

**PENGARUH PEMBERIAN KURMA PADA IBU HAMIL
TRIMESTER III TERHADAP PENINGKATAN
KADAR HEMOGLOBIN**

Messy¹, Rita Riyanti Kusumadewi²
messy.students@aiska-university.ac.id
Universitas 'Aisyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar belakang: Masa kehamilan terjadi perubahan sistem hematologi yaitu hemodilusi. Hemodilusi (proses pengenceran darah) mengakibatkan ibu hamil mengalami anemia. Dampak dari anemia yaitu abortus, persalinan prematur, hambatan tumbuh kembang janin dalam rahim, rentan terkena infeksi, perdarahan antepartum, ketuban pecah dini. Untuk mencegah anemia bisa mengkonsumsi Fe dan kurma, kurma memiliki kandungan gizi yang kompleks salah satunya terdapat vitamin C 6,1 mg/100 gr yang digunakan untuk meningkatkan penyerapan zat besi sedangkan zat besi kurma khalas 1,75 mg/100 gr yang diperlukan untuk pembentukan darah. **Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh pemberian kurma pada ibu hamil trimester III terhadap peningkatan kadar hemoglobin. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah *Pre-Experimental Design* dengan rancangan penelitian *One Group Pretest Posttest* dengan sampel 20 ibu hamil trimester III. Uji Analisa menggunakan *Paired Simple t test*. **Hasil:** Dari 20 responden kadar hemoglobin sebelum diberikan kurma rata-rata 10,7 gr/dl dan setelah diberikan kurma rata-rata kadar hemoglobin menjadi 11,7 gr/dl. Terjadi kenaikan kadar hemoglobin 1 gr/dl setelah diberikan kurma *p value* 0.000. **Kesimpulan:** Ada pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III.

Kata kunci : Hamil, Hemoglobin, Kurma