

**PENGARUH SARI KURMA (*PHOENIX DACTYLIFERA*) TERHADAP
PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN IBU HAMIL TRIMESTER III
(*The Influence of Palm Extract (Phoenix Dactylifera) To Increase of Hemoglobin Level
To Trimester III Pregnant Woman*)**

Wiulin Setiowati, Siti Nuriah

Email : wiulin_setiowati@ymail.com, sitinuriah513@gmail.com

ABSTRACT

Low hemoglobin content thus indicates anemia. According to the World Health Organization (WHO), the occurrence of anemia in pregnant women ranges from 20% - 89% by setting HB levels of 11 gr% as the basic. This study aims to determine the influence of palm extract (phoenix dactylifera) to increase levels of hemoglobin to trimester III pregnant women.

The study design was quasi experimental with pre and post test without control. The sample of this study were 16 pregnant mother of trimester III with purposive sampling technique.

The result of this study that there was difference before given palm extract of respondent almost half (43,75%) normal hemoglobin level and most (56,25%) not normal, after given the palm extract almost entirely (93.75%) normal and partial hemoglobin levels (6.25%) were not normal. The statistical test was used Wilcoxon test, obtained P value <0,05 (0,002).

The conclusion of this study, there was the influence of palm extract (phoenix dactylifera) to increase of hemoglobin level to trimester III pregnant woman in Puskesmas Batulicin. It was recommended that the palm extract (phoenix dactylifera) was used as aplikasion in pregnant women especially to increase hemoglobin level.

Keywords : Hemoglobin, Pregnant Woman, Palm Extract

PENDAHULUAN

Masa kehamilan merupakan masa yang sangat ditunggu karena masa ini sangat menentukan kualitas sumber daya manusia dan masa depan janin dalam kandungan sangat menentukan tumbuh kembang anak dimasa mendatang. Adapun salah satu faktor yang mempengaruhi kesehatan ibu dan janin adalah gizi yang diperoleh selama kehamilan (Nurhidayati, 2014).

Anemia merupakan suatu keadaan adanya penurunan kadar *hemoglobin*, *hematokrit* dan jumlah *eritrosit* dibawah nilai normal (Mansjoer Arif, 2010). *Anemia* zat besi pada kehamilan merupakan kondisi ibu dengan kadar Hb dibawah 11 gr% pada trimester satu dan tiga serta kadar kurang dari 10,5 gr% pada kehamilan trimester dua (Tuyu, 2013). Zat besi banyak dibutuhkan untuk mensuplai pertumbuhan janin dan plasenta di dalam

rahim serta untuk meningkatkan jumlah sel darah merah bagi ibu hamil (Aritonang, 2010).

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, Filiphina 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%, Filiphina berkisar 55%, Thailand 45%, Malaysia 30%, dan Singapura 7% yang menderita *anemia* (WHO, 2014).

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 (Depkes RI, 2013).

Menurut profil kesehatan Provinsi Kalimantan Selatan tahun 2013, angka kematian ibu masih cukup tinggi yaitu berkisar 120 per 1.000 kelahiran hidup. Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010, kasus *anemia* pada ibu hamil merupakan masalah yang masih sering ditemukan Di Provinsi Kalimantan Selatan yaitu sekitar 43% dari total populasi ibu hamil, dimana prevalensi *anemia* ringan dan berat akan makin tinggi dengan umur ibu < 20 tahun. Hal ini menunjukkan adanya peningkatan prevalensi *anemia*, hasil pengukuran Hb tahun 2013 sebesar 20,06% (Dinas Kesehatan, Provinsi Kalimantan Selatan, 2013).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Tanah Bumbu tahun 2017, angka kejadian *anemia* pada ibu hamil berjumlah 2.175 dari 8.724 ibu hamil. Dari data tersebut menunjukkan bahwa angka kejadian *anemia* telah mencapai 24,9% dari seluruh ibu hamil Di Kabupaten Tanah Bumbu (Dinas Kesehatan Tanah Bumbu, 2017).

Menurut rekapitulasi data tahunan yang diperoleh dari Puskesmas Batulicin tahun 2017, dari seluruh ibu hamil yang mengalami *anemia* yaitu sebanyak 363 (56,01%) dari 648 ibu hamil (Puskesmas Batulicin, 2017). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada bulan Maret tahun 2018 Di Puskesmas Batulicin, menurut data bulan Januari sampai dengan bulan Maret tahun 2018 jumlah ibu hamil yang melakukan pemeriksaan dipelayanan Kesehatan Ibu

dan Anak (KIA) yaitu berjumlah 314 ibu hamil sedangkan yang mengalami *anemia* sebanyak 78 (24,8%) ibu hamil. Jadi dari data tersebut masih banyak ibu hamil yang mengalami *anemia* Di Wilayah Kerja Puskesmas Batulicin (Puskesmas Batulicin, 2018).

Beberapa faktor yang dapat menyebabkan terjadinya *anemia* kehamilan diantaranya *gravidita*, umur, *paritas*, tingkat pendidikan, status ekonomi dan kepatuhan konsumsi tablet Fe (Krisnawati, Desi & Sulistianingsih, 2015). *Anemia* pada kehamilan terutama disebabkan karena peningkatan kebutuhan zat besi dan asam folat, *anemia* pada ibu hamil dapat mengganggu pertumbuhan janin dalam kandungan. Ibu hamil dengan *anemia* beresiko lebih tinggi melahirkan bayi BBLR, *prematuur* dan beresiko kematian bayi dan dapat juga berakibat perdarahan pada saat persalinan (Diana, 2012).

Terdapat berbagai cara untuk mengatasi dan mencegah masalah *anemia* yang terjadi pada ibu hamil diantaranya istirahat yang cukup, rutin memeriksakan kehamilannya minimal 4 kali selama hamil untuk mendapatkan tablet Fe dan vitamin yang lainnya pada petugas kesehatan, makan-makanan yang bergizi 3 kali sehari dengan porsi 2 kali lipat lebih banyak serta makan-makanan yang bergizi dan banyak mengandung zat besi, misalnya kurma, daun pepaya, kangkung, daging sapi, hati ayam dan susu (Waryana, 2010). Seiring dengan perkembangan zaman yang semakin maju masyarakat mengerti bahwa kesehatan itu sangat penting, masyarakat pada umumnya telah merubah pola konsumsinya menjadi lebih baik salah satunya yaitu sudah mulai membuka pikiran bahwa khasiat buah-buahan sangatlah membantu dalam gizi tubuh, salah satunya yaitu buah kurma. Zat besi sangat diperlukan dalam pembentukan darah yaitu untuk mensintesis *hemoglobin* (Almatsier, 2009).

Hemoglobin adalah molekul protein yang mengangkut sel darah merah

sebagai media transportasi O₂. *Hemoglobin* dibentuk dalam sel darah merah pada sumsum tulang belakang dan kegagalan pembentukan *hemoglobin* dapat disebabkan karena kekurangan *protein*. Faktor pembentuk *hemoglobin* seperti Fe, B12, dan asam folat semuanya terdapat dalam kurma (Rahayu, 2017).

Buah dari pohon kurma sering dikonsumsi oleh masyarakat karena tinggi nutrisi dan mempunyai potensi besar sebagai obat untuk berbagai penyakit (Vayalil, 2012). Tidak seperti kebanyakan buah lainnya kurma mengandung *karbohidrat* tinggi sehingga dapat menyediakan energi yang cukup. Sebagian kandungan gulanya terdiri atas *glukosa*, *fruktosa*, dan *sukrosa*, meskipun kandungan gula dalam kurma tinggi mencapai 70%, yaitu 70 – 73 gram per 100 gram berat kering, kandungan zat gula tersebut sudah diolah secara alami dan tidak berbahaya bagi kesehatan (Satuhu, 2010).

Menurut data kementerian kesehatan haji menjelaskan bahwa kadar zat besi dalam buah kurma juga cukup tinggi yaitu 0,90 mg per 100 gram buah kurma (11% AKG), dimana zat besi menjadi salah satu komponen dalam darah untuk membawa *oksigen* dalam darah (PuskesHaji, 2014). Di Indonesia, buah kurma banyak diproduksi dalam bentuk sari kurma. Sari kurma adalah salah satu jenis minuman khusus yang berfungsi untuk pengobatan dan merawat kesehatan bagi tubuh yang mengandung zat *mineral* yaitu besi yang esensial bagi pembentukan *hemoglobin* untuk meningkatkan kadar *hemoglobin* dalam tubuh (Iin, 2016). Beberapa penelitian telah dilakukan untuk menguji efektivitas dari sari kurma, salah satunya adalah penelitian yang dilakukan oleh RD Rahayu (2017) menyatakan bahwa sari kurma dapat meningkatkan kadar *hemoglobin* pada ibu hamil.

Berdasarkan fakta dan fenomena di atas, bahwa masih banyak kejadian *anemia* pada ibu hamil dan belum pernah ada

penelitian tentang sari kurma Di Puskesmas Batulicin, maka peneliti tertarik untuk mengambil penelitian tentang “Pengaruh Sari Kurma (*Phoenix Dactylifera*) Terhadap Peningkatan Kadar *Hemoglobin* Ibu Hamil *Trimester* III Di Wilayah Kerja Puskesmas Batulicin Kecamatan Batulicin Kabupaten Tanah Bumbu Provinsi Kalimantan Selatan”.

METODE PENELITIAN

Tempat penelitian dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Batulicin Kecamatan Batulicin Kabupaten Tanah Bumbu. Proses penelitian dilakukan mulai dari bulan Mei sampai bulan Juni 2018.

Desain penelitian dalam penelitian ini adalah *Quasi Eksperimental* dengan rancangan yang digunakan adalah rancangan *Pre And Post Test Without Control*.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu hamil *trimester* III di wilayah kerja Puskesmas Batulicin pada bulan Mei-Juni 2018 yang berjumlah 58 ibu hamil *trimester* III.

Adapun pengambilan sampel pada penelitian ini berjumlah 16 sampel dilakukan secara *purposive sampling* dengan menentukan sampel sesuai dengan *kriteria inklusi dan kriteria eksklusi*.

Adapun *instrumen* untuk pemberian sari kurmayang digunakan pada penelitian ini adalah sendok makan, dan untuk peningkatan kadar *hemoglobin* menggunakan berupa Hb *digital* dan lembar observasi.

Analisis penelitian terdiri dari analisis univariat dan bivariat, untuk menguji hipotesis menggunakan *uji statistic nonparametrik* yaitu uji *Wilcoxon test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Sebelum Diberikan Sari Kurma di Wilayah Kerja Puskesmas Batulicin Kecamatan Batulicin Kabupaten Tanah Bumbu

No.	Kadar Hemoglobin	Frekuensi (Orang)	Presentase (%)
1	Normal	7 orang	43,75 %
2	Tidak Normal	9 orang	56,25 %
Total		16 orang	100 %

Berdasarkan tabel 5.1 di atas diketahui bahwa sebelum diberikan sari kurma hampir sebagian besar (56,25%) mengalami kadar Hb tidak normal dan hampir setengahnya (43,75%) dalam batas kadar Hb normal.

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III Sesudah Diberikan Sari Kurma di Wilayah Kerja Puskesmas Batulicin Kecamatan Batulicin Kabupaten Tanah Bumbu

No.	Kadar Hemoglobin	Frekuensi (Orang)	Presentase (%)
1	Normal	15	93,75
2	Tidak Normal	1	6,25
Total		16	100

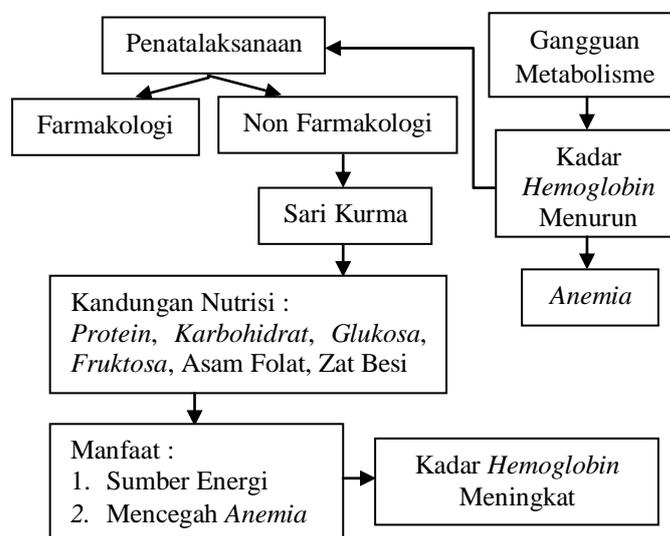
Berdasarkan tabel 5.2 di atas diketahui bahwa sesudah diberikan sari kurma hampir seluruhnya (93,75%) mengalami kadar Hb normal dan sebagian kecil (6,25%) masih mengalami kadar Hb tidak normal.

Tabel 5.3 Analisis Hasil Penelitian Pengaruh Sari Kurma (*Phoenix Dactylifera*) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Batulicin

No.	Kadar Hemoglobin	Pemberian Sari Kurma				p value
		Sebelum		Sesudah		
		F	P	F	P	
1	Normal	7	43,75	15	93,75	0,002 (<0,05)
2	Tidak Normal	9	56,25	1	6,25	
Total		16	100	16	100	

Berdasarkan tabel 5.3 di atas diketahui bahwa sebelum dan sesudah diberikan sari kurma responden yang mengalami kadar hemoglobin meningkat hampir seluruhnya (93,75%) dan sebagian kecil (6,25%) kadar hemoglobin tidak meningkat. Uji yang digunakan adalah uji alternatif *Wilcoxon Test* di dapatkan nilai *p value* (*Exact. Sig/2 tailed*) 0,002 (<0,05) artinya terdapat perbedaan peningkatan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan sari kurma. Oleh karena itu H0 ditolak dan H1 diterima yang berarti ada pengaruh sari kurma (*phoenix dactylifera*) terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III. Uji alternatif *Wilcoxon Test* digunakan untuk menguji beda mean peringkat (data ordinal) dari 2 hasil pengukuran pada kelompok yang sama (misalnya beda *mean* peringkat *pre test* dan *post test*) sehingga harus dilakukan uji alternatif menggunakan uji *Wilcoxon Test*.

Pathway peningkatan kadar hemoglobin :



PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.1 di Wilayah Kerja Puskesmas Batulicin Kecamatan Batulicin Kabupaten Tanah Bumbu, pada awal sebelum diberikan sari kurma diketahui bahwa beberapa responden mengalami *anemia* atau kadar *hemoglobin* tidak normal. Sebelum diberikan sari kurma responden sebagian besar (56,25%) mengalami kadar *hemoglobin* tidak normal, dan hampir setengahnya (43,75%) dengan kadar *hemoglobin* normal.

Kandungan *hemoglobin* yang rendah dengan demikian mengindikasikan *anemia* (Indah, 2016). *Anemia* merupakan suatu keadaan adanya penurunan kadar *hemoglobin*, *hematokrit* dan jumlah *eritrosit* dibawah nilai normal (Mansjoer Arif, 2010). *Anemia* pada kehamilan terutama disebabkan karena peningkatan kebutuhan zat besi dan asam folat, *anemia* pada ibu hamil dapat mengganggu pertumbuhan janin dalam kandungan (Diana, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.2 di Wilayah Kerja Puskesmas Batulicin Kecamatan Batulicin Kabupaten Tanah Bumbu, diketahui bahwa responden mengalami peningkatan kadar *hemoglobin* sesudah diberikan sari kurma yaitu hampir seluruhnya (93,75%) dengan kadar *hemoglobin* normal dan sebagian kecil (6,25%) masih mengalami kadar *hemoglobin* tidak normal.

Hal ini disebabkan oleh adanya kandungan zat besi dalam sari kurma yang dapat meningkatkan kadar *hemoglobin*. Hal ini didukung oleh teori dari Rahayu (2017), menyebutkan faktor pembentuk *hemoglobin* seperti Fe, B12, dan asam folat semuanya terdapat dalam kurma. Sari kurma memiliki banyak manfaat salah satunya untuk meningkatkan kadar *hemoglobin* untuk ibu hamil.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Diyah (2017) tentang pengaruh pemberian buah kurma pada ibu hamil *trimester* III dengan *anemia* terhadap kadar *hemoglobin* di BPM Tri

Rahayu Setyaningsih Cangkringan Sleman Yogyakarta dari hasil uji statistik didapatkan $p\ value < 0,05$ ($0,001 < 0,05$) hasil uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan yang bermakna pada kedua kelompok penelitian. Hasil penelitian ini pada kelompok *eksperiment* atau yang diberikan buah kurma secara statistik memberikan pengaruh terhadap kadar *hemoglobin* ibu hamil. Sementara pada kelompok kontrol di dapatkan hasil adanya pengaruh pemberian tablet besi terhadap kadar *hemoglobin* pada kelompok kontrol. Pemberian suplemen zat besi dapat memperbaiki status besi tubuh ibu hamil.

Persamaan pada penelitian ini terletak pada variabel independent dan dependent yaitu sari kurma dan peningkatan kadar *hemoglobin*, sedangkan perbedaan terletak pada pengambilan sampel yang digunakan, penelitian terdahulu menggunakan *quota sampling* sedangkan penelitian sekarang menggunakan *purposive sampling*.

Menurut peneliti responden yang diberikan sari kurma sebagian besar mengalami peningkatan kadar *hemoglobin*. Hal ini dibuktikan dengan terjadinya peningkatan kadar *hemoglobin* ibu hamil pada saat sebelum diberikan sari kurma sebagian besar mengalami kadar *hemoglobin* tidak normal, setelah diberikan sari kurma terdapat peningkatan kadar *hemoglobin* yaitu hampir seluruh responden mengalami peningkatan kadar *hemoglobin*. Sari kurma diberikan dengan cara diminum sebelum makan selama satu minggu untuk meningkatkan kadar *hemoglobin*.

Perlakuan sari kurma banyak memberikan pengaruh terhadap peningkatan kadar *hemoglobin* setelah diberikan 3 sendok makan sehari dianjurkan sebelum makan dengan dosis 15 cc selama satu minggu. Hal ini dapat dikatakan bahwa pemberian sari kurma berpengaruh untuk peningkatan kadar *hemoglobin* pada ibu hamil *trimester* III.

Selanjutnya setelah hasil tersebut di analisis dengan uji statistik *Wilcoxon Test* berdasarkan perhitungan menggunakan *software computer* didapatkan nilai *p value (Exact.Sig/2 tailed)* 0,002 (<0,05) artinya terdapat perbedaan kadar *hemoglobin* sebelum dan sesudah diberikan sari kurma. Oleh karena itu H_0 ditolak dan H_1 diterima yang berarti ada pengaruh sari kurma (*phoenix dactylifera*) terhadap peningkatan kadar *hemoglobin* ibu hamil *trimester III*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebelum diberikan sari kurma sebagian besar mengalami kadar *hemoglobin* tidak normal, dan hampir setengahnya dengan kadar *hemoglobin* normal.
2. Sesudah diberikan sari kurma hampir seluruhnya dengan kadar *hemoglobin* meningkat dan sebagian kecil masih mengalami kadar *hemoglobin* tidak meningkat.
3. Ada pengaruh sari kurma (*Phoenix Dactylifera*) terhadap peningkatan kadar *hemoglobin* ibu hamil *trimester III* di Wilayah Kerja Puskesmas Batulicin.

SARAN

1. Bagi Responden
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai manfaat sari kurma (*phoenix dactylifera*) terhadap peningkatan kadar *hemoglobin* ibu hamil.
2. Bagi Ilmu Kebidanan
Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan dalam bidang kebidanan khususnya terapi *non farmakologis* terhadap peningkatan kadar *hemoglobin* pada ibu hamil.
3. Bagi Organisasi IBI
Diharapkan semoga program-program kesehatan akan lebih baik lagi kedepannya terutama di bidang “Kebidanan” melalui organisasi IBI dan dapat dipakai sebagai bahan

masukan dalam memberikan Komunikasi Informasi Edukasi kepada ibu hamil cara mengatasi *anemia*.

4. Bagi Pelayanan Kesehatan
Penelitian ini diharapkan memberi masukan pada pelayanan kesehatan seperti di Puskesmas bahwa pemberian sari kurma (*phoenix dactylifera*) dapat dijadikan prosedur dalam asuhan kebidanan pada ibu hamil khususnya untuk meningkatkan kadar *hemoglobin* dan mencegah *anemia*.
5. Bagi Institusi Pendidikan
Sebagai salah satu media pembelajaran, sumber informasi, wacana kepustakaan terkait terapi *non farmakologis* terhadap peningkatan kadar *hemoglobin* ibu hamil dengan mengonsumsi sari kurma (*phoenix dactylifera*).
6. Bagi Peneliti Selanjutnya
Bagi peneliti selanjutnya dapat digunakan sebagai referensi serta dapat mengembangkan apa yang telah dilakukan dalam penelitian ini. Selain itu untuk memperkuat penelitian selanjutnya menambahkan jumlah responden, analisis *multivariat* untuk menganalisis jumlah variabel lebih dari satu, kemudian memperhatikan masalah tempat pemberian dan waktu pemberian sari kurma (*phoenix dactylifera*). Kemudian dapat menjadikan pengalaman nyata dalam melaksanakan penelitian sederhana secara ilmiah dalam rangka mengembangkan diri dalam melaksanakan fungsi bidan sebagai peneliti. Agar hasil penelitian ini dapat menambah wawasan pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti sendiri tentang pemberian sari kurma (*phoenix dactylifera*) terhadap peningkatan kadar *hemoglobin* ibu hamil.

DAFTAR PUSTAKA

- Almaitzer, S. (2009). *Prinsip dasar ilmu gizi*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Aritonang, E. (2010). *Kebutuhan gizi ibu hamil*. Bogor : IPB Press.
- Departemen Kesehatan RI. (2013). *Survey demografi kesehatan indonesia tahun 2013*. Jakarta : Depkes RI.
- Diana, Aly. 2012. *Anemia pada ibu hamil dan dasar-dasar konseling*. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.
- Dinas Kesehatan Kalimantan Selatan. (2013). *Profil kesehatan provinsi Kalimantan selatan tahun 2013*. Banjarmasin : Dinkes kalsel.
- Dinas Kesehatan Tanah Bumbu. (2017). *Data cakupan ibu hamil dan ibu hamil anemia tahun 2017*. Tanah Bumbu.
- Diyah, Ayu Susilowati. (2017). *Pengaruh pemberian buah kurma pada ibu hamil trimester III dengan anemia terhadap kadar hemoglobin di BPM Tri Rahayu Setyaningsih Cangkringan Sleman Yogyakarta*. Yogyakarta : Universitas Aisyiyah Yogyakarta.
- In, Kusumawati. (2016). *Penggunaan sari kurma untuk meningkatkan kadar hemoglobin ibu nifas pada ny. P umur 31 tahun di BPM Djumi Widarti Sempor Kebumen*. Kebumen : STIKES Muhammadiyah Gombong.
- Indah, O., Linda, M., & Sesca, D.S. (2016). Profil hemoglobin pada ibu hamil dilihat dari beberapa faktor pendukung. *JIDAN*, 4(1), 2339-1731.
- Krisnawati, Desi, A.M.Y., & Apri, S. (2015). Faktor-faktor terjadinya anemia pada ibu primigravida di Wilayah Kerja Puskesmas Pringsewu Lampung. *Keperawatan*, 6(2), 79 – 87.
- Mansjoer, Arif. (2010). *Kapita selekta kedokteran*, edisi ke 4. Jakarta : Media Asculapius FKUI.
- Nurhidayati, A., & Erlyn, H. (2014). *Hb pada ibu hamil di BPS Suratini Suwarno*. Surakarta : KesMaDaSka.
- Pusat Kesehatan Haji Kementerian Kesehatan RI. (2014). *Fungsi dan kegunaan kurma*, bagian 2. Jakarta : Puskes Haji Kemenkes RI.
- Puskesmas Batulicin. (2017). *Rekapitulasi data tahunan ibu hamil dan kejadian anemia pada ibu hamil tahun 2017*. Batulicin.
- _____ (2018). *Buku registrasi ibu hamil dari bulan Januari sampai bulan Maret*. Batulicin.
- Rahayu, R.D. (2017). Efektivitas penambahan sari kurma dalam pemenuhan gizi ibu hamil anemia di Puskesmas Wedi Kabupaten Klaten. *Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional*, 2(2), 60-115.
- Satuhu, Suyanti. (2010). *Kurma khasiat dan olahannya*. Jakarta : Penebar Swadaya.
- USDA National Nutrient Database. (2012). *Nutrient data for 09231, date-palm (phoenix dactylifera) purple*. Diakses pada tanggal 2 Maret 2018, dari <http://www.nal.usda.gov>.
- Vayalil. (2012). Date Fruits (phoenix dactylifera linn): An emerging medicinal food. *Critical Reviews In Food Science And Nutrition*, 52(3), 249-271.
- Waryana. (2010). *Gizi reproduksi*. Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- World Health Organization. (2014). *Mediacentre*. Diakses pada tanggal 2 Maret 2018, dari <http://who.int>.

