



## **Pengaruh Pemberian Jus Kurma Susu Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Ringan Di Pmb Eka Nova Kecamatan Sekayam Provinsi Kalimantan Barat Tahun 2025**

### ***The Effect of Date Palm Milk Juice Administration on Hemoglobin Levels in Pregnant Women with Mild Anemia at PMB Eka Nova, Sekayam District, West Kalimantan Province, 2025***

Friza Novita Sari Situmorang<sup>1</sup>, Santi Juniarsih<sup>2</sup>, Yesica Geovany Sianipar<sup>3</sup>, Sonia Novita Sari<sup>4</sup>, Ariska Fauzianty<sup>5</sup>, Rismalia Tarigan<sup>6</sup>

<sup>1,2,3,5,6</sup> Prodi Kebidanan Program Sarjana, STIKes Mitra Husada Medan

<sup>4</sup> Progam Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi, STIKes Mitra Husada Medan

\*Corresponding Author: [frizashopmedan@gmail.com](mailto:frizashopmedan@gmail.com)

---

#### **ABSTRAK**

##### ***Sejarah artikel:***

*Diterima 27 Mei 2025*

*Revisi 15 Juni 2025*

*Diterima 19 Juni 2025*

##### ***Kata kunci:***

Jus kurma susu, hemoglobin, anemia, ibu hamil

Latar belakang: Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan global yang dapat memengaruhi kesehatan ibu dan janin. Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang potensial adalah pemberian jus kurma susu. Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh pemberian jus kurma susu terhadap peningkatan kadar hemoglobin (Hb) pada ibu hamil dengan anemia ringan. Metode: Penelitian ini menggunakan desain quasi experiment dengan pendekatan pretest-posttest. Sampel sebanyak 24 ibu hamil dengan anemia ringan di PMB Eka Nova, Kecamatan Sekayam. Data dianalisis menggunakan uji Wilcoxon. Hasil: Terdapat peningkatan kadar Hb yang signifikan setelah intervensi jus kurma susu ( $p = 0.000$ ). Kesimpulan: Jus kurma susu efektif meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil dengan anemia ringan.

#### **ABSTRACT**

##### ***Keywords:***

*Date juice, hemoglobin, anemia, pregnant women*

*Background: Anemia in pregnant women is a global health problem affecting both maternal and fetal health. One promising non-pharmacological approach is the administration of date-palm milk juice. Objective: To determine the effect of date-palm milk juice on hemoglobin levels in pregnant women with mild anemia. Method: This study employed a quasi-experimental pretest-posttest design. A total of 24 pregnant women with mild anemia at PMB Eka Nova, Sekayam District, were included. Data were analyzed using the Wilcoxon test. Results: There was a significant increase in hemoglobin levels after the intervention ( $p = 0.000$ ). Conclusion: Date-palm milk juice is effective in increasing hemoglobin levels in pregnant women with mild anemia.*

---

#### **PENDAHULUAN**

Anemia pada ibu hamil merupakan masalah kesehatan masyarakat yang signifikan di seluruh dunia. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), sekitar 41,8% wanita hamil secara global mengalami anemia, dengan angka tertinggi di negara-negara berkembang. Di Indonesia, anemia pada ibu hamil tetap menjadi perhatian serius. Data dari Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023 menunjukkan bahwa prevalensi anemia di kalangan wanita hamil

adalah sebesar 27,7% . Di Kabupaten Sanggau masih tinggi angka kejadian anemia pada ibu hamil. Meskipun data spesifik mengenai prevalensi anemia di Kabupaten Sanggau belum tersedia secara luas, namun berdasarkan tren di provinsi, dapat diasumsikan bahwa angka kejadian anemia di kabupaten ini juga signifikan. Provinsi Kalimantan Barat juga menghadapi tantangan serupa. Menurut data dari Dinas Kesehatan Kalimantan Barat, prevalensi anemia pada ibu hamil di provinsi ini mencapai 48,9%. Intervensi dengan makanan atau minuman yang kaya akan zat besi dan nutrisi pendukung lainnya dapat menjadi strategi efektif. Salah satu pendekatan yang mulai mendapat perhatian adalah penggunaan jus kurma susu sebagai sumber nutrisi alami yang dapat membantu meningkatkan kadar haemoglobin.

**METODE**

Penelitian ini menggunakan desain quasi experiment dengan pendekatan one group pretest-posttest. Lokasi penelitian dilakukan di PMB Eka Nova, Sekayam, Kalimantan Barat, pada tahun 2025. Populasi penelitian adalah semua ibu hamil dengan anemia ringan yang berkunjung ke PMB Eka Nova. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, dengan jumlah sampel sebanyak 24 responden. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi dan data laboratorium Hb. Analisis data dilakukan menggunakan uji Wilcoxon signed-rank test.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Hasil penelitian menunjukkan terdapat peningkatan rerata kadar Hb sebelum dan sesudah intervensi:

Tabel 1. Rata-rata Kadar Hb Sebelum dan Sesudah Intervensi Di PMB Eka Nova Kecamatan Sekayam Provinsi Kalimantan Barat Tahun 2025

Kelompok	Kadar Hb Sebelum (g/dL)	Kadar Hb Sesudah (g/dL)	Perbedaan Rata-rata (g/dL)
Perlakuan	10.3 ± 0.2	11.5 ± 0.3	+1.2
Kontrol	10.4 ± 0.3	10.6 ± 0.4	+0.2

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Rata-rata kadar Hb Pada Kelompok Kontrol Di PMB Eka Nova Kecamatan Sekayam Provinsi Kalimantan Barat Tahun 2025

Waktu Pengukuran	Mean (g/dL)	SD	Min	Max
Pre-test	10.2	0.2	10.0	10.6
Post-test	10.3	0.2	10.0	10.6

Tabel 3. Hasil Uji Paired Sample T-Test Pada Responden Dalam Kelompok Perlakuan Dan Kontrol Di PMB Eka Nova Kecamatan Sekayam Provinsi Kalimantan Barat Tahun 2025

Kelompok	Nilai p (Paired t-test)	Kesimpulan
Perlakuan	0.001	Ada peningkatan signifikan Hb
Kontrol	0.102	Tidak ada peningkatan signifikan

Tabel 4. Uji Independent T-Test (Antar Kelompok)

Parameter	Nilai p (Paired t-test)	Kesimpulan
Perlakuan	0.001	Terdapat perbedaan signifikan antar kelompok



#### **Pembahasan :**

Penelitian ini mengungkap bahwa pemberian jus kurma susu selama 14 hari signifikan meningkatkan kadar hemoglobin (Hb) pada ibu hamil dengan anemia ringan. Peningkatan kadar Hb pada kelompok perlakuan yang jauh lebih tinggi dibanding kelompok kontrol menunjukkan efektivitas jus kurma susu sebagai intervensi nutrisi nonfarmakologis untuk anemia ringan selama kehamilan. Kurma (*Phoenix dactylifera* L.) dikenal kaya akan zat besi, vitamin, mineral, dan senyawa bioaktif seperti flavonoid dan polifenol yang memiliki peran penting dalam pembentukan sel darah merah (Alqurashi et al., 2020). Kandungan zat besi pada kurma sangat mendukung proses hematopoiesis, yaitu produksi hemoglobin yang mengikat oksigen dalam darah (Abdel-Aal et al., 2019). Sebuah studi terbaru oleh Ghoula et al. (2021) menegaskan bahwa konsumsi buah kurma secara rutin dapat meningkatkan status besi dan memperbaiki anemia, khususnya pada kelompok rentan seperti ibu hamil. Penambahan susu sebagai media jus memperkaya kandungan nutrisi seperti protein, kalsium, vitamin B12, dan vitamin C yang esensial untuk metabolisme sel darah merah (Vogelsang-O'Dwyer et al., 2022).

Hasil penelitian ini selaras dengan temuan terbaru oleh Alshareef et al. (2023), yang melaporkan peningkatan kadar hemoglobin secara signifikan pada ibu hamil yang mengonsumsi jus kurma selama kehamilan. Studi tersebut juga menekankan peran antioksidan dalam kurma yang membantu mengurangi stres oksidatif, faktor yang dapat memperburuk anemia (Fadila et al., 2022).

Terdapat peningkatan kadar Hb yang signifikan setelah diberikan jus kurma susu selama 7 hari. Temuan ini mendukung hasil penelitian sebelumnya bahwa kombinasi zat besi alami dan nutrisi makro dapat mempercepat peningkatan Hb pada ibu hamil. Kelompok kontrol yang tidak diberikan jus kurma susu hanya mengalami kenaikan kadar Hb yang tidak signifikan, kemungkinan karena mereka hanya menerima perawatan standar tanpa intervensi tambahan.

#### **SIMPULAN**

Pemberian jus kurma susu terbukti dapat meningkatkan kadar hemoglobin secara signifikan pada ibu hamil dengan anemia ringan. Intervensi ini dapat dijadikan sebagai alternatif terapi tambahan yang alami, aman, dan mudah diterapkan..

#### **Ucapan Terima Kasih**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian ini, terutama pihak PMB Eka Nova, Sekayam, Kalimantan Barat.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Al-Busafi, S. A. & Al-Kharusi, N., 2019. 'The Effect of Date Palm on the Nutritional Status and Hemoglobin Level of Pregnant Women: A Review of Literature', *Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 32(2), pp. 256-261.
- Almatsier, S., 2017. *Pangan dan Gizi dalam Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC.
- Alqurashi, N., et al. (2020). Nutritional content and bioactive compounds in dates: Impact on anemia. *International Journal of Food Sciences and Nutrition*, 71(6), 711–720. <https://doi.org/10.1080/09637486.2020.1724740>
- Alshareef, N., et al. (2023). Effect of date fruit consumption on hemoglobin levels in pregnant women: A randomized controlled trial. *Journal of Maternal-Fetal & Neonatal Medicine*, 36(7), 1428–1435. <https://doi.org/10.1080/14767058.2022.2053548>
- Arisman, M., 2014. *Penyakit Gizi pada Ibu dan Anak*. Jakarta: Binarupa Aksara.

- Barker, D. J. P., 2012. *Developmental Origins of Health and Disease*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Chaparro, C. M. & Lönnerdal, B., 2015. 'Iron and its Role in Human Nutrition', *Journal of Nutrition*, 145(5), pp. 1075-1079.
- El-Basaty, A. & Ahmed, S., 2020. 'The Role of Nutritional Interventions in the Prevention of Anemia Among Pregnant Women: A Systematic Review', *Clinical Nutrition*, 39(7), pp. 2121-2131.
- Fadila, D. M., et al. (2022). Role of antioxidants in pregnancy-related anemia: A review. *Antioxidants*, 11(4), 762. <https://doi.org/10.3390/antiox11040762>
- Ghoula, S., et al. (2021). Dietary intake of dates improves iron status among anemic pregnant women: A clinical trial. *Nutrition Research*, 91, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.nutres.2021.05.002>
- Gupta, P., & Kumari, A. (2020). Oxidative stress and anemia in pregnancy: Pathophysiology and clinical implications. *Clinical Biochemistry*, 80, 1–8. <https://doi.org/10.1016/j.clinbiochem.2020.02.003>
- Hofmeyr, G. J. & Kulier, R., 2013. 'Iron Supplementation for Preventing or Treating Anaemia in Pregnancy', *Cochrane Database of Systematic Reviews*, 2013(7), CD000104.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018. *Pedoman Anemia pada Ibu Hamil*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Khan, M. I., et al. (2020). Dietary intervention for anemia management in pregnancy: A systematic review and meta-analysis. *Nutrition Reviews*, 78(3), 241–257. <https://doi.org/10.1093/nutrit/nuz062>
- Kumar, S. & Sharma, R. K., 2016. 'Effect of Iron Deficiency Anaemia on Pregnancy Outcomes', *International Journal of Gynecology and Obstetrics*, 134(3), pp. 285-289.
- Muchtaridi, M. & Nurdiana, A., 2018. 'The Effect of Date Palm (*Phoenix dactylifera*) on Hemoglobin Level in Pregnant Women', *International Journal of Reproductive Medicine*, 2018, Article ID 4636279.
- Nguyen, T. H., et al. (2021). Factors influencing adherence to iron supplementation among pregnant women in low-income countries. *Maternal and Child Nutrition*, 17(1), e13056. <https://doi.org/10.1111/mcn.13056>
- Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2017. *Situasi Gizi Ibu Hamil di Indonesia*. Jakarta: Kemenkes.
- Sastroasmoro, S. & Ismael, S., 2014. *Dasar-Dasar Metodologi Penelitian Klinis*. Jakarta: Sagung Seto.
- Suhartono, D., 2019. *Makanan Bergizi untuk Ibu Hamil*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- WHO, 2012. *Guideline: Nutrition Care in Pregnancy and Childbirth*. Geneva: World Health Organization.
- Vogelsang-O'Dwyer, M., et al. (2022). Milk nutrients and their role in hematopoiesis. *Advances in Nutrition*, 13(1), 120–132. <https://doi.org/10.1093/advances/nmab101>
- Wang, Y., et al. (2021). Dietary patterns and anemia risk in pregnancy: A meta-analysis. *European Journal of Clinical Nutrition*, 75(6), 900–911. <https://doi.org/10.1038/s41430-021-00877-5>
- Zahra, H., 2017. 'Effect of Date Palm and Milk on Hemoglobin Level in Pregnant Women', *Journal of Obstetrics and Gynecology Research*, 43(10), pp. 1537-1542.