

**PEMBERIAN SARI KURMA TERHADAP PENINGKATAN KADAR
HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL TRIMESTER III
DI BPM MUJIYEM AMD.KEB**

Riska Putri Yuniati

Rizkaputri2606@gmail.com

STIKES 'Aisyiah Surakarta

Rina Sri Widayati¹ Lely Firrahmawati²

ABSTRAK

Latar Belakang : Kehamilan merupakan proses alami, perubahan yang terjadi selama hamil normal bersifat fisiologis. Wanita hamil cenderung terjadi anemia karena terjadi hemodilusi dengan peningkatan volume 30-40%. Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi anemia yang terjadi pada ibu hamil antara lain mengkonsumsi tablet fe dan makanan yang bergizi yang mengandung tinggi zat besi seperti sayuran hijau, daging, telur dan kurma. Sari kurma merupakan minuman yang mengandung tinggi zat besi yaitu 0,90 mg per 100 gram buah kurma (11% AKG) yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin. **Tujuan :** Mengetahui hasil implementasi dari pemberian sari kurma untuk peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III. **Metode :** Penelitian deskriptif observatif yang digunakan untuk mengukur peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil dengan pemberian sari kurma selama 1 minggu dosis 3×15mg yang dilakukan observasi sebelum dan sesudah pemberian sari kurma menggunakan alat ukur GCHb. **Hasil :** Sebelum pemberian sari kurma kadar Hb responden L 9,3gr/dL dan responden N 9,8gr/dL. Setelah dilakukan pemberian sari kurma terjadi peningkatan pada responden L 9,6gr/dL dan responden N 10,2gr/dL. **Kesimpulan :** Pemberian sari kurma dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil rata-rata sebesar 0,35gr/dL.

Kata Kunci : Sari kurma, Ibu Hamil Anemia, Kadar Hemoglobin.