

PENGARUH PEMBERIAN KURMA PADA IBU HAMIL TRIMESTER III  
TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBINMessy<sup>1</sup>, Rita Riyanti Kusumadewi<sup>2</sup>  
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

## SUBMISSION TRACK

Submitted : 14 Juli 2024  
Accepted : 17 Juli 2024  
Published : 24 Juli 2024

## KEYWORDS

Pregnant, Hemoglobin, Dates

Hamil, Hemoglobin, Kurma

## CORRESPONDENCE

Phone:

E-mail: [messy.students@aiska-university.ac.id](mailto:messy.students@aiska-university.ac.id)

## A B S T R A C T

**Background:** During pregnancy, there are changes in the hematological system, namely hemodilution. Hemodilution (the process of diluting blood) results in pregnant women experiencing anemia. The impact of anemia is abortion, premature labor, inhibition of fetal growth and development in the uterus, susceptibility to infection, antepartum bleeding, premature rupture of the membranes. To prevent anemia, you can consume *fe* and dates, dates have complex nutritional content, one of which is vitamin C 6.1 mg/100 gr which is used to increase iron absorption while iron khalas dates 1.75 mg/100 gr which is needed for blood formation. **Objective:** To determine the effect of giving dates to pregnant women in the third trimester on increasing hemoglobin levels. **Methods:** This type of study is Pre-Experimental Design with a One Group Pretest Posttest research design with a sample of 20 pregnant women in the third trimester. The analysis test uses the Paired Simple *t* test. **Results:** From 20 respondents, the average hemoglobin level before being given dates was 10.7 gr/dl and after being given dates, the average hemoglobin level was 11.7 gr/dl. There was an increase in hemoglobin levels of 1 gr/dl after being given a *p* value of 0.000 dates. **Conclusion:** There is an effect of giving dates on increasing hemoglobin levels in pregnant women in the third trimester.

## A B S T R A K

**Latar belakang:** Masa kehamilan terjadi perubahan sistem hematologi yaitu hemodilusi. Hemodilusi (proses pengenceran darah) mengakibatkan ibu hamil mengalami anemia. Dampak dari anemia yaitu abortus, persalinan prematur, hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim, rentan terkena infeksi, perdarahan antepartum, ketuban pecah dini. Untuk mencegah anemia bisa mengkonsumsi *fe* dan kurma, kurma memiliki kandungan gizi yang kompleks salah satunya terdapat vitamin C 6,1 mg/100 gr yang digunakan untuk meningkatkan penyerapan zat besi sedangkan zat besi kurma khalas 1,75 mg/100 gr yang diperlukan untuk pembentukan darah. **Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh pemberian kurma pada ibu hamil trimester III terhadap peningkatan kadar hemoglobin. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah Pre-Experimental Design dengan rancangan penelitian One Group Pretest Posttest dengan sampel 20 ibu hamil trimester III. Uji Analisa menggunakan Paired Simple *t* test. **Hasil:** Dari 20 responden kadar hemoglobin sebelum diberikan kurma rata-rata 10,7 gr/dl dan setelah diberikan kurma rata-rata kadar hemoglobin menjadi 11,7 gr/dl. Terjadi kenaikan kadar hemoglobin 1 gr/dl setelah diberikan kurma *p* value 0.000. **Kesimpulan:** Ada pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III.

2024 All right reserved

This is an open-access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license

## PENDAHULUAN

Kehamilan merupakan suatu proses yang alamiah dan fisiologis (Yanti, 2017 dalam (Widiastini, 2023). masa kehamilan mengakibatkan terjadinya perubahan-perubahan fisiologis pada ibu hamil. Salah satu perubahan fisiologis tersebut terjadi pada sistem hematologi. perubahan ini seringkali mengakibatkan ibu hamil mengalami anemia dalam kehamilan apabila kurang tercukupinya kebutuhan zat besi dalam tubuh. ibu hamil yang mengalami

anemia pada masa kehamilan terjadi karena proses pengenceran darah (hemodilusi) pada ibu hamil sering terjadi dengan peningkatan volume plasma 30-40%, peningkatan sel darah merah 18%-30% dan hemoglobin 19%. Secara fisiologis, pengenceran darah (hemodilusi) ini untuk membantu meringankan kerja jantung yang semakin berat dengan adanya kehamilan (St el al., 2020 dalam (Khatimah, 2021). Hemodilusi mulai tampak sekitar umur kehamilan 16 minggu mencapai puncaknya pada umur kehamilan 32 minggu (Fauziah *et al.*, 2022).

Anemia merupakan kondisi dimana seseorang tidak memiliki sel darah merah dalam jumlah yang cukup untuk menghantarkan oksigen ke seluruh tubuh (Irmawati and Rosdianah, 2020). Anemia kehamilan suatu keadaan kadar hemoglobin kurang dari 11 gr% (Andriani dan Wirjatmadi, 2016 dalam (Kamidah, Yuliaswati and Dewi, 2023). Gejala anemia yang sering timbul pada pasien yang mengalami anemia termasuk ibu hamil yaitu cepat merasa lelah, sering merasa pusing, nafsu makan berkurang, konsentrasi berkurang (Soebroto, 2009 dalam (Pratiwi and Fatimah, 2022). Dampak yang dapat ditimbulkan akibat anemia pada ibu hamil yaitu abortus, persalinan prematur, hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim, rentan terkena infeksi, perdarahan antepartum, ketuban pecah dini (Aryanti, dkk. dalam Astriana, 2017 dalam (Pratiwi and Fatimah, 2022).

Menurut Data Riskesdas 2018 presentase ibu hamil yang mengalami anemia adalah 48,9%, ini bearti sekitar 5 dari 10 ibu hamil di indonesia menderita anemia (Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat, 2022). Menurut (Profil Kesehatan Kabupaten Sambas, 2022) menyebutkan angka kejadian anemia sebanyak 104 ibu hamil di kecamatan pemangkat. Pada studi pendahuluan di TPMB Evi Setiawati didapatkan hasil data dari bulan Januari 2021 sampai Desember 2023 sebanyak 360, dari 360 terdapat 90 kasus anemia pada ibu hamil trimester III.

Upaya mencegah dan mengatasi anemia setiap ibu hamil diberikan tablet Fe minimal 90 Tablet selama kehamilan (Profil Kesehatan Kabupaten Sambas, 2022). Selama ini upaya mencegah dan mengatasi anemia di TPMB Evi Setiawati dengan memberikan 90 Tablet Fe selama masa kehamilan. Namun upaya tersebut belum mengatasi anemia secara maksimal. Untuk itu selain konsumsi fe salah satu alternatif yang dapat dilakukan yaitu dengan memenuhi kebutuhan zat besi dari asupan makanan yang diperoleh dari mengonsumsi buah kurma yang mengandung zat besi (Wazaituni, Rohmatika and Dwi, 2023).

Kurma mengandung vitamin A, vitamin C, vitamin B1 dan B2, mineral seperti zat besi, kalium, posfor, kalsium, magnesium, zink dan sulfur, karbohidrat, protein, asam nikotinat dan serat makanan (Fitriani, 2020 dalam (Fauziah and Maulany, 2021). Dalam penelitian ini menggunakan kurma jenis khalas karena 100 gram kurma jenis khalas memiliki kandungan zat besi 1,75 mg, yang mana kandungan zat besi nya lebih tinggi dibandingkan beberapa jenis kurma lainnya (Wahyuni *et al.*, 2023).

Berdasarkan penelitian Wazaituni *et al.* 2023 dengan judul “pengaruh pemberian kurma terhadap perubahan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia” menunjukkan bahwa rata-rata kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia sebelum pemberian kurma sebesar 10,0 gr/dl setelah pemberian 10,2 gr/dl. ada pengaruh pemberian kurma terhadap perubahan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait tentang “Pengaruh Pemberian Kurma Pada Ibu Hamil Trimester III terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin”.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif memakai metode *Pre Eksperimental* dengan menggunakan rancangan *One Group pretest-posttest*. Waktu penelitian dilakukan April sampai dengan Juni 2024. Tempat penelitian di TPMB Evi Setiawati Kabupaten Sambas, Provinsi Kalimantan Barat. Populasi ibu hamil trimester III sebanyak 27 responden, tehnik *sampling* menggunakan *purposive*

*sampling*, sampel minimal penelitian ini berdasarkan teori *Roscoe* dalam buku (*Research Method for Business* (1982) menyatakan bahwa untuk penelitian eksperimen yang sederhana jumlah sampel antara 10 sampai dengan 20. Instrument yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah kurma 7 butir, Alat ukur *Easy Touch GCHb* digunakan untuk menilai kadar hemoglobin, lembar observasi digunakan untuk melakukan observasi pemberian kurma, lembar SOP penggunaan *Easy Touch GCHb* untuk pemeriksaan kadar hemoglobin. Analisis data univariat dan bivariat menggunakan uji *Parametrik* yaitu uji *Paired Simple t test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil penelitian

#### 1. Analisa Univariat

##### a. Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Pendidikan dan Paritas

Karakteristik responden	Jumlah ( <i>f</i> )	Presentasi (%)
<b>Umur (Tahun)</b>		
Beresiko <20 dan >35 Tahun	3	15 %
Tidak Beresiko 20-35	17	85 %
Total	20	100.0
<b>Pendidikan</b>		
Dasar (SD)	4	20 %
Menengah (SMP, SMA)	12	60 %
Tinggi (Diploma, Sarjana)	4	20 %
Total	20	100.0
<b>Paritas</b>		
Primigravida	5	25 %
Multigravida	15	75 %
Total	20	100.0

Sumber: Data primer 2024

Berdasarkan tabel 4.1 karakteristik umur menunjukkan bahwa responden terbanyak berada pada umur tidak beresiko atau 20-35 tahun sebanyak 17 orang responden (85%), karakteristik pendidikan menunjukkan bahwa sebagian besar responden adalah dengan pendidikan menengah yaitu sebanyak 12 responden (60%) dan karakteristik paritas menunjukkan bahwa sebagian besar merupakan anak kelahiran >1 atau multigravida sebanyak 15 responden (75%).

##### b. Distribusi Rata-Rata Responden

Tabel 4.2 Distribusi Rata-Rata Kadar Hemoglobin Sebelum dan Sesudah Pemberian Kurma

Kadar Hemoglobin	N	Mean	Min	Max
Sebelum Intervensi	20	10.7	9.3	11.8
Sesudah Intervensi	20	11.7	10.6	13.1

Sumber data: Output spss 2024

Berdasarkan tabel 4.2 sebelum intervensi kadar hemoglobin dengan nilai *mean* (rata-rata) 10,7 gr/dl, kadar hemoglobin terendah (*Min*) 9,3 gr/dl dan kadar hemoglobin tertinggi (*Max*) 11,8 gr/dl. Sedangkan sesudah intervensi kadar hemoglobin dengan nilai *mean* (rata-rata) 11,7 gr/dl, kadar hemoglobin terendah (*Min*) 10,6 gr/dl dan kadar hemoglobin tertinggi (*Max*) 13,1 gr/dl.

## 2. Analisis Bivariat

## a. Uji Normalitas

Uji normalitas yang digunakan yaitu Uji *Shapiro-Wilk*, karena jumlah data <50.

Tabel 4.3 Hasil Uji Normalitas

Hasil	Kelompok	Sig.
	<i>Pretest</i>	0.461
	<i>Posttest</i>	0.681

Sumber data: Output spss 2024 (Uji Normalitas)

Berdasarkan tabel 4.3 Hasil uji normalitas didapatkan nilai sig. untuk data sebelum 0.461 atau nilai sig. *Pretest* 0.461 > 0,05 yang artinya data berdistribusi normal, sedangkan nilai sig. untuk data sesudah 0.681 atau nilai sig. *Posttest* 0.681 > 0,05 yang artinya data berdistribusi normal, sehingga analisa data menggunakan uji parametrik, yaitu *Paired Simple T Test*.

## b. Uji Pengaruh

Uji pengaruh dalam penelitian ini menggunakan *Paired Simple T Test* karena data yang diperoleh normal. Hasil uji pengaruh ditampilkan dalam tabel berikut:

Tabel 4.4 Hasil Uji *Paired Sampel T Test*

Variabel	Mean	Perbedaan Mean	Sig.
<i>Pretest</i>	10.7	1	0.000
<i>Posttest</i>	11.7		

Sumber data: Output spss 2024 (*Paired Sampel T Test*)

Berdasarkan tabel 4.4 Hasil Uji *Paired Simple T Test* diketahui terjadi peningkatan kadar hemoglobin sebelum diberikan kurma sebesar 10,70 gr/dl dan sesudah diberikan kurma sebesar 11,70 gr/dl, terjadi peningkatan sebesar 1 gr/dl. Berdasarkan nilai signifikansi (*p value*) sebesar 0,000 < 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III di TPMB Evi Setiawati.

## B. Pembahasan Hasil Penelitian

## 1. Analisa univariat

Berdasarkan Tabel 4.1 Karakteristik Umur diketahui mayoritas responden berada pada usia tidak beresiko yaitu berumur 20-35 tahun yaitu 17 orang (85%). Hasil ini menunjukkan usia produktif dimana pada usia ini aman untuk hamil dan melahirkan. Menurut Manuaba (2015) dalam (Wazaituni, Rohmatika and Dwi, 2023) umur 20-25 tahun merupakan umur yang sangat baik terjadi kehamilan karena organ-organ reproduksinya sangat subur dan aman untuk kehamilan dan persalinan. Sedangkan Menurut (Pratiwi and Fatimah, 2022) Ibu hamil yang berusia kurang dari 20 tahun dan lebih dari 35 tahun dapat berisiko mengalami anemia. Hal ini karena pada usia kurang dari 20 tahun, secara biologis, emosi ibu hamil belum stabil sehingga kurang memperhatikan pemenuhan kebutuhan zat gizi bagi dirinya selama kehamilan. Disisi lain, ibu hamil yang berusia lebih dari 35 tahun, daya tahan tubuhnya semakin menurun dan rentan terhadap penyakit.

Hal ini sejalan dengan penelitian (Akhirin *et al.*, 2021) dengan judul “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil” bahwa dari 55 responden dengan usia (<20 tahun dan >35 tahun) didapatkan 10 responden

(18,2%) yang mengalami anemia dan 17 responden (30,9% responden yang tidak mengalami anemia. Sedangkan usia tidak beresiko (20-35 tahun) didapatkan 19 responden (34,5%) yang mengalami anemia dan 9 responden (16,4%) responden yang tidak mengalami anemia. Hasil uji *chi square* didapatkan bahwa *p value*  $0,004 < 0,05$  artinya ada hubungan usia ibu dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Biha Kabupaten Pesisir Barat Tahun 2021.

Berdasarkan Tabel 4.1 Karakteristik Pendidikan diketahui mayoritas responden berpendidikan menengah yaitu sebanyak 12 responden (60%). Menurut Notoatmodjo (2007) dalam (Khairani, 2022) menyebutkan Tingkat pendidikan menentukan kemampuan seseorang dalam menerima dan memahami sesuatu. Penerimaan dan pemahaman terhadap informasi yang diterima seseorang yang berpendidikan tinggi lebih baik dibandingkan dengan seseorang yang berpendidikan lebih rendah.

Menurut (Wazaituni, Rohmatika and Dwi, 2023) ibu hamil yang berpendidikan tinggi dapat menyeimbangkan pola konsumsinya. Apabila pola konsumsinya sesuai maka asupan zat gizi yang diperoleh akan tercukupi, sehingga kemungkinan bisa terhindar dari masalah anemia. Pendidikan yang rendah akan mempengaruhi pemahaman dan kesadaran tentang kesehatan seperti anemia.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Masthura, Desreza and Nurhalita, 2021) dengan judul “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kadar Hemoglobin (HB) Pada Ibu Hamil Trimester III Dikabupaten Aceh Barat Daya” dengan jumlah responden 51. Dari 18 responden yang pendidikan ibu hamil tinggi sebanyak 13 responden (72,2%) diantaranya dengan kadar HB tidak anemia. Sedangkan dari 33 responden yang pendidikan ibu hamil menengah sebanyak 27 responden (81,8%) diantaranya dengan kadar HB anemia. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p=0,001$  ( $p < 0,05$ ) bahwa ada hubungan antara pendidikan ibu hamil dengan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Susoh Kecamatan Susoh Kabupaten Aceh Barat Daya Tahun 2021.

Berdasarkan Tabel 4.1 Karakteristik Paritas diketahui mayoritas responden anak kelahiran  $>1$  atau multigravida yaitu 15 responden (75%). Menurut Manuaba (2011) dalam (Khairani, 2022) menyebutkan bahwa risiko tinggi anemia akan terjadi jika wanita sering mengalami kehamilan dan melahirkan karena saat itu ia akan kehilangan zat besi, hal ini dikarenakan selama kehamilan wanita menggunakan cadangan zat besi yang ada didalam tubuhnya. Peningkatan kebutuhan zat besi pada janin menjadi penyebab yang paling sering terjadi pada anemia defisiensi besi (Adawiyah dan Wijayanti, 2021 dalam (Khairani, 2022). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Masthura, Desreza and Nurhalita, 2021) dengan judul “Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kadar Hemoglobin (HB) Pada Ibu Hamil Trimester III Dikabupaten Aceh Barat Daya”, Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p=0,046$  ( $p < 0,05$ ) bahwa ada hubungan antara paritas dengan kadar HB pada ibu hamil trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Susoh Kecamatan Susoh Kabupaten Aceh Barat Daya Tahun 2021.

## 2. Analisis Bivariat

Hasil Uji *Paired Simple T Test* diketahui terjadi peningkatan kadar hemoglobin sebelum diberikan kurma sebesar 10,7 gr/dl dan sesudah diberikan kurma sebesar 11,7 gr/dl, terjadi peningkatan sebesar 1 gr/dl. Diketahui nilai *Sig. (2 tailed)* bernilai 0.000 karena nilai 0.000 lebih kecil dari 0.05 atau  $0.000 < 0.05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang artinya ada pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III. Adanya peningkatan

kadar hemoglobin ibu hamil dikarenakan pemberian kurma dan responden mengikuti apa yang dianjurkan oleh peneliti yaitu rutin mengonsumsi kurma sebanyak 7 butir per hari selama 7 hari untuk membantu meningkatkan kadar hemoglobin.

Hasil penelitian diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi dan Triani (2024) bahwa ibu hamil yang menderita anemia bisa menaikkan kadar hemoglobin dengan rutin mengonsumsi suplemen zat besi dan mengonsumsi tujuh buah kurma saat perut kosong selama tujuh hari. Oleh karena itu, ibu hamil dianjurkan untuk mengonsumsi buah kurma untuk meningkatkan kadar hemoglobin dan menjaga kehamilan yang sehat. Hasil kelompok eksperimen menunjukkan kadar hemoglobin sebelum pemberian kurma dan fe yaitu 9,12 gr/dl yang kemudian meningkat menjadi 10,3 gr/dl dan pada kelompok kontrol kadar hemoglobin sebelum pemberian tablet fe 8,49 gr/dl dan mengalami kenaikan menjadi 8,73 gr/dl setelah pemberian tablet fe. Hasil analisis data menunjukkan bahwa konsumsi kurma menyebabkan kenaikan kadar hemoglobin pada ibu hamil di Klinik Barokah Pajang dengan nilai *P- Value* yang signifikan secara statistik 0,049.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Sugita dan Kuswati (2020) menyatakan bahwa mengonsumsi 7 buah kurma dalam 14 hari dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III karena setiap 100 gram kurma mengandung 1,02 mg zat besi. selain itu kurma juga mengandung protein, karbohidrat, niasin dan vitamin yang membantu pembentukan hemoglobin. Hasil Penelitian ini menyebutkan Rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok perlakuan kadar hemoglobin sebelum (*pretest*) pemberian kurma sebesar 10,793 gr/dL dan setelah (*posttest*) pemberian kurma terjadi peningkatan sebesar 11,933 gr/dL dan terlihat terjadi peningkatan (selisih) dari nilai rata-rata *pre* dan *post* sebesar 1,140 gr/dL dengan standar deviasi sebesar 0,6643. Hasil uji statistik diperoleh *p value* <0,05 (0,002<0,05) sehingga  $H_0$  ditolak,  $H_a$  diterima maka konsumsi kurma mempunyai pengaruh yang signifikan secara statistik terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Pusat (Sugita and Kuswati, 2020).

Hasil Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Kamidah et al. (2023) yang berjudul Pengaruh Kurma Dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Di Klinik Pratama Hidayah Sukoharjo. Pada penelitian ini terdiri dari 16 responden kadar hemoglobin diberikan kurma rata-rata 10,1 gr/dl dan setelah diberikan kurma rata-rata 11,1 gr/dl. Terjadi kenaikan kadar hemoglobin 1 gr/dl setelah responden diberi kurma. Dengan hasil penelitian *p value* 0.031<0.05 yaitu ada pengaruh yang bermakna, kurma dapat meningkatkan kadar hemoglobin.

Buah kurma atau yang dikenal dengan nama latin *Phoenix dactylifera* merupakan salah satu jenis tumbuhan palem yang buahnya memiliki rasa manis sehingga dapat dikonsumsi oleh banyak orang (Shahib, 2003 dalam (Sa'diyah, 2021). Menurut Fitriani (2020) dalam (Fauziah and Maulany, 2021) Kurma adalah buah yang manis dan istimewa, kaya akan zat-zat gizi penting bagi manusia. Kurma mengandung vitamin A, vitamin C, vitamin B1 dan B2, mineral seperti zat besi, kalium, posfor, kalsium, magnesium, zing dan sulfur. Selain mengandung vitamin dan mineral, kurma juga mengandung karbohidrat, protein, asam nikotinat dan serat makanan. Karena kandungan gizinya yang kompleks dengan mengonsumsi kurma dapat meningkatkan kadar hemoglobin terutama pada ibu hamil. 100 gr buah kurma terdapat kandungan vitamin C sebesar 6,1 mg dan kandungan zat besi kurma khalas sebesar 1,75 mg. Dimana vitamin C digunakan untuk meningkatkan penyerapan zat

besi sedangkan zat besi itu sendiri diperlukan dalam pembentukan darah.

Buah kurma juga memiliki sifat mampu mendukung erythroprotein oleh hati untuk merangsang sumsum tulang belakang menghasilkan lebih banyak sel darah merah atau hematopoiesis (Hammad, Suhadi, dan Amri, 2015 dalam (Satuhu, 2017). Buah kurma juga mengandung vitamin C. Vitamin C menghambat pembentukan hemosiderin yang sukar dimobilisasi untuk membebaskan besi. adanya vitamin C dalam kurma akan memberikan suasana asam sehingga memudahkan zat besi tereduksi ferri menjadi fero yang mudah diserap usus halus. Vitamin C dan zat besi membentuk senyawa askorbat besi kompleks yang mudah larut dan mudah diabsorpsi. Vitamin C sangat membantu penyerapan besi non heme dengan mereduksi besi yang mudah diabsorpsi (Hammad, Suhaidi, and Amri., 2015 dalam (Kamidah, Yuliaswati and Dewi, 2023). Menurut (Irmawati and Rosdianah, 2020) selain dapat meningkatkan kadar hemoglobin, manfaat yang dapat diperoleh dari kurma yaitu untuk sumber energi, mencegah kanker usus besar, mencegah stroke, meningkatkan produksi dan kualitas asi.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan tentang “Pengaruh Pemberian Kurma Pada Ibu Hamil Trimester III Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin” dengan 20 responden. Peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa:

1. Rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil sebelum diberikan kurma adalah 10,7 gr/dl.
2. Rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil sesudah diberikan kurma adalah 11,7 gr/dl.
3. Ada pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III di TPMB Evi Setiawati

## SARAN

1. Bagi Institusi Pendidikan  
Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kurma dapat meningkatkan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III, maka disarankan mengintegrasikan materi tersebut dalam pendidikan kebidanan terutama materi pembelajaran asuhan kebidanan pada kehamilan
2. Bagi TPMB Evi Setiawati  
Dari hasil penelitian ini disarankan untuk memberikan treatment kurma pada ibu hamil trimester III, sebagai alternatif dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akhirin, M.M. *et al.* (2021) ‘Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil’, *Wellness and Healthy Magazine*, 3(1), pp. 109–115. Available at: <https://doi.org/10.30604/well.158312021>.
- Dahlan, M.S. (2021) *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan edisi 6*. Jakarta: Salemba Medika.
- DSolang, S. *et al.* (2019) ‘Pemberian Buah Kurma (Phoenix Dactylifera) Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil’, *Kesehatan Kemenkes Manado*, pp. 77–84.
- Fahmi, A. (2018) *Bimbingan Nabi Muhammad Saw Tentang Komposisi Dan Porsi Dalam Mengonsumsi Buah Kurma*. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang. Available at: <https://eprints.walisongo.ac.id/id/eprint/9247>.
- Fauziah, N.A. *et al.* (2022) *Asuhan Kebidanan Kehamilan Komprehensif*. Sumatera Barat: PT Global Eksekutif Teknologi. Available at: [https://books.google.com/books/about/Asuhan\\_Kebidanan\\_Kehamilan\\_Komprehensif.html?hl=id&id=CGimEAAAQBAJ#v=onepage&q=asuhan+pada+kehamilan&f=false](https://books.google.com/books/about/Asuhan_Kebidanan_Kehamilan_Komprehensif.html?hl=id&id=CGimEAAAQBAJ#v=onepage&q=asuhan+pada+kehamilan&f=false).

- Fauziah, N.A. and Maulany, N. (2021) 'Konsumsi Buah Kurma untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Anemia', *Majalah Kesehatan Indonesia*, 2(2), pp. 49–54. Available at: <https://doi.org/10.47679/makein.202136>.
- Fauzy, A. et al. (2022) *Metodologi Penelitian*. Jawa Tengah: CV. Pena Persada.
- Fitriani, E. (2020) *Keajaiban Buah Kurma: Varietas, Khasiat, Produk Olahan, dan Teknik Budidaya*. Edited by Ari. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Indarwati, D.Z. (2021) *Pengaruh pemberian jus bayam hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III dengan anemia di Wilayah Puskesmas Puguk Kecamatan Seluma Utara*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
- Irmawati and Rosdianah (2020) *Bahan Ajar: Sari Kurma dapat meningkatkan hemoglobin ibu hamil*. Edited by A. Baharuddin. Gowa: CV. Cahaya Bintang Cemerlang.
- Kamidah, Yuliaswati, E. and Dewi, R.R.K. (2023) 'Pengaruh Kurma Dalam Meningkatkan Kadar Haemoglobin Pada Ibu Hamil Di Klinik Pratama Hidayah Sukoharjo', 13(2).
- Khairani, M. (2022) *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Tangerang Selatan*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta. Available at: [https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/64445/1/Mutia\\_Khairani-FIKES.pdf](https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/bitstream/123456789/64445/1/Mutia_Khairani-FIKES.pdf).
- Khatimah, H. (2021) *Hubungan Faktor Risiko Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester Ketiga Di Wilayah Kecamatan Alla Kabupaten Enrekang Tahun 202*. Universitas Islam Negeri Alauddin Makassar. Available at: <http://repositori.uin-alauddin.ac.id/id/eprint/21333>.
- Lamonge, A.S. et al. (2023) *Metode Penelitian Kuantitatif: Perhitungan Manual dan SPSS*. Edited by N. Mayasari. Padang: Get Press Indonesia. Available at: [https://books.google.co.id/books?id=hOLXEAAAQBAJ&pg=PA7&dq=pengolahan+data+editing+coding+tabulating&hl=id&newbks=1&newbks\\_redir=1&sa=X&ved=2ahUKEwim4r37tcaDAxWLXmwGHRsCAkcQ6AF6BAgEEAI](https://books.google.co.id/books?id=hOLXEAAAQBAJ&pg=PA7&dq=pengolahan+data+editing+coding+tabulating&hl=id&newbks=1&newbks_redir=1&sa=X&ved=2ahUKEwim4r37tcaDAxWLXmwGHRsCAkcQ6AF6BAgEEAI).
- Masthura, S., Desreza, N. and Nurhalita, S. (2021) 'Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kadar Hemoglobin (Hb) Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Kabupaten Aceh Barat Daya', *Idea Nursing Journal*, XII(3), pp. 36–45.
- Pratiwi, A.M. and Fatimah (2022) *Patologi Kehamilan: Memahami Berbagai Penyakit & Komplikasi Kehamilan*. Edited by I.K. Dewi. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Pratiwi, S.D. and Triani, Y. (2024) 'Pemberian Buah Kurma Meningkatkan Kadar Hemoglobin pada Ibu Hamil', *Jurnal Kebidanan Malakbi*, 5(1), p. 48. Available at: <https://doi.org/10.33490/b.v5i1.1103>.
- Profil Kesehatan Kabupaten Sambas (2022) *Profil Kesehatan Kabupaten Sambas Tahun 2022 Edisi 2023*. Available at: <https://dinkes.sambas.go.id/profil-dinas-kesehatan/> (Accessed: 25 November 2023).
- Profil Kesehatan Provinsi Kalimantan Barat (2022) Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Available at: <https://datacloud.kalbarprov.go.id/index.php/s/PLjw5737Xy5yz4P#pdfviewer> (Accessed: 9 December 2023).
- Sa'diyah, N.K. (2021) *Efektifitas Pemberian Jus Buah Bit Dan Kurma Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Di Puskesmas 01 Kecamatan Kedung Kabupaten Jepara*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang. Available at: [http://repository.unissula.ac.id/23895/1/32102000013\\_fullpdf.pdf](http://repository.unissula.ac.id/23895/1/32102000013_fullpdf.pdf).
- Satuhu, S. (2017) *Kurma Khasiat Dan Olahannya*. Penebar Swadaya.
- Sugita and Kuswati (2020) 'Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III', *Jurnal Kebidanan dan Kesehatan Tradisional*, 5(1), pp. 58–66. Available at: <https://doi.org/10.37341/jkkt.v5i1.138>.

- 
- Tyas, E.D.S. (2021) *Pengaruh pemberian sari kurma dan madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Bangetayu Kota Semarang*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Wahyuni, S. *et al.* (2023) 'Efektivitas Konsumsi Kurma Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Trimester III', *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 14(1), pp. 184–187. Available at: <http://forikes-ejournal.com/index.php/SF>.
- Wazaituni, Y., Rohmatika, D. and Dwi, W. (2023) 'Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin Padaibu Hamil Anemia'.
- Widiastini, N.L.S. (2023) *Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Kintamani V*. Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali. Available at: <https://repository.itekes-bali.ac.id/journal/detail/1423/2023faktor--faktor-yang-mempengaruhi-kejadian-anemia-pada-ibu-hamil-di-puskesmas-kintamani-vi>.
- Yuviska, I.A. and Yuliasari, D. (2019) 'Pengaruh Pemberian Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Di Puskesmas Rajabasa Indah Bandar Lampung', *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 5(4), pp. 343–348. Available at: <https://doi.org/10.33024/jkm.v5i4.1860>.