



KARYA TULIS ILMIAH

***LITERATURE REVIEW: PENGARUH OLAHAN KELAKAI
(STENOCHLAENA PALUSTRIS) TERHADAP KADAR
HEMOGLOBIN WANITA***

Disusun Oleh :

**Yonanda Oktavania
PO.62.20.1.18.119**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
2021**

**LITERATURE REVIEW: PENGARUH OLAHAN KELAKAI
(*STENOCHLAENA PALUSTRIS*) TERHADAP KADAR
HEMOGLOBIN WANITA**



KARYA TULIS ILMIAH

Disusun untuk memenuhi persyaratan menempuh mata kuliah Karya Tulis Ilmiah

Oleh:

**Yonanda Oktavania
PO.62.20.1.18.119**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
BADAN PENGEMBANGAN DAN PEMBERDAYAAN
SUMBER DAYA MANUSIA KESEHATAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES PALANGKA RAYA
PROGRAM STUDI D-III KEPERAWATAN
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh:

Nama : Yonanda Oktavania
NIM : PO.62.20.1.18.119
Program Studi : D-III Keperawatan
Judul KTI : *Literature Review*: Pengaruh Olahan Kelakai (*Stenochlaena Palustris*) Terhadap Kadar Hemoglobin Wanita

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji.

Palangka Raya, 18 Februari 2021

Pembimbing I



Ns. Aida Kusnaningsih, M.Kep., Sp.Kep.Mat
NIP. 197904062001122003

Pembimbing II



apt. Fina Ratih Wira Putri., M.Sc
NIP. 198506182015032002

HALAMAN PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh:

Nama : Yonanda Oktavania
NIM : PO.62.20.1.18.119
Program Studi : D-III Keperawatan
Judul KTI : *Literature Review*: Pengaruh Olahraga Kelakai
(*Stenochlaena Palustris*) Terhadap Kadar Hemoglobin Wanita

Telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Pada Seminar Karya Tulis Ilmiah

Hari Kamis Tanggal 18 Februari 2021

Ketua Penguji	Ns. Nita Theresia, S.Kep., M.Kes NIP. 198192526042001	()
Anggota I	Ns. Aida Kusnaningsih, M.Kep., Sp.Kep.Mat NIP. 197904062001122003	()
Anggota II	apt. Fina Ratih Wira Putri., M.Sc NIP. 198506182015032002	()

Mengetahui
Ketua Program Studi D-III Keperawatan



Untung Halajur., S.SiT., S.Pd., M.Kes
NIP. 19651218 198503 1002

Mengesahkan
Ketua Jurusan Keperawatan



Ns. Reny Sulistyowati., M.Kep
NIP. 19760907 200112 2 002

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yonanda Oktavania

NIM : PO.62.20.1.18.119

Program Studi : D-III Keperawatan

Judul KTI : *Literature Review: Pengaruh Olahsan Kelakai (Stenochlaena Palustris) Terhadap Kadar Hemoglobin Wanita*

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa **karya tulis ilmiah** yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya, dan bukan merupakan plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa **karya tulis ilmiah** ini hasil plagiasi, baik sebagian atau seluruhnya, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Palangka Raya, 18 Februari 2021

Yang Membuat Pernyataan



Yonanda Oktavania
NIM. PO.62.2.1.18.119

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur Penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini. Penulisan karya tulis ilmiah ini tidak lepas dari bantuan motivasi dan dorongan dari berbagai pihak, oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dhini, M.Kes selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Palangka Raya.
2. Ibu Ns. Reny Sulistyowati., M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Palangka Raya.
3. Bapak Untung Halajur, S.Pd., S.SiT., M.Kep Selaku Ketua Program Studi D-III Keperawatan Poltekkes Kemenkes Palangka Raya.
4. Ibu Ns.Nita Theresia, S.Kep., M.Kes selaku Ketua Penguji Karya Tulis Ilmiah yang telah memberikan saran, masukan pada penulisan KTI ini.
5. Ibu Ns. Aida Kusnaningsih, M.Kep, Sp.Kep.Mat selaku Dosen pembimbing I yang telah mendidik serta memberikan masukan dan saran selama masa penulisan karya tulis ilmiah ini.
6. Ibu apt. Fina Ratih Wira Putri Yani., M.Sc selaku Dosen pembimbing II dan Dosen pembimbing Akademik yang telah mendidik serta memberikan masukan dan saran selama masa penulisan karya tulis ilmiah ini.
7. Papa dan mama, Joe serta adik-adikku yang telah memberikan doa, dorongan dan semangat selama penyusunan karya tulis ilmiah ini.

8. Teman-temanku yang juga menyusun karya tulis ilmiah, Eyin, Mey, Tami, Erry yang telah berjuang bersama-sama penulis dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

Penulis menyadari bahwa KTI ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis sangat mengharapkan adanya masukan dan saran untuk perbaikan karya tulis ilmiah ini. Semoga karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak.

Palangka Raya, 18 Februari 2021

Penulis

DAFTAR ISI

COVER	
HALAMAN PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
ABSTRAK	xii
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
BAB II. METODE	6
A. Strategi Pencarian Literature	6
B. Kriteria Inklusi dan Eksklusi	8
C. Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas	9
BAB III. HASIL PENCARIAN LITERATURE	13
A. Karakteristik Studi	13
B. Hasil Penelitian	14
BAB IV. PEMBAHASAN	16

A. Pengaruh Olahraga Kelakai Terhadap Kadar Hb Remaja Putri.....	16
B. Pengaruh Olahraga Kelakai Terhadap Kadar Hb Ibu Hamil.....	18
BAB V. KESIMPULAN	20
A. Kesimpulan.....	20
B. Conflict Of Interest	20

DAFTAR PUSTAKA

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kata Kunci <i>Literature Review</i>	7
Tabel 2.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi Penelitian	9
Tabel 2.3 Judul Artikel Penelitian yang memenuhi <i>cut off penelitian</i>	11
Tabel 3.1 Hasil Penelusuran <i>Literature</i>	13

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Diagram Alir PRISMA.....	10
-------------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Daftar Pemeriksaan Penilaian Kritis Untuk Studi Analitis <i>Cross</i>	
<i>Sectional</i>	23
Lampiran 2. Daftar Pemeriksaan Penilaian Kritis Untuk Studi Analitis <i>Cross</i>	
<i>Sectional</i>	25
Lampiran 3. Daftar Pemeriksaan Penilaian Kritis Untuk Studi Analitis <i>Cross</i>	
<i>Sectional</i>	27

ABSTRAK

LITERATURE REVIEW: PENGARUH OLAHAN KELAKAI (*STENOCHLAENA PALUSTRIS*) TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN WANITA

Yonanda Oktavania¹, Aida Kusnaningsih², Fina Ratih Wira³

Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Palangka Raya

Email : yonandaoktavan20@gmail.com

Latar Belakang : Hb rendah pada wanita lebih sering terjadi pada ibu hamil dan remaja putri. Selama ini berkembang di masyarakat tentang peran fungsional kelakai terhadap Hb rendah karena zat besi (Fe) yang dikandungnya. Untuk mempertahankan mutu dan memperpanjang masa simpan kelakai maka dibuat beberapa alternatif olahan kelakai.

Tujuan Penelitian : Untuk mengetahui pengaruh olahan kalakai terhadap kadar Hb pada wanita.

Metode Penelitian : Desain penelitian yang ditetapkan penulis berdasarkan jurnal pendukung pada Karya Tulis Ilmiah ini adalah Quasi Eksperimental dan didapatkan tiga artikel dengan mesin pencarian artikel yaitu Google Scholar.

Hasil penelitian : Kadar Hb mahasiswi yang mengalami anemia sebelum dan sesudah pemberian sirup kelakai terdapat selisih 6.859 gr/dl. Efek kombinasi suplemen tablet Fe dan sayur kelakai (*stenochnaena palustris*) terhadap kadar hemoglobin remaja putri rata-

rata setelah dilakukan intervensi kombinasi tablet Fe dan sayur kelakai mengalami peningkatan dengan selisih 2.635 gr/dl. Kadar Hb ibu hamil setelah mengkonsumsi rebusan sayur kelakai dibandingkan sebelum mengkonsumsi rebusan sayur kelakai mengalami peningkatan selisih 0.711 gr/dl.

Kesimpulan : Olahan kelakai dapat meningkatkan kadar Hb yang cukup signifikan pada wanita. Olahan dalam bentuk sirup kelakai dan kombinasi sayur kelakai dengan suplemen tablet Fe dapat meningkatkan kadar Hb pada remaja putri dan olahan kelakai dalam bentuk rebusan sayur kelakai dapat meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil, oleh sebab itu olahan kelakai direkomendasikan untuk dikonsumsi karena memiliki kandungan Fe yang cukup tinggi sehingga dapat meningkatkan kadar Hb pada wanita baik pada remaja putri maupun ibu hamil.

Kata Kunci : Kelakai, Hb, Wanita

BAB I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hemoglobin merupakan komponen dalam sel darah merah yang berperan penting untuk mengikat oksigen dalam darah. Ketika tubuh kekurangan hemoglobin, maka akan terjadi Hb rendah yang dapat menimbulkan sejumlah keluhan dan gangguan kesehatan. Ketika tubuh kekurangan sel darah merah sehat atau hemoglobin keadaan kadar hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah daripada nilai normal untuk kelompok orang menurut umur dan jenis kelamin, Menurut WHO (*World Health Organization*) kadar Hb normal ibu hamil sekitar 11 gram/dL dan kadar normal Hb remaja putri adalah 12-16 g/dL (Sibala; and Sibala;, 2018).

Kekurangan hemoglobin dapat disebabkan oleh sejumlah penyakit yang mengakibatkan kadar sel darah merah dalam tubuh berkurang. Kondisi tersebut terjadi karena tiga hal yaitu produksi Hb menurun, kelainan pada hemoglobin dan tubuh kehilangan darah. Kekurangan hemoglobin juga terjadi karena beberapa kondisi atau penyakit yang dapat menyebabkan produksi Hb dalam tubuh berkurang antara lain, anemia defisiensi besi, anemia aplastic, kekurangan nutrisi yang dibutuhkan untuk menghasilkan sel darah merah, seperti vitamin B12 atau asam folat (Zidni *et al.*, 2018).

Tanda dan gejala Hb rendah yaitu lemah, pernapasan terasa sesak, pusing, kelelahan, jantung berdetak cepat dan tidak teratur, sakit kepala, tangan dan kaki terasa dingin, kulit pucat atau kekuningan, dan dada sakit. Saat Hb rendah, jantung harus bekerja lebih keras untuk memindahkan oksigen yang mengalir dalam darah ke seluruh tubuh, hal inilah yang menimbulkan gejala-gejala di atas. Gejala tersebut

awalnya sering tidak disadari oleh penderita, namun akan makin terasa seiring bertambah parahnya kondisi Hb rendah (Mawaddah, 2019).

Akibatnya, sel-sel dalam tubuh tidak mendapat cukup oksigen dan tidak berfungsi secara normal (hipoksemia), Hb rendah lebih sering terjadi pada ibu hamil dan remaja putri dibandingkan dengan pria. Hb rendah saat hamil tentu saja akan berdampak pada ibu dan janin, selain kelelahan dan susah bernapas, Hb rendah membuat ibu berisiko membutuhkan transfusi darah saat melahirkan karena kehilangan banyak darah dan pada janin tidak hanya berisiko lahir prematur, tetapi memiliki berat badan yang tak normal. Konsekuensi klinis dari Hb rendah pada remaja putri adalah menurunnya imunitas, konsentrasi, prestasi belajar, kebugaran remaja dan produktifitas (Negara, Murjani and Basyid, 2017).

Menurut beberapa kasus hampir 23% remaja putri di Indonesia mengalami Hb rendah dengan jumlah remaja putri kurang lebih 21 juta, terdapat setidaknya 4,8 juta yang mengidap kekurangan jumlah sel darah merah (yang mengandung protein hemoglobin, Hb). Ibu hamil sekitar 40-50% atau 5 dari 10 ibu hamil mengalami Hb rendah, dari sekian banyak volume penderita tidak tahu atau tidak menyadarinya, bahkan ketika tahu pun masih menganggap Hb rendah sebagai masalah sepele (Zidni *et al.*, 2018).

Penanganan Hb rendah dapat dilakukan dengan memperbanyak konsumsi zat besi, mengonsumsi suplemen zat besi, mengatasi penyebab Hb rendah dan tranfusi sel darah merah. Selama ini berkembang di masyarakat tentang peran fungsional kelakai terhadap Hb rendah karena zat besi (Fe) yang dikandungnya. Tumbuhan kelakai (*Stenochlaena palustris*) pada umumnya dimanfaatkan oleh masyarakat Kalimantan Tengah sebagai sayur dan secara turun temurun

dimanfaatkan sebagai obat tradisional, dimana oleh masyarakat Dayak dipercaya mampu mengobati penyakit Hb rendah dan digunakan untuk menambah tenaga pasca melahirkan. Kandungan yang terdapat dalam tumbuhan kelakai diantaranya adalah fenol, flavonoid, steroid dan alkaloid serta beberapa mineral seperti Ca dan zat besi (Fe). Kandungan Fe yang terdapat pada kelakai inilah yang kemungkinan dijadikan dasar bahwa ekstrak daun kelakai tersebut dapat dimanfaatkan untuk pengobatan Hb rendah (Negara, Murjani and Basyid, 2017). Kandungan Fe yang cukup tinggi pada kelakai sebesar 291,32 mg/100 g bahan diyakini dapat membantu mengatasi Hb rendah yang dialami oleh kita (Rahayu, 2017).

Cara mempertahankan mutu dan memperpanjang masa simpan kelakai maka dibuatlah beberapa alternatif olahan kelakai. Salah satu cara pemanfaatan kelakai adalah dengan mengolah kelakai menjadi sirup kelakai 100% menghasilkan rata-rata kandungan Fe sebesar 3,221 mg/100ml, sedangkan rata-rata kandungan Vitamin C menghasilkan 78,120 mg/100ml. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sirup kalakai dapat membantu untuk memenuhi kecukupan Fe pada remaja putri, sedangkan kandungan vitamin C pada sirup kelakai ini juga penting untuk membantu reduksi Fe^{3+} menjadi Fe^{2+} sehingga zat besi lebih mudah diserap oleh tubuh. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata kadar Hb remaja putri yang mengalami anemia sesudah pemberian sirup kalakai lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata kadar Hb remaja putri yang mengalami anemia sebelum pemberian sirup kalakai (Mawaddah, 2019). Kalakai juga diolah dan dijadikan bahan baku pembuatan teh memberikan alternative lain untuk memperoleh manfaat kandungan Fe dalam kalakai (Rahayu, 2017).

Salah satu alternatif lainnya dengan mengolah kelakai menjadi Biskuit kelakai pencegah anemia (BISKECE) berasal dari tanaman kelakai memiliki manfaat yang baik untuk pencegahan anemia bagi remaja wanita dan ibu hamil. Hasil penelitian ini dapat diketahui dari meningkatnya kadar zat besi (Fe) pada saat terjadinya menstruasi pada remaja wanita. Demikian pula peningkatan kadar zat besi (Fe) pada ibu hamil saat trimester 1, 2 dan 3 setelah mengkonsumsi BISKECE tersebut (Siharina, 2019). Tanpa harus diolah menjadi makanan ringan atau minuman, merebus sayur kelakai juga menghasilkan 0,075 mg / kg Fe dalam satu menit dan 0,036 mg / kg dalam lima menit. = 1.01 g / Daun kalakai mentah mengandung 0.384mg / kg Fe. Wanita hamil yang mengkonsumsi kalakai memiliki kadar Hb yang lebih tinggi dibandingkan yang tidak mengkonsumsi kalakai. Ibu hamil memiliki kadar Hb yang lebih tinggi setelah konsumsi kalakai dibandingkan sebelum konsumsi kalakai (Aden, 2019).

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimanakah pengaruh olahan kelakai (*Stenochlaena Palustris*) terhadap kadar hemoglobin pada wanita?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh olahan kelakai (*Stenochlaena Palustris*) terhadap kadar hemoglobin pada wanita.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengaruh olahan kelakai (*Stenochlaena Palustris*) terhadap kadar hemoglobin remaja putri.

- b. Mengidentifikasi pengaruh olahan kelakai (*Stenochlaena Palustris*) terhadap kadar hemoglobin ibu hamil.

BAB II. METODE

A. Strategi Pencarian Literature

1. Protokol dan Registrasi

Rangkuman menyeluruh dalam bentuk *literature review* mengenai Pengaruh Olahan Kelakai (*Stenochlaena Palustris*) Pada Kadar Hemoglobin Wanita. Protokol dan evaluasi dari *literature review* akan menggunakan PRISMA *checklist* untuk menentukan penyeleksian studi yang telah ditemukan dan disesuaikan dengan tujuan dari *literature review* (Nursalam, 2020). *Literature review* atau tinjauan pustaka adalah istilah yang sering dikerjakan oleh mahasiswa ketika sedang mengerjakan skripsi, tesis atau disertasi. Dosen dan peneliti juga fasih menggunakan istilah ini karena kehidupan akademisi sangat dekat dengan perilaku *literature review*. *Literature review* atau tinjauan pustaka pasti akan kita lakukan misalnya ketika kita memulai memahami suatu topik penelitian baru, mengikuti trend penelitian baru dan memahami *state-of-the-art* dari suatu topik penelitian. Sayangnya *literature review* sering dimaknai sederhana yaitu hanya membaca literatur ilmiah, padahal sebenarnya prosesnya tidak sesederhana itu. *Literature review* tidak hanya bermakna membaca literatur, tapi lebih ke arah evaluasi yang mendalam dan kritis tentang penelitian sebelumnya pada suatu topik. *Literature Review is a critical and in depth evaluation of previous research* (Shuttleworth, 2009). *Literature review* yang baik adalah yang melakukan evaluasi terhadap kualitas dan temuan baru dari suatu paper ilmiah.

2. Database Pencarian

Literature review menurut Nursalam (2020), merupakan keseluruhan simpulan beberapa studi penelitian yang ditentukan berdasarkan topik tertentu. *Literature review* juga bisa dikatakan sebagai analisis berupa kritik dari penelitian yang sedang dilakukan terhadap topik khusus dalam keilmuan. Pencarian literatur dilakukan pada bulan September-Oktober 2020. Data yang digunakan pada penelitian ini adalah data sekunder yang diperoleh bukan secara langsung dari responden akan tetapi diperoleh dari hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data sekunder yang didapat berupa artikel jurnal bereputasi baik nasional maupun internasional dengan tema yang sudah ditentukan. Pencarian literatur dalam *literature review* menggunakan satu *database* yaitu Google Scholar.

3. Kata Kunci

Pencarian artikel atau jurnal menggunakan kata kunci (Kelakai, Hb, Wanita) yang digunakan untuk memperluas atau menspesifikan pencarian sehingga mempermudah dalam penentuan artikel atau jurnal yang digunakan. Kata kunci dalam *literature review* ini disesuaikan dengan *Medical Subject Heading* (MeSH) dan terdiri dari sebagai berikut :

Tabel 2.1 Kata Kunci Literature Review

Kelakai	Hemoglobin	Wanita
Kelakai	Hemoglobin	Wanita
OR	OR	OR
Kelakai	Hemoglobin	Perempuan
OR	OR	OR

B. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Strategi Pencarian artikel pada proposal penelitian ini menggunakan format kerangka PICOS yang terdiri dari :

1. Populasi yaitu populasi atau masalah yang diambil dalam topik penelitian yang sudah ditentukan dalam *literature review*. Populasi yang ditetapkan penulis berdasarkan jurnal pendukung pada Karya Tulis Ilmiah ini adalah wanita yang mendapat asupan kelakai pada ibu hamil dan remaja putri.
2. Intervensi yaitu tindakan atau penatalaksanaan yang dipilih dalam topik penelitian yang sudah ditentukan. Intervensi yang ditetapkan penulis berdasarkan jurnal pendukung pada Karya Tulis Ilmiah ini adalah wanita yang mengkonsumsi olahan kelakai.
3. Pembanding yaitu tindakan atau penatalaksanaan lain yang digunakan sebagai pembanding intervensi dalam topik penelitian *literature review*. Pembanding yang ditetapkan pada Karya Tulis Ilmiah ini adalah pada ibu hamil dan remaja putri dengan ibu melahirkan.
4. Luaran yaitu hasil yang diperoleh dari penelitian terdahulu yang sesuai dengan topik yang telah ditentukan dalam *literature review*. Luaran yang ditetapkan penulis berdasarkan jurnal pendukung pada Karya Tulis Ilmiah ini adalah pengaruh olahan kelakai terhadap kadar Hb pada wanita.
5. Desain penelitian yaitu metode penelitian yang digunakan pada penelitian terdahulu. Desain penelitian yang ditetapkan penulis berdasarkan jurnal pendukung pada Karya Tulis Ilmiah ini adalah Quasi Eksperimental.

Tabel 2 berikut merupakan kriteria dalam *literature review* yang berjudul pengaruh olahan kelakai terhadap kadar Hb wanita mengikuti format PICOS.

Kriteria tersebut digunakan sebagai landasan relevansi artikel yang digunakan.

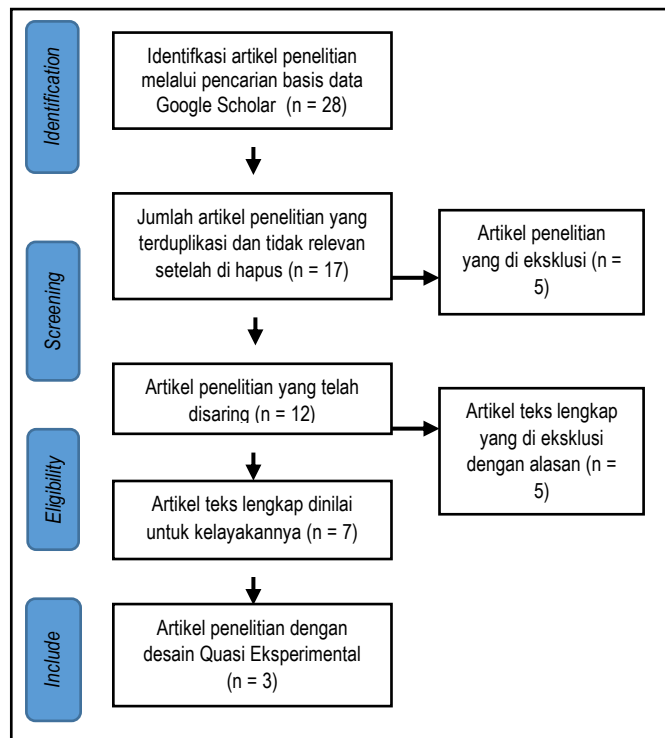
Tabel 1.2 Kriteria Inklusi dan Eksklusi Penelitian

Kriteria	Inklusi	Eksklusi
Populasi	Wanita yang mendapat asupan kelakai pada Ibu Hamil dan Remaja Putri	Wanita yang tidak mendapat asupan kelakai
Intervensi	Wanita yang mengkonsumsi olahan kelakai	Wanita yang tidak mengkonsumsi olahan kelakai
Pembanding	Pada ibu hamil dan remaja putri	Pada ibu melahirkan
Luaran	Pengaruh olahan kelakai terhadap kadar Hb pada wanita	Pengaruh tablet Fe terhadap kadar Hb pada wanita
Desain penelitian	Quasi Eksperimental	Cross Sectional, Kualitatif
Tahun Publikasi	2018-2019	Sebelum tahun 2018
Bahasa	Artikel jurnal yang ditulis dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris	Artikel jurnal yang tidak ditulis dalam Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris

C. Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas

1. Hasil Pencarian dan Seleksi Studi

Hasil penelusuran artikel melalui database Google Scholar menggunakan kata kunci sesuai MeSH, didapatkan 28 artikel penelitian sesuai kata kunci yang telah ditentukan. Artikel yang terduplikasi dan tidak relevan dengan topik penelitian dihapus sehingga diperoleh 17 artikel penelitian. Peneliti kemudian menseleksi kembali 17 artikel yang telah diperoleh dan mengeluarkan artikel yang dianggap tidak memenuhi syarat. Sebanyak 12 artikel kemudian dikeluarkan sehingga tersisa 7 penelitian dan didapatkan 3 artikel dengan desain quasi eksperimental. Hasil penelitian tersebut dibuat dalam diagram alir berdasarkan PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic Review and Meta-analyses*) dalam gambar berikut.



Gambar 2. 1 Diagram Alir PRISMA

2. Penilaian Kualitas

Hasil akhir jumlah artikel yang diperoleh kemudian dianalisis melalui *critical appraisal* untuk memenuhi syarat dilakukan oleh para peneliti. Penilaian kriteria diberi nilai ya, tidak, tidak jelas atau tidak berlaku. Pada setiap kriteria dengan skor Ya diberi satu poin dan nilai lainnya adalah nol. Setiap skor studi kemudian dihitung dan dijumlahkan. Pada penelitian ini diambil 3 artikel penelitian dengan nilai skor tertinggi yang dianggap memenuhi kriteria *critical appraisal* dengan nilai titik *cut off* yang telah disepakati oleh peneliti. Penelitian ini nilai *cut-off* nya adalah 50% dari total pertanyaan pada *critical appraisal* yang digunakan.

Hasil telaah menggunakan *critical appraisal* dari 12 artikel penelitian diperoleh artikel yang mencapai *skor cut off* 50% sebanyak 7 artikel dan didapatkan tiga artikel dengan desain quasi eksperimental dengan nilai masing-masing skor sebagai berikut:

Tabel 2.3 Judul Artikel Penelitian yang memenuhi *cut off* penelitian

No	Judul Penelitian	Skor (Total Skor 10)
1.	Peningkatan Kadar Hb Pada Kejadian Anemia dengan Pemberian Sirup Kalakai (Sofia Mawaddah, Vol. 6 No. 1, tahun 2019)	8
2.	Pengaruh Kombinasi Suplemen Zat Besi Dan Sayu Kelakai (<i>Stenochlaena palustris</i>) Terhadap Kadar Hemoglobin Remaja Putri Anemia Di SMPN 6 Sampit Kabupaten Kotawaringin Timur (Marliana Sabila, Vol. 15 No. 1, tahun 2018)	9
3.	<i>Local Based Supplementary Food To Increase Hemoglobin Among Pregnant Women In Palangkaraya, Central Kalimantan</i> (Christine Aden, Vol. 11 No. 4, tahun 2019)	9

Tabel tiga di atas, diperoleh tiga artikel dengan nilai skor tertinggi yang dibahas dalam penelitian *literature review* pengaruh olahan kelakai terhadap kadar Hb pada wanita. Untuk selanjutnya hasil penelitian dari ketiga artikel tersebut dibahas dalam bab hasil dan pembahasan.

BAB III. HASIL PENCARIAN LITERATURE

A. Karakteristik Studi

Tabel 3.1 Hasil Penelusuran Literature

No	Penulis dan Tahun	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Database	
1.	Sofia Mawaddah tahun 2019	Desain Studi	: Quasi Experiment	Kadar Hb mahasiswi yang mengalami anemia sebelum dan sesudah pemberian mengalami peningkatan dengan selisih 6.859 gr/dl.	Google Scholar
		Sampel	: 10 Mahasiswi yang mengalami anemia		
		Variabel	: Setelah pemberian sirup kelakai kadar Hb mengalami peningkatan		
		Instrumen	: Hemoglobin Testing System Quick Check		
		Analisis	: Paired T – Test		
2.	Marliana Sabila tahun 2018	Desain Studi	: Quasi Experiment	Efek kombinasi suplemen zat besi (tablet Fe) dan sayur kelakai (<i>stenochlaena palustris</i>) terhadap kadar hemoglobin remaja putri rata-rata setelah dilakukan intervensi kombinasi tablet Fe dan sayur kelakai terdapat selisih 2.635 gr/dl.	Google Scholar
		Sampel	: 34 Siswi yang sudah menstruasi		
		Variabel	: Pengaruh kombinasi zat besi dan sayur kelakai terhadap kadar Hb		
		Instrumen	: Hemoglobin Digital (hemoglobin meter)		
		Analisis	: Paired T – Test		
3.	Christine Aden tahun 2019	Desain Studi	: Quasi Experiment	Kadar Hb ibu hamil setelah mengkonsumsi rebusan sayur kelakai dibandingkan sebelum mengkonsumsi rebusan sayur kelakai mengalami peningkatan dengan selisih 0.711 gr/dl.	Google Scholar
		Sampel	: 29 Ibu Hamil yang mengalami penurunan Hb		
		Variabel	: Makanan lokal terhadap kadar Hb pada ibu hamil		
		Instrumen	: Hemoglobin Digital		
		Analisis	: Paired T – Test		

B. Hasil Penelitian

1. Mengidentifikasi pengaruh olahan kelakai terhadap kadar Hb remaja putri

Peningkatan Kadar Hb Pada Kejadian Anemia dengan Pemberian Sirup Kelakai (jurnal ke- 1). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari hasil *uji statistik* ditinjau dari rata-rata kadar Hb mahasiswi yang mengalami anemia sebelum dan sesudah pemberian sirup kelakai mengalami peningkatan dengan selisih 6.859 gr/dl. Diketahui bahwa kadar Hb mahasiswi yang mengalami Hb rendah sesudah pemberian sirup kelakai lebih tinggi dibandingkan kadar Hb mahasiswi yang mengalami anemia sebelum pemberian sirup (Mawaddah, 2019).

Pengaruh Kombinasi Suplemen Zat Besi Dan Sayur Kelakai (*Stenochlaena Palustris*) Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Anemia Di SMPN 6 Sampit Kotawaringin Timur (jurnal ke- 2). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa kadar hemoglobin remaja putri rata-rata setelah dilakukan intervensi kombinasi tablet Fe dan sayur kelakai mengalami peningkatan dengan selisih 2.635 gr/dl (Sibala; and Sibala;, 2018).

2. Mengidentifikasi pengaruh olahan kelakai terhadap kadar Hb ibu hamil

Local Based Supplementary Food To Increase Hemoglobin Among Pregnant Women In Palangkaraya, Central Kalimantan (jurnal ke- 3). Hasil penelitian menunjukkan bahwa kadar Hb ibu hamil setelah mengkonsumsi rebusan sayur kelakai dibandingkan sebelum mengkonsumsi rebusan sayur kelakai mengalami peningkatan selisih 0.711 gr/dl. Diketahui bahwa ibu hamil

memiliki kadar Hb yang lebih tinggi setelah mengonsumsi *Stenochlaena palutris* (Aden, 2019).

BAB IV. PEMBAHASAN

A. Pengaruh Olahan Kelakai Terhadap Kadar Hb Remaja Putri

Pengaruh olahan kelakai terhadap kadar Hb remaja putri terdapat perbedaan sampel yaitu mahasiswi yang mengalami anemia dan remaja putri yang sudah menstruasi. Dari jurnal yang penulis ambil memiliki perbedaan dan persamaan. Perbedaannya sayur kelakai diolah menjadi sirup kelakai dan sayur kelakai dikombinasikan dengan suplemen zat besi (tablet Fe). Persamaannya yaitu bahwa sayur kelakai yang sudah diolah memiliki kandungan Fe yang cukup tinggi sehingga dapat meningkatkan kadar Hb yang cukup signifikan. Olahan kelakai merupakan salah satu alternatif dalam peningkatan kadar Hb, selain dapat meningkatkan kadar Hb olahan kelakai ini mempertahankan mutu dan memperpanjang masa simpan kelakai, bentuk olahan kelakai yang digunakan dalam penelitian ini adalah sayur kelakai dalam bentuk sirup agar bisa dikonsumsi setiap saat dan suplemen zat besi (tablet Fe) yang dikombinasikan dengan sayur kelakai. Manfaat dari olahan kelakai terhadap mahasiswi yang mengalami anemia dan remaja putri selama masa menstruasi dapat meningkatkan kebutuhan zat besi harian. Sayur kelakai yang diolah menjadi sirup kelakai dapat meningkatkan kadar Hb karena terdapat kandungan zat besi dan vitamin C. Zat besi adalah unsur vital untuk pembentukan hemoglobin, fungsi dari zat besi adalah membentuk sel darah merah, sehingga apabila produksi sel darah merah dalam tubuh cukup maka kadar hemoglobin akan normal, kadar hemoglobin normal adalah 12-16 g/dL.

Kelakai memiliki beberapa manfaat yaitu kelakai yang berwarna merah sangat potensial untuk mengatasi anemia (kekurangan zat besi). Menurut Irawan et al. (2003) dari analisis gizi diketahui bahwa kelakai merah mengandung Fe yang tinggi (41,53 ppm) (Mawaddah, 2019). Sayur kelakai yang dikombinasikan dengan suplemen zat besi (tablet Fe) dapat meningkatkan kadar Hb. Pemberian sayur kelakai dan suplemen zat besi (tablet Fe) pada remaja diberikan setiap minggu dan setiap hari selama menstruasi memiliki efektifitas dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri. Kombinasi antara sayur kelakai dan suplemen zat besi (tablet Fe) memiliki kandungan Fe yang cukup sehingga dapat meningkatkan kadar Hb, namun tingkat kesadaran untuk mengonsumsi sayur kelakai yang dikombinasikan dengan suplemen zat besi (tablet Fe) masih kurang sehingga masih banyak remaja putri yang mengalami anemia. Menurut penelitian Maharani (2005) kelakai mengandung Fe sebesar 291,32 mg/100gram yang terdapat pada daun (Sibala; and Sibala;, 2018). Terdapat sekian banyak volume penderita Hb rendah masih banyak yang menganggap Hb rendah adalah masalah yang sepele. Pentingnya hemoglobin pada remaja putri karena dapat berpengaruh dalam proses tumbuh kembang, menurunkan konsentrasi belajarnya, dan anak akan mudah terserang berbagai penyakit. Tingginya kejadian Hb rendah pada remaja putri biasanya juga dipengaruhi oleh beberapa faktor lain, di antara lain yaitu kurangnya pengetahuan para remaja putri terhadap makanan, pola makan yang tidak baik, dan rendahnya pengetahuan terhadap gizi seimbang. Kebanyakan remaja putri malas dalam mencari makanan yang kandungan gizinya memenuhi kebutuhannya. Banyak para remaja putri yang melewati jam makan siang karena kesibukan

akan aktivitas mereka, sehingga ia lebih memilih membeli makanan ringan yang hanya mengandung lemak dan kalori saja. Apalagi mereka yang malas untuk sarapan pagi, tentu hal tersebut dapat memicu Hb rendah dengan begitu cepat (Zidni *et al.*, 2018).

B. Pengaruh Olahan Kelakai Terhadap Kadar Hb Ibu Hamil

Pengaruh olahan kelakai terhadap kadar Hb ibu hamil, ibu hamil mengalami penurunan kadar Hb yang disebabkan oleh perubahan hormonal. Kehamilan adalah proses sembilan bulan atau lebih di mana seorang perempuan membawa embrio dan janin yang sedang berkembang di dalam rahimnya, kadar Hb normal pada ibu hamil 11 g/dL. Sayur kelakai diolah menjadi rebusan sayur kelakai yang direbus pada suhu tertentu dalam 1- 5 menit. Kadar Fe sebelum satu menit perebusan adalah 0,38 mg / 100gr sedangkan setelahnya 0,075 mg / 100 gr. Begitu pula dengan perebusan 5 menit dan kadar Fe mencapai 0,036 mg / 100gr. Manfaat olahan kelakai selama masa kehamilan dapat meningkatkan kebutuhan zat besi harian dan memperlancar buang air besar. Berbagai usia kehamilan mempengaruhi asupan Fe harian di setiap trimester. Pada trimester pertama kecukupan Fe tidak sebanyak pada semester kedua sedangkan pada trimester berikutnya asupan harian Fe lebih tinggi guna memenuhi kesesuaian pertumbuhan janin. Kadar Hb selama trimester pertama dan kedua adalah sekitar 11,6 g / dl karena darah yang diencerkan (peningkatan volume plasma yang diturunkan dari hemodilusi) 45 (Aden, 2019). Diketahui 64,8% ibu pada trimester ketiga dengan anemia memiliki kadar Hb 9,8 -10,1 gr / dl. Sayur kelakai dianggap sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan zat besi ibu selama hamil karena

memiliki kandungan Fe yang cukup tinggi. Menurut Wijaya et al (2017) kelakai mengandung Fe (4153 mg/100g) (C. and A., 2020).

Pentingnya hemoglobin pada ibu hamil karena saat kadar Hb normal pada ibu hamil tidak tercapai, maka Hb rendah bisa terjadi. Hb rendah di masa hamil seringkali dikaitkan dengan berbagai kondisi berbahaya, seperti berat badan bayi lahir rendah, kelahiran prematur, dan kematian ibu saat persalinan. Hb rendah pada wanita hamil merugikan pertumbuhan janin dan kehamilan, penting untuk memastikan kadar hemoglobin normal ibu hamil agar menghindari dari risiko yang berbahaya bagi Si Kecil. Hb rendah bisa dialami ketika menstruasi yang berat, melahirkan, dan cedera. Hal ini juga umum terjadi pada wanita hamil karena mereka harusnya makan cukup zat besi untuk dua orang, hal ini harus segera diatasi. Cara terbaik mendapatkan zat besi adalah dengan cara alami, yaitu melalui makanan yang dikonsumsi yang kaya akan zat besi dan baik untuk ibu hamil salah satunya adalah sayur kelakai (Negara, Murjani and Basyid, 2017).

BAB V. KESIMPULAN

A. Kesimpulan

Olahan kelakai dapat meningkatkan kadar Hb yang cukup signifikan pada wanita. Olahan dalam bentuk sirup kelakai dan kombinasi sayur kelakai dengan suplemen tablet Fe dapat meningkatkan kadar Hb pada remaja putri dan olahan kelakai dalam bentuk rebusan sayur kelakai dapat meningkatkan kadar Hb pada ibu hamil, oleh sebab itu olahan kelakai direkomendasikan untuk dikonsumsi karena memiliki kandungan Fe yang cukup tinggi sehingga dapat meningkatkan kadar Hb pada wanita baik pada remaja putri maupun ibu hamil.

B. Conflict Of Interest

Karya tulis ilmiah ini tidak terdapat *conflict of interest* dan tidak menyebabkan kerugian bagi reputasi atau keadaan internal manajemen, klien dan publik yang dapat mempengaruhi karya tulis ilmiah ini.

DAFTAR PUSTAKA

Aden, C. (2019) 'Local Based Supplementary Food to Increase Hemoglobin among pregnant Women in Palangkaraya, *Central Kalimantan*', (62), pp. 286–286. doi: 10.26911/theicph.2019.03.32.

C., A. and A., R. (2020) 'Supplementation of *stenochlaena palustris* micronutrient for reducing anemia during pregnancy', *Indian Journal of Public Health Research and Development*, 11(4), pp. 571–575. Available at: <http://www.indianjournals.com/ijor.aspx?target=ijor:ijphrd&type=home%0Ahttp://ovidsp.ovid.com/ovidweb.cgi?T=JS&PAGE=reference&D=emexb&NEWS=N&AN=2004498246>.

Mawaddah, S. (2019) 'Peningkatan Kadar Hb Pada Kejadian Anemia Dengan Pemberian Sirup Kelakai', *Media Informasi*, 15(1), pp. 27–33. doi: 10.37160/bmi.v15i1.224.

Negara, C. K., Murjani and Basyid, A. (2017) 'Pengaruh Ekstrak Kelakai (*Stenochlaena palustris*) Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Tikus Putih (*Rattus norvegicus*) Effect of Extract Kelakai (*Stenochlaena palustris*) Against Hemoglobin Of White Rat (*Rattus norvegicus*)', 01(01), pp. 10–17.

Nursalam (2020) *Penulis Literature Review Dan Systematic Review Pada Pendidikan Kesehatan (Contoh)*.

Rahayu, D. A. M. (2017) 'Pemanfaatan Daun Kelakai Sebagai Teh Penambah Darah Made', *Journal Ilmiah Kanderang Tingang*, 8(1), pp. 8–10. Available at: <http://dx.doi.org/10.1016/j.tws.2012.02.007>.

Sibala, M. and Sibala, M. (2018) 'PENGARUH KOMBINASI SUPLEMEN ZAT BESI DAN

SAYUR KELAKAI (*Stenochlaena palustris*) TERHADAP KADARHEMOGLOBIN REMAJA PUTRI ANEMIADI SMP N 6 SAMPIT KABUPATENKOTAWARINGIN TIMUR'. Available at: http://repository.poltekkes-smg.ac.id/index.php?p=show_detail&id=16315&keywords= (Accessed: 18 September 2020).

Siharina, F. (2019) '*DIPLOMA_IPA_FEBBY_SIHARINA_19026168_KTI*', p. 18.

Zidni, I. *et al.* (2018) '*Media Aplikasi Mobile "Stop Anemia" Terhadap Pengetahuan Tentang Anemia Dan Sikap Dalam Mencegah Anemia Pada Remaja Putri Di ...*', pp. 11–30. Available at: <http://eprints.poltekkesjogja.ac.id/545/>.

Lampiran 1

Daftar Pemeriksaan Penilaian Kritis Untuk Studi Quasi Experimental

Judul : Peningkatan Kadar Hb Pada Tahun : 2019

Kejadian Anemia dengan Pemberian

Sirup Kelakai

Penulis : Sofia Mawaddah

Volume : Vol. 6 No. 1

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak	Tidak jelas	Tidak Berlaku
1.	Apakah jelas dalam penelitian ini apa 'penyebab' dan apa 'efek' (yaitu tidak ada kebingungan tentang variabel mana yang lebih dulu)?	✓			
2.	Apakah peserta yang termasuk dalam perbandingan serupa?	✓			
3.	Apakah peserta termasuk dalam perbandingan yang menerima pengobatan / perawatan serupa, selain pemaparan atau intervensi yang diminati?	✓			
4.	Apakah ada kelompok kontrol?		✓		
5.	Apakah ada beberapa pengukuran hasil sebelum dan sesudah intervensi / pajanan?	✓			

6.	Apakah tindak lanjut lengkap dan jika tidak, apakah perbedaan antara kelompok dalam hal tindak lanjut mereka cukup dijelaskan dan dianalisis?	✓			
7.	Apakah hasil peserta dimasukkan dalam perbandingan yang diukur dengan cara yang sama?	✓			
8.	Apakah hasil diukur dengan cara yang andal?	✓			
9.	Apakah analisis statistik yang tepat digunakan?	✓			
	Total Skor	8			

Penilaian keseluruhan : Termasuk ✓

Tidak termasuk

Cari info lebih lanjut

Lampiran 2

Daftar Pemeriksaan Penilaian Kritis Untuk Studi Quasi Experimental

Judul : Pengaruh Kombinasi Suplemen Zat Tahun : 2018

Besi Dan Sayur Kelakai

(Stenochlaena palutris) Terhadap

Kadar Hemoglobin Remaja Putri

Anemia Di SMPN 6 Sampit

Kabupaten Kotawaringin Timur

Penulis : Marliana Sabila

Volume : Vol. 15 No. 1

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak	Tidak jelas	Tidak Berlaku
1.	Apakah jelas dalam penelitian ini apa 'penyebab' dan apa 'efek' (yaitu tidak ada kebingungan tentang variabel mana yang lebih dulu)?	✓			
2.	Apakah peserta yang termasuk dalam perbandingan serupa?	✓			
3.	Apakah peserta termasuk dalam perbandingan yang menerima pengobatan / perawatan serupa, selain pemaparan atau intervensi yang diminati?	✓			

4.	Apakah ada kelompok kontrol?	✓			
5.	Apakah ada beberapa pengukuran hasil sebelum dan sesudah intervensi / pajanan?	✓			
6.	Apakah tindak lanjut lengkap dan jika tidak, apakah perbedaan antara kelompok dalam hal tindak lanjut mereka cukup dijelaskan dan dianalisis?	✓			
7.	Apakah hasil peserta dimasukkan dalam perbandingan yang diukur dengan cara yang sama?	✓			
8.	Apakah hasil diukur dengan cara yang andal?	✓			
9.	Apakah analisis statistik yang tepat digunakan?	✓			
	Total Skor	9			

Termasuk ✓

Tidak termasuk

Cari info lebih lanjut

Lampiran 3

Daftar Pemeriksaan Penilaian Kritis Untuk Studi Quasi Experimental

Judul : Local Based Supplementary Food Tahun : 2019
 To Increase Hemoglobin Among
 Pregnant Women In Palangkaraya,
 Central Kalimantan

Penulis : Christine Aden

Volume : Vol. 11 No. 4

No.	Pertanyaan	Ya	Tidak	Tidak jelas	Tidak Berlaku
1.	Apakah jelas dalam penelitian ini apa 'penyebab' dan apa 'efek' (yaitu tidak ada kebingungan tentang variabel mana yang lebih dulu)?	✓			
2.	Apakah peserta yang termasuk dalam perbandingan serupa?	✓			
3.	Apakah peserta termasuk dalam perbandingan yang menerima pengobatan / perawatan serupa, selain pemaparan atau intervensi yang diminati?	✓			
4.	Apakah ada kelompok kontrol?	✓			
5.	Apakah ada beberapa pengukuran hasil	✓			

	sebelum dan sesudah intervensi / pajanan?				
6.	Apakah tindak lanjut lengkap dan jika tidak, apakah perbedaan antara kelompok dalam hal tindak lanjut mereka cukup dijelaskan dan dianalisis?	✓			
7.	Apakah hasil peserta dimasukkan dalam perbandingan yang diukur dengan cara yang sama?	✓			
8.	Apakah hasil diukur dengan cara yang andal?	✓			
9.	Apakah analisis statistik yang tepat digunakan?	✓			
	Total Skor	9			

Termasuk ✓

Tidak termasuk

Cari info lebih lanjut

Peningkatan Kadar Hb Pada Kejadian Anemia dengan Pemberian Sirup Kalakai

Sofia Mawaddah

Poltekkes Kemenkes Palangka Raya,
Email: sofizline@gmail.com,
Tlp: +6282148530101

Naskah Diterima : 02 Oktober 2018 Disetujui : 10 Desember 2018 Publikasi : Januari 2019

ABSTRAK

Latar Belakang : Sebagian besar remaja putri menderita defisiensi Fe dan anemia Fe karena meningkatnya kebutuhan Fe selama masa pertumbuhan. Akibat jangka panjang anemia defisiensi besi pada remaja putri adalah apabila remaja putrinya hamil, maka ia tidak akan mampu memenuhi zat-zat gizi bagi dirinya dan juga janin dalam kandungannya serta pada masa kehamilannya. Sebagian besar masyarakat, Kalakai hanya dimanfaatkan sebagai sayuran yang tumbuh di sekitar tempat tinggal mereka untuk melengkapi konsumsi pangan diolah dengan cara direbus, bening, oseng, dan lain-lain. Salah satu cara pemanfaatan Kalakai adalah dengan mengolah Kalakai menjadi sirup.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan kadar Hb pada kejadian anemia dengan kejadian anemia dengan pemberian sirup kalakai.

Metode : penelitian ini menggunakan Quasy eksperimen. sampel adalah mahasiswa pada Prodi DIV Kebidanan Poltekkes Palangka Raya sebanyak 10 orang. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah Paired T Test.

Hasil : uji statistik dengan uji t sebesar -6.859 dengan probabilitas sebesar 0.000. Hal ini dapat diketahui bahwa probabilitas < alpha (2.5%), sehingga H₀ ditolak. Oleh karena itu, disimpulkan bahwa kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sesudah pemberian sirup kalakai lebih tinggi dibandingkan kadar Hb sebelum pemberian sirup kalakai. Sebagai rekomendasi dari hasil penelitian adalah sirup kalakai bisa menjadi salah satu solusi dalam meningkatkan kadar Hb.

Kata Kunci : Sirup kalakai, Kadar Hb, Remaja putri

PENDAHULUAN

Remaja merupakan tahap dimana seseorang mengalami sebuah masa transisi menuju dewasa. Remaja adalah tahap umur yang datang setelah masa kanak-kanak berakhir, ditandai oleh pertumbuhan fisik yang cepat. Remaja dalam masyarakat dikenal dengan berbagai istilah yang menunjukkan kelompok umur yang tidak termasuk kanak-kanak tetapi bukan pula dewasa. Pada umumnya, anemia lebih sering terjadi pada wanita dan remaja putri dibandingkan dengan pria. Yang sangat disayangkan adalah kebanyakan

penderita tidak tahu atau tidak menyadarinya. Bahkan ketika tahu pun masih menganggap anemia sebagai masalah sepele. (1)

Anemia adalah suatu kondisi medis dimana kadar hemoglobin kurang dari normal. Kadar Hb normal pada remaja putri adalah >12 g /dl. Remaja putri dikatakan anemia jika kadar Hb <12 gr/dl.

(2) Anemia merupakan masalah gizi di dunia, terutama di negara berkembang termasuk Indonesia. Angka anemia gizi besi di Indonesia sebanyak 72,3%.

Kekurangan besi pada remaja mengakibatkan pucat, lemah, letih, pusing, dan menurunnya konsentrasi belajar.

Angka prevalensi anemia di Indonesia, yaitu pada remaja wanita sebesar 26,50%, pada wanita usia subur sebesar 26,9%, pada ibu hamil sebesar 40,1% dan pada balita sebesar 47,0% (3). Menurut WHO, angka kejadian anemia pada remaja putri di Negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri, anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stress, haid, atau terlambat makanan. (4)

Sebagian besar remaja putri menderita defisiensi Fe dan anemia Fe karena meningkatnya kebutuhan Fe selama masa pertumbuhan. Remaja putri semakin banyak kehilangan Fe akibat menstruasi, menyusui, dan hamil (5). Akibat jangka panjang anemia defisiensi besi pada remaja putri adalah apabila remaja putri nantinya hamil, maka ia tidak akan mampu memenuhi zat-zat gizi bagi dirinya dan juga janin dalam kandungannya serta pada masa kehamilannya. Anemia ini dapat meningkatkan frekuensi komplikasi, risiko kematian maternal, angka prematuritas, BBLR, dan angka kematian perinatal (6)

Selain karena kurangnya asupan dari zat besi, anemia juga bisa terjadi karena pengaruh kemampuan penyerapan zat besi itu sendiri. Faktor penyerapan zat besi juga menjadi perhatian penting. AKG besi untuk remaja dan dewasa muda perempuan 19-26 mg setiap hari. Salah satu bahan makanan yang mengandung zat besi dan vitamin C tinggi adalah Kalakai. Kalakai merupakan salah satu dari beberapa tanaman tradisional khas Kalimantan Tengah yang memiliki sebaran yang

sangat banyak dan umumnya belum banyak dimanfaatkan.

Selama ini berkembang di masyarakat tentang peran fungsional Kalakai terhadap anemia karena Fe yang dikandungnya. Berdasarkan studi empirik, Kalakai dipergunakan oleh masyarakat suku Dayak Kenyah untuk mengobati anemia, pereda demam, mengobati sakit kulit dan sebagai obat diare. Meskipun demikian bukti empirik tersebut belum pernah dibuktikan secara ilmiah. Kandungan metabolit sekunder tanaman Kalakai dari hasil pengukuran sampel daun dan batang yaitu untuk kandungan Fe tertinggi pada bagian daun sebesar 291,32 mg/100 g bila dibandingkan dengan bayam yang memiliki kandungan Fe pada daun yaitu sebesar 3,9 mg/100 g (7)

Sebagian besar oleh masyarakat, Kalakai hanya dimanfaatkan sebagai sayuran yang tumbuh di sekitar tempat tinggal mereka untuk melengkapi konsumsi pangan diolah dengan cara direbus, bening, oseng, dan lain-lain. Dengan demikian perlu dicari alternatif lain cara pemanfaatan tumbuhan Kalakai ini, selain itu juga untuk mempertahankan mutu dan memperpanjang masa simpan Kalakai. Salah satu cara pemanfaatan Kalakai adalah dengan mengolah Kalakai menjadi sirup. Kelebihannya adalah mudah dilarutkan dalam air, praktis dalam penyajian dan memiliki daya simpan yang relatif lama, mempermudah mengkonsumsinya dan tidak membutuhkan waktu yang lama untuk menyajikannya. (8)

Produk minuman sirup banyak disukai dan dapat dikonsumsi oleh semua kalangan mengingat iklim tropis kita yang memungkinkan orang lebih memilih

minuman segar. Menurut SNI 3544:2013, sirup adalah produk minuman yang dibuat dari campuran air dan gula dengan kandungan larutan gula minimal 65% dengan atau tanpa bahan pangan lain dan atau bahan tambahan pangan yang diijinkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Selama ini sirup yang beredar di pasaran memiliki komposisi berupa gula, asam sitrat, zat pewarna, zat penstabil, bahan pengawet, pemanis buatan serta aroma buah-buahan. Sedangkan kandungan gizinya masih sangat sedikit (9)

Kalakai sendiri merupakan tanaman yang kaya akan zat gizi terutama Fe, selama ini berkembang di masyarakat tentang peran fungsional Kalakai terhadap anemia karena Fe yang dikandungnya. Diharapkan dengan adanya sirup dari Kalakai ini dapat menjadi alternatif bagi masyarakat khususnya remaja putri untuk mengkonsumsi sumber Fe. Sirup Kalakai 100% menghasilkan rata-rata kandungan Fe sebesar 3,221 mg/100ml, sedangkan rata-rata kandungan Vitamin C menghasilkan 78,120 mg/100ml. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa sirup Kalakai dapat membantu untuk memenuhi kecukupan Fe remaja putri, sedangkan kandungan vitamin C pada sirup Kalakai ini juga penting untuk membantu reduksi Fe³⁺ menjadi Fe²⁺ sehingga zat besi lebih mudah diserap oleh tubuh. Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik untuk meneliti Pengaruh

pemberian sirup kalakai terhadap kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *Quasy Experiment (One-Group Pre-Post Test Design)*. Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Penelitian ini menggunakan data sekunder yaitu hasil Hb mahasiswi prodi DIV Kebidanan angkatan I. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswi prodi DIV kebidanan angkatan I Poltekkes Palangka Raya. Sampel pada penelitian ini adalah mahasiswa prodi DIV kebidanan angkatan I yang memenuhi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi.

Teknik pengumpulan data menggunakan data primer melalui wawancara dengan Mahasiswa Prodi DIV Kebidanan Poltekkes Palangka Raya dan hasil pemeriksaan kadar Hb dengan persetujuan dengan responden Setelah mendapat informed consent, selanjutnya dilakukan pre-intervensi pemeriksaan kadar hemoglobin (Hb). Alat yang digunakan peneliti untuk pengumpulan data primer yaitu alat untuk Hemoglobin Testing System Quick Check.

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah Paired T Test untuk menguji perbedaan Kadar Hb Mahasiswa yang Mengalami Anemia Sebelum dan Sesudah Pemberian Sirup Kalakai dengan tingkat kemaknaan $\alpha < 0,025$.

HASIL

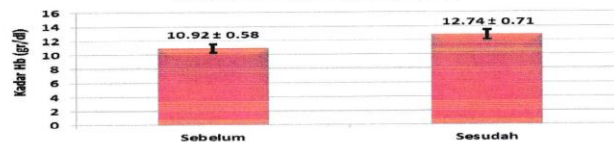
Tabel 1. Identitas Responden Berdasarkan Berat Badan

Berat Badan	Frekuensi	Persentase	Rata-Rata	Simpangan Baku
45 - 47 Kg	2	20.0%		
48 - 50 Kg	7	70.0%	48.50	1.51
> 50 Kg	1	10.0%		
Total	10	100%		

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa paling banyak mahasiswi memiliki berat badan 48 – 50 kg dengan rata-rata berat

badan mahasiswi yang berpartisipasi dalam penelitian ini adalah 48.5 kg dengan simpangan baku sebesar 1.51.

Rata-Rata Kadar Hb Mahasiswa yang Mengalami Anemia Sebelum dan Sesudah Pemberian Sirup Kalakai



Gambar diatas menginformasikan kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sesudah pemberian sirup kalakai memiliki rata-rata yang lebih tinggi dibandingkan kadar Hb sebelum pemberian sirup kalakai.

Pengujian Kenormalan Data

Pengujian kenormalan data kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sebelum dan sesudah pemberian sirup

kalakai bertujuan untuk mengetahui normal tidaknya data tersebut.

Pengujian kenormalan data dilakukan menggunakan Kolmogorov-Smirnov, dengan kriteria apabila nilai probabilitas > level of significance (alpha = 5%) maka data dinyatakan normal. Hasil pengujian normalitas data kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sebelum dan sesudah pemberian sirup kalakai dapat dilihat melalui tabel berikut :

Kolmogorov- Smirnov	0.140
Probabilitas	0.200

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa pengujian normalitas kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sebelum dan sesudah pemberian

sirup kalakai menghasilkan probabilitas > alpha (5%), sehingga data tersebut dinyatakan normal.

Tabel 2. Perbedaan Kadar Hb Mahasiswa Yang Mengalami Anemia Sebelum Dan Sesudah Pemberian Sirup Kalakai

Kadar Hb	Rata-Rata	T Statistics	Probabilitas (2 arah)	Probabilitas (1 arah)
Sebelum Pemberian Sirup Kalakai	10.920	-6.859	0.000 (Alpha 5%)	0.000 (Alpha 2.5%)
Sesudah Pemberian Sirup Kalakai	12.740			

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa pengujian perbedaan kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sebelum dan

sesudah pemberian sirup kalakai menghasilkan statistik uji t sebesar -6.859 dengan probabilitas sebesar 0.000. Hal ini

dapat diketahui bahwa probabilitas < alpha (2.5%), sehingga H0 ditolak. Oleh karena itu, dapat dinyatakan bahwa kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sesudah pemberian sirup kalakai lebih tinggi dibandingkan kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sebelum pemberian sirup kalakai.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai rata-rata kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sesudah pemberian sirup kalakai lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sebelum pemberian sirup kalakai. Zat besi adalah unsur vital untuk pembentukan hemoglobin, juga merupakan komponen penting pada system enzim pernafasan. Fungsi zat besi adalah membentuk sel darah merah, sehingga apabila produksi sel darah merah dalam tubuh tidak cukup maka kadar hemoglobin akan normal. (10)

Kalakai merupakan salah satu dari beberapa sayuran tradisional khas Kalimantan Tengah. Kalakai biasanya dikonsumsi dalam bentuk sayur. Pada penelitian ini kalakai diolah dalam bentuk sirup agar bisa dikonsumsi setiap saat, tahan lama dan lebih praktis.

Menurut BPOM RI tahun 2011, suatu pangan olahan dalam bentuk cair dikatakan tinggi kandungan Fe dan vitamin C apabila mempunyai kadar sedikitnya 15% dari Acuan Label Gizi (ALG) per 100ml. sementara BPOM RI tahun 2007 tentang Acuan Label Gizi Produk Pangan, nilai acuan kandungan Fe pada produk pangan sebesar 26 mg sedangkan kandungan vitamin C sebesar 90 mg. Berarti 15% kandungan Fe dari

ALG adalah sebesar 3,9 mg, sedangkan kandungan vitamin C sebesar 13,5 mg. Berdasarkan penelitian Ratna tahun 2015 Sirup Kalakai 100% dari 100 gr kalakai menghasilkan rata-rata kandungan Fe sebesar 3,221 mg/100ml. Pada penelitian ini, berdasarkan hasil uji Laboratorium di Laboratorium Farmasi Universitas Lambung Mangkurat, Sirup Kalakai 100% dari 100 gr kalakai menghasilkan rata-rata kandungan Fe sebesar 47,4 mg/100ml. (11)

WHO, tahun 2010. Remaja putri lebih rentan anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki. Itu disebabkan kebutuhan zat besi pada remaja putri adalah 3 kali lebih besar dari laki-laki. Remaja putri setiap bulan mengalami menstruasi yang secara otomatis mengeluarkan darah. Itu sebabnya remaja putri memerlukan zat besi untuk mengembalikan kondisi tubuhnya ke keadaan semula. Anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stress, haid, atau terlambat makan.

Pada penelitian ini sampel yang digunakan adalah mahasiswi yang mengalami anemia. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari hasil uji statistik ditinjau dari rata-rata kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sebelum pemberian sirup kalakai sebesar 10.920, sedangkan rata-rata kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sesudah pemberian sirup kalakai sebesar 12.740. Hal ini menunjukkan bahwa nilai rata-rata kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sesudah pemberian sirup kalakai lebih tinggi dibandingkan dengan nilai rata-rata kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sebelum pemberian sirup kalakai.

Penelitian ini membuktikan dengan mengkonsumsi sirup kalakai dapat menaikkan kadar Hb, karena di dalam sirup kalakai terdapat kandungan zat besi

dan vit C. Zat besi adalah unsur vital untuk pembentukan hemoglobin, fungsi dari zat besi adalah membentuk sel darah merah, sehingga apabila produksi sel darah merah dalam tubuh cukup maka kadar hemoglobin akan normal. (10)

Kalakai memiliki beberapa manfaat yaitu, kalakai yang berwarna merah sangat potensial untuk mengatasi anemia (kekurangan zat besi). Menurut Irawan et al, dari analisis gizi diketahui bahwa kalakai merah mengandung Fe yang tinggi (41,53 ppm), Cu (4,52 ppm), vitamin C (15,41 mg/100 gr), protein (2,36%), beta karoten (66,99 ppm) dan asam folat (11,30 ppm).

Studi Potensi Kalakai (*Stenochlaena Palustris* (Burm.F) Bedd), sebagai pangan fungsional pada penelitian yang meliputi analisa proksimat, uji mineral (Fe dan Ca), uji vitamin C dan vitamin A dan uji fitokimia (*flavonoid,alkoid* dan *steroid*). Hasil pengukuran sampel daun batang yaitu untuk kadar air 8,56% dan 7,28%, kadar abu 10,37% dan 9,19 %, kadar serat kasar 1,93% dan 3,19%, kadar protein 11,48% dan 1,89%, kadar lemak 2,63% dan 1,37%. Hasil analisis mineral Ca lebih tinggi di daun dibandingkan batang yaitu

182,07 mg per 100gr, demikian pula dengan Fe tertinggi 291,32 mg per 100gr. Hasil analisis vitamin C tertinggi terdapat di batang 264 mg per 10g dan vitamin A tertinggi terdapat di daun 26976,29 ppm. Hasil analisa fitokimia flavonoid, alkaloid dan steroid tertinggi terdapat pada batang sebesar 3,010%, 3,817% dan 2,583%. Senyawa bioaktif yang paling dominan adalah alkaoid. (12)

KESIMPULAN

Rata-rata kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sebelum dan sesudah pemberian sirup kalakai terjadi peningkatan hasil uji statistik disimpulkan bahwa kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sesudah pemberian sirup kalakai lebih tinggi dibandingkan kadar Hb mahasiswa yang mengalami anemia sebelum pemberian sirup kalakai.

SARAN

Kiranya dapat dipertimbangkan Sirup kalakai sebagai alternatif dalam meningkatkan kadar HB

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti sangat berterima kasih kepada mahasiswa kebidanan angkatan I yang bersedia menjadi responden pada penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Yusuf S. Psikologi Perkembangan Anak & Remaja. Bandung: PT Remaja Rosdakarya; 2004.
2. Proverawati A. Anemia dan Anemia Kehamilan. Yogyakarta: Nuha Medika; 2011.
3. Burner. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. Jakarta: EGC; 2012.
4. World Health Organization. Haemoglobin concentrations for the diagnosis of anaemia and assessment of severity. World Health Organization. 2011. p. 6.
5. Fatmah. Gizi Pada Remaja Putri. Yogyakarta: Nuha Medika; 2010.
6. Sitohang, Febriany N. Klasifikasi Anemia. Yogyakarta: Nuha Medika; 2012.
7. Riskayanti. Tumbuhan Lahan Basah. Jakarta: Prenanda Media Group; 2014.
8. Hadiwijaya H. Pengaruh Perbedaan Penambahan Gula Terhadap Karakteristik Sirup Buah Naga Merah (*Hylocereus polyrhizus*) [Internet]. Repository Universitas Andalas. 2014. p. 1-9. Available from: <http://repository.unand.ac.id/20528/>
9. Renata SR. Evaluation of Decentralization Outcomes in Indonesia: Analysis of Health and Education Sectors [Internet]. Georgia State University; 2009. Available from:



- https://scholarworks.gsu.edu/econ_diss/58/
10. Arisman. Gizi Dalam Daur Kehidupan. Jakarta: EGC; 2007.
 11. BPOM RI. Peraturan Kepala Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia Nomor Hk. 03.1. 23.06. 11.5629 Tahun 2011 tentang Persyaratan Teknis Cara Pembuatan Obat Tradisional Yang Baik. Jakarta: Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia; 2011.
 12. Maharani DM, Haidah SN, Haiyinah. Studi Potensi Kalakai (*Stenochlaena palustris* (BURM.F) BEDD), Sebagai Pangan Fungsional. Pimnas 2006 [Internet]. 2006; Available from: <http://student-research.umm.ac.id/index.php/pimnas/article/view/255>

BAHASA English
ISBN/ISSN
DILIHAT SEBANYAK 346

PENERBIT Prodi DIV Kebidanan Semarang POLTEKKES KEMENKES SEMARANG : Poltekkes Kemenkes Smg., 2018

EDISI 2018

[Hemoglobin Level](#)

SUBYEK [Iron](#)

[kelaka's leaf](#)

KLASIFIKASI NONE

Lampiran Berkas

-  [BAB III](#)
-  [BAB II](#)
-  [BAB I](#)
-  [DAFTAR PUSTAKA](#)
-  [NASKA PUBLIKASI](#)

BAB I



BAB II



BAB III



DAFTAR PUSTAKA



NASKA PUBLIKASI



Citation

APA STYLE

[Mariana Sibala](#). (2018). *PENGARUH KOMBINASI SUPLEMEN ZAT BESI DAN SAYUR*

KELAKAI (Stenochlaena palustris) TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN

PUTRI ANEMIA DI SMP N 6 SAMPIT KABUPATEN KOTAWARINGIN

TIMUR(2018). Poltekkes Kemenkes Smg:Prodi DIV Kebidanan Semarang
POLTEKKES KEMENKES SEMARANG

TURABIAN STYLE

[Mariana Sibala](#). *PENGARUH KOMBINASI SUPLEMEN ZAT BESI DAN SAYUR*

KELAKAI (Stenochlaena palustris) TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN REMAJA

PUTRI ANEMIA DI SMP N 6 SAMPIT KABUPATEN KOTAWARINGIN

TIMUR(2018). Poltekkes Kemenkes Smg:Prodi DIV Kebidanan Semarang
POLTEKKES KEMENKES SEMARANG,2018. Jurnal Ilmiah

CHICAGO STYLE

[Mariana Sibala](#). *PENGARUH KOMBINASI SUPLEMEN ZAT BESI DAN SAYUR*

KELAKAI (Stenochlaena palustris) TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN REMAJA

PUTRI ANEMIA DI SMP N 6 SAMPIT KABUPATEN KOTAWARINGIN

TIMUR(2018). Poltekkes Kemenkes Smg:Prodi DIV Kebidanan Semarang
POLTEKKES KEMENKES SEMARANG,2018. Jurnal Ilmiah

MLA STYLE

[Mariana Sibala](#). *PENGARUH KOMBINASI SUPLEMEN ZAT BESI DAN SAYUR*

KELAKAI (Stenochlaena palustris) TERHADAP KADAR HEMOGLOBIN REMAJA

PUTRI ANEMIA DI SMP N 6 SAMPIT KABUPATEN KOTAWARINGIN

TIMUR(2018). Poltekkes Kemenkes Smg:Prodi DIV Kebidanan Semarang
POLTEKKES KEMENKES SEMARANG,2018. Jurnal Ilmiah

Informasi

DETAIL CANTUMAN

[Kembali ke sebelumnya](#) 334, Detail

**LOCAL BASED SUPPLEMENTARY FOOD TO INCREASE
HEMOGLOBIN AMONG PREGNANT WOMEN
IN PALANGKARAYA, CENTRAL KALIMANTAN**

Christine Aden

School of Health Sciences, Ministry of Health Palangkaraya

ABSTRACT

Background: *Stenochlaena palustris* (kelakai) is one of the medicinal plants that has been used by Dayak ethnic society as an alternative medicine to treat anemia. An earlier study showed that kelakai extract is associated with an increase in white rat's hemoglobin (Hb) level. The purpose of this study was to determine the effect of a local based supplementary food on increasing Hb among pregnant women in Central Kalimantan.

Subjects and Method: This was a quasi-experiment conducted in Palangkaraya, Central Kalimantan. A sample of 71 pregnant women was selected for this study and divided into two groups: 29 in the kelakai group and 42 in the control group. The dependent variable was Hb level. The independent variable was local based supplementary food with kelakai. The data were analyzed by t-test.

Results: Boiling kelakai vegetable yielded 0.075mg/kg Fe in one minute and 0.036 mg/kg in five minutes. Raw kelakai leaf contained 0.384mg/kg Fe. Pregnant women who consumed kelakai (mean= 10.3; SD= 0.88 g/dl) had higher Hb level than those who did not consume kelakai (mean= 9.6; SD= 0.84 g/dl). Pregnant women had higher Hb level after consumption of local based supplementary food (mean=10.32; SD=0.88 g/dl) than before consumption (mean=9.63; SD=1.01 g/dl).

Conclusion: Consumption of local based supplementary food is effective to increase hemoglobin level among pregnant women.

Keywords: kelakai, supplementary food, pregnant, anemia.

Correspondence:

Christine Aden. School of Health Sciences, Ministry of Health Palangkaraya.

Email: christine.aden@ymail.com. Mobile: + (62) 813-4911-4949



KEGIATAN KONSULTASI PEMBIMBINGAN TUGAS AKHIR

Nama : Yonanda Oktavania
Nim : PO.62.20.1.18.119
Program Studi : D-III Keperawatan Reguler XXI-C
Judul : Pengaruh Olahan Kelakai Terhadap Kadar Hemoglobin Wanita
Dosen pembimbing : Ns. Aida Kusnaningsih, M.Kep., Sp.Kep.Mat


No	Tanggal	Materi/Bab	Saran Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1	07-08-2020	Cover	Judul KTI	
2	22-09-2020	Cover & bab 1	Perbaiki judul KTI & penyerahan bab 1	
3	23-09-2020	Bab 1 & 2	Perbaiki bab 1 & penyerahan bab 2	
4	25-09-2020	Bab 1	Perbaiki bab 1	
5	28-09-2020	Bab 1 & 2	Perbaiki bab 1 & bab 2	
6	30-09-2020	Bab 1 & 2	Perbaiki bab 1 & 2	
7	01-10-2021	Bab 1	Perbaiki bab 1	
8	02-10-2020	Bab 1	Perbaiki bab 1	
9	05-10-2020	Bab 1 & 2	Perbaiki bab 1 & bab 2	
10	08-10-2020	Bab 1 & 2	Perbaiki bab 1 & bab 2	
11	19-01-2021	Bab 3 & 4	Perbaiki kalimat bab 3 & ubah tabel dalam bentuk narasi di bab 4	
12	27-01-2021	Abstrak, bab 3, 4 & 5	Kesimpulan terlalu banyak kalimat, mencari perbedaan & persamaan pada jurnal yang digunakan	
13	29-01-2021	Bab 3 & 4	Tambahkan pembahasan tentang olahan sayur kelakai	
14	08-02-2021	Bab 4 & 5	Lebih diperdalam lagi bab 4 & perbaiki kesimpulan	
15	11-02-2021	Bab 3, 4 & 5	Perbaiki tabel, cara penulisan & tambahkan daftar pustaka	



KEGIATAN KONSULTASI PEMBIMBINGAN
TUGAS AKHIR

Nama : Yonanda Oktavania
Nim : PO.62.20.1.18.119
Program Studi : D-III Keperawatan Reguler XXI-C
Judul : Pengaruh Olahraga Kelakai Terhadap Kadar Hb Wanita
Dosen pembimbing : apt. Fina Ratih Wira Putri Yani, M.Sc

No	Tanggal	Materi/Bab	Saran Dosen Pembimbing	Tanda Tangan Pembimbing
1	07-08-2020	Cover	Judul KTI	
2	12-09-2020	Cover & bab 1	Perbaiki judul	
3	17-09-2020	Bab 1	Perbaiki bab 1	
4	18-09-2020	Bab 1	Perbaiki judul & bab 1	
5	21-09-2020	Bab 1	Perbaiki bab 1	
6	23-09-2020	Bab 1 & 2	Perbaiki bab 1 & penyerahan bab 2	
7	25-09-2020	Bab 1	Perbaiki bab 1	
8	28-09-2020	Bab 1 & 2	Perbaiki bab 1 & bab 2	
9	30-09-2020	Bab 2	Perbaiki bab 2	
10	09-10-2020	PPT Uji Proosal	Penyerahan PPT uji proposal	
11	13-01-2021	Bab 3	Lengkapi bab 3 karena belum selesai	
12	14-01-2021	Bab 3 & 4	Perbaiki bab 3 dan bab 4 karena masih belum lengkap dan hilangkan tabel	
13	15-01-2021	Bab 3 & 4	Perbaiki bab 4 & masukan hasil penelitian dibuat dalam bentuk narasi	
14	19-01-2021	Bab 3 & 4	Perbaiki bab 3 & 4 menyesuaikan dengan masukan dosen pembimbing 1	

15	08-02-2021	Bab 3 & 4	Lebih diperdalam lagi bagian bab 4 & ganti kesimpulan	
16	12-02-2021	Bab 3, 4 & 5	Perbaiki penulisan	