

**PENERAPAN KONSUMSI JUS BUAH KURMA (*PHOENIX DACTYLIFERA*)
TERHADAP PENINGKATAN KADAR HB PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS RANTAU PANJANG KIRI KABUPATEN
ROKAN HILIR**

RUSNA WATI, WIRA EKDENI AIFA, RIKA RUSPITA, HIRZA RAHMITA

Fakultas Kesehatan, Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah
rusnawati18031996@gmail.com¹, wiraekdeniaifa15@gmail.com²,
rikaruspita@yahoo.co.id³ hirza.rahmita@ikta.ac.id⁴

Abstract: *Anemia is a condition in which the level of hemoglobin (Hb) in the body is below normal according to certain groups of people. Based on data obtained from the Sinama Grand Health Center, where the incidence of anemia in pregnant women in 2020 was recorded 29 cases with a target of 581 pregnant women, while in 2021 the incidence of anemia has increased to 31 cases with a target of 532 pregnant women. The research objective was to determine the effectiveness of consumption of date palm juice (phoenix dactylifera) on increasing HB levels in third trimester pregnant women at the Sinama Grand Health Center. This type of research is quantitative and quasi-experimental design with one group pretest-posttest. The population is pregnant women and a sample of 12 people, with Total Sampling. The research instruments were observation sheets, pathographs and date juice. Data analysis using univariate and bivariate. The univariate results showed that pregnant women in the third trimester before being given date palm juice experienced anemia with HB levels in the moderate anemia category, namely 100% and after being given date juice, HB levels showed no anemia, namely 91.7%. The results of the Wilcoxon test showed the effectiveness of date palm juice on increasing HB levels in pregnant women, with a p-value of $0.000 < 0.05$. It is hoped that the Sinama Grand Health Center can improve services, especially in the field of care for pregnant women to increase HB levels for pregnant women.*

Keywords: *Dates Juice, Anemia, Pregnant Women*

Abstrak: Sampai saat ini masih banyak ibu hamil yang tidak patuh mengkonsumsi tablet Fe, salah satu penyebabnya adalah efek samping dari tablet Fe tersebut, karena itu ibu hamil rentan mengalami anemia.. Tujuan penelitian mengetahui efektivitas kombinasi jus kacang hijau dan kurma terhadap kadar hb pada ibu hamil. Jenis penelitian kuantitatif dan desain *pre experimental* rancangan *one group with pretest-posttest*. Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Panipahan Kabupaten Rokan Hilir. Populasi adalah ibu hamil dan sampel 12 orang, dengan. *total sampling*. Instrumen penelitian adalah lembar observasi dan SOP. Analisis data menggunakan univariat dan bivariat. Hasil univariat diketahui mayoritas kadar Hb ibu hamil di Puskesmas Panipahan Kabupaten Rokan Hilir dalam kategori anemia ringan yaitu 100% sebelum diberikan Kombinasi jus kacang hijau dan kurma, dan sesudah diberikan ibu hamil tidak anemia yaitu 91,7%. Hasil bivariat diketahui pemberian kombinasi jus kacang hijau dan kurma efektif terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil di Puskesmas Panipahan Kabupaten Rokan Hilir, dengan *p-value* $0.000 < 0,05$. Diharapkan bagi Puskesmas Panipahan dapat meningkatkan pelayanan khususnya dibidang asuhan ibu hamil untuk meningkatkan kadar Hb ibu hamil dengan cara memberikan penyuluhan dan konseling tentang pentingnya mengkonsumsi Kombinasi jus kacang hijau dan kurma.

Kata Kunci: Jus Kurma, Anemia, Ibu Hamil

A. Pendahuluan

Anemia ibu hamil merupakan salah satu permasalahan nasional yang mencerminkan nilai kesejahteraan sosial ekonomi masyarakat. Anemia pada masa kehamilan berpotensi berbahaya bagi ibu dan anak. Anemia karena kekurangan kadar Hb (hemoglobin) dalam darah dapat menyebabkan komplikasi serius bagi ibu pada masa kehamilan, persalinan, dan nifas, serta dapat mengakibatkan abortus, partus prematurus, bahkan perdarahan post partum karena atonia uteri, syok, dan infeksi. Anemia diindikasikan bila kadar Hb kurang dari 11 g/dl pada ibu hamil (Fatwa, 2022).

Ibu hamil yang mengalami anemia pada masa kehamilan terjadi karena proses hemodilusi (pengenceran darah) yang dimulai pada usia kehamilan 10 minggu dan mencapai puncak pada 32-36 minggu. Anemia pada kehamilan harus segera diatasi untuk mencegah terjadinya perdarahan pada proses persalinan dan gangguan pada tumbuh kembang janin (Ulani, 2021). Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2021, angka kejadian anemia pada ibu hamil secara global sebanyak 28-36 juta orang, sedangkan jumlah anemia tertinggi berada di Asia, yaitu sebanyak 12-22 juta orang, dan yang terendah berada di Oceania atau kawasan di Samudera Pasifik sekitar 100-200 orang (WHO, 2021).

Prevalensi anemia pada ibu hamil di Indonesia sebesar 37,1 % (Riskesmas, 2021). Pemberian tablet Fe di Indonesia pada tahun 2021 sebesar 83,3% (Kementerian Kesehatan RI, 2021). Sedangkan angka kejadian Anemia dalam kehamilan di Provinsi Riau mengalami peningkatan. Pada tahun 2021 meningkat menjadi 3.211 orang ibu hamil dengan Hb < 11 gr%, dan pada tahun 2022 tercatat 2.110 orang ibu hamil dengan Hb < 11 gr% dan (Profil Kesehatan Riau, 2022). Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Rantau Panjang Kiri, dimana angka kejadian anemia pada ibu hamil pada tahun 2022 tercatat 29 kasus dengan sasaran ibu hamil 581 orang, sedangkan pada tahun 2023 angka kejadian anemia mengalami peningkatan menjadi 31 kasus dengan sasaran ibu hamil 532 orang. Salah satu program pemerintah dalam menurunkan angka kejadian anemia pada ibu hamil yaitu dengan pemberian tablet Fe secara gratis sebanyak 90 tablet selama kehamilan.

Salah satu program pemerintah untuk mencegah anemia pada ibu hamil adalah menyarankan ibu hamil untuk mengonsumsi TTD minimal 90 tablet selama kehamilan. Meskipun program suplementasi TTD telah dilakukan, angka prevalensi anemia masih tetap tinggi. Konsumsi TTD berhubungan dengan pelaksanaan program TTD yang berpengaruh terhadap kepatuhan konsumsi Fe dan cakupan pemberian Fe serta dampaknya berupa kejadian anemia, salah satu faktor yang membuat ibu hamil tidak patuh mengonsumsi TTD adalah karena adanya efek samping dari TTD tersebut (Kemenkes RI, 2022).

Sampai saat ini masih banyak ibu hamil yang tidak patuh mengonsumsi tablet Fe, salah satu penyebabnya adalah efek samping dari tablet Fe tersebut. Untuk itu, dibutuhkan pengobatan anemia dengan alternative menggunakan tumbuhan atau herbal, salah satunya adalah buah kurma. Pemberian jus kurma pada ibu hamil sebagai pengganti Fe yang diberikan pada saat ANC (*Antenatal Care*) diharapkan dapat membantu meningkatkan kadar Hb ibu hamil dan mencegah anemia pada kehamilan. Kurma memiliki berbagai macam kandungan nutrisi seperti: kaliumasam salisilat, gula, vitamin A, thiamin, riboflavin, niasin, karatenoid, fosfor, serat pangan, lemak tak jenuh, serta zat besi. Manfaat kurma bagi kesehatan antara lain sebagai anti diabetes, anti mikroba, anti inflamasi, anti oksidan, anti hiperlipidemik, mencegah anemia, rakhitis, dan osteomalasia, serta memperlancar persalinan (Diana, 2022).

Kurma memiliki nama latin *Phoenix dactilifera*. Kurma memiliki kandungan nutrisi yang berguna bagi tubuh. Kandungan utama dalam kurma adalah glukosa yang kadarnya mencapai 50% dari seluruh kandungan buahnya. Selain itu, kurma mengandung berbagai

vitamin yang diperlukan oleh tubuh. Dalam setiap 100 gram kurma kering terkandung 50 IU vitamin A; 0,4 mg vitamin C; 0,09 mg tiamin; 0,10 mg riboflavin, 2,20 mg niasin, asam nikotinat dan 3,2 mg zat besi (Sari, 2022). Menurut penelitian Susilowati & Suryani (2021), yang dilakukan di BPM Cangkringan Sleman Yogyakarta, didapatkan hasil bahwa adanya pengaruh kenaikan kadar hemoglobin dengan pemberian buah kurma, menggunakan uji *test Paired t-test dan Independet t-test* dengan rata-rata kenaikan kadar hemoglobin sebesar 1,1%, dengan nilai signifikan sebesar 0,001. Menurut penelitian Cholifah & Amalia (2021), didapatkan hasil uji statistic yang digunakan *wilcoxon signed rank test*. hasil *wilcoxon signed rank test* didapatkan nilai ρ value = 0.005 sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan (ρ value $0.005 < 0,05$) pemberian kurma dalam membantu menaikkan kadar zat besi dalam darah sehingga membantu mencegah anemia.

Berdasarkan study awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 14 Sepember tahun 2024 terhadap 5 orang ibu hamil didapatkan hasil pemeriksaan fisik dari konjungtiva mata terlihat pucat dan mengeluh sering mudah lelah, tetih dan lesu. Setelah dilakukan pemeriksaan HB, ditemui sebanyak 4 orang (90%) diantaranya menunjukkan HB < 11 gr/dl dari 4 orang tersebut 2 orang menunjukkan Hb 10,5 gr/dl. 1 orang 9,7 gr/dl dan 1 orang lainnya menunjukkan Hb 9,5 gr. Selain itu, ibu juga menyatakan tidak pernah tahu manfaat kandungan kurma untuk meningkatkan Hb dan mereka tidak pernah mengkonsumsi buah kurma selama kehamilan. Selain itu peneliti melakukan percobaan terhadap 2 orang ibu hamil yang HB nya < 11 gr/dl dengan memberikan jus kurma pada kedua ibu tersebut selama 1 minggu, pada hari kedelapan peneliti melakukan pemeriksaan HB kembali dan hasil tersebut menunjukkan HH ibu > 11 gr/dl. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian yang lebih mendalam lagi dan mengangkat judul tentang “Penerapan Konsumsi Jus Buah Kurma (*Phoenix dactilifera*) Terhadap Peningkatan Kadar HB Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Rantau Panjang Kiri”.

B. Metodologi Penelitian

Jenis eksperimen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre experiment* dengan rancangan *one group with pretest-posttest*. Rancangan penelitian ini dilakukan pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding, pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah intervensi (Saryono,2019). Adapun rancangan penelitian secara ringkas dapat dilihat pada skema 3.1

$\rightarrow O_1 \quad \rightarrow X \quad O_2$

Skema 3.1

Rancangan Penelitian

Keterangan:

O_1 = kadar hb ibu hamil sebelum diberikan jus kurma

X = intervensi dengan jus kurma

O_2 = kadar hb ibu hamil sesudah diberikan jus kurma

C. Hasil dan Pembahasan

Puskesmas Rantau Panjang Kiri terletak di Kecamatan Kubu Babussalam yang merupakan sebuah Kecamatan baru yang merupakan wilayah pemekaran dari Kecamatan Kubu. Dibentuk pada tanggal 15 bulan Maret tahun 2012. Kecamatan Kubu Babussalam terletak di Kabupaten Rokan Hilir, dengan luas Wilayah \pm 531,38 km dan terletak pada ketinggian \pm 3 m dari permukaan laut. Puskesmas Rantau Panjang Kiri Titik Koordinat Lintang 2.0242 dan Koordinat Bujur 100.63805.6 . Kecamatan Kubu Babussalam memiliki batas-batas wilayah sebagai berikut :

1. Sebelah Utara berbatasan dengan Selat Malaka
2. Sebelah Timur berbatasan dengan Pekaitan dan Kecamatan Bangko Pusako

3. Sebelah Selatan berbatasan dengan Kecamatan Bagan Sinembah
4. Sebelah Barat berbatasan dengan Kecamatan Kubu

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti dengan cara melakukan observasi kepada 12 orang ibu hamil, untuk mengetahui penerapan konsumsi jus buah kurma (*phoenix dactilifera*) terhadap peningkatan kadar hb pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Rantau Panjang Kiri.

Analisis Univariat

Kadar HB ibu sebelum diberikan jus kurma

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Kadar HB Ibu Hamil sebelum diberikan jus kurma di Puskesmas Rantau Panjang Kiri

No	Kadar HB	Frekuensi	%
1	Anemia Ringan	12	100
2	Tidak anemia	0	0
Total		12	100

Berdasarkan tabel 4.1 diatas diketahui bahwa seluruh ibu hamil trimester III memiliki kadar HB dengan anemia sedang yaitu 100%.

Kadar HB ibu sesudah diberikan jus kurma

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Kadar HB Ibu Hamil sesudah diberikan jus kurma di Puskesmas Rantau Panjang Kiri

No	Kadar HB	Frekuensi	%
1	Anemia Ringan	1	8,3
2	Tidak anemia	11	91,7
Total		12	100

Berdasarkan tabel 4.2 diatas diketahui bahwa sebagian besar ibu hamil trimester III memiliki kadar HB menunjukkan tidak anemia yaitu 91,7% dan yang anemia ringan sebanyak 8,3%.

Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil uji normalitas penerapan konsumsi jus buah kurma (*phoenix dactilifera*) terhadap peningkatan kadar hb pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Rantau Panjang Kiri, dengan menggunakan *Shapiro wilk* didapatkan hasil untuk pretest dengan nilai $p = 0,046 < 0,05$. Sedangkan untuk *posttest* didapatkan hasil nilai $p = 0,575$ yang artinya distribusi adalah normal, maka uji yang digunakan adalah uji parametrik dengan uji *paired sampel t test*.

Penerapan Konsumsi Jus Buah Kurma (*Phoenix Dactilifera*) Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Rantau Panjang Kiri

Berdasarkan hasil uji statistik mengenai penerapan konsumsi jus buah kurma (*phoenix dactilifera*) terhadap peningkatan kadar hb pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Rantau Panjang Kiri dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4.3 Efektivitas jus kurma terhadap peningkatan kadar HB Ibu Hamil di Puskesmas Rantau Panjang Kiri

Pemberian jus kurma	Rata-Rata kadar HB ibu	<i>p.value</i>	Keputusan
Sebelum	9,7	0,000	Signifikan
Sesudah	12,2		
Selisih	2,5		

Tabel 4.3 diatas menunjukkan nilai rata-rata kadar HB responden sebelum diberikan jus kurma adaah 9,7 gr% dan setelah diberikan jus kurma kadar HB ibu mengalami peningkatan menjadi 12,2 gr%, dengan nilai selisih 2,5. Uji statistic dengan *paired t test* menunjukkan *p-value* 0.000 yang artinya *p-value* $< \alpha$ yang menunjukkan jus kurma efektif terhadap peningkatan kadar HB pada ibu hamil trimester III.

Penerapan Konsumsi Jus Buah Kurma (*Phoenix Dactilifera*) Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Rantau Panjang Kiri

Berdasarkan hasil analisis univariat diketahui bahwa seluruh ibu hamil trimester III mengalami anemia sedang yaitu 100% sebelum diberikan perlakuan dengan jus kurma, dan setelah dilakukan perlakuan sebagian besar ibu hamil trimester III memiliki kadar HB normal yaitu 91,7%, sedangkan hasil analisis bivariat menunjukkan nilai rata-rata kadar HB responden sebelum diberikan jus kurma adaah 9,7 gr% dan setelah diberikan jus kurma kadar HB ibu mengalami peningkatan menjadi 12,2 gr%. Namun dari hasil penelitian didapatkan juga bahwa ada 1 orang ibu yang kadar HBnya 10,5 gr% tidak berubah sebelum dan sesudah diberikan perlakuan. Hal ini disebabkan oleh faktor lain, seperti pada saat intervensi berlangsung ibu mengkonsumsi makanan atau minuman yang dapat mengganggu penyerapan zat besi yang terkandung pada kurma, seperti minuman teh manis yang mengandung polifenol atau ubi jalar yang mengandung oksalat, serta putih telur yang mengandung albumin. Sedangkan hasil uji statistik dengan *paired t test* menunjukkan *p-value* 0.000 yang artinya *p-value* $< \alpha$ yang menunjukkan jus kurma efektif terhadap peningkatan kadar HB pada ibu hamil trimester III.

Hal ini didukung oleh penelitian Susilowati & Suryani (2021), didapatkan hasil ada pengaruh pemberian buah kurma selama 1 minggu pada ibu hamil terhadap kenaikan kadar hemoglobin dengan rata-rata kenaikan kadar hemoglobin sebesar 1,1%, dengan nilai signifikan sebesar 0,001. Menunjukkan adanya pengaruh kenaikan kadar hemoglobin dengan pemberian buah kurma, menggunakan uji *test Paired t-test*. Menurut penelitian Cholifah & Amalia (2021), didapatkan hasil uji statistic yang digunakan *wilcoxon signed rank test*. hasil *wilcoxon signed rank test* didapatkan nilai p value = 0.005 sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh yang signifikan (p value $0.005 < 0,05$) pemberian kurma dalam membantu menaikkan kadar zat besi dalam darah sehingga membantu mencegah anemia. Terapi herbal biasanya sangat diminati oleh masyarakat selain merasa aman karena terbuat dari bahan yang berasal dari alam pembuatan dan bahannya juga mudah di dapat untuk dikonsumsi sehari-hari (Rahimsyah. 2017). Terapi kombinasi yang berasal dari herbal ini dua diantara nya yang diteliti oleh peneliti adalah kurma.

Menurut Ros & Horton (2018), Anemia sering terjadi pada ibu hamil. Anemia gizi besi berdampak pada menurunnya kemampuan motorik anak, menurunnya skor IQ, menurunnya kemampuan kognitif, menurunnya kemampuan mental anak, menurunnya produktivitas kerja pada orang dewasa, yang akhirnya berdampak pada keadaan ekonomi, dan pada wanita hamil akan menyebabkan buruknya persalinan, berat bayi lahir rendah, bayi lahir premature, serta dampak negatif lainnya seperti komplikasi kehamilan dan kelahiran. Akibat lainnya dari anemia gizi besi adalah gangguan pertumbuhan, gangguan imunitas serta rentan terhadap pengaruh racun dari logam-logam berat. Defisiensi besi berpengaruh negatif terhadap fungsi otak, terutama terhadap fungsi *neurotransmitter* (penghantar syaraf). Akibatnya, kepekaan reseptor syaraf dopamin berkurang yang dapat berakhir dengan hilangnya reseptor tersebut. Daya konsentrasi, daya ingat, dan kemampuan belajar terganggu, ambang batas rasa sakit meningkat, fungsi kelenjar tiroid dan kemampuan mengatur suhu tubuh juga menurun. (Almatsier, 2019).

Ibu hamil yang mengalami anemia pada masa kehamilan terjadi karena proses hemodilusi (pengenceran darah) yang dimulai pada usia kehamilan 10 minggu dan

mencapai puncak pada 32-36 minggu. Anemia pada kehamilan harus segera diatasi untuk mencegah terjadinya perdarahan pada proses persalinan dan gangguan pada tumbuh kembang janin (Ulani, 2014). Pemberian jus kurma pada ibu hamil sebagai pengganti tablet zat besi (tablet Fe) yang diberikan pada saat ANC (*Antenatal Care*) diharapkan dapat membantu meningkatkan kadar Hb ibu hamil dan mencegah anemia pada kehamilan. Kurma memiliki berbagai macam kandungan nutrisi seperti: kaliumasam salisilat, gula, vitamin A, thiamin, riboflavin, niasin, karatenoid, fosfor, serat pangan, lemak tak jenuh, serta zat besi. Manfaat kurma bagi kesehatan antara lain sebagai anti diabetes, anti mikroba, anti inflamasi, anti oksidan, anti hiperlipidemik, mencegah anemia, rakhitis, dan osteomalasia, serta memperlancar persalinan (Diana, 2013). Kurma memiliki nama latin *Phoenix dactilifera*. Kurma memiliki kandungan nutrisi yang berguna bagi tubuh. Kandungan utama dalam kurma adalah glukosa yang kadarnya mencapai 50% dari seluruh kandungan buahnya. Selain itu, kurma mengandung berbagai vitamin yang diperlukan oleh tubuh. Dalam setiap 100 gram kurma kering terkandung 50 IU vitamin A; 0,4 mg vitamin C; 0,09 mg tiamin; 0,10 mg riboflavin, 2,20 mg niasin, asam nikotinat dan 0,90 mg zat besi (Sari, 2013).

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 monosakarida kemudian menjadi glukosa. Glukosa sebagai bahan bakar utama metabolisme akan mengalami glikolisis (pemecahan) menjadi 2 piruvat dan menghasilkan energi berupa Adenosin Trifosfat (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 (Poedjiadi, 2007 dalam Yuliyanti, 2012). 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.

Menurut asumsi peneliti, jus kurma sangat efektif meningkatkan kadar HB pada ibu hamil. Hal ini disebabkan karena kandungan kurma 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. Selain itu juga diketahui bahwa pada 100 gram kurma memiliki kandungan Fe paling tertinggi diantara jenis makanan lainnya, yaitu 3,2 mg. sedangkan kebutuhan zat besi ibu hamil trimester III adalah ± 5 mg per hari, (kehilangan basal 0,8 mg/hari). Sehingga mengonsumsi kurma selama 7 hari sebanyak 100 gram atau kurang lebih 5-7 buah secara rutin akan membantu meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Selain itu terapi jus kurma ini dapat menjadi alternatif bagi ibu hamil dengan anemia yang tidak mau mengonsumsi tablet suplemen besi karena efek samping seperti mual dapat digantikan dengan terapi jus ini karena telah terbukti dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil dengan anemia. Peningkatan kadar Hb ini juga didukung dari hasil penelitian diketahui karakteristik responden mayoritas dalam kategori usia produktif yaitu 20-25 tahun, hal ini menyebabkan penyerapan zat besi dalam tubuh lebih baik di banding usia yang kurang produktif atau usia > 35 tahun.

D. Penutup

Diketahui anemia pada ibu hamil trimester III sebelum diberikan jus kurma mengalami anemia dengan kadar HB kategori anemia sedang yaitu 100%. Diketahui anemia pada Ibu hamil trimester III sesudah diberikan jus kurma mengalami kadar HB

menunjukkan tidak anemia yaitu 91,7%. Ada efektivitas jus kurma terhadap peningkatan kadar HB pada ibu hamil, dengan p -value $0.000 < 0,05$.

Daftar Pustaka

- Anita, (2020). *Herbal dan Obat*. Jakarta : Jutaja
- Andryani, (2021). *Gambaran Hasil Pemeriksaan Kehamilan Ibu*. Dari : Jurnal Kesehatan. Vol 3. ISBN : 23245.
- Almatsier, (2019). *Gizi Ibu Hamil*. Jakarta: Dutapress
- Arya, (2022). *1001 Manfaat Buah Untuk Kesehatan* . Jakarta: Pustaka Pelajar
- Aria, (2022). *Efektivitas Konsumsi Jus Buah Buah naga Terhadap Peningkatan Kadar HB Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Bagan Asahan Pekan*. Jurnal Kebidanan. Jurnal Kebidanan. STIKes Sari Husada.
- Arisman (2021), *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Pustaka Pelajar
- Buckle *et al.*, (2021). *Khasiat Buah Kurma*. Jakarta: Pustaka Pelajar
- Cholifah & Amalia (2021), *Pengaruh Konsumsi Jus Kurma Terhadap Peningkatan Kadar HB Pada Ibu Hamil Yang Mengalami Anemia*. Dari : Naskah Publikasi. Fakultas Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta
- Dahlan (2020). *Statistik Kedokteran*. Jakarta :Salemba Medika.
- Diana, (2022). *Anemia Kehamilan*. Jakarta : Bumi Aksara
- Fatwa, (2021). *Kehamilan dan Persalinan*. Jakarta: Duajaya
- Gemilang, (2022). *Tanaman Obat* . Jakarta: Binajaya
- Hidayat, (2022). *Analisis Kesehatan dan Metode Penelitian*. Jakarta : ECG
- Heryati, dkk. (2019). *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : ECG
- Hestiantoro, dkk, (2022). *Anemia dalam Kehamilan*. Jakarta : FKUI
- Hutahaean, (2022). *Panduan Untuk Kehamilan*. Jakarta : Trans Info Media
- Jain, (2021). *Herbal dan Obat*. Jakarta: Jutaja
- Kemenkes RI (2022). *Penanggulangan Anemia Pada Ibu Hamil*.
- Maria Margareta Hutajulu, *Space Occupying Lesion*, Ensiklopedia of Journal, Volume 1, Nomor 1, 2018.
- Maria Magareta Hutajulu, *Ilmu Untuk Ilmu Dan Ilmu Untuk Pemecahan Masalah*, Ensiklopedia Of Journal, Vol. 6 No. 3 Edisi 1. 2024.
- Martin (2020). *Perawatan Kehamilan*. Jakarta : Binapustaka
- Manuaba (2022). *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : Salmeba Medika
- Muhammad, (2015). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Pustakapress
- Nuria. (2021), *Gizi Ibu Hamil*. Jakarta : EGC
- Notoatmodjo, S. (2021). *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : EGC
- Pantikawati, (2021). *Perawatan Kehamilan*. Jakarta : Salemba Medika
- Purwanto, (2021). *Anemia Kehamilan*. Jakarta : Bumi Aksara
- Podjiadi & Yulianti (2012). *Anemia dan Penanganan*. Jakarta Binapustaka
- Proverawati (2019). *Perawatan Ibu Hamil*. Jakarta: Duajaya
- Prawirohardjo, (2021). *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Duta Press
- Profil Kesehatan Riau (2022). *Prevalensi Kehamilan di Riau*.
- Rahimsyah, (2017). *Pengaruh Konsumsi Jus Kurma Terhadap Peningkatan Kadar HB Pada Ibu Hamil Yang Mengalami Anemia*. Dari : Naskah Publikasi. Fakultas Kesehatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta
- Rukiyah, Ai Yeyeh, dkk, (2021). *Asuhan kebidanan*. Jakarta: Pustaka Pelajar
- Ros & Harton, (2022). *Herbal dan Obat*. Jakarta: Jutaja
- Saifuddin, (2021). *Asuhan Kebidanan*. Jakarta: ECG
- Saryomo (2019). *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : EGC
- Susilowati & Suryani (2021). *Pencegahan Anemia dengan Herbal*. Jakarta : Dutapress

- Sayogo, (2021). *Gizi dan Kehamilan*. Jakarta: Pustaka Pelajar
- Shokah, (2021). *Asupan Nutrisi Ibu Hamil*. Jakarta: Jutaja
- Sholichah N (2021). *Anemia Kehamilan*. Jakarta : Bumi Aksara
- SDKI, (2015). *Rekapitulasi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil*. <http://www.komdat.com>. diakses 10 Januari 2021
- Sari, (2022). *Gizi Ibu Hamil*. Jakarta : EGC
- Ulani (2014). *Efektivitas Konsumsi Jus Buah Buah naga Terhadap Peningkatan Kadar HB Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Bagan Asahan Pekan*. *Jurnal Kebidanan*. Jurnal Kebidanan. STIKes Sari Husada.
- Waryana (2020). *Gizi Ibu Hamil*. Jakarta : EGC
- WHO (2021). *Anemia Pada Masa Kehamilan*.
- Wasnidar (2021). *Anemia Kehamilan*. Jakarta : Bumi Aksara