disebut Hidremia atau Hipervolemia. Akan tetapi bertambahnya sel darah kurang dibandingkan dengan bertambahnya plasma sehingga terjadi pengenceran darah. Perbandingan tersebut adalah sebagai berikut: plasma 30%, sel darah 18%, dan hemoglobin 19%. Ibu hamil umumnya mengalami defisiensi besi sehingga hanya memberi sedikit zat besi pada janin yang dibutuhkan untuk metabolisme besi yang normal. Kekurangan zat besi dapat menimbulkan gangguan atau hambatan pertumbuhan janin baik sel tubuh maupun sel otak (R. D. Rahayu, 2017).

Penyebab anemia pada kehamilan ada 2 faktor. Faktor pertama status anemia pada kehamilan terjadi secara langsung disebabkan oleh malnutrisi, kurang zat besi, malabsorpsi, dan penyakit kronis (Tuberculosis (TBC), malaria, cacian, dan lain-lain). Sedangkan faktor kedua tidak langsung antara lain dapat disebabkan oleh umur ibu waktu hamil, pengetahuan tentang anemia pada kehamilan, paritas, kepatuhan konsumsi Fe, pemenuhan substansi tambahan dan kualitas pelayanan kesehatan yang diberikan oleh bidan (Fatimah, 2019).

Anemia pada kehamilan dapat mengakibatkan dampak yang membahayakan bagi ibu dan janin. Bahaya anemia terhadap kehamilan dapat terjadi abortus, persalinan prematuritas, mudah terjadi infeksi, ancaman dekompensasi (Hb < 6), mola hidatidosa,

hyperemesis gravidarum, perdarahan antepartum dan ketuban pecah. Bahaya anemia saat persalinan yaitu terjadi gangguan his, kala satu memanjang, terjadi partus lama, kala dua lama, kala tiga dapat terjadi retensio plasenta, dan kala empat dapat terjadi perdarahan postpartum primer dan sekunder. Sedangkan bahaya anemia terhadap janin adalah dapat mengganggu pertumbuhan dan perkembangan janin, kematian intrauterine, berat badan lahir rendah, dapat terjadi cacat bawaan, mudah terjadi infeksi. Oleh karena itu anemia memerlukan perhatian khusus dari semua pihak yang terkait dalam pelayanan kesehatan pada lini terdepan (Manuaba, 2015).

Upaya yang dilakukan pemerintah dalam menurunkan angka kejadian anemia yaitu dengan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) sebanyak 90 tablet selama kehamilan dengan dosis 60 mg di harapkan dapat meningkatkan 1 gr/dL /bulan (Risikesdas, 2018). Akan tetapi kepatuhan wanita hamil terhadap konsumsi tablet Fe selama 90 hari sangat rendah yakni sebesar 38%, dengan alasan efek samping yang tidak menyenangkan (UNICEF, 2019). Wanita hamil yang minum tablet zat besi dapat merasakan beberapa efek samping diantaranya mual bahkan muntah, konstipasi dan nyeri ulu hati.

Salah satu alternatif untuk memenuhi kebutuhan zat besi dapat dilakukan dengan mengkonsumsi kurma. Kurma (*Phoenix Dactylifera*) termasuk famili palmae dan sering disebut date palm, memiliki berbagai macam kandungan nutrisi dan dapat berfungsi sebagai obat. Buah kurma merupakan makanan yang mengandung energi tinggi dengan komposisi ideal, didalamnya memiliki kandungan karbohidrat, triptofan, omega-3, vitamin C, vitamin B6, Ca<sup>2+</sup>, Zn, dan Mg. 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 essensial bagi pembentukan hemoglobin untuk meningkatkan kadar hemoglobin dalam tubuh (Setiowati, 2018).

Hasil penelitian Wiulin Setiowati dan Siti Nuriah (2018) yaitu pemberian sari kurma yang digunakan dengan menggunakan sendok makan. Sebelum diberikan sari kurma hampir sebagian besar mengalami kadar Hb tidak normal, sesudah diberikan sari kurma hampir seluruhnya mengalami kadar Hb normal dengan nilai p value 0.002 (<0.05). Dan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Rahayu (2017) menyatakan bahwa Sarikurma lebih efektif dibandingkan dengan MMN dengan nilai p = 0,045 (p< 0,05), dimana kadar hemoglobin ibu hamil mengalami peningkatan lebih banyak dengan pemberian sari kurma dan MMN dari pada ibu hamil anemia yang diberi MMN.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk memberikan asuhan kebidanan esensial melalui penyusunan laporan SCLR dengan judul "Perbandingan Pemberian Tablet Fe dan Sari Kurma terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin pada Ibu Hamil Trimester III di PMB Y Kabupaten Garut Tahun 2023".

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Metode penelitian kualitatif adalah sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang dan perilaku yang dapat diamati sebagai mana adanya. Studi kasus adalah memahami suatu kasus, orang-orang tertentu atau situasi secara mendalam (Creswell, 2014). Penelitian kualitatif menggunakan metode wawancara terbuka dan observasi untuk memahami sikap, pandangan, perasaan, dan perilaku individu secara mendalam. Peneliti mencoba menggali respon yang muncul pada pasien dalam upaya mempercepat proses peningkatan kadar hemoglobin. Peneliti memilih menggunakan metode ini dengan alasan peneliti akan memperoleh gambaran yang mendalam dan menyeluruh tentang pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil trimester III di PMB Y Kabupaten Garut tahun 2023.

Sampel pada penelitian ini dilakukan pada ibu hamil trimester III dengan anemia sebanyak 2 orang di PMB Y Kabupaten Garut tahun 2023.

Penentuan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yakni penentuan sampel berdasarkan kriteria tertentu yaitu:

- a. Kriteria inklusi
  - 1) Ibu hamil trimester III yang tercatat di Wilayah Kerja Puskesmas Cikajang Kecamatan Cikajang Kabupaten Garut.
  - 2) Ibu hamil trimester III yang mengalami anemia ringan (kadar hemoglobin 9 - 10 g%)
  - 3) Ibu hamil trimester III yang menerima tablet Fe
  - 4) Bersedia menjadi responden.
  
- b. Kriteria eksklusi
  - 1) Pasien dengan komplikasi penyakit lainnya, tbc, kecacingan, thalassemia.
  - 2) Ibu hamil trimester III dengan kadar Hb > 11 gr/dl
  - 3) Ibu hamil trimester III dengan kadar Hb < 9 gr/dl.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan Antara Kasus 1 dan kasus 2

No.	Kelompok	Kadar Hb		
		Kunjungan 1	Kunjungan 2	Kunjungan 3
1	Ny. S (Kurma+Fe)	9,8 gr/dL	10,5 gr/dL	11,2 gr/dL
2	Ny. R (Fe)	9,8 gr/dL	10,1 gr/dL	10,6 gr/dL

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa pada kasus I yaitu Ny. S yang diberikan intervensi sari kurma dan tablet Fe dimana hasil pemeriksaan kadar Hb pada kunjungan ke-1 sebelum diberikan intervensi diperoleh kadar Hb sebesar 9,8 gr/dL, pada kunjungan kedua setelah diberikan intervensi selama 7 hari diperoleh kadar Hb sebesar 10,5 gr/dL dan pada kunjungan ketiga setelah diberikan intervensi selama 14 hari diperoleh kadar Hb sebesar 11,2 gr/dL. Sedangkan pada kasus II yaitu Ny. R yang diberikan intervensi konsumsi tablet FE saja dimana hasil pemeriksaan kadar Hb pada kunjungan ke-1 diperoleh kadar Hb sebesar 9,8 gr/dL, pada kunjungan kedua setelah diberikan Fe secara rutin selama 7 hari diperoleh kadar Hb sebesar 10,1 gr/dL dan pada kunjungan ketiga setelah diberikan Fe secara rutin selama 14 hari diperoleh kadar Hb sebesar 10,6 gr/dL.

### Pembahasan

#### Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester 3 Yang Diberikan Terapi Sari Kurma dan Tablet Fe

Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan data klien yaitu Ny. S usia 28 tahun dengan keluhan merasa lelah, dan diperoleh hasil pengukuran kadar Hb sebesar 9,8 sehingga diagnosa yang ditegakkan adalah Ny. S usia 28 tahun G2P1A0 hamil 30 minggu dengan anemia ringan. Badan merasa lemas hal ini mengindikasikan mengalami gejala anemia. Gejala yang sering kali muncul pada penderita anemia diantaranya lemah, letih, lesu, mudah lelah dan lunglai. Wajah tampak pucat. Mata berkunang-kunang. Nafsu makan berkurang. Sulit berkonsentrasi dan mudah lupa. Sering sakit (Muaslimah, 2019). Defisiensi besi pada wanita hamil dapat menyebabkan bayi berat lahir rendah dan persalinan prematur. Wanita pra-hamil dan hamil secara rutin diberikan suplemen zat besi untuk mencegah komplikasi. Gangguan penyerapan, dapat mempengaruhi penyerapan zat besi dari makanan pada saluran gastrointestinal (GI) dan dari waktu ke waktu dapat mengakibatkan anemia (Proverawati, 2017).

Penatalaksanaan anemia pada Ny. S adalah memberikan tablet Fe dan dianjurkan untuk tidak disertai meminum-minuman yang mengandung caffein, dan teh yang menyerap zat besi dan memberikan terafi sari kurma selama 14 hari sebanyak 10 ml setiap 3x sehari.

Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin setelah diberikan sari kurma dan tablet Fe diperoleh hasil pemeriksaan kedua yaitu Ny. S mengatakan badannya sudah tidak merasa lelah lagi dan didapatkan kadar Hb sebesar 10,5 gr/dL. Ny. S juga masih mengonsumsi sari kurma sesuai anjuran bidan dan pada pemeriksaan ketiga Ibu mengatakan tidak ada keluhan dan masih mengonsumsi jus Kurma sesuai anjuran bidan serta diperoleh hasil pemeriksaan kadar Hb sebesar 11,2 gr/dL. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kadar Hb setelah diberikan terapi sari kurma dan tablet Fe selama 14 hari yaitu dari 9,8 gr/dL menjadi 11,2 gr/dL artinya kadar Hb pada Ny. S mengalami peningkatan sebesar 1,4 gr.

Mengonsumsi kurma secara rutin akan membantu menjaga tubuh dari 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 asilkarnitin dan menembus mitokondria yang selanjutnya dioksidasi menjadi suksinil CoA. Semua hasil metabolisme dari karbohidrat dan lemak yang diproses melalui lintasan metaboliknya masing-masing menjadi suksinil CoA dan selanjutnya bersama glisin akan membentuk portoporfirin melalui serangkaian proses porfirinogen. Portoporfirin yang terbentuk selanjutnya bersama heme dan protein globin membentuk hemoglobin. Buah kurma juga merupakan makanan yang mengandung energi tinggi dengan komposisi ideal, didalamnya memiliki zat-zat sebagai berikut Gula (campuran glukosa, sukrosa, dan fruktosa, protein, lemak, serat, vitamin A, B1, B2, B12, C, potasium, kalsium, besi, klorin, tembaga, magnesium, sulfur, fosfor, dan beberapa enzim yang dapat berperan dalam penyembuhan penyakit. Buah kurma memiliki kandungan zat besi yang lebih tinggi dibandingkan dengan sumber zat besi lainnya, kandungan zat besi pada buah kurma adalah 13,7 mg (Giyatmo, 2016).

Kurma juga dapat mengatasi anemia dikarenakan kandungan zat besinya yang tinggi. Selain itu, kurma juga mengandung vitamin A dan Vitamin B yang diperlukan tubuh dalam memproduksi hemoglobin dalam sumsum tulang belakang. Mengonsumsi kurma setiap hari akan baik bagi tubuh. Saat membeli buah kurma sebaiknya diperhatikan jenis kurma dan kematangannya. Sebab kurma yang muda rasanya lebih lembut dan tidak terlalu manis, jika dibandingkan dengan kurma matang. Buah kurma sebaiknya disajikan sebagai buah yang melengkapi menu seimbang.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (2020) dengan penelitian pengaruh pemberian jus jambu biji merah dan kurma terhadap peningkatan kadar HB. Berdasarkan analisis univariat peningkatan kadar HB, diketahui 15 responden yang anemia diberikan jus jambu biji merah dan kurma ada peningkatan kadar hemoglobin sebanyak 15 responden (100%).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (2020) yang menyatakan bahwa ada pengaruh pemberian jus jambu biji merah dan kurma terhadap responden yang mengalami anemia. Penelitian ini hasilnya sama dengan penelitian Pitasari (2017), setelah dilakukan penerapan mengkonsumsi jus kurma selama 15 hari, terbukti kadar hemoglobin meningkat dengan nilai rata-rata hemoglobin 1,4 gr/dL. Dengan kesimpulan mengkonsumsi jus kurma terbukti efektif mampu meningkatkan kadar hemoglobin. Menurut Susilowati (2017), ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap kenaikan kadar hemoglobin dengan rata-rata kenaikan kadar hemoglobin sebesar 1,1 gr/dL, dengan nilai signifikan sebesar 0,001. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh kenaikan kadar hemoglobin dengan pemberian buah kurma.

Asumsi peneliti bahwa anemia yang terjadi pada ibu hamil banyak disebabkan oleh asupan nutrisi yang kurang baik hal ini karena banyak ibu hamil memiliki dua pertumbuhan yaitu pertumbuhan dirinya juga pertumbuhan janin yang dikandungnya sehingga sangat membutuhkan asupan makanan. Upaya yang diberikan berupa sari kurma dan tablet Fe dapat membantu ibu hamil dalam meningkatkan kadar hemoglobin hal ini terlihat dari hasil pemeriksaan kadar hemoglobin yang meningkat setelah diberikan secara rutin selama dua minggu.

#### Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester 3 Yang Diberikan Tablet Fe Saja

Berdasarkan hasil pengkajian didapatkan data klien yaitu Ny. R usia 28 tahun dengan keluhan merasa lelah, dan diperoleh hasil pengukuran kadar Hb sebesar 9,8 sehingga diagnosa yang ditegakkan adalah Ny. R usia 28 tahun G2P1A0 hamil 30 minggu dengan anemia ringan.

Pemeriksaan hemoglobin dilakukan untuk menentukan kadar hemoglobin dalam darah untuk menentukan seseorang mengalami anemia. Tes ini menjadi penting karena anemia dapat mengakibatkan komplikasi pada ibu hamil. Anemia dalam kehamilan adalah kondisi dengan kadar hemoglobin di bawah 11 gr/dL pada trimester I dan III atau kadar < 10gr/dL pada trimester II, nilai batas tersebut dan perbedaannya dengan kondisi wanita tidak hamil, terjadi karena haemodilusi, terutama pada trimester II (Kemenkes, 2017). Penyebab umum dari anemia pada kehamilan adalah kekurangan zat besi. Hal ini penting

dilakukan pemeriksaan untuk anemia pada kunjungan pertama kehamilan. Bahkan, jika tidak mengalami anemia pada saat kunjungan pertama, masih mungkin terjadi anemia pada kehamilan lanjutannya. Anemia juga disebabkan oleh kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi atau adanya gangguan penyerapan zat besi dalam tubuh (Proverawaty, 2017).

Penatalaksanaan anemia pada Ny. R adalah memberikan tablet Fe dianjurkan untuk tidak disertai meminum-minuman yang mengandung caffein, dan teh yang menyerap zat besi.

Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin setelah rutin mengkonsumsi Fe pada pemeriksaan kedua yaitu Ny. R mengatakan badannya masih merasa Lelah dan diperoleh kadar Hb sebesar 10,1 dan masih mengkonsumsi tablet Fe sesuai anjuran bidan. Pada pemeriksaan ketiga Ibu mengatakan tidak ada keluhan dan masih mengkonsumsi Tablet FE sesuai anjuran bidan serta diperoleh hasil pemeriksaan kadar Hb sebesar 10,6 gr/dL. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan kadar Hb setelah mengkonsumsi tablet Fe secara rutin selama 14 hari yaitu dari 9,8 gr/dL menjadi 10,6 gr/dL artinya terdapat peningkatan kadar Hb sebesar 0,8 gr/dL.

Anemia dalam kehamilan adalah kondisi dengan kadar hemoglobin di bawah 11 gr/dL pada trimester I dan III atau kadar < 10gr/dL pada trimester II, nilai batas tersebut dan perbedaannya dengan kondisi wanita tidak hamil, terjadi karena hemodilusi, terutama pada trimester II. Penyebab anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil adalah kekurangan zat besi dapat terjadi karena tidak atau kurang mengonsumsi zat besi dalam bentuk sayuran, makanan atau suplemen. Wanita hamil sering terjadi kekurangan zat besi ini karena bayi memerlukan sejumlah zat besi yang besar untuk pertumbuhan, bahkan jika tidak mengalami anemia pada saat kunjungan pertama, masih mungkin terjadi anemia pada kehamilan lanjutannya. Anemia juga disebabkan oleh kurangnya konsumsi makanan yang mengandung zat besi atau adanya gangguan penyerapan zat besi dalam tubuh (Proverawaty, 2017).

Kebutuhan zat besi pada ibu hamil dua kali kebutuhan normal orang dewasa. Kebutuhan tersebut dimulai pada trimester kedua akibat adanya hipovolemik sebagai adaptasi fisiologis kehamilannya. Selama kehamilan, seorang ibu hamil menyimpan zat besi kurang lebih 1000 mg termasuk untuk keperluan janin, plasenta dan hemoglobin ibu sendiri (Irianto, 2014). Oleh sebab itu, ibu memerlukan zat besi 1,5-3 mg per hari terutama trimester II dan III (Hoffbrand dan Moss 2015),

Pada masa kehamilan trimester III terjadi penurunan kadar hemoglobin dan hematokrit yang menyebabkan viskositas darah juga menurun. Pada masa ini, konsentrasi

hemoglobin ibu sangat penting untuk diperhatikan. Ibu hamil cenderung memiliki kadar hemoglobin yang lebih rendah dibandingkan ibu yang tidak hamil. Penurunan kadar hemoglobin dibawah batas normal (<11gr/dL).

Kepatuhan ibu hamil dalam mengkonsumsi tablet besi mengacu pada kesediaan mereka untuk mengikuti anjuran tenaga kesehatan untuk mengkonsumsi tablet besi. Ketepatan jumlah tablet yang dikonsumsi dan ketepatan cara menelan tablet besi dapat diukur pada ibu hamil yang patuh mengkonsumsi tablet Fe. Menurut penelitian sebelumnya, ibu hamil yang mengonsumsi tablet Fe sesuai petunjuk dapat dipengaruhi oleh kesadaran mereka akan tablet Fe. (Fitriana Ikhtiarinawati Fajrin, 2020). Keteraturan merupakan faktor terpenting dalam keberhasilan program dalam mencegah anemia selama kehamilan. Jika tidak diobati, kekurangan zat besi sebelum kehamilan dapat menyebabkan anemia pada ibu hamil. Sindrom ini dapat meningkatkan kemungkinan kematian saat melahirkan, melahirkan bayi dengan berat badan lahir rendah, membuat janin dan ibu rentan terhadap infeksi, keguguran, dan kelahiran dini. Pekerjaan, pendidikan, dan pengetahuan ibu hanyalah beberapa faktor yang dapat menyebabkan ketidak patuhan. faktor saja tidak berperan sebagai timbul-nya suatu masalah pada ibu hamil, tetapi kondisi kerja yang dialami ibu yang bekerja dan pengetahuannya akan lebih luas dari seseorang yang tidak bekerja, karena dengan bekerja, Dalam sebuah penelitian, ditunjukkan bahwa ada hubungan antara pekerjaan dan kepatuhan minum pil penambah darah, dengan interaksi antara rekan kerja yang memungkinkan transfer pengetahuan dan informasi yang diterima memberikan stimulan untuk kepatuhan. (Fidyah Aminin dan Utami Dewi, 2020).

Menurut asumsi peneliti peningkatan kadar Hb pada ibu hamil dikarenakan rutin mengkonsumsi tablet Fe, selain itu ibu hamil juga mengkonsumsi makanan bergizi yang dapat membantu dalam meningkatkan kadar Hb. Pada saat melakukan penelitian pada ibu hamil sangat berantusias sekali untuk menjadi responden pada penelitian ini, karena keinginan ibu hamil untuk menaikkan kadar hb nya sebelum persalinan tiba. Saat intervensi berlangsung ada ibu hamil yang mengeluh dengan rasa tablet Fe, tetapi setelah mendapatkan motivasi yang baik dari peneliti dan keluarga yang mendukung akhirnya intervensi pemberian Fe pada ibu hamil yang anemia selama 14 hari pun selesai sehingga hal ini dapat membantu dalam meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil karena mengkonsumsi secara rutin.

## Perbandingan Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester 3 Antara Yang Diberikan Terapi Jus Buah Kurma dan Tablet FE dengan pemberian Tablet Fe saja

Berdasarkan hasil penelitian pada Ny. S dan Ny. R diketahui kadar hemoglobin pada kedua ibu hamil tersebut mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi selama 14 hari, namun peningkatan tersebut lebih banyak pada Ny. S yang diberikan sari kurma dan tablet Fe. Pada Ny. S mengalami peningkatan sebesar 1,4 gr/dL sedangkan pada Ny. R meningkat sebesar 0,8 gr/dL sehingga disimpulkan peningkatan kadar Hb pada Ny. S setelah diberikan sari kurmadan Fe lebih banyak dibandingkan pada Ny. S yang diberikan Fe saja.

Pemberian sari kurma sebanyak 1 sendok makan 3 kali sehari selama 14 hari dapat meningkatkan kadar haemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia, karena buah kurma mengandung zat besi yang tinggi. Komposisi dari sari kurma per 100 g buah kurma mengandung glukosa 38,5 gms, fruktosa 35,5 gms, protein 2,35 gms, lemak 0,43 gms, vitamin A 90 IU, vitamin B1 93 mg, Vitamin B2 144 mg, biotin 4,4 ug, Asam folat 5,4 ug, Niacin 2 mg, Askorbat vit C 6,1 mg, kalsium 52 mg, zat besi 1,2 mg, magnesium 50 mg, kalium 667 mg, natrium 13 mg, posfor 60 mg, klorida 271 mg, sulfur 14,6 mg, mangan 4,9 mg, copper 2,4 mg, Zinc 1,2 mg dan cobalt 1,9 mg (Jannah, 2018).

Sari 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. 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 monosakaradika 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 asilkarnitin dan menembus mitokondria yang selanjutnya dioksidasi menjadi suksinil CoA (Pujiastuti, 2018).

Penelitian Sugita (2018), tentang Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. Pada kelompok intervensi nilai rata-rata kadar hemoglobin sebelum intervensi sebesar 10,79 dan sesudah intervensi meningkat menjadi 11,93 dengan nilai beda kenaikan sebesar 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 value 0,002.

Penelitian Widowati (2019), tentang pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar haemoglobin pada ibu hamil nilai rata-rata kadar hemoglobin sebelum intervensi sebesar 9,622 dan sesudah intervensi meningkat menjadi 10,66 dengan nilai beda kenaikan sebesar 1,04, sehingga ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin dengan p value 0,004.

Berdasarkan teori, subjek yang hanya diberikan tablet Fe saja mengalami kenaikan Hb meski tidak sampai menginjak angka normal. Berbeda dengan subjek yang diberi tablet Fe dan ditambah dengan sari kurma, subjek tersebut mengalami peningkatan nilai Hb yang jauh lebih tinggi daripada subjek penerima tablet Fe saja. Hal ini bisa terjadi karena berdasarkan teori, intake Fe yang diterima oleh kedua subjek berbeda. Subjek pemerima tablet Fe dan sari kurma tentu menerima intake Fe yang lebih tinggi yang mengakibatkan pembentukan Hb meningkat lebih tinggi. Sebaliknya, subjek penerima tablet Fe saja hanya mengalami peningkatan Hb yang lebih rendah karena intake Fe yang lebih rendah pula.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut peneliti berasumsi bahwa pemberian sari kurma dan tablet Fe lebih efektif dalam meningkatkan kadar Hb dibandingkan dengan pemberian tablet Fe saja pada ibu hamil yang mengalami anemia, hal ini dimungkinkan karena mengkonsumsi 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.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil asuhan kebidanan pada Ny. S dan Ny. R dengan anemia ringan pada kehamilan maka hasil sebagai berikut:

1. Terdapat peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester 3 yang diberikan terapi sari kurma dan Fe sebesar 1,4 gr/dL.
2. Terdapat peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester 3 yang diberikan Fe saja sebesar 0,8 gr/dL.
3. Pemberian sari kurma dan pemberian Fe sama-sama efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin, namun pemberian sari kurma + Fe lebih efektif dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester 3 diandingkan dengan pemberian Fe saja.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adriani, Merryana dan Bambang, (2012), Pengantar Gizi Masyarakat, Kencana Prenada Media Grup, Jakarta
- Andari, S., & Wirjatmadi, B., (2019), Hubungan Tingkat Konsumsi Protein, Vitamin C, Zat Besi dan Asam Folat dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri SMAN 4 Surabaya. *Amerta Nutrition*, 3(3), 135-141.
- Andria, (2017). Hubungan Anemia Pada Ibu Hamil Dengan Kejadian Berat Badan Lahir Rendah (BBLR) di RSUD Rokan Hulu, Skripsi, Universitas Pasir Pengaraian
- Aritonang, Irianton. 2015. Gizi Ibu dan Anak: Esensinya Bagi Pembangunan Manusia. Yogyakarta: PT. Leutika Nouvalitera.
- Asbar, A. (2021). Hubungan Anemia Dalam Kehamilan Dengan Kejadian Perdarahan Postpartum Karena Atonia Uteri Di RSUP Dr Wahidin Sudirohusodo Pada Tahun 2015-2020 (Doctoral dissertation, UNIVERSITAS HASANUDDIN).
- Baharutan, Handri, Supit Siantan, dan J.J.V Rampengan., (2016). Gambaran Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil di Puskesmas Bahu Kecamatan Malalayang Kota Manado. *Jurnal e-Biomedik*, 4(1).
- Bora, R., Sable, C., Wolfson, J., Boro, K., & Rao, R. (2014). Prevalence of anemia in pregnant women and its effect on neonatal outcomes in Northeast India. *The Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 27(9), 887-891.
- Bunyanis, Fitriana, (2016), Gambaran Karakteristik Ibu Hamil dalam Mengonsumsi Tablet Zat Besi (Fe). *Jurnal Ilmiah Kesehatan Iqra*, 4(2): 61-67.
- Cunningham. 2013. *Obstetri Williams*. Jakarta : EGC.
- Dinkes Garut, (2021), Profil Kesehatan Kabupaten Garut tahun 2021, Dinas Kesehatan Kabupaten Garut, Garut.
- Dinkes Jabar, (2020), Jumlah Ibu Hamil yang Mengidap Anemia Berdasarkan Kabupaten Kota di Jawa Barat, Open Data Jabar 2015-2020, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, Bandung.
- Dinkes Jabar, (2020), Profil Kesehatan Provinsi Jawa Barat 2020, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, Bandung.
- Erdina A. (2016), Perbedaan kadar hemoglobin antara perokok pasif dengan bukan perokok pada siswi sma kelas X dan XI di sukoharjo. Skripsi, Universitas Sebelas Maret, Surakarta.
- Fatih, M. et al. (2017), Penggunaan Alat Pengukuran Hemoglobin di Puskesmas, Polindes dan Pustu', *Jurnal Penelitian dan Pengembangan Pelayanan Kesehatan*, 1 (8).
- Fathonah, (2016), *Gizi & Kesehatan Untuk Ibu Hamil*. Erlangga, Jakarta.

- Fikawati, S dkk., (2015), Gizi Ibu dan Bayi, Rajawali Press, Jakarta.
- Gunadi, V. I., Mewo, Y. M., & Tiho, M. (2016). Gambaran kadar hemoglobin pada pekerja bangunan. *Jurnal e-biomedik*, 4(2).
- Hardinsyah dan Supariasa, IDN., (2017) Ilmu Gizi Teori dan Aplikasinya. EGC, Jakarta.
- Hatini, E. E. (2019). Asuhan Kebidanan Kehamilan. Wineka Media.
- Hutahaean, S, (2013), Perawatan Antenatal, Salemba Medika, Jakarta.
- Ikhtiyaruddin, Alamsyah, A., Mitra, & Setyaningsih, A., (2020). Determinan Kejadian Anemia pada Siswi SMAN 1Teluk Belengkong Kabupaten Indragiri Hilir Tahun 2019. *Jurnal Kesehatan Komunitas*. 6(1), 56 – 62
- Irianto, K., (2015), Gizi Seimbang dalam Kesehatan Reproduksi, Alfabeta, Bandung.
- Kemenkes R.I., (2018), Riset Kesehatan Dasar; RISKESDAS, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Kemenkes RI., (2014), Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 88 Tahun 2014 tentang Standar Tablet Tambah Darah Bagi Wanita Usia Subur dan Ibu Hamil, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, Jakarta.
- Kemenkes RI., (2016). Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri Dan Wanita Usia Subur, Direktorat Jendral Kesehatan Masyarakat, Jakarta.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, (2016), Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 43 Tahun 2016 Tentang Standar Pelayanan Minimal Bidang Kesehatan, Jakarta,
- Liananiar, Harahap FSD, Liesmayani EE, 2020, Analisis Pengaruh Konsumsi Buah Bit Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Kesehatan*, Volume 9 No 1.
- Lubis, L. A., Lubis, Z., & Aritonang, E. Y. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Kekurangan Energi Kronik (KEK) Pada Ibu Hamil Di Puskesmas Langsa Lama Kota Langsa Tahun 2015. *Gizi, Kesehatan Reproduksi Dan Epidemiologi*, 1(1).
- Mahmud, (2011). Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: Pustaka Setia
- Manuaba, Ida A.C., (2013), Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB untuk Pendidikan Bidan Edisi 2, EGC, Jakarta.
- Marmi, (2014), Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil, Pustaka Pelajar, Yogyakarta.
- Notoatmodjo, S., (2014), Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S., (2018), Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta, Jakarta.
- Novitasari, S., (2017), Hubungan Tingkat Asupan protein, Zat Besi, Vitamin C dan Seng dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di SMA Batik 1 Surakarta. Skripsi, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah, Surakarta.

- Nugraheni, M., (2014), *Pewarna Alami: Sumber dan Aplikasinya Pada Makanan dan Kesehatan*, Graha Ilmu, Yogyakarta.
- Paputungan, SR., Kapantow, NH., dan Rattu, AJM., (2016), Hubungan antara Asupan Zat Besi dan Protein dengan Kejadian Anemia pada Siswi Kelas VIII dan IX di SMP N 8 Manado. *Jurnal Ilmiah Farmasi. UNSRAT.* 5 (1).
- Prambudi, Ghaniy, (2019), Perbedaan Hemoglobin Dengan Metode Point Of Care Testing Dan Cyanmethemoglobin. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat.* 2 (3).
- Pratami, E. (2016). *Evidence Based dalam Kebidanan: Kehamilan, persalinan, & nifas.* EGC, Jakarta.
- Pratiwi AM, Fatimah, (2019), *Patologi Kehamilan: Memahami Berbagai Penyakit dan Komplikasi Kehamilan.* Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Pratiwi, A. M. Fatimah, (2019). *Patologi Kehamilan Memahami Berbagai Penyakit & Komplikasi Kehamilan.*
- Prawirohardjo, S., (2014), *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo*, PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta.
- Puskesmas Cibatu, (2021), *Laporan Kesehatan Puskesmas Cibatu Tahun 2021.* Pusat Kesehatan Masyarakat Sukasenang, Garut.
- Rahmi, R., Restuastuti, T., dan Ernia, Y., (2015). Kecukupan Asupan Protein dan Asupan Vitamin B12 pada Anak Vegetarian di Sekolah Dasar Metta Maitreya. *JOM FK.* 2 (2)
- Rao, GS., Kapadia., Ramachandran., Lida., Suzuki and Tokuda, (2013), Synergistic cytotoxicity of red beetroot (*Beta vulgaris L.*) extract with doxorubicin in human pancreatic, breast and prostate cancer cell lines, *J Complement Integr Med.*, 10(1).
- Risnawati, I., Indanah, I., & Sukesih, S. (2021). Efektivitas Pemberian Jus Buah Bit Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Dengan Anemia Di Puskesmas Tayu I. Indonesia *Jurnal Kebidanan*, 5(1), 36-41.
- Rosa Mutianingsih, (2019), Efektivitas Pemberian Tablet Fe Terhadap Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Dengan Kejadian Anemia Di Puskesmas Ampenan, *Jurnal Ilmu Kesehatan dan Farmasi*, Vol 7 No 2.
- Saifuddin, (2014), *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal.* Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.