

# **KARYA TULIS ILMIAH**

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN SAWI HIJAU REBUS (*brassica rapa var parachinensis l.*) TERHADAP PERUBAHAN KADAR HB PADA IBU HAMIL TRIMESTER III DENGAN ANEMIA di KRJ/KRI BUDHI ASIH KECAMATAN TUREN KABUPATEN MALANG**



**OLEH  
SELI PURNAMA SARI  
NIM 16.2.038**

**POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN  
PROGRAM STUDI KEBIDANAN  
MALANG  
2019**

## **KARYA TULIS ILMIAH**

### **EFEKTIVITAS PEMBERIAN SAWI HIJAU REBUS (*brassica rapa var parachinensis l.*) TERHADAP PERUBAHAN KADAR HB PADA IBU HAMILTRIMESTER III DENGAN ANEMIA di KRJ/KRI BUDHI ASIH KECAMATAN TUREN KABUPATEN MALANG**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh  
Gelar Ahli Madya Kebidanan Pada Prodi Kebidanan  
Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen  
Malang



**OLEH  
SELI PURNAMA SARI  
NIM 16.2.038**

**POLITEKNIK KESEHATAN RS dr. SOEPRAOEN  
PROGRAM STUDI KEBIDANAN  
MALANG  
2019**

## LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Seli Purnama Sari

Tempat / tanggal lahir : Malang, 16 Agustus 1998

NIM : 16.2.038

Alamat : Dusun Crabaan RT 12/RW 02, Desa  
Sumpersuko, Kecamatan Dampit, Kabupaten  
Malang

Menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah dengan judul "Efektivitas Pemberian Sawi Hijau Rebus (*brassica rapa var. parachinensis l.*) Terhadap Perubahan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester III dengan Anemia di KRJ/KRI Budhi Asih Kecamatan Turen Kabupaten Malang" merupakan hasil karya sendiri dan belum pernah dibuat oleh orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun.

Jika di kemudian hari saya terbukti melanggar atas pernyataan tersebut di atas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, 09 Mei 2019

Menyatakan,  
  
Seli Purnama Sari  
NIM 16.2.038

## LEMBAR PERSETUJUAN

Karya Tulis Ilmiah dengan judul: "Efektivitas Pemberian Sawi Hijau Rebus (*brassica rapa var. parachinensis* L.) Terhadap Perubahan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Anemia di KRJ/KRI Budhi Asih Kecamatan Turen Kabupaten Malang", disetujui untuk diujikan di depan tim penguji.

Nama: Seli Purnama Sari  
NIM: 16.2.038

Tanggal Persetujuan  
09 Mei 2019

Oleh:

Pembimbing I



Ismiatun, S.ST,MM

Pembimbing II



Reny Retnaningsih, S.ST,M.Keb

**LEMBAR PENGESAHAN**

Karya Tulis Ilmiah dengan judul: "Efektivitas Pemberian Sawi Hijau Rebus (*Brassica Rapa* Var. *Parachinensis* L) Terhadap Perubahan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Anemia di KRJ/KRI Budhi Asih Kecamatan Turen Kabupaten Malang"

Nama : Seli Purnama Sari

NIM : 16.2.038

Telah di Pertahankan dan di Setujui Oleh Tim Penguji


Pada Sidang Karya Tulis Ilmiah di Program Studi Kebidanan Politeknik

Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang

Tanggal : 09 Mei 2019

OLEH TIM PENGUJI

1. Tut Rayani A.W, S.ST, M.Keb : (  )

2. Ismiatun, S.ST,M.M : (  )

3. Reny Retnaningsih, S.ST,M.Keb: (  )

Malang, 09 Mei 2019

Mengetahui,  
Ketua Program Studi Kebidanan  
Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen



Rani Safitri, SST., M.Keb

✓

✓

## DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Seli Purnama Sari  
Tempat Tanggal Lahir : Malang, 16 Agustus 1998  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Kebangsaan/Suku : Indonesia/Jawa  
Agama : Islam  
Status Perkawinan : Belum Kawin  
Alamat : Dusun Crabaan RT/RW 12/02 Desa Sumberuko  
Kecamatan Dampit Kabupaten Malang  
Pendidikan : 1. MI Sunan Ampel Dampit, Kab. Malang  
(Lulus tahun ajaran 2010)  
2. MTS Sunan Ampel Dampit, Kab. Malang  
(Lulus tahun ajaran 2013)  
3. MA Nasruddin Dampit, Kab. Malang  
(Lulus tahun ajaran 2016)

Nama Keluarga

- Ayah

Nama : Rusydi  
Tempat Tanggal Lahir : Malang, 17 Oktober 1973  
Jenis Kelamin : Laki-laki  
Kebangsaan/Suku : Indonesia/Jawa  
Agama : Islam  
Pekerjaan : Swasta  
Alamat : Dusun Crabaan RT/RW 12/02 Desa Sumberuko  
Kecamatan Dampit Kabupaten Malang

Ibu

Nama : Sunarti

TempatTanggalLahir : Malang, 02 Februari 1976

Jenis Kelamin : Perempuan

Kebangsaan/Suku : Indonesia/Jawa

Agama : Islam

Pekerjaan : IRT

Alamat :Dusun Crabaan RT/RW 12/02 Desa Summersuko

Kecamatan Dampit Kabupaten Malang

Demikian Daftar Riwayat Hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya,

Hormat saya,

Seli Purnama Sari  
NIM 16.2.038

## KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul: "Efektivitas Pemberian Sawi Hijau Rebus (*brassica rapa var. Parachinensis L*) Terhadap Perubahan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester III dengan Anemia di KRJ/KRI Budhi Asih Kecamatan Turen Kabupaten Malang".

Karya Tulis Ilmiah ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Program Diploma III Kebidanan di Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini, peneliti mendapatkan banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Letkol Ckm Arief Efendi, S.Mph., SH., S.Kep., Ners., MM, selaku Direktur Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang
2. Rani Safitri, S.ST., M. Keb., selaku Ketua Program Studi Kebidanan Poltekkes RS dr. Soepraoen Malang.
3. Tut Rayani A W, S,ST.,M.Keb selaku penguji I dalam sidang Karya Tulis Ilmiah
4. Ismiatun, S.ST,MM selaku pembimbing I dalam sidang Karya Tulis Ilmiah
5. Reny Retnaningsih, S.ST,M.Keb selaku pembimbing II yang telah membimbing peneliti dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Kedua orang tua yang selalu mendoakan dan memberi semangat sepanjang waktu.



Peneliti menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini. Peneliti berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi pembaca.

Malang, 09 Mei 2019

Penulis

## ABSTRAK

**Purnamasari, Seli.2018. Efektivitas Pemberian Sawi Hijau Rebus Terhadap Perubahan Kadar Hb Pada Ibu Hamil Trimester III Dengan Anemia. Tugas Akhir Program Studi Kebidanan Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I Ismiatun, SST., M.M Pembimbing II Reny Retnaningsih, SST., M.keb**

Anemia adalah suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah yang terutama disebabkan oleh kekurangan zat gizi (khususnya zat besi) yang diperlukan untuk pembentukan Hb. Pencegahan anemia selama kehamilan dilakukan dengan pemberian tablet Fe selama 90 hari dengan dosis 60 mg. Salah satu alternatif untuk memenuhi kebutuhan zat besi dapat dilakukan dengan konsumsi sayuran dalam menu makanan. Sawi hijau merupakan salah satu yang mengandung senyawa sintesis hemoglobin seperti zat besi dan vitamin B. Asupan zat besi ibu hamil sekitar 3-5 mg/hari dan dalam 100 gram sawi hijau mengandung 1,9 mg zat besi. Tujuan penelitian ini mengetahui pengaruh pemberian sawi hijau rebus terhadap perubahan kadar Hb ibu hamil trimester III. Metode penelitian menggunakan Quasy Experimental Design ini menggunakan Equivqalent Time Sampel Design. Sampel yang digunakan pada penelitian ini berjumlah 8 responden yang diambil dengan metode *purposive sampling*. Kemudian ada 2 kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok perlakuan, Pengambilan data dilakukan menggunakan observasi dan kuesioner, uji analisis menggunakan paired t-test. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan  $p=0,004$  bahwa terdapat perubahan kadar Hb antara sebelum dan sesudah perlakuan dan 8 responden mengalami peningkatan kadar Hb. Rata-rata perubahan kadar hemoglobin kelompok kontrol sebesar 2.1 gr/dl dan pada kelompok intervensi sebesar 0.3 gr/dl. Dalam penelitian ini, dinyatakan terdapat pengaruh pemberian sawi hijau rebus terhadap perubahan kadar Hb pada ibu hamil trimester III. Peneliti menyarankan kepada subyek penelitian yaitu semua ibu hamil yang mengalami kadar Hb kurang dari normal dapat melakukan peamberian sawi hijau rebus untuk meningkatkan kadar Hb.

**Kata kunci : Anemia, kadar Hb, ibu hamil trimester III, sawi hijau**

## ABSTRACT

**Purnamasari, Seli.2018. Effectiveness of Giving Green Boiled Mustard Against Increased Hb Level in Trimester III Pregnant Women. Final Project of Midwifery Study Program of Health Polytechnic Hospital Dr. Soepraoen Malang. Advisor I Ismiatun, SST., M.M Advisor II Reny Retnaningsih, SST., M.keb**

Anemia is a condition where the hemoglobin (Hb) level in the blood is less than normal. Management of elevated Hb levels is by eating iron-rich foods regularly, consuming Vitamin C for absorbing iron, and preventing excessive inhibiting. Iron intake of pregnant women is around 3-5 mg / day and in 100 grams of green mustard contains 1.9 mg of iron. The purpose of this study was to determine the effect of boiled green mustard to increase Hb levels in third trimester pregnant women. The research method uses this Quasy Experimental Design using Equivqalent Time Sample Design. The sample used in this study amounted to 8 respondents taken by purposive sampling method. Then there are 2 groups, namely the control group and the treatment group. Data collection is done using observations and questionnaires, test analysis using paired t-test. Based on the results of the study found  $p = 0.004$  that there were changes in Hb levels between before and after treatment and 8 respondents experienced an increase in Hb levels. In this study, it can be stated that there is the effect of boiled green mustard (*Brassica Rapa Var Parachinensis L.*) on increasing Hb levels in third trimester pregnant women. Researchers suggested that research subjects who had less than normal Hb levels be able to do boiled green mustard peamberian to increase Hb levels.

**Keywords: Anemia, Hb levels, trimester III pregnant women, boiled green mustard greens.**

## DAFTAR ISI

Judul.....	i
Lembar Pernyataan .....	ii
Lembar Persetujuan .....	iii
Lembar Pengesahan.....	iv
Daftar Riwayat Hidup.....	v
Kata Pengantar .....	vi
Daftar Isi .....	vii
Daftar Gambar.....	ix
Daftar Tabel.....	x
Daftar Lampiran .....	xi
Daftar Arti Lambang Dan Singkatan.....	xii

### BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.3.1 Tujuan Umum .....	3
1.3.2 Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Bagi Institusi .....	4
1.4.2 Bagi Tempat Penelitian.....	5
1.4.3 Bagi Responden .....	5
1.4.4 Bagi Peneliti.....	5

## **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

2.1 Konsep dasar kehamilan .....	6
2.1.1 Definisi kehamilan.....	6
2.1.2 Proses terjadinya kehamilan .....	6
2.1.3 Tanda-tanda kehamilan .....	7
2.1.4 Perubahan fisiologi pada kehamilan.....	10
2.1.5 Nasehat-nasehat untuk ibu hamil.....	12
2.1.6 Kebutuhan ibu hamil .....	14
2.1.7 Penyakit dan kelainan tidak langsung yang menyertai kehamilan .....	15
2.2 Konsep anemia.....	17
2.2.1 Definisi .....	17
2.2.2 Penyebab kadar haemoglobin menurun.....	18
2.2.3 Patofisiologi defisiensi besi pada ibu hamil .....	18
2.2.4 Tanda dan gejala .....	19
2.2.5 Faktor-faktor yang mempengaruhi anemia pada ibu hamil.....	19
2.2.6 Penggolongan status anemia.....	22
2.2.7 Klasifikasi anemia dalam kehamilan.....	23
2.2.8 Dampak anemia selama kehamilan .....	23
2.2.9 Pengaruh anemia dalam kehamilan .....	23
2.2.10 Penanganan.....	24
2.3 Konsep sawi hijau ( <i>Brassica Rapa Var Parachinensi L.</i> ) .....	25
2.3.1 Sistematika sawi hijau.....	25
2.3.2 Morfologi.....	25
2.3.3 Kandungan sawi hijau .....	26
2.3.4 Manfaat sawi hijau .....	27
2.3.5 Pengaruh sawi hijau dalam mengatasi anemia pada ibu hamil.....	27

2.4 Kerangka konsep .....	28
2.5 Hipotesis .....	29

### **BAB III METODE PENELITIAN**

3.1 Desain penelitian .....	30
3.2 Kerangka kerja .....	31
3.3 Populasi, sample, dan sampling .....	32
3.3.1 Populasi .....	32
3.3.2 Sample .....	32
3.3.3 Sampling .....	32
3.4 Variabel Penelitian .....	33
3.5 Definisi operasional .....	33
3.6 Rencana Penelitian .....	34
3.7 Teknik Pengumpulan data .....	34
3.8 Analisa Data .....	35
3.9 Teknik Pengolahan Data .....	36
3.10 Etika Penelitian .....	38

### **BAB IV HASIL PENELITIAN**

4.1 Data Umum .....	40
4.2 Data Khusus .....	48

### **BAB V PEMBAHASAN**

5.1 Pembahasan .....	53
5.2 Keterbatasan Penelitian .....	55

### **BAB VI PENUTUP**

6.1 Kesimpulan .....	56
6.2 Saran .....	56

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN**

## DAFTAR GAMBAR

No	Daftar Gambar	Halaman
	<hr/>	
	Gambar 2.1 Sawi Hijau ( <i>Brassica Rapa Var Parachinensis L.</i> ) .....	25
	Gambar 2.2 Kerangka Konsep .....	28
	Gambar 3.1 Kerangka Kerja .....	31

## DAFTAR TABEL

No	DaftarTabel	Halaman
	Tabel 2.1 Kriteria Anemia .....	22
	Tabel 2.2 Penggolongan Status Anemia Ibu Hamil .....	22
	Tabel 2.3 Kandungan Nutrisi/Gizi Per 100 gr Sawi Hijau .....	26
	Tabel 3.1 Definisi Operasional .....	33



## DAFTAR LAMPIRAN

No	Judul lampiran
Lampiran 1	Jadwal Penyusunan Proposal
Lampiran 2	Surat Pengantar Ijin Penelitian
Lampiran 3	Surat Balasan Ijin Penelitian
Lampiran 4	Lembar Permohonan Menjadi Responden Penelitian
Lampiran 5	Lembar Persetujuan Menjadi Responden Penelitian
Lampiran 6	Lembar Kuesioner
Lampiran 7	Lembar SPO Sawi Hijau Rebus
Lampiran 8	Lembar SPO Kadar Haemoglobin
Lampiran 9	Lembar Observasi Kadar Hemoglobin
Lampiran 10	Lembar Observasi Kadar Hemoglobin
Lampiran 11	<i>Master Sheet</i>
Lampiran 12	Lembar Dokumentasi
Lampiran 13	Lembar Konsultasi Pembimbing 1
Lampiran 14	Lembar KONSultasi Pembimbing 2

## DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN

### Arti Lambang dan Singkatan

---

#### ArtiLambang

%	: Presentase
$\sqrt{\quad}$	: Akar
=	: Sama dengan
-	: Kurang
+	: Tambah
>	: Lebih dari
<	: Kurang dari
$\pm$	: Lebih kurang
.	: Titik
,	: Koma
“	: Tanda petik
/	: Atau
?	: Tanda tanya
( )	: Kurung buka dan tutup
-	: Sampai

#### ArtiSingkatan

AKI	: Angka Kematian Ibu
ANC	: Antenatal Care
dr	: Dokter
Kaprodi	: Ketua Program Studi
KET	: Kehamilan Ektopik Terganggu
KPD	: Ketuban Pecah Dini
KRI	: Klinik Rawat Inap

KRJ	: Klinik Rawat Jalan
MA	: Madrasah Aliyah
MI	: Madrasah Ibtidaiyah
M.Keb	: Magister Kebidanan
M.Kes	: Magister Kesehatan
M.M	: Magister Manajemen
MTs	: Madrasah Tsanawiyah
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
No	: Nomor
Poltekkes	: Politeknik Kesehatan
PT	: Pendidikan Tinggi
RS	: Rumah Sakit
S.H	: Sarjana Hukum
S.ST	: Sarjana Sains Terapan
SPO	: Standar Prosedur Operational
SDKI	: Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia
TBC	: Tubercolousis
TM	: Trimester
WHO	: <i>World Health Organization</i>