

SOSIALISASI PEMBERIAN SARI KURMA PADA IBU HAMIL ANEMIA DI KLINIK PRATAMA AFIYAH PEKANBARU TAHUN 2019

Een Husanah , Andrilla Putri
STIKes Hang Tuah Pekanbaru

ABSTRACT

Anemia is a situation where the body has the number of red blood cells (erythrocytes), too little which red blood cells that contains hemoglobin that serves to carry oxygen to the whole body tissues. Anemia pregnancy is defined as a condition when pregnant women levels of hemoglobin in less than 11,0 gr / dl on trimester I and III or levels of hemoglobin in less than 10,5 gr / dl. trimester on the dl The difference the value of the limit pertaining to hemodilusi. Based on the national demographic health survey (scki) years 2013, the level of anemia for pregnant women by 40,1 % this condition menunjukkan bahwa anemia high enough in indonesia. When estimated from years 2007 - 2013 prevalence anemia still 40 %, there will be as much as another death 18 thousand per year caused bleeding after giving birth. The mortality rate (aki) in indonesia is very high namely 30 100.000, per live births the high number was caused among other things by the state of health

Keywords: *Prenatal, Anemia, Sari Kurma*

ABSTRAK

Anemia adalah suatu keadaan dimana tubuh memiliki jumlah sel darah merah (eritrosit) yang terlalu sedikit, yang mana sel darah merah itu mengandung hemoglobin yang berfungsi untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Anemia kehamilan didefinisikan sebagai suatu kondisi ketika ibu hamil kadar hemoglobin kurang dari 11,0 gr/dl pada trimester I dan III atau kadar hemoglobin kurang dari 10,5 gr/dL pada trimester II. Perbedaan nilai batas tersebut berkaitan dengan hemodilusi. Berdasarkan data Survei Demografi Kesehatan Nasional (SDKI) tahun 2013, angka *anemia* pada ibu hamil sebesar 40,1% kondisi ini menunjukkan bahwa *anemia* cukup tinggi Di Indonesia. Bila diperkirakan dari tahun 2007 - 2013 prevalence *anemia* masih tetap 40%, maka akan terjadi kematian ibu sebanyak 18 ribu per tahun yang disebabkan perdarahan setelah melahirkan. Angka Kematian Ibu (AKI) Di Indonesia sangat tinggi yaitu 30 per 100.000 kelahiran hidup, tingginya angka tersebut disebabkan antara lain oleh keadaan kesehatan dan gizi ibu yang rendah selama masa hamil. Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini mengatasi masalah anemia pada ibu hamil dengan mengkonsumsi sari kurma. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah penyuluhan, tanya jawab tentang materi yang disampaikan. Hasil menunjukkan bahwa kegiatan yang dilaksanakan dapat mengatasi masalah anemia pada ibu hamil. Diharapkan untuk asuhan pada ibu hamil anemia dapat dilakukan dengan mengkonsumsi sari kurma sehingga bidan praktik mandiri dapat memberikan asuhan pemberian sari kurma pada ibu hamil yang anemia pada setiap kunjungan antenatal care.

Kata Kunci: *Ibu hamil, Anemia*

PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu keadaan dimana tubuh memiliki jumlah sel darah

merah (eritrosit) yang terlalu sedikit, yang mana sel darah merah itu mengandung hemoglobin yang berfungsi untuk

membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh (Astria, 2017). Anemia kehamilan didefinisikan sebagai suatu kondisi ketika ibu hamil kadar hemoglobin kurang dari 11,0 gr/dl pada trimester I dan III atau kadar hemoglobin kurang dari 10,5 gr/dL pada trimester II. Perbedaan nilai batas tersebut berkaitan dengan hemodilusi (Pratami, 2014).

Menurut *World Health Organization* (WHO), kejadian *anemia* pada ibu hamil berkisar antara 20% - 89% dengan menetapkan kadar Hb 11 gr% sebagai dasarnya. Menurut laporan pembangunan tahun 2013 tercatat angka kematian ibu di beberapa Negara ASEAN (*Assosiation South East Asia Nations*) seperti Di Vietnam 18 per 100.000 kelahiran hidup, Malaysia 55 per 100.000 kelahiran hidup, Filipina 26 per 100.000 kelahiran hidup dan Singapura 3 per 100.000 kelahiran hidup. Di Negara ASEAN pada tahun 2013 angka kejadian *anemia* bervariasi, Di Indonesia berkisar 70%, Filipina berkisar 55%, Thailand 45%, Malaysia 30%, dan Singapura 7% yang menderita *anemia* (Setiowati, 2019).

Berdasarkan data Survei Demografi Kesehatan Nasional (SDKI) tahun 2013, angka *anemia* pada ibu hamil sebesar 40,1% kondisi ini menunjukkan bahwa *anemia* cukup tinggi Di Indonesia. Bila diperkirakan dari tahun 2007 - 2013 prevalensi *anemia* masih tetap 40%, maka

akan terjadi kematian ibu sebanyak 18 ribu per tahun yang disebabkan perdarahan setelah melahirkan. Angka Kematian Ibu (AKI) Di Indonesia sangat tinggi yaitu 30 per 100.000 kelahiran hidup, tingginya angka tersebut disebabkan antara lain oleh keadaan kesehatan dan gizi ibu yang rendah selama masa hamil (Wiulin 2019)

Kurma (*phoenix dactylifera*) termasuk family palme & sering disebut date palm, memiliki berbagai macam kandungan nutrisi dan dapat berfungsi sebagai obat. Buah kurma merupakan makanan yang mengandung energy tinggi dengan komposisi ideal, didalamnya memiliki kandungan karbohidrat, *triptofan*, *omega-3*, vitamin C, vitamin B6, Ca²⁺, Zn, dan Mg. Buah kurma mengandung serat yang sangat tinggi, selain itu juga mengandung kalium, mangan, fosfor, besi, belerang, kalsium juga magnesium yang sangat baik untuk dikonsumsi. Kandungan zat besinya bisa meningkatkan kadar hemoglobin dalam tubuh. Sehingga bagi wanita usia reproduksi dan ibu hamil sangat disarankan, khasiat tumbuhan herbal belum mendapatkan perhatian dan hal ini perlu dikembangkan. Sari kurma merupakan hasil olahan buah kurma yang memiliki kandungan besi sebesar 1,5 mg per buah (Suyanti, 2010).

Sari kurma dapat meningkatkan jumlah trombosit, sehingga dengan

mengonsumsi sari kurma akan membantu meningkatkan kembali trombosit. Kandungan zat gula dalam sari kurma kurang lebih 80 %, kandungan zat gula tersebut sudah diolah secara alami dan tidak berbahaya bagi kesehatan. Sari kurma yang diberikan pada ibu hamil akan mengalami peningkatan kadar hemoglobin yaitu hampir seluruhnya (93,75%) dengan kadar hemoglobin normal dan sebagian kecil (6,25%) masih mengalami kadar hemoglobin tidak normal (Maydianasari, 2017).

METODE

Kerangka Pemecahan Masalah

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian ini adalah penyuluhan, tanya jawab tentang materi yang disampaikan serta pemberian sari kurma pada ibu hamil anemia untuk meningkatkan kadar HB. Materi yang disampaikan tentang masalah anemia pada kehamilan, dan manfaat buah kurma pada kehamilan. Setelah penyampaian informasi tentang anemia pada kehamilan kemudian dilanjutkan dengan informasi cara mengonsumsi sari kurma. Sasaran dalam kegiatan pengabdian ini adalah ibu hamil yang mengalami anemia di klinik Pratama Afiah Pekanbaru. Dalam pengabdian ini juga dilakukan evaluasi, input, proses dan output.

Rancangan Evaluasi

Evaluasi adalah penilaian terhadap pemahaman materi yang telah disampaikan kepada ibu hamil anemia. Evaluasi dilaksanakan dalam bentuk mengulas kembali materi melalui proses tanya jawab.

Adapun indikator pencapaian dari hasil evaluasi yaitu;

1. Ibu hamil memahami apa yang dijelaskan oleh penyuluh;
2. Ibu hamil aktif dalam kegiatan tanya jawab.
3. Ibu hamil dapat melakukan cara mengonsumsi Sari Kurma.

Metode Kegiatan

Kegiatan pengabdian dilakukan dengan cara penyuluhan dengan tema Sosialisasi Pemberian sari kurma pada ibu hamil anemia. Metode yang dilakukan dengan memberikan ceramah langsung dan leaflet berisi materi dan gambar yang menarik serta tanya jawab seputar anemia pada kehamilan dan sosialisasi cara mengonsumsi sari kurma.

HASIL

Kegiatan yang dilakukan dalam penyuluhan ini dilaksanakan dalam beberapa tahap yang diawali dengan penyampaian materi terlebih dahulu,

kemudian setelah diberikan materi melakukan sesi tanya jawab.

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada hari Rabu, tanggal 08 Juli 2019 bertempat di Klinik Pratama Afiyah Pekanbaru. Kegiatan ini memberikan hasil sebagai berikut :

1. Ibu hamil mengerti tentang Anemia pada kehamilan meliputi definisi penyebab, akibat bagi ibu dan bayi, cara mencegah dan meningkatkan kadar HB.
2. Ibu hamil mengerti cara mengkonsumsi dapat melakukannya dirumah.

PEMBAHASAN

Ibu hamil Sebagian besar mengetahui tentang anemia pada kehamilan dan sejauh ini ibu hamil hanya megkonsumsi tablet tambah darah untuk dapat meningkatkan kadar HB nya sesuai dengan yang disaran dari klinik. Ibu hamil anemia belum pernah mengetahui mengkonsumsi sari kurma secara rutin dan teratur dapat meningkatkan kadar Hb pada masa kehamilan.

Maka dilakukan kegiatan sosialisasi pemberian sari kurma pada ibu hamil anemia. rangkaian acara berjalan dengan baik dan sesuai rencana. Hal ini terbukti antusiasme ibu bhamil saat mengikuti jalannya kegiatan dan aktifnya ibu ibu hamil untuk bertanya tentang masalah-masalah kehamilan yang berkaitan dengan anemia hal ini

dikarenakan informasi baru yang mereka dapat tentang manfaat sari kurma bagi ibu hamil.

KESIMPULAN

Anemia pada kemilan memberikan dampak buruk tidak hanya untuk ibu tetapi juga bayi. Untuk meningkatkan kadar Hb ibu hamil dapat dilakukan tidak hanya dengan mengkonsumsi tablet tambah darah saja, terbukti sari kurma mempunyai manfaat yang besar buat ibu hamil pada saat hamil dan nifas nanti jika diminum secara rutin dan teratur. Selain ranya yang enak sari kurma tidak memberikan efek samping jika diminum dalam jangka waktu yang lama.

Berdasarkan kegiatan yang telah dilaksanakan, maka dapat disimpulkan beberapa hal yaitu daya serap ibu hamil terhadap materi kegiatan cukup baik, sikap antusias dan rasa ingin tahu ibu hamil sangat baik, dan terjalannya keakraban dan suasanaan kekeluargaan dengan para pemberi materi nara sumber).

SARAN

Memberikan pendidikan kesehatan kepada ibu hamil bahwa untuk meningkatkan kadar Hb dalam darah ibu hamil selain mengkonsumsi tablet tambah darah dapat dilakukan dengan cara mengkonsumsi sari kurma secara rutin

dan teratur sesuai dengan anjuran yang sudah ditetapkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Astriana, W. (2017). *Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Ditinjau dari Paritas dan Usia*. 2(2), 123–130.
- Cholifah, N., & Amalia, E. (2017). Aplikasi Pemberian Kurma Sebagai Upaya Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri yang Mengalami Anemia. *University Research Colloquium Proceeding*, (February), 381–387.
- Pratami, E. (2014). evidence-based dalam kebidanan. In *evidence-based dalam kebidanan* (pp. 77–86).yogyakarta : muha medika
- Sari, Dactylifera, Nugroho, S., & Maydianasari, L. (2017). *Nutrisi untuk menambah kadar hemoglobin pada tilus betina (Ratusnorvegicus)*. 12(April), 62–67.
- Suyanti, S. (2010). kurma khasiat dan olahannya. In annisa r shinta k (Ed.), *kurma khasiat dan olahannya* (pertama, pp. 5–46). jakarta: penebar swadaya.
- Wiulin Setiowati, S. N. (2019). *Pengaruh gkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III (The Influence of Palm Extract (Phoenix Dactylifera) To Increase of Hemoglobin Level To Trimester III Pragnant Woman)*. 6(1), 85–91.