



## PENGARUH PEMBERIAN PUDING JAGUNG KURMA TERHADAP KADAR HB PADA IBU HAMIL ANEMIA

Evie Apriliyanti\*, Gaidha Khusnul Pangestu, Agus Santi Br Ginting

Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Vokasi, Universitas Indonesia Maju, Jl. Harapan No.50, Lenteng Agung, Jagakarsa, Jakarta Selatan, Jakarta 12610, Indonesia

\*[evie12488@gmail.com](mailto:evie12488@gmail.com)

### ABSTRAK

Anemia pada ibu hamil menjadi isu serius karena berbagai dampaknya terhadap kesehatan ibu dan janin. Anemia pada ibu hamil disebut juga sebagai *potential danger to mother and children* karena dapat membahayakan ibu dan anaknya. Anemia pada ibu hamil sangat berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia yang akan dilahirkan dan generasi yang akan datang. Penelitian ini bertujuan Untuk mengetahui pengaruh puding jagung kurma terhadap kadar HB pada ibu hamil anemia di PMB Evie Apriliyanti. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif dan study case literatur review. Penelitian ini dilakukan di PMB Evie Apriliyanti pada bulan januari 2024. Populasi pada penelitian ini adalah ibu hamil yang berkunjung di PMB Evie Apriliyanti. Besar sampel yang dibutuhkan pada penelitian ini yaitu 2 ibu hamil yang mengalami masalah anemia ringan. Teknik sampling pada penelitian adalah purposive sampling. Adapun kriteria inklusi sampel adalah sebagai berikut Bersedia menjadi responden dan Ibu menderita anemia ringan (10,0-10,9 g/dl). Hasil penelitian ditemukan ada pengaruh pemberian tablet Fe dan puding jagung kurma terhadap kadar HB pada ibu hamil anemia di PMB Evie Apriliyanti dengan peningkatan Hb 0,6 gr/dl selama 7 hari pada ibu hamil. Ada pengaruh pemberian tablet Fe dan konseling terhadap kadar HB pada ibu hamil anemia di PMB Evie Apriliyanti dengan peningkatan Hb sebesar 0,2 gr/dl pada ibu hamil.

**Kata kunci:** anemia; konseling; kurma; pudding

## THE EFFECT OF GIVING DATE CORN PUDDING ON HB LEVELS IN ANEMIC PREGNANT WOMEN

### ABSTRACT

*Anemia in pregnant women is a serious issue because of its various impacts on the health of the mother and fetus. Anemia in pregnant women is also known as a potential danger to mother and children because it can endanger the mother and child. Anemia in pregnant women greatly influences the quality of human resources that will be born and future generations. This study aims to determine the effect of date corn pudding on HB levels in anemic pregnant women at PMB Evie Apriliyanti. The method used is a qualitative method and case study literature review. This research was conducted at PMB Evie Apriliyanti in January 2024. The population in this study were pregnant women who visited PMB Evie Apriliyanti. The sample size required for this study is 2 pregnant women who experience mild anemia. The sampling technique in the research was purposive sampling. The sample inclusion criteria are as follows. Willing to be a respondent and mother suffering from mild anemia (10.0-10.9 g/dl). The results of the study found that there was an effect of giving Fe tablets and date corn pudding on HB levels in anemic pregnant women at PMB Evie Apriliyanti with an increase in Hb of 0.6 gr/dl for 7 days in pregnant women. There was an effect of giving Fe tablets and counseling on HB levels in anemic pregnant women at PMB Evie Apriliyanti with an increase in Hb of 0.2 gr/dl in pregnant women.*

**Keywords:** anemia; counseling; dates; pudding

## PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil menjadi isu serius karena berbagai dampaknya terhadap kesehatan ibu dan janin. Anemia pada ibu hamil disebut juga sebagai *potential danger to mother and children* karena dapat membahayakan ibu dan anaknya. Dampak anemia pada ibu hamil menyebabkan abortus dan bayi lahir prematur, *Intrauterine growth restriction* (IUGR), gangguan persalinan, dan pendarahan postpartum. Selain itu, bayi yang lahir dari ibu yang menderita anemia juga lebih mungkin memiliki

berat badan rendah saat lahir, yang bisa memunculkan masalah kesehatan jangka panjang (Guspaneza & Martha, 2019). Anemia pada ibu hamil sangat berpengaruh terhadap kualitas sumber daya manusia yang akan dilahirkan dan generasi yang akan datang. Sekitar setengah dari kejadian anemia tersebut disebabkan karena defisiensi besi (Syarfaini et al., 2019).

Anemia pada ibu hamil akan berdampak buruk, seperti menurunkan fungsi kekebalan tubuh, meningkatkan risiko infeksi, menurunnya kualitas hidup yang berakibat pada keguguran atau abortus, pendarahan yang mengakibatkan kematian, bayi lahir prematur, bayi lahir dengan berat badan rendah (BBLR) dan pendek, serta bisa menyebabkan kematian ibu dan anak. Ibu hamil rentan anemia dikarenakan pola makan yang kurang beragam dan bergizi seimbang, kehamilan yang berulang dalam waktu dekat, kurang asupan makanan kaya zat besi, terjadinya kurang energi kronis (KEK), serta infeksi yang menyebabkan kehilangan zat besi, seperti kecacingan dan malaria. Selain itu, anemia dapat dikarenakan penyakit kronis, seperti tuberkulosis paru, infeksi cacing usus, dan penyakit malaria (Gustanela & Pratomo, 2021). Tujuan dari penelitian ini ada tiga yaitu, yang pertama untuk mengetahui pengaruh pemberian tablet FE dan pudding jagung kurma terhadap kadar HB ibu hamil anemia. Kedua, untuk mengetahui pengaruh pemberian tablet FE dan konseling terhadap kadar HB ibu hamil anemia. Ketiga, untuk mengetahui perbandingan antara yang diberikan tablet FE dan pudding jagung kurma dengan yang diberikan tablet FE dan konseling terhadap kadar HB pada ibu hamil anemia.

## METODE

Metode yang digunakan adalah metode kualitatif dan *study case literatur review*. *Study case literatur review* yaitu serangkaian kegiatan yang berkenaan dengan metode pengumpulan data pustaka, membaca dan mencatat, serta mengelolah bahan penelitian. *Study case literatur review* digunakan untuk mengumpulkan data atau sumber yang berhubungan dengan pudding jagung kurma terhadap kadar HB pada ibu hamil anemia di PMB Evie Apriliyanti yang didapat dari buku teks, jurnal yang diperoleh melalui internet maupun pustaka lainnya dan mengeksplorasi masalah asuhan kebidanan dengan intervensi makanan yang dapat mengatasi anemia pada ibu hamil. Populasi pada penelitian ini adalah ibu hamil yang berkunjung di PMB Evie Apriliyanti.

Besar sampel yang dibutuhkan pada penelitian ini yaitu 2 ibu hamil yang mengalami masalah anemia ringan. Kedua sampel tersebut dilakukan intrvensi: a. Ibu yang diberikan tablet FE dan puding jagung b. Ibu yang diberikan tablet FE dan konseling. Tehnik sampling pada penelitian ini adalah purposive sampling. Adapun kriteria inklusi sampel adalah ibu yang bersedia menjadi responden dan ibu yang menderita anemia ringan. Sedangkan kriteria eklusi adalah responden yang mengundurkan diri saat penelitian berlangsung dan ibu yang sakit malaria dan perdarahan.

## HASIL

Tabel 1.

Perbandingan Hasil Asuhan Kebidanan antara Kasus 1 Pemberian Tablet Fe dan Pudding Jagung Kurma dan Kasus 2 Pemberian Tablet Fe dan Konseling

|   | Hasil Asuhan kebidanan |                      |                      |
|---|------------------------|----------------------|----------------------|
|   | Pretest                | Posttest<br>(4 hari) | Posttest<br>(7 Hari) |
| Kadar Hb pemberian pudding jagung kurma dan tablet fe | 10,5gr/dl              | 10,7gr/dl            | 10,9gr/dl            |
| Kadar Hb pemberian konseling dan tablet fe            | 10.6 gr/dl             | 10,6gr/dl            | 10,8gr/dl            |

Tabel 1, responden yang diberikan pudding jagung kurma mengalami kenaikan kadar HB sebanyak 0,4 gr/dl setelah 7 hari di observasi.

## **PEMBAHASAN**

Penelitian ini membuktikan bahwa ada perbedaan kadar hb ibu hamil sebelum dan setelah diberikan pudding jagung kurma dan tablet FE dengan ibu hamil. Responden yang diberikan pudding jagung kurma mengalami kenaikan kadar HB sebanyak 0,4 gr/dl setelah 7 hari di observasi. Hal ini sejalan juga dengan penelitian Fauziah & Maulany bahwa ada pengaruh kurma terhadap kadar hemoglobin ibu hamil. Berdasarkan hasil uji dependen T test pada kelompok intervensi didapatkan nilai  $p < 0.000 < 0.0$  yang artinya ada perbedaan rata-rata kadar Hb ibu hamil sebelum dan sesudah pemberian buah kurma di wilayah kerja Puskesmas Tanjung Agung. Rata-rata kadar Hb sebelum diberikan intervensi pada kelompok intervensi adalah 10,22 gr%. Dengan kadar Hb terendah adalah 9,4 gr% dan yang tertinggi adalah 10,9 gr%. Sedangkan, rata-rata kadar Hb sesudah pada kelompok setelah intervensi adalah 11,55 gr%. Kadar Hb terendah adalah 10,6 gr% dan kadar Hb tertinggi adalah 12,6 gr% (Fauziah & Maulany, 2021).

Hasil penelitian Scoping Review tentang pengaruh pemberian kurma (*phoenix dactylifera*) terhadap kadar hemoglobin pada pasien anemia juga menunjukkan bahwa kurma dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada pasien anemia. Hasil penelitian ditemukan 4 artikel menunjukkan hasil rata-rata peningkatan kadar hemoglobin lebih dari 1 gr/dL dan 4 artikel lainnya menunjukkan hasil rata-rata peningkatan hemoglobin kurang dari 1 gr/dL (Amaris & Rachman, 2022). Kurma banyak mengandung zat besi, kandungan zat besi yang tinggi bisa digunakan untuk pengobatan anemia. Adanya zat besi yang ada di dalam kurma nanti akan diserap oleh usus dan dibawa oleh darah untuk hemopoiesis (proses pembentukan darah). Zat besi akan berikatan dengan heme dan empat buah globin, yang nantinya akan membentuk satu kesatuan menjadi hemoglobin. Sehingga secara tidak langsung kurma bisa membantu menambah hemoglobin sampai ke angka normal bagi penderita anemia. Menurut data kementerian kesehatan haji menjelaskan bahwa kadar zat besi dalam buah kurma yaitu 1,2 mg/100g buah kurma (11% AKG), dimana zat besi menjadi salah satu komponen dalam darah untuk membawa oksigen dalam darah untuk menjaga keseimbangan zat besi pada tubuh (Purwaningsih, 2023).

Menurut peneliti pudding jagung kurma dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia karena mengandung beberapa nutrisi penting. Jagung adalah sumber zat besi yang baik, yang penting untuk pembentukan hemoglobin. Kurma juga kaya akan zat besi dan memiliki kandungan gula alami yang dapat memberikan energi tambahan. Jadi, kombinasi nutrisi ini dalam pudding jagung kurma dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia. Penelitian ini membuktikan bahwa ada perbedaan kadar hb sebelum dan setelah pemberian konseling dan tablet FE pada ibu hamil. Pada ibu hamil yang diberikan konseling terdapat kenaikan kadar hb sebesar 0,2 gr/dl saja setelah 7 hari di observasi. Responden yang diberikan konseling saja sebelumnya hanya memiliki kadar hb 10,6 gr/dl dan setelah diberikan asuhan kebidanan selama 7 hari menjadi 10,8 gr/dl.

Kegiatan konseling merupakan komunikasi dua arah secara interpersonal dengan suasana tenang, sehingga responden menjadi lebih terbuka untuk menceritakan permasalahan kesehatan. Konsep konseling melalui komunikasi dua arah juga dapat meningkatkan pengetahuan sebagai dasar proses perubahan perilaku. Konseling yang dilakukan bermanfaat untuk menambah pengetahuan ibu (S. M. Rahmawati et al., 2019). Menurut peneliti konseling dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil anemia karena melalui edukasi gizi dapat memberikan informasi tentang makanan kaya zat besi, penyuluhan tentang suplemen zat besi yang diperlukan, serta membantu mengurangi faktor risiko yang memperburuk anemia, sehingga memungkinkan ibu hamil untuk mengambil langkah-langkah yang diperlukan untuk meningkatkan kesehatan mereka dan mengatasi anemia. Meskipun peningkatan kadar hb yang terjadi tidak signifikan.

## SIMPULAN

Ada pengaruh pemberian tablet Fe dan pudding jagung kurma terhadap kadar HB pada ibu hamil anemia di PMB Evie Apriliyanti dengan peningkatan Hb 0,6 gr/dl selama 7 hari pada ibu hamil. Ada pengaruh pemberian tablet Fe dan konseling terhadap kadar HB pada ibu hamil anemia di PMB Evie Apriliyanti dengan peningkatan Hb sebesar 0,2 gr/dl pada ibu hamil. Perbandingan responden pertama sebelum diberikan pudding jagung kurma memiliki kadar hb sebesar 10,5 gr/dl, setelah diberikan pudding jagung kurma dan penambah darah selama 7 hari menjadi 10,9 gr/dl mengalami peningkatan Hb sebesar 0,6 gr/dl, sedangkan responden yang diberikan konseling saja hanya memiliki kadar hb 10,6 gr/dl dan setelah diberikan asuhan kebidanan selama 7 hari menjadi 10,8 gr/dl mengalami peningkatan hb 0,2 gr/dl.

## DAFTAR PUSTAKA

- Amaris, & Rachman. (2022). Pengaruh Pemberian Kurma (*Phoenix dactylifera*) terhadap Kadar Hemoglobin pada Pasien Anemia. *Jurnal Riset Kedokteran*, 2(2), 123–134. <https://doi.org/10.29313/jrk.vi.1538>
- Fauziah, N. A., & Maulany, N. (2021). Konsumsi Buah Kurma untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Dengan Gangguan Anemia. *Majalah Kesehatan Indonesia*, 2(2), 49–54. <https://doi.org/10.47679/makein.202136>
- Guspaneza, E., & Martha, E. (2019). Analisis Faktor Penyebab Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (JUKEMA)*, 5(2), 399–406.
- Gustanela, O., & Pratomo, H. (2021). Faktor Sosial Budaya yang Berhubungan dengan Anemia pada Ibu Hamil (A Systematic Review). *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 5(1), 25–32. <https://doi.org/10.56338/mppki.v5i1.1894>
- Purwaningsih, R. A. Y. U. (2023). *Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri di Ponpes Bustanul Ulum Kabupaten Jember*. Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember.
- Rahmawati, S. M., Madaniyah, S., Anwar, F., & Kolopaking, R. (2019). Konseling oleh Kader Posyandu Meningkatkan Praktik Ibu dalam Pemberian Makan Bayi dan Anak Usia 6-24 Bulan di Desa Pagelaran, Kecamatan Ciomas, Bogor Indonesia. *Gizi Indonesia*, 42(1), 11–22.
- Syarfaini, Alam, S., Aeni, S., Habibi, & Noviani, N. A. (2019). Faktor Risiko Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Sudiang Raya Kota Makassar. *Al-Sihah: Public Health Science Journal*, 11(2), 143–155. <http://103.55.216.56/index.php/Al-Sihah/article/view/11923/7755>