

Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Anemia Dengan Terapi Pemberian Buah Kurma Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Di Puskesmas Sungai Andai

Aslamiah^{1*}, Sarkiah², Novalia Widiya Ningrum³, Ika Avrilina Haryono⁴

^{1,2,3,4}

Universitas Sari Mulia

E-mail: aslamiah058@gmail.com

Article History:

Received Aug 10th, 2025

Accepted Dec 14th, 2025

Published Feb 5th, 2026

Abstrak

Latar Belakang Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan yang sering terjadi di Indonesia, termasuk di Puskesmas Sungai Andai. Terapi buah kurma dapat membantu mengatasi anemia pada ibu hamil karena kandungan zat besi yang tinggi dapat meningkatkan kadar hemoglobin. **Tujuan:** Memberikan Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Anemia dengan Terapi Pemberian Buah Kurma untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin di Puskesmas Sungai Andai. **Metode:** Studi kasus ini menggunakan metode penelitian yang memahami suatu masalah dalam kontak secara langsung berupa interaksi antara peneliti dengan responden. Ciri data ini adalah dapat diamati dan dicatat. Tipe data ini bersifat non-numerik. Jenis data ini dikumpulkan menggunakan SOAP. **Hasil:** Hasil dari studi kasus ini didapatkan G2P1A0 UK 16 minggu dengan masalah anemia. Kadar hemoglobin ibu yaitu 7,6 gr/dl% dan setelah dilakukan pemantauan selama 7 hari dengan memberikan asuhan kebidanan dengan terapi buah kurma 7 biji yang rutin dikonsumsi setiap harinya dengan dibarengi tablet tambah darah diminum 2x1 hari Hasil akhir Ibu mengalami kenaikan kadar hemoglobin sebesar 1,6 gr/dl%. **Simpulan:** ada kenaikan kadar hemoglobin pada Ibu Hamil anemia sebanyak 1,6 gr/dl%. Setelah mengkonsumsi buah kurma sebanyak 7 butir/hari dengan pemberian selama 7 hari.

Kata Kunci: Hemoglobin, Ibu Hamil, Buah Kurma

Abstract

Background: Anemia in pregnant women is a common health problem in Indonesia, including at Puskesmas Sungai Andai. Date palm therapy can help overcome anemia in pregnant women because of its high iron content, which can increase hemoglobin levels. **Purpose:** To provide midwifery care to pregnant women with anemia using date palm therapy to increase hemoglobin levels at Puskesmas Sungai Andai. **Method:** This case study uses a research method that understands a problem through direct contact in the form of interaction between researchers and respondents. The characteristics of this data are observable and recordable. The type of data is non-numeric. The data is collected using SOAP. **Result:** The results of this case study showed a G2P1A0 at 16 weeks of gestation with moderate anemia. The mother's hemoglobin level was 7.6 g/dl%, and after 7 days of monitoring with midwifery care and date palm therapy (7 dates consumed daily) accompanied by iron tablets (2x1/day), the mother experienced an increase in hemoglobin levels of 1.6 g/dl%. **Conclusion:** there was an increase in hemoglobin levels in anemic pregnant women by 1.6 g/dl% after consuming 7 dates per day for 7 days

Keywords: Hemoglobin, Pregnantwomen, Dates

1. PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu kondisi atau kondisi yang ditandai dengan penurunan kadar hemoglobin (Hb), hematokrit atau jumlah sel darah merah dalam tubuh. Anemia pada masa kehamilan adalah kondisi ibu dengan kadar hemoglobin kurang dari 11 gr% pada trimester pertama dan ketiga atau <10,5 gr% pada trimester kedua (Aurelia et al., 2022).

Anemia pada masa kehamilan dapat berbahaya bagi ibu atau janin, sehingga anemia dalam kehamilan disebut "*potential danger to mother and child*". Akibat yang dapat terjadi bila ibu hamil menderita anemia antara lain keguguran, kelahiran premature, keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan janin serta pendarahan prenatal. Ketuban pecah dini dapat terjadi saat persalinan gangguan his sampai dengan partus lama. Saat nifas dapat terjadi perdarahan *post partum*, infeksi masa nifas, dan penurunan produksi ASI (Friscila et al., 2023, Gusnidarsih, 2020).

Dikutip dari *Journal Of Community Engagement in Health* bahwa hasil penelitian Fakultas Kedokteran di seluruh Indonesia menyebutkan bahwa angka kejadian anemia ibu hamil di Indonesia adalah 50-63%. Penyebab paling besar dari anemia kehamilan adalah kekurangan zat besi yang faktor pencetusnya grande multipara, status social ekonomi rendah, malaria, HIV, dan jarak dari anak pertama dan seterusnya yang tidak teratur.

Menurut WHO menyatakan bahwa tingkat anemia defisiensi zat besi pada ibu hamil berkisar antara 20 hingga 89 persen, dengan dasar Hb sebesar 11 gram. Anemia pada ibu hamil sekitar 35 hingga 75 persen, dan meningkat seiring dengan usia kehamilan. Dibandingkan dengan negara maju, anemia defisiensi zat besi lebih umum di negara berkembang 36,0% dari 380 juta orang di negara berkembang menderita anemia, sedangkan di negara maju prevalensi anemia hanya sekitar 8% dari 1,2 milyar orang (Dai, 2021).

Pada tahun 2022, COVID-19 adalah penyebab angka kematian ibu (AKI) tertinggi yang mencapai 2.982 kasus, perdarahan 1.320 kasus, hipertensi dalam kehamilan 1.077 kasus, jantung 335 kasus, infeksi 207 kasus, gangguan metabolik 80 kasus, gangguan sistem peredaran darah 65 kasus, dan abortus 14 kasus (Kemenkes RI, 2022). Perdarahan postpartum disebabkan oleh faktor 4T, yang terdiri dari tonus, trauma, jaringan, dan thrombin. Kelainan tonus disebabkan oleh trauma, kelainan jaringan, dan thrombin adalah gangguan pembekuan darah. Perdarahan pasca salin yang paling umum adalah antonia uteri, yang menyebabkan hingga 80% dari semua perdarahan. Penurunan hemoglobin yang rendah pada ibu yang mengalami anemia dapat terjadi lebih cepat jika terjadi perdarahan. Disabilitas uterus, penyebab langsung atonia uteri, yang dapat menyebabkan perdarahan, dikaitkan dengan anemia. Atonia uteri adalah salah satu penyebab perdarahan postpartum.

Menurut data Dinas Kesehatan Kota Banjarmasin pada tahun 2022, ada 1.052 ibu hamil yang mengalami anemia sedangkan menurut data Dinas Kesehatan di tahun 2023, adanya peningkatan sebanyak 1.117 Ibu hamil yang mengalami anemia dengan jumlah data ibu hamil anemia tertinggi di Puskesmas Sungai Andai dengan 107 ibu hamil mengalami anemia baik anemia berat ataupun ringan (Dinkes, 2023).

Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia pada ibu hamil yaitu: Meningkatkan konsumsi zat besi Secara Farmakologi dengan Tablet Fe dan untuk non farmakologi bisa dengan sumber alami, terutama makanan sumber hewani (hemiron) yang mudah diserap seperti hati, daging, ikan. Selain itu perlu pemerintah juga memberikan kontribusi seperti memberikan 90 tablet zat besi kepada ibu hamil, namun angka kejadian anemia di Indonesia masih tinggi. Pemenuhan nutrisi didalam tubuh salah satunya didapatkan pada buah buahan maupun sayuran, salah satunya adalah kurma. Kadar zat besi dalam buah kurma juga cukup tinggi yaitu 0,90mg/100g buah kurma (11% AKG). Kemudian kurma yang kaya zat besi menjadi salah satu komponen dalam darah untuk membawa oksigen dalam darah.

Menurut USDA (*United States Departement and Agriculuture*) *National Nutrient Database for standard reference*, kurma memiliki beberapa komponen penting yang mampu meningkatkan kadar haemoglobin bagi yang mengkonsumsinya. Kurma seberat 100 gr mengandung 2,81 gram protein, 7,1 gram serat, kalsium 35 mg, karbohidrat 88,78 gram, vitamin C 0,4 mg dan zat besi 1,02 mg. Kurma mengandung Riboflavin, Niasin, Piridoksal, dan Folat dimana dalam 100 gram kurma memenuhi lebih dari 9% kebutuhan vitamin sehari.

Hal ini sejalan pada penelitian (Sugita, 2020) konsumsi buah kurma yang dikonsumsi 7 biji/hari selama 7 hari terdapat peningkatan rata-rata dari sebelum dan sesudah pada kelompok perlakuan. Berdasarkan uji statistik yang telah dilakukan menunjukkan bahwa rata-rata kadar hemoglobin ibu hamil pada kelompok perlakuan sebelum adalah 10,793 g/dL, Rata-rata kadar hemoglobin sesudah konsumsi buah kurma adalah 11,933 g/dL.

Pada studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Sungai Andai menemukan bahwa 116 ibu hamil yang terdata tergolong anemia berdasarkan pemeriksaan data dari ruang gizi. Hasil Tanya jawab singkat, dari 5 orang Ibu hamil ada 5 orang yang mengalami anemia terdapat 3 orang yang mengatakan ia mengonsumsi obat tablet tambah darah dan juga mengonsumsi hati ayam. Sedangkan 2 orang ibu hamil lainnya mengatakan jarang mengonsumsi tablet tambah darah karena tidak suka terhadap bau obat akan tetapi suka mengonsumsi hati ayam. Kemudian dari 5 orang ibu hamil tersebut hanya ada 1 orang ibu hamil yang mengetahui bahwa salah satu manfaat mengonsumsi buah kurma dapat meningkatkan kadar Hemoglobin, Sedangkan 4 orang ibu hamil lainnya tidak mengetahui hal tersebut.

Kemudian penulis juga sempat mewawancarai pada salah satu tenaga kesehatan ahli gizi di Puskesmas Sungai Andai, Ia mengatakan ibu hamil di puskesmas ini sering bercerita bahwa ia mengonsumsi coklat ternyata dalam kandungan coklat terdapat nilai kafein yang mana bisa menghambat penyerapan zat besi. Selain itu juga ada faktor yang mempengaruhi perilaku ibu hamil di sana sering kelupaan memberi ceklis di buku KIA tentang kontrol minum TTD, Sehingga tenaga kesehatan disana tidak bisa memantau apakah ibu hamil ini rutin meminum tablet Fe atau tidak. Maka peneliti tertarik melakukan studi kasus dengan judul “ Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Anemia Dengan Terapi Buah Kurma Untuk Peningkatan Kadar Hemoglobin di Puskesmas Sungai Andai ”

2. METODE PENELITIAN

Metode studi kasus yang digunakan dalam studi kasus ini secara observasional dan pendekatan menggunakan data kualitatif yang dilakukan di Puskesmas Sungai Andai Kota Banjarmasin.

Dalam studi kasus ini merupakan penelitian kualitatif menggunakan metode penelitian yang memahami suatu masalah dalam kontak secara langsung dengan mengedepankan proses interaksi komunikasi yang mendalam antara penulis dengan responden. Ciri data ini adalah dapat diamati dan dicatat. Tipe data ini bersifat non-numerik. Jenis data ini dikumpulkan menggunakan SOAP.

Instrumen studi kasus yang dilakukan dalam penelitian ini adalah berupa lembar observasi pretest dan posttest untuk mengetahui tingkatan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan Buah Kurma, lembar persetujuan menjadi responden sebagai bukti bahwa responden bersedia menjadi sampel dalam penelitian, dengan mengonsumsi Buah Kurma sebanyak 7 biji / hari selama 7 hari dan alat pengukur digital hemoglobin easy touch GCHB.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan data pengkajian yang didapatkan Ny. H berusia 29 tahun dan G2P1A0 hamil 16 minggu dengan keluhan pusing dan bibir pucat. Riwayat perkawinan Ibu mengatakan kawin 1 kali, kawin pertama kali umur 24 tahun dengan suami sekarang sudah 5 Tahun, HPHT: 10-01-2025 dan taksiran partus 12-10-2025. Ibu memiliki riwayat konsumsi makanan yang cukup seimbang, namun memiliki kebiasaan minum teh setiap pagi pada saat makan, ibu juga tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah karena merasa mual. Maka ditemukan penulis ada beberapa Faktor-faktor yang mempengaruhi ketidakpatuhan ibu dalam mengonsumsi tablet Fe adalah Kurangnya informasi tentang manfaat dan cara mengonsumsi tablet Fe dan Efek samping yang tidak nyaman seperti mual, muntah, dan konstipasi.

Hal ini sesuai teori tri hardiati, (2021) Hal tersebut dapat disebabkan oleh karena kurangnya informasi tentang tablet Fe yang diberikan oleh petugas kesehatan. Banyaknya Ibu hamil yang tidak patuh tersebut dapat dipengaruhi oleh efek samping yang kurang nyaman dirasakan oleh Ibu ketika mengonsumsi tablet Fe, seperti mual, muntah, konstipasi dan nyeri ulu hati. Hal ini sesuai dengan pernyataan Hidayah dan Anasari (2021) bahwa suplemen oral zat besi dapat menyebabkan mual, muntah, kram, lambung, nyeri ulu hati, dan konstipasi. Namun derajat mual yang ditimbulkan oleh setiap preparat tergantung pada jumlah elemen zat besi yang diserap.

Dilihat dari hasil pengkajian data yang didapatkan Ibu mengalami tanda dan gejala anemia. Hal ini sesuai dengan teori Sari et al., (2022) bahwa tanda umum terjadinya anemia meliputi keputihan, pusing, letih, lemah, lesu, tidak bersemangat, berkunang-kunang dan sering mengantuk.

Anemia atau sering disebut kurang darah adalah keadaan di mana sel darah merah kurang dari normal, dan biasanya yang digunakan sebagai dasar adalah kadar hemoglobin. WHO menetapkan kejadian anemia ibu hamil berkisar antara 20% dengan menentukan hemoglobin 11 gr% sebagai dasarnya. Kadar hemoglobin normal pada wanita yang sudah menstruasi adalah 12,0 dan untuk ibu hamil nilai kadar hemoglobin yang normal adalah 11,0 g/dL, termasuk anemia ringan (10-11,9gr%), sedang (7-9,9gr%) dan berat (< 7 gr%) (Sari et al., 2022).

Hasil pengkajian secara objektif diperoleh hasil berat badan Ny. badan Ny. H sebelum hamil sebesar 32 kg dan sekarang mengalami kenaikan menjadi 34 kg, tinggi badan Ibu yaitu 144 cm dan hasil pemeriksaan tanda-tanda vital Ibu didapatkan tekanan darah 120/85 mmHg, Nadi 80 x/menit, suhu badan 36.5 °C, respirasi 20 x/menit, BB 34 kg, TB 144 cm, LILA 23,5 cm. Hasil pemeriksaan secara inspeksi diketahui muka Ibu tampak pucat, tidak tampak adanya oedem, sklera tidak ikterik dan dari hasil pemeriksaan Leopold di dapat bahwa TFU berada pertengahan symphysis dan pusat, Baktomen (+), djj 130x/menit Hasil pemeriksaan hemoglobin pada Ny. H selama kehamilan pada pemeriksaan lab hari pertama pengkajian didapatkan kadar hemoglobin Ibu adalah 7,6 gr/dl% dan dilakukan pemeriksaan kadar hemoglobin pada hari ke 8 meningkat sebesar 9,2 gr/dl%.

Dari data perkembangan diatas bisa di simpulkan bahwa kondisi Ibu membaik setelah diberikan terapi selama 7 hari dapat dilihat dari hasil pemeriksaan umum Ibu dalam batas normal dan didukung dari hasil pemeriksaan penunjang bahwa hasil hemoglobin Ibu mengalami peningkatan dari hasil observasi di hari pertama yaitu 7,6 gr/dl% menjadi 9,2 gr/dl% pada hari ke 8 observasi melakukan pemeriksaan hemoglobin akan tetapi ibu masih mengalami anemia dengan kategori anemia ringan. Hal ini sesuai dengan teori dengan Klasifikasi Anemia Menurut WHO, yaitu tidak anemia apabila kadar hemoglobin 11 g/dL, anemia ringan apabila kadar hemoglobin 9 - 10 g/dL, anemia sedang apabila kadar hemoglobin 7 - 8 g/dL, dan anemia berat apabila kadar hemoglobin 5 g/dL (Rahmi, 2019).

Hal ini juga sudah dibuktikan peneliti sebelumnya oleh Hasil penelitian Fatimah, dkk. (2022) menunjukkan bahwa pada remaja putri pesantren Modern (Pondok Modern Gontor Putri 2) dengan jumlah responden 30 siswi dengan diberikan 7 buah kurma selama 7 hari. Dengan intervensi sebelum konsumsi kurma rata-rata 10.89 gr/dl dan setelah konsumsi kurma menjadi 11.89 gr/dl. pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan hemoglobin. Penelitian ini sejalan dengan penelitian safitiri (2021). yang menemukan bahwa sebelum konsumsi kurma rata-rata 11.15 gr/dl dan setelah konsumsi kurma menjadi 12.16 gr/dl, dengan kenaikan rata-rata 1.0 gr/dl.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa ada kenaikan kadar hemoglobin pada Ibu Hamil anemia sebanyak 1,6 gr/dl%. Setelah mengkonsumsi buah kurma sebanyak 7 butir/hari dengan pemberian selama 7 hari.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Agarwal, A. M., & Rets, A. (2021). Laboratory approach to investigation of anemia in pregnancy. In International Journal of Laboratory Hematology (Vol. 43, Issue S1, pp. 65–70). John Wiley and Sons Inc. <https://doi.org/10.1111/ijlh.13551>
- Carolin, B. T., Suprihatin, Indirasari, & Novelia, S. (2021). Pemberian Sari Kacang Hijau Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Siswi Anemia. *Journal for Quality in Women's Health*, 4(1), 109–114. <https://doi.org/DOI: 10.30994/jqwh.v4i1.111>
- Hasnah, Nurhidayah, Fadhillah Gani, N., Risnah, Arbianingsih, Huriati, Hadrayani, E., Ulfah Azhar, M., & Muthaharah. (2021). Strategi Pendidikan Kesehatan pada Ibu Hamil di Masa Pandemi. *Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas*, 1(2), 108–118. <https://doi.org/10.25311/jpkk.vol1.iss2.959>
- Kapitan, M., & Rintho R., R. (2022). Monograf Ehealth Malaria dan Kehamilan (1st ed., Vol. 1). Media Sains Indonesia.
- Sari, S. I. P., Harahap, J. R., & Helina, S. (2022). Anemia Kehamilan.
- Nurislamiah, N., Handayani, L., & Noval, N. (2023). Pengaruh Pemberian Konsumsi Tablet Tambah Darah (Fe) Dan Buah Kurma Terhadap Peningkatan Hb Ibu Hamil Anemia Diwilayah Kerja Puskesmas Panaan. *Jurnal Anestesi*, 2(1), 118–136.
- Pmb, D. I., Dince, H., & Tahun, S. (2021). *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*. 01, 32–44.
- Rizki, M., Muflihah, & Lestari, N. C. A. (2021). Asuhan Kebidanan Komprehensif Pada Ny.P di Wilayah Kerja Puskesmas Kuin Raya Banjarmasin. *Hubungan Anemia Pada Ibu Melahirkan Dengan Kejadian Ketuban Pecah Dini*, 12(1), 1–7.
- Rofifah, D. (2020). Penatalaksanaan anemia ringan dalam kehamilan dengan menggunakan sari kacang hijau. *Paper Knowledge. Toward a Media History of Documents*, 12–26.
- Rohaninda, Herman, & Aluddin. (2021). Studi Pemberian Jus Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. *Jurnal Ilmiah Karya Kesehatan*, 2(1), 85–90.
- Sari, I. W. (2019). Asuhan Kebidanan Pada Ibu Hamil Trimester II Dengan Anemia Ringan. *Jurnal Komunikasi Kesehatan*, 10(1).