



**PEMBERIAN JUS BUAH BIT DAN KURMA PADA IBU HAMIL DENGAN ANEMIA TERHADAP  
PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN DI KLINIK PRATAMA AFIYAH KOTA PEKANBARU  
TAHUN 2023**

Adelina Lomongga<sup>1)</sup>, Octa Dwienda Ristica<sup>2)</sup>, Cecen Suci Hakameri<sup>3)</sup>

Kebidanan Universitas Hang Tuah Pekanbaru

[adelinalomongga0821@gmail.com](mailto:adelinalomongga0821@gmail.com) <sup>2)</sup>[octadwienda.ristica@gmail.com](mailto:octadwienda.ristica@gmail.com) <sup>3)</sup>[cecen.sh@gmail.com](mailto:cecen.sh@gmail.com)

---

**Histori artikel**

Received:  
27 Oktober 2023

Accepted:  
07 November 2023

Published:  
02 Februari 2024

---

**Abstrak**

Kehamilan proses alamiah akibat sel telur matang kemudian bertemu spermatozoa terjadi pembuahan kemudian menghasilkan janin. Kehamilan dibagi 3 triwulan yaitu, triwulan pertama dari konsepsi sampai 3 bulan. Triwulan kedua dari bulan keempat sampai keenam, triwulan ketiga dari bulan ketujuh sampai ke-9 bulan. Kehamilan terjadinya perubahan fisiologis terutama dalam sistem metabolik terjadipeningkatan kebutuhan darah mengangkut karbondioksida, nutrisi, energi dan oksigen. Peningkatan tersebut berpengaruh kondisi ibu hamil dan janin, jika tidak mencukupi nutrisinya akan mengalami anemia. Upaya untuk meningkatkan kadar hemoglobin yaitu dengan memberikan pengobatan non-farmakologi seperti pemberian jus buah bit dan kurma. Tujuan asuhan kebidanan pemberian jus buah bit dan kurma pada ibu hamil anemia terhadap peningkatan kadar hemoglobin di Klinik Pratama Afiyah Kota Pekanbaru. Metode asuhan pendekatan studi kasus, subjek penelitian Ny. S UK 31 minggu, G3P2A0H2 dengan masalah anemia. Hasil asuhan dilakukan selama 7 hari di mulaitanggal 22-29 Agustus 2023 banyak dampak positif terhadap peningkatan kadar Hemoglobin dari 8,8 g/dl naik menjadi 9,5 g/dl. Kesimpulan asuhan ini adalah pemberian jus buah bit dan kurma meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang anemia jikadiminum secara teratur sesuai dengan anjuran yang disarankan. Saran untuk klinik agar menerapkan asuhan ini mencegah terjadinya ketidaknyamanan selama kehamilan secara non-farmakologi.

**Kata-kata Kunci:** Ibu Hamil, Anemia, Buah bit dan Kurma

---

## Latar Belakang

Kehamilan adalah proses alamiah yang terjadi akibat sel telur yang telah matang kemudian bertemu spermatozoa sehingga terjadi proses pembuahan yang kemudian menghasilkan janin (Walyani, 2020). Kehamilan didefinisikan suatu proses yang dibagi menjadi 3 triwulan yaitu, triwulan pertama dari konsepsi sampai 3 bulan. Triwulan kedua dari bulan keempat sampai keenam, triwulan ketiga dari bulan ketujuh sampai ke 9 bulan (Saifuddin, 2009).

Kehamilan merupakan suatu kondisi dimana terjadinya perubahan fisiologis terutama perubahan dalam sistem metabolik dimana terjadi peningkatan kebutuhan darah yang mengangkut karbondioksida, nutrisi, energi dan oksigen. Peningkatan nutrisi, energi dan oksigen tersebut sangat berpengaruh terhadap kondisi ibu hamil dan perkembangan janin. Jika tidak mencukupi nutrisinya maka ibu akan mengalami anemia (Nugroho, 2014).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2019 sekitar 29,9% perempuan mengalami anemia. Dan pada tahun 2018 Indonesia menyatakan bahwa sebesar 48,9% ibu hamil mengalami anemia. Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun (Profil Kesehatan Indonesia, 2019).

Data Dinas Kesehatan Provinsi Riau (2021) didapatkan penyebab kematian ibu terbesar di Riau adalah covid-19 yaitu sebanyak 66 orang (37%) perdarahan (28%) dan lain (15%). Dan penyakit lain adalah kematian yang disebabkan oleh komplikasi seperti anemia, diabetes melitus, HIV, IMS, Malaria, TB dan lain-lain yang terjadi dalam kehamilan.

Untuk mengatasi anemia pada ibu hamil ada 2 cara yaitu dilakukan secara farmakologi dan non farmakologi. Cara farmakologis yaitu dengan pemberian 60 mg tablet Fe dan 50 nanogram asam folat selama kehamilan (Dinkes Riau, 2017). Ibu hamil harus mengonsumsi tablet Fe minimal 1 tablet setiap hari hingga 90 tablet. Adapun secara nonfarmakologis yaitu dengan mengonsumsi buah bit dan kurma. Manfaat dari buah bit adalah sebagai obat hati, pembersih alami ginjal dan kandung empedu selain dapat membersihkan dan menetralkan racun dalam tubuh dapat melawan infeksi dan radang. Buah bit adalah buah dengan asam folat yang tinggi yaitu 108 mg dari buah lainnya (Owen, 2011). Buah kurma juga memiliki manfaat, salah satunya yaitu sebagai sumber zat besi (Fe) yang berperan sebagai komponen hemoglobin.

Hasil penelitian (Rahayu, 2017) menyebutkan sari kurma efektif dalam pemenuhan anemia pada ibu hamil. Kadar hemoglobin ibu hamil anemia yang diberi MMN rata-rata adalah 10,4 mmHg. Kadar hemoglobin ibu hamil anemia yang sebelum diberi sari kurma rata-rata 10,38 dan sesudah diberi sari kurma rata-rata 10,84. Kesimpulan sari kurma lebih efektif dibandingkan dengan MMN dengan nilai  $p = 0,045$  ( $p < 0,05$ ).

Berdasarkan penelitian Anggraini (2019) yang telah dilakukan di wilayah kerja puskesmas Pekanbaru kota, didapatkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji t independent diperoleh  $p(0,000) < \alpha(0,05)$ . Hal ini dikatakan terdapat perbedaan yang signifikan antara mean kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sesudah diberikan jus buah bit

sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian jus buah bit efektif terhadap kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia.

Dalam asuhan kehamilan, bidan mengutamakan kesinambungan pelayanan (*continue of care*). sangat penting bagi ibu untuk mendapatkan pelayanan karna dengan begitu maka perkembangan kondisi mereka setiap saat akan terpantau dengan baik dan mendapatkan informasi yang tepat dan benar atas keluhan yang sedang dialami salah satunya informasi tentang anemia pada ibu hamil.

Berdasarkan data pendahuluan di klinik Pratama Afiyah kota pekanbaru dalam satu tahun terakhir menunjukkan bahwa jumlah ibu hamil dengan anemia pada tahun 2022 sebanyak 2 orang (4,34%) dari 46ibu hamil. Dan dari hasil studi pendahuluan belum diterapkan cara nonfarmakologis mengatasi anemia pada ibu hamil di klinik tersebut. Maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan asuhan kebidanan di Klinik Pratama Afiyah Kota Pekanbaru.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik melakukan "Pemberian Jus Buah Bit Dan Kurma Pada Ibu Hamil Dengan Anemia Terhadap Peningkatan Kadar Homoglobin Di Klinik Pratama Afiyah Kota Pekanbaru Tahun 2023".

## Metode

Metode laporan ini adalah studi kasus dengan latar belakang asuhan pada Ibu hamil Pemberian jus buah bit dan kurma pada ibu hamil dengan anemia terhadap peningkatan kadar hemoglobin di Klinik Pratama Afiyah Kota Pekanbaru tahun 2023. Pada studi kasus ini dilakukan wawancara, anamnesa dan berlanjut dengan memberikan asuhan sampai evaluasi serta dokumentasi. Studi kasus ini yaitu asuhan pada pada Ibu hamil anemia Dengan Pemberian jus buah bit dan kurma di Klinik Pratama Arrabih Kota Pekanbaru tahun 2023.

## Hasil

### a. Kajian Pertama

Kunjungan ke 1 pada Ny.S dilakukan di Klinik Pratama Afiyah pada tanggal 22 Agustus 2023, pukul 17.30 Wib. Dengan hasil data subjektif, berikut : Ibu mengatakan mudah lelah dan lesu, kepala sering terasasakit, dan ada rasa nyeri bagian dada. Ibu mengatakan sulit tidur pada malam hari dikarenakan kepala sakit dan nyeri bagian dada yang di rasakan. Sedangkan data Objektif dari hasil peeriksaan didapatkan Keadaan umum ibu baik, Tanda-tanda vital : tekanan darah 90/70 mmHg, Denyut nadi : 84 x/i, Pernafasan : 20 x/i, Suhu : 36,6 °C, hb : 8,8 gram/dl. Menganjurkan ibu untuk istirahat yang cukup dengan posisi miring, minimal tidur malam 7-8 jam dan tidur siang 1-2 jam serta kurangi aktivitas pekerjaan yang berat. Melakukan asuhan pemberian jus buah bit dan kurma untuk meningkatkan kadar hemnglobin. Asuhan ini dilakukan selama 7 hari.

## b. Kajian Kedua

Pada kunjungan ini merupakan hasil dari kunjungan dihari ketiga yang dilakukan di rumah pasien pada tanggal 29 Agustus 2023, pukul 17.00 WIB. Data yang didapatkan berfokus pada peningkatan kadar hemoglobin dan pemeriksaan ibu hamil. Ibu mengatakan sakit kepala dan yeri bagian dada sudah berkurang setelah di berikan minuman jus buah bit dan kurma. Ibu merasa tidur malamnya sudah tidak terganggu lagi dengan rasa kepala pusing . Ibu merasa badannya lebih terasa rileks dibandingkan sebelum dilakukan asuhan. Untuk data objektif Keadaan umum ibu baik, Tanda-tanda vital : tekanan darah 100/70 mmHg, Denyut nadi : 84 x/i, Pernafasan : 20 x/i, Suhu : 36,6 ° hb : 9,5 gram/dl. Setelah dilakukan asuhan selama 7 hari dengan melakukan pemberian jus buah bit dan kurma maka di dapatkan peningkatan hemoglobin dari 8,8 gram/dl sampai 9,5 gram/dl. Ibu juga memenuhi kebutuhan nutrisinya dengan makan makanan bergizi, dan telah mempersiapkan kebutuhan persalinan.

## Pembahasan

Bedasarkan hasil asuhan kebidanan yang sudah dilaksanakan pada tanggal 22 agustus – 28 agustus 2023. Data subjektif yang ditemukan pada pengkajian awal ibu mengatakan sering merasakan sering sakit kepala sejak kehamilan 6 bulan dan ibu mengeluh sulit tidur pada malam hari. Menurut (wenda, 2016) berdasarkan hasil analisis dari uji perpasangan ( paired sampel t test) pada kelompok eksremitas di dapatkan hasil p value 0,000 sehingga ada pengaruh pemberian jus buah bit dan kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada ibu hamil trimester III. Buah bit kaya akan zat besi, sebuah komponen yang sangat penting di dalam sel darah merah. Buah kurma lebih efektif meningkatkan kadar Hb ibu hamil trimester II dibandingkan buah bit. Konsumsi 90 tablet Fe secara rutin dapat mencegah anemia selama kehamilan. Selain itu, ibu hamil juga dapat mengkonsumsi berbagai sayur dan buah, salah satunya adalah dengan mengkonsumsi buah kurma. (Sephia, 2020).

Dalam penelitian sundari dan hapenisari (2014) tentang perbandingan kenaikan kadar hb pada ibu hamil yang di berikan Fe dan buah bit terdapat perbedaan setelah di berikan fe dan fe+ buah bit. Hal ini di katakan terdapat perbedaan yang signifikan antara mean kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia pada kelompok contoh sesudah di berikan jus buah bit dan kurma sehingga dapat di simpulkan bahwa pemberian jus buah bit dan kurma efektif terhadap kadar hemoglobin ibu hamil dengan anemia. Dari hasil pemeriksaan yang telah dilakukan dapat ditegaskan Assesment asuhan kebidanan ini adalah G2P2A0H2, usia kehamilan 31 minggu . Janin hidup tunggal, intrauterine, presentasi kepala. Keadaan umum ibu dan janin baik, dan pelaksanaan asuhan untuk menangani ketidaknyamanan sering merasakan sakit kepala yang dirasakan ibu.

## Kesimpulan

Penulis melakukan Asuhan kebidanan pada Ny. "S" G2P2A0H2 usia kehamilan 31 minggu dengan keluhan sering merasakan pusing dan mudah lelah). Ibu juga mengeluhkan sulit tidur di malam hari karena nyeri punggung yang dirasakannya sejak usia kehamilannya 6 bulan. Ibu merasa badannya

kurang nyaman dengan kondisi nyeri punggung yang dirasakan. Berdasarkan atas hal tersebut maka penulis melakukan asuhan kebidanan pada Ny. "s" dengan pemberian jus buah bit dan kurma agar keluhan yang dirasakan ibu dapat teratasi dan dilakukan pendokumentasian dengan metode SOAP.

Setelah dilakukan Anamnesa dan pemeriksaan fisik pada ibu, maka dapatlah diketahui keluhan ibu dan kebutuhan yang perlu dipenuhi untuk ibu hamil. Setelah didapatkan kesimpulan kondisi ibu maka penulis melakukan asuhan kebidanan pemberian jus buah bit dan kurma .

Setelah dilakukan asuhan pada ibu, maka kepala pusing dan mudah lelah yang dirasakan ibu terjadi penurunan. Ibu juga merasakan tidur malam ibu tidak terganggu lagi akibat sering sakit kepala yang dirasakan dan ibu juga merasa tubuhnya lebih rileks dan nyaman setelah dilakukan asuhan.

## Daftar Pustaka

- Ibraheem, N. J, Al-murshidi, M. M. H, & Hasan, W. S. 2019. *Homeostasis Events for Serum Ionized Calcium Accompanied by Anti- Mullerian Hormone in Some Women with Primary Infertility in Babylon Province*. 2, 7–16.
- Rahayu, D. S. dkk. (2021). Profil Kesehatan Provinsi Riau. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Issue 9).
- Nugroho, T, dkk (2014) 'Buku Ajar Asuhan Kebidanan 1: Kehamilan', Yogyakarta; Nuha Medika.
- KepmenKes. 2016. *Profil Kesehatan Indonesia 2015*. Jakarta :Kementerian Kesehatan RI. <https://wellness.journalpress.id/wellness/article/download/4225/pdf>
- WHO. (2015). *Worldwide prevalence of anemia 2013-2015*. WHO global database on Anaemia Geneva, World Health Organization, 2015. Diperoleh tanggal 30 September 2017 dari [http://www.who.int/vmnis/database/anaemia/anaemia\\_data\\_status\\_t3/en](http://www.who.int/vmnis/database/anaemia/anaemia_data_status_t3/en)
- Supriasa, I.D.N.(2018). *Penilaian Status Gizi (Edisi Revisi)*, Penerbit Buku Kedokteran EGC, Jakarta.
- Musbikin (2010) *Panduan Bagi Ibu Hamil dan Melahirkan*. Yogyakarta: Mitra Pustaka.
- Saafi, E. B. et al. (2011) 'Protective Effect of Date Palm Fruit Extract (*Phoenix Dactylifera L.*) on Dimethoate Induced-Oxidative Stress in Rat Liver', *Experimental and Toxicologic Pathology*. doi: 10.1016/j.etp.2010.03.002.
- Manuaba, I. (2010) 'Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita', Jakarta: Arcan.
- Varney, H. (2015) *Buku Ajar Asuhan Kebidanan*. edisi 4 vo. Jakarta: EGC
- Kusmiyati, Y. (2011) *Perawatan Ibu Hamil (Asuhan Ibu Hamil)*. EGC
- Prawirohardjo, S. (2016) 'Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo', Edisi Ke-4. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Nugroho, T. (2012) 'Patologi Kebidanan', Yogyakarta: Nuha Medika.
- Manuaba, I. (2010) 'Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita', Jakarta: Arcan.

- Dewita, D. and Henniwati, H. (2020) 'Jus Bit Merah (Beta Vulgaris L.) Bermanfaat Meningkatkan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil dengan Anemia', *Jurnal Kebidanan Malahayati*, 6(4), pp. 462–469. doi: 10.33024/jkm.v6i4.2994.
- Susiloningtyas, H. (2014) *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak*. Cetakan II. Jakarta: EGC.
- Saifuddin, A. B., Rachimhadhi, T. and H. Wiknjastro, G. (2010) *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo*, *Journal of Chemical Information and Modeling*