

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

5.1 Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Desa Darmaraja Kecamatan Lumbung Kabupaten Ciamis. Dalam penelitian ini dilakukan dua kali pengukuran kadar Hb, yaitu sebelum dan sesudah pemberian kombinasi Sari Kurma dan Air Kelapa (SAMALA). Setelah dilakukan penelitian terhadap 30 wanita usia subur dengan anemia di Desa Darmaraja, Maka didapatkan hasil sebagai berikut:

5.1.1 Analisis Univariat

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan data yang dilakukan pada tiap variabel dari hasil penelitian. Berdasarkan hasil analisis univariat didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 5.1 Gambaran Tingkat Anemia Wanita Usia Subur Sebelum dan Sesudah Pemberian SAMALA di Desa Darmaraja Tahun 2024

No	Tingkat Anemia	Sebelum		Sesudah	
		f	%	f	%
1	Ringan	18	60	2	100
2	Sedang	12	40	0	0
3	Berat	0	0	0	0
Total		30	100	2	100

Sumber: Hasil Penelitian, 2024

Berdasarkan tabel 5.1 di atas dapat dilihat bahwa tingkat anemia pada wanita usia subur sebelum pemberian kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA) yaitu 18 responden (60%) mengalami anemia ringan dan 12 responden (40%)

mengalami anemia sedang. Sedangkan sesudah pemberian SAMALA terdapat 2 responden (100%) mengalami anemia ringan.

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Kadar *Hemoglobin* Wanita Usia Subur Dengan Anemia Sebelum dan Sesudah Pemberian SAMALA di Desa Darmaraja Tahun 2024

No	Variabel Kadar Hb	< 12 gr/dl		> 12 gr/dl		Jumlah	
		f	%	f	%	f	%
1	Sebelum	30	100	0	0	30	100
2	Sesudah	2	6,7	28	93,3	30	100

Sumber: Hasil Penelitian, 2024

Berdasarkan tabel 5.2 di atas dapat dilihat distribusi kadar *hemoglobin* sebelum pemberian kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA), kadar *hemoglobin* < 12 gr/dl yaitu 30 responden (100%), kadar *hemoglobin* > 12 gr/dl yaitu 0 responden (0%). Sedangkan sesudah pemberian kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA), kadar *hemoglobin* < 12 gr/dl yaitu 2 responden (6,7%), kadar *hemoglobin* > 12 gr/dl yaitu 28 responden (93,3%).

5.1.2 Analisis Bivariat

Analisis data bivariat digunakan untuk melihat efektivitas antara variabel independen dengan variabel dependen. Berdasarkan hasil analisis bivariat didapatkan hasil sebagai berikut:

Tabel 5.3 Hasil Uji Normalitas *Shapiro-Wilk*

No	Variabel	N	<i>P value</i>	Keterangan
1	Sebelum pemberian SAMALA	30	0.014	Berdistribusi tidak normal
2	Sesudah pemberian SAMALA	30	0.011	Berdistribusi tidak normal

Sumber: Hasil Penelitian, 2024

Berdasarkan uji normalitas menggunakan Uji *Shapiro-Wilk* pada tabel 5.3 di atas, diperoleh nilai signifikan sebelum intervensi 0,014 ($P < 0,05$) dan nilai signifikan sesudah intervensi sebesar 0,011 ($P < 0,05$). Maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut berdistribusi tidak normal, sehingga analisis bivariat dilakukan menggunakan uji T-Dependen non parametrik yaitu uji *Wilcoxon* untuk membandingkan kadar *hemoglobin* sebelum dan sesudah pemberian kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA).

Tabel 5.4 Perbedaan Kadar Hemoglobin Sebelum dan Sesudah Pemberian SAMALA Pada Wanita Usia Subur Dengan Anemia Di Desa Darmaraja Tahun 2024

Data	N	Min	Max	Mean	Median	P value	Intervensi
Sebelum	30	9.5	11.8	11.060	11.200	0.000	Ada Perbedaan
Sesudah	30	11.8	15.5	12.883	12.800		

Sumber: Hasil Penelitian, 2024

Berdasarkan tabel 5.4 di atas, dijelaskan bahwa data hasil uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* terdapat perubahan nilai sebelum dan sesudah diberikan intervensi dengan nilai sebesar 0,000. Karena nilai signifikansi 0,000 artinya nilai signifikansi $< 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa pemberian kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA) efektif terhadap peningkatan kadar *hemoglobin* pada wanita usia subur dengan anemia di Desa Darmaraja Kecamatan Lumbung Kabupaten Ciamis Tahun 2024.

5.2 Pembahasan

5.2.1 Distribusi Frekuensi Kadar *Hemoglobin* Sebelum dan Sesudah Pemberian SAMALA terhadap Wanita Usia Subur dengan Anemia di Desa Darmaraja Tahun 2024

Berdasarkan analisis univariat diperoleh kadar *hemoglobin* sebelum pemberian kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA), kadar *hemoglobin* < 12 gr/dl yaitu 30 responden (100%) diantaranya 18 responden mengalami anemia ringan dan 12 responden mengalami anemia sedang, kadar *hemoglobin* > 12 gr/dl yaitu 0 responden (0%). Sedangkan sesudah pemberian kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA), kadar *hemoglobin* < 12 gr/dl yaitu 2 responden (6,7%) dengan anemia ringan, kadar *hemoglobin* > 12 gr/dl yaitu 28 responden (93,3%).

Dilihat dari kadar *hemoglobin*, masih terdapat kadar *hemoglobin* yang rendah pada wanita usia subur. Menurut asumsi peneliti, hal ini disebabkan karena kekurangan zat besi dimana asupan makanan yang kaya akan zat besi tidak mencukupi, sehingga mengakibatkan rendahnya kadar *hemoglobin* dalam darah. Selain itu, kehilangan darah saat menstruasi juga menjadi salah satu faktor penyebab, wanita yang mengalami menstruasi berat atau berkepanjangan dapat kehilangan zat besi dalam jumlah besar. Gabungan dari faktor-faktor ini menghasilkan kondisi dimana wanita usia subur memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia. Wanita usia subur yang mengalami anemia cenderung mudah kelelahan, pucat, dan kesulitan berkonsentrasi dapat mengganggu aktivitas sehari-hari serta mempengaruhi kesehatan reproduksi. Untuk meningkatkan kadar hemoglobin, sangat penting untuk mengonsumsi makanan yang kaya akan zat besi

serta vitamin C. Vitamin C berfungsi dalam proses penyerapan zat besi di dalam tubuh, sehingga membuat penyerapan tersebut menjadi lebih efisien. Salah satu kombinasi buah yang kaya akan zat besi dan vitamin C adalah kurma dan air kelapa. Dapat dilihat dari 30 responden yang mengkonsumsi kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA) 28 responden (93,3%) mengalami peningkatan kadar hemoglobin dengan pengukuran menggunakan alat Hb digital. Ini menunjukkan bahwa nilai gizi yang terdapat dalam kurma dan air kelapa mengandung zat-zat bermanfaat, termasuk zat besi, vitamin C, asam folat, asam amino, magnesium, kalsium, kalium, dan vitamin B kompleks.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Widaningsih, (2023) berjudul Pengaruh Jus Kurlapa Dalam Peningkatan Hb Pada Remaja Putri Penderita Anemia Di Desa Karangraharja didapatkan hasil adanya pengaruh jus kurlapa terhadap peningkatan kadar *hemoglobin* pada remaja putri.

Penelitian lainnya juga dilakukan oleh Tiara & Wulandari, (2023) berjudul Gambaran Perbedaan kenaikan Kadar *Hemoglobin* Pada Intervensi Pemberian Jus Kurma Dan Air Kelapa Pada Remaja, didapatkan hasil kenaikan Hb rata-rata 1 gr/dl pada kelompok yang diberikan jus kurma dan kenaikan rata-rata Hb 0,6 gr/dl pada kelompok yang diberikan air kelapa.

5.2.2 Efektivitas Pemberian Kombinasi Sari Kurma dan Air Kelapa (SAMALA)

pada Wanita Usia Subur Dengan Anemia di Desa Darmaraja Tahun 2024

Berdasarkan analisis bivariat pada wanita usia subur dengan anemia diperoleh perbedaan rata-rata kadar *hemoglobin* sebelum dan sesudah pemberian kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA) dengan nilai uji *Wilcoxon* yaitu $P = 0,000 <$

0,05 yang artinya pemberian kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA) dapat meningkatkan kadar *hemoglobin* wanita usia subur di Desa Darmaraja selama 7 hari berturut-turut sebanyak 200 ml per hari, dengan selisih nilai rata-rata peningkatan 2 gr/dl.

Pembentukan *hemoglobin* sangat bergantung pada asupan nutrisi yang cukup selama proses pembentukan sel darah. Nutrisi yang paling penting adalah zat besi, vitamin B12, dan asam folat. Selain itu, vitamin C diperlukan untuk memaksimalkan penyerapan zat besi oleh tubuh. Jika tubuh kekurangan nutrisi-nutrisi ini, pembentukan sel darah merah akan terganggu. Akibatnya, sel-sel darah merah yang terbentuk bisa jadi tidak sempurna dan tidak mampu membawa oksigen dengan optimal (Widaningsih, 2023).

Kurma kaya akan zat besi yang penting dalam memproduksi sel darah merah. Zat besi ini diserap ke aliran darah dan didistribusikan ke sumsum tulang untuk sintesis *hemoglobin*, komponen utama sel darah merah. Keunggulan kurma diperkuat dengan kandungan vitamin C, yang berperan penting dalam meningkatkan penyerapan zat besi dengan mengubahnya menjadi bentuk yang lebih mudah diserap oleh tubuh. Dengan demikian, konsumsi kurma dapat membantu mencegah anemia karena vitamin C meningkatkan penyerapan zat besi dari makanan dan membantu memobilisasi serta menyimpannya di dalam tubuh (Ilahi *et al.*, 2019).

Air kelapa muda juga mendukung proses pembentukan sel darah (*hematopoiesis*) karena kandungan nutrisinya yang beragam. Selain zat besi dan vitamin C, air kelapa muda juga mengandung asam folat dan berbagai asam amino

esensial. Asam folat penting untuk berbagai reaksi biokimia dalam tubuh, termasuk metabolisme zat besi dan fungsi reseptor transferrin. Kekurangan asam folat dapat mengganggu aktivitas seluler, termasuk pembentukan dan pematangan sel darah merah di sumsum tulang (Widaningsih, 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Silalahi *et al.*, (2021) tentang pemberian jus kurma kelapa terhadap peningkatan kadar Hb pada remaja putri dengan anemia. Dalam penelitiannya diperoleh perbedaan rata-rata kadar *hemoglobin* sebelum dan sesudah pemberian jus kurma kelapa dan nilai uji *Wilcoxon* yaitu $P = 0,000 < 0,05$ yang artinya pemberian jus kurma kelapa dapat meningkatkan kadar Hb, dengan selisih nilai rata-rata peningkatan 3,3 gr/dl.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Ilahi *et al.*, (2019) peneliti memberi perlakuan dengan konsumsi jus kurlapa yang terbuat dari buah kurma 150 gram dan air kelapa muda 250 ml. Jus kurlapa sebanyak 300 ml dikonsumsi dengan frekuensi satu kali sehari selama 7 hari. Peningkatan rata-rata kadar hemoglobin remaja putri setelah pemberian jus kurlapa yaitu 0,8600 g/dl.

Pada penelitian ini, kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA) dibuat dengan cara direbus untuk diambil sarinya, dimana 100 gr kurma ajwa yang telah dipisahkan dari bijinya dimasukan ke dalam panci dan ditambahkan 100-300 ml air kemudian direbus hingga mendidih setelah itu disaring untuk diambil sarinya, kemudian rebus kembali hingga sedikit mengental sambil diaduk. Setelah itu tuangkan sari kurma ke dalam botol dan tambahkan 150 ml air kelapa. Sari kurma dan air kelapa ini diberikan 1 kali sehari sebanyak 200 ml selama 7 hari.

Menurut asumsi peneliti, kandungan nutrisi dalam kurma dan air kelapa mendukung proses pembentukan sel darah merah. Kurma kaya akan zat besi dan vitamin C, yang memfasilitasi penyerapan zat besi dan sintesis *hemoglobin*. Air kelapa muda juga mengandung asam folat dan asam amino esensial, yang penting untuk metabolisme dan pembentukan sel darah merah. Penelitian ini menunjukkan bahwa pemberian kombinasi sari kurma dan air kelapa (SAMALA) kepada wanita usia subur dengan anemia dapat meningkatkan kadar *hemoglobin* secara signifikan. Dengan konsumsi SAMALA selama 7 hari, peneliti menemukan peningkatan rata-rata kadar *hemoglobin* sebesar 2 gr/dl, yang diindikasikan oleh hasil uji *Wilcoxon* dengan nilai $P = 0,000 < 0,05$. Hasil ini konsisten dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan peningkatan kadar *hemoglobin* pada remaja putri dengan anemia setelah mengonsumsi jus kurma dan air kelapa. Oleh karena itu, kombinasi sari kurma dan air kelapa dapat dianggap sebagai intervensi yang efektif untuk meningkatkan kadar *hemoglobin* dan mencegah anemia.

Dalam penelitian ini, terdapat 30 wanita usia subur dengan anemia dengan rentang usia antara 20-35 tahun. Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata kadar *hemoglobin* sebelum dan sesudah pemberian SAMALA pada kelompok usia muda (20-30 tahun) cenderung lebih rendah dibandingkan dengan kelompok usia yang lebih tua (diatas 30 tahun). Pada kelompok usia 20-30 tahun sebanyak 19 responden (63%) mengalami peningkatan kadar Hb dengan rata-rata peningkatan sebesar 1,87 gr/dl dan nilai maksimal 5,4 gr/dl. Sementara itu, pada kelompok usia 31-35 tahun sebanyak 11 responden (37%) mengalami peningkatan dengan rata-rata 1,75 gr/dl dan nilai maksimal 3,1 gr/dl. Selain itu, wanita usia subur yang belum menikah

umumnya memiliki kadar *hemoglobin* lebih rendah dibandingkan dengan yang sudah menikah. Pada kelompok yang belum menikah sebanyak 8 responden (27%) mengalami peningkatan kadar Hb dengan rata-rata 1,49 gr/dl dan nilai maksimal 2,2 gr/dl. Sedangkan pada kelompok yang sudah menikah sebanyak 22 responden (73%) mengalami peningkatan kadar Hb dengan rata-rata 1,95 gr/dl dan nilai maksimal 5,4 gr/dl. Paritas juga berpengaruh terhadap kadar *hemoglobin*. Pada kelompok dengan paritas lebih tinggi (memiliki anak lebih dari satu), kadar Hb sebelum pemberian SAMALA cenderung lebih rendah dibandingkan dengan yang belum pernah melahirkan. Namun, sesudah pemberian SAMALA, peningkatan kadar Hb tetap terjadi pada semua kelompok. Pada kelompok nulipara sebanyak 10 responden (33%) mengalami peningkatan kadar Hb dengan rata-rata 1,63 gr/dl dan nilai maksimal 2,5 gr/dl. Pada kelompok primipara sebanyak 10 responden (33%) mengalami peningkatan dengan rata-rata 1,96 gr/dl dan nilai maksimal 5,4 gr/dl. Sedangkan pada kelompok multipara sebanyak 10 responden (33%) mengalami peningkatan dengan rata-rata 1,88 gr/dl dan nilai maksimal 4,4 gr/dl. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian SAMALA efektif dalam meningkatkan kadar *hemoglobin* pada wanita usia subur tanpa memandang usia, status pernikahan, maupun paritas.

Dalam penelitian ini, ditunjukkan dengan nilai signifikansi 0,000 sari kurma dan air kelapa (SAMALA) meningkatkan kadar *hemoglobin* wanita usia subur secara signifikan. Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima, yang menunjukkan bahwa sari kurma dan air kelapa (SAMALA) memiliki dampak positif pada peningkatan kadar *hemoglobin*.