

**PERBEDAAN KADAR HB DARAH SEBELUM DAN SETELAH KONSUMSI
JUS JAMBU BIJI MERAH PADA MAHASISWA TINGKAT 2 PRODI DIII
KEBIDANAN YANG ANEMIA SAAT MENSTRUASI DI STIKES
MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

KARYA TULIS ILMIAH



OLEH :

SUSANTI RATNAWATI

12.02.02.1497

**PROGRAM STUDI D-III KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2015**

**PERBEDAAN KADAR HB DARAH SEBELUM DAN SETELAH KONSUMSI
JUS JAMBU BIJI MERAH PADA MAHASISWA TINGKAT 2 PRODI DIII
KEBIDANAN YANG ANEMIA SAAT MENSTRUASI DI STIKES
MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Kepada Prodi D-III Kebidanan STIKES Muhammadiyah
Lamongan Sebagai Salah Satu Syarat Memperoleh
Gelar Ahli Madya Kebidanan**

OLEH :

**SUSANTI RATNAWATI
NIM 12.02.02.1497**

**PROGRAM STUDI D-III KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MUHAMMADIYAH
LAMONGAN
2015**

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan d ibawah ini :

NAMA : SUSANTI RATNAWATI
NIM : 12.02.02.1497
TEMPAT, TANGGAL LAHIR : TUBAN, 28 MEI1992
INSTITUSI : SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
(STIKES) MUHAMMADIYAH
LAMONGAN

Menyatakan bahwa KTI yang berjudul: **“Perbedaan Kadar Hb Darah Sebelum Dan Setelah Konsumsi Jus Jambu Biji Merah Pada Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan Yang Anemia Saat Menstruasi Di STIKES Muhammadiyah Lamongan”** adalah bukan KTI orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapatkan sanksi akademis.

Lamongan, April 2015

Yang Menyatakan



SUSANTI RATNAWATI
NIM 12.02.02.1497

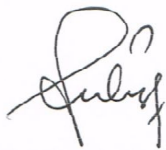
LEMBAR PERSETUJUAN

KTI
Oleh : SUSANTI RATNAWATI
NIM : 12.02.02.1497
Judul : PERBEDAAN KADAR HB DARAH SEBELUM DAN SETELAH KONSUMSI JUS JAMBU BIJI MERAH PADA MAHASISWA TINGKAT 2 PRODI DIII KEBIDANAN DENGAN ANEMIA SAAT MENSTRUASI DI STIKES MUHAMMADIYAH LAMONGAN.

Telah disetujui untuk diujikan dihadapkan Dewan Penguji KTI pada tanggal: 8 Juni 2015

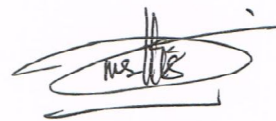
Mengetahui :

Pembimbing I



Sulistiyowati, SST, M. Kes
NIK.19851512 2006 022

Pembimbing II



Lilis Maghfuroh S. Kep., Ners., M. Kes
NIK.19830626 2008 047

LEMBAR PENGESAHAN

Telah Diuji Dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang KTI
Di Program Studi D3 Kebidanan STIKES Muhammadiyah Lamongan

Tanggal : 16 Juni 2015

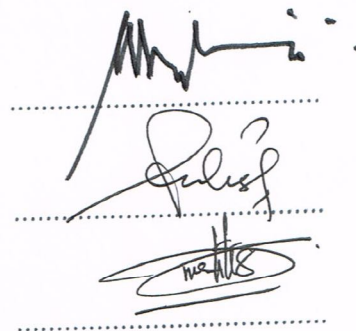
PANITIA PENGUJI

Tanda Tangan

Ketua : Dr.H.Abdur Rivai, M.Kes,MBA

Anggota : 1. Sulistiyowati,S.ST,M.Kes

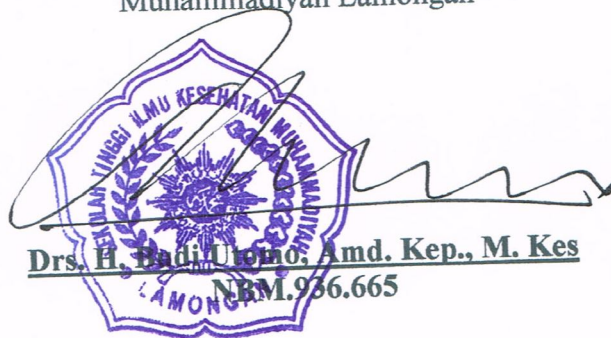
2.Lilis Maghfuroh, S. Kep.,Ners.,M. Kes



Mengetahui,

Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES)

Muhammadiyah Lamongan



Drs. H. Badi Utomo, Amd. Kep., M. Kes
NBM.936.665

CURRICULUM VITAE

Nama : SUSANTI RATNAWATI

Tempat Tgl. Lahir : Tuban, 28 MEI 1992

Alamat Rumah : Desa Ngampel Rejo, Kecamatan Bancar, Kabupaten
Tuban.

Pekerjaan : Belum bekerja (Mahasiswa)

Riwayat Pendidikan :

1. TK Darma wanita Ngampel Rejo Kec. Bancar Kab.Tuban, Lulus Tahun 1999
2. SD Negeri Ngampel Rejo Kec. Bancar Kab.Tuban, Lulus Tahun 2005
3. SMP Negeri 1 Bancar Kec. Bancar Kab.Tuban, Lulus Tahun 2008
4. SMA Negeri 1 Tambakboyo Kec. Tambakboyo Kab. Tuban, Lulus Tahun
2011
5. Prodi D III -Kebidanan Stikes Muhammadiyah Lamongan mulai tahun 2012
sampai sekarang.

MOTTO DAN HALAMAN PERSEMBAHAN

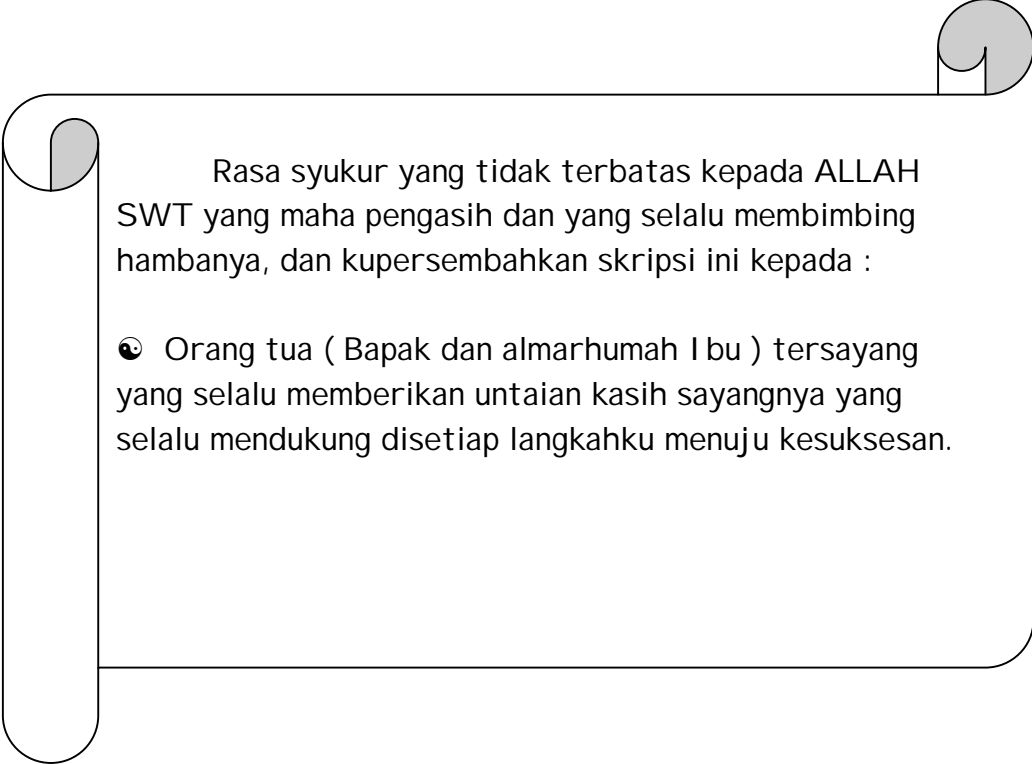
Raihlah ilmu, dan untuk meraih ilmu, belajarlah untuk tenang dan sabar
(Khalifah Umar)

Ilmu itu lebih baik daripada harta. Ilmu itu menjaga engkau dan engkau
menjaga harta.

Harta itu berkurang bila dibelanjakan, tetapi ilmu bertambah bila
dibelanjakan (Khalifah Ali Bin Abi Thalib)



HALAMAN PERSEMBAHAN



Rasa syukur yang tidak terbatas kepada ALLAH SWT yang maha pengasih dan yang selalu membimbing hambanya, dan kupersembahkan skripsi ini kepada :

☺ Orang tua (Bapak dan almarhumah Ibu) tersayang yang selalu memberikan untai kasih sayangnya yang selalu mendukung disetiap langkahku menuju kesuksesan.

ABSTRAK

Ratnawati, Susanti.2015. Perbedaan Kadar Hb Darah Sebelum Dan Setelah Konsumsi Jus Jambu Biji Merah Pada Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan Yang Anemia Saat Menstruasi Di STIKES Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing : (1) Sulistiyowati. SST, M.Kes (2) Lilis Maghfuroh S.Kep.,Ners.,M. Kes

Hemoglobin (Hb) merupakan suatu protein yang kaya zat besi, memiliki afinitas (daya gabung) terhadap oksigen, membentuk oxihemoglobin didalam sel darah merah. Survey awal di STIKES Muhammadiyah Lamongan didapatkan 60% mengalami Anemia, masalah penelitian masih banyaknya mahasiswa yang mengalami anemia saat menstruasi. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui perbedaan kadar Hb sebelum dan setelah konsumsi jambu biji merah.

Desain penelitian yang digunakan adalah *Pre-Eksperiment* atau *one group pre test post-test design*. Metode sampling yaitu *consecutive sampling*. Dengan populasi Seluruh Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan yang Anemia saat Menstruasi pada Bulan April sampai Mei 2015 di STIKES Muhammadiyah Lamongan, besar sampel 25. Variabel penelitian kadar Hb dengan perlakuan konsumsi jambu biji merah. Pengumpulan data dengan lembar observasi. Analisis data menggunakan uji dengan *Paired T-Test* dengan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa Rata-rata Kadar Hb darah sebelum konsumsi jambu biji adalah 11.4 gr%. Rata-rata Kadar Hb darah setelah konsumsi jambu biji merah sebesar 11.6 gr%. Terdapat Perbedaan Kadar Hb Darah Sebelum Dan Setelah Konsumsi Jambu merah , dengan $p = 0.000$.

Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan bagi ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang kebidanan dan menambah informasi tentang sumber Fe alami yang dapat dijadikan sebagai alternatif untuk meningkatkan kadar *hemoglobin* untuk mengatasi anemia saat menstruasi.

Kata kunci : *Hemoglobin, konsumsi, Anemia*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan KTI yang berjudul “Perbedaan Kadar Hb Darah Sebelum Dan Setelah Konsumsi Jus Jambu Biji Merah Pada Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan Yang Anemia Saat Menstruasi Di STIKES Muhammadiyah Lamongan” sesuai waktu yang ditentukan.

KTI ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk melanjutkan penelitian Karya Tulis Ilmiah (KTI) di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan, penulis mendapat banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/Ibu :

1. Drs.Budi Utomo, Amd. Kep. M.Kes, selaku Ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan.
2. Hj.WS. Tarmi SST,S.Psi,M.MKes, selaku Ketua Program Studi D- III Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Muhammadiyah Lamongan
3. Dr.H. Abdur Rivai, M.Kes,MBA selaku penguji, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Sulistiyowati, S.ST,M.Kes selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama Karya Tulis Ilmiah ini.

5. Lilis Maghfuroh, S. Kep.,Ners.,M.Kes selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Ayahanda Sutarjo, ibunda Suparti dan semua keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan baik secara material maupun spiritual selama menempuh pendidikan di STIKES Muhammadiyah Lamongan hingga penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Semua pihak yang secara tidak langsung banyak membantu penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari Karya Tulis Ilmiah ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, Juni 2015



Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL DEPAN

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iv
<i>CURRICULUM VITAE</i>	v
MOTTO DAN HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN	xvii

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masala	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Bagi Akademik.....	7
1.4.2 Bagi Praktis	7

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Dasar Jambu Biji Merah.....	8
2.1.1 Pengertian Jambu Biji Merah.....	8
2.1.2 Kandungan Zat Gizi Jambu Biji per 100 gram	9
2.1.3 Manfaat Jambu Biji	10
2.1.4 Cara Tepat Mengonsumsi Jambu Biji.....	12

2.2 Konsep Dasar Hemoglobin (Hb)	13
2.2.1 Pengertian	13
2.2.2 Kadar Hemoglobin (Hb)	14
2.2.3 Struktur Hemogloobin (Hb)	15
2.2.4 Pembentukan Hemoglobin (Hb).....	15
2.2.5 Kegunaan Hemoglobin (Hb).....	15
2.2.6 Faktor-faktor Mempengaruhi Kadar Hemoglobin (Hb).....	16
2.2.7 Metode Pemeriksaan Kadar Hemoglobin.....	19
2.3 Konsep Dasar Menstruas	20
2.3.1 Pengertian Menstruasi.....	20
2.3.2 Siklus Menstruasi.....	20
2.3.3 Bentuk Keluhan Terkait Menstruasi	21
2.3.4 Gangguan Menstruasi.....	22
2.3.5 Faktor Yang Mempengaruhi Menstruasi.....	23
2.3.6 Faktor Resiko Menstruasi.....	24
2.4 Konsep Dasar Anemia	26
2.4.1 Pengertian Anemia.....	26
2.4.2 Diagnosa Anemia Pada Remaja.....	27
2.4.3 Macam- macam Anemia	27
2.4.4 Faktor Anemia Remaja Saat Menstruasi.....	30
2.4.5 Gejala dan Tanda Anemia	31
2.4.6 Kebutuhan Zat Besi Wanita.....	32
2.4.7 Dampak Anemia Remaja.....	34
2.4.8 Pelaksanaan Anemia	34
2.5 Pengaruh Jambu Biji Merah Untuk Anemia	35
2.6 Kerangka Konsep	37
2.7 Hipotesis Penelitian	38

BAB 3 METODE PENELITIAN

3.1 Desain Penelitian	39
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian	40

3.3 Kerangka Kerja.....	40
3.4 Identifikasi Variabel	42
3.5 Definisi Operasional	42
3.6 Sampling Desain.....	43
3.6.1 Populasi	43
3.6.2 Sampel	44
3.6.3 Sampling Desain	44
3.7 Pengumpulan Data dan Analisa Data	45
3.7.1 Pengumpulan Data	45
3.7.2 Instrumen Pengumpulan Data.....	46
3.7.3 Analisa Data	46
3.8 Etika Penelitian.....	49
3.8.1 <i>Informed Consent</i> (Lembar Persetujuan Menjadi Responden).....	49
3.8.2 <i>Anonymity</i> (Tanpa Nama)	49
3.8.3 <i>Confidentiality</i> (Kerahasiaan).....	49
BAB 4 HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Hasil Penelitian.....	50
4.2 Pembahasan.....	55
BAB 5 PENUTUP	
5.1 Kesimpulan	67
5.2 Saran	68
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN	73

DAFTAR TABEL

		Halaman
Tabel 2.1	Kandungan Jambu Biji Merah per 100 gram	9
Tabel 2.2	Batas Kadar Hemoglobin	14
Tabel 2.3	Klasifikasi Anemia	27
Table 2.4	Nilai AKG untuk Berbagai Kelompok Usia	33
Table 3.1	Definisi Perbedaan Kadar Hb Darah Sebelum Dan Setelah Konsumsi Jus Jambu Biji Merah Pada Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan Yang Anemia Saat Menstruasi Di STIKES Muhammadiyah Lamongan.....	43
Tabel 4.1	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan di STIKES Muhammadiyah Lamongan April-Mei 2015	51
Tabel 4.2	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Kategori Menarche Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan di STIKES Muhammadiyah Lamongan April-Mei 2015	52
Tabel 4.3	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan Ibu Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan di STIKES Muhammadiyah Lamongan April-Mei 2015	52
Tabel 4.4	Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan Ibu Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan di STIKES Muhammadiyah Lamongan April-Mei 2015	53
Tabel 4.5	Kadar Hb Darah Sebelum Konsumsi Jus Jambu Biji Merah Pada Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan Yang Anemia Saat Menstruasi Di STIKES Muhammadiyah Lamongan April-Mei 2015	54

Tabel 4.6	Kadar Hb Darah Setelah Konsumsi Jus Jambu Biji Merah Pada Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan Yang Anemia Saat Menstruasi Di STIKES Muhammadiyah Lamongan April-Mei 2015	55
Tabel 4.7	Perbedaan Kadar Hb Darah Sebelum Dan Setelah Konsumsi Jus Jambu Biji Merah Pada Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan Yang Anemia Saat Menstruasi Di STIKES Muhammadiyah Lamongan April-Mei 2015	56

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Kerangka Konsep Penelitian Perbedaan Kadar Hb Darah Sebelum Dan Setelah Konsumsi Jus Jambu Biji Merah Pada Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan Yang Anemia Saat Menstruasi Di STIKES Muhammadiyah Lamongan	37
Gambar 3.1 Desain Penelitian Dalam Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Penelitian Perbedaan Kadar Hb Darah Sebelum Dan Setelah Konsumsi Jus Jambu Biji Merah Pada Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan Yang Anemia Saat Menstruasi Di STIKES Muhammadiyah Lamongan.....	40
Gambar 3.2 Kerangka Kerja Perbedaan Kadar Hb Darah Sebelum Perbedaan Kadar Hb Darah Sebelum Dan Setelah Konsumsi Jus Jambu Biji Merah Pada Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan Yang Anemia Saat Menstruasi Di STIKES Muhammadiyah Lamongan.....	41
Gambar 4.1 Perbedaan Kadar Hb Darah Sebelum Dan Setelah Konsumsi Jus Jambu Biji Merah Pada Mahasiswa Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan Yang Anemia Saat Menstruasi Di STIKES Muhammadiyah Lamongan	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Penyusunan KTI.....	73
Lampiran 2	Surat Permohonan Ijin Survei Awal	74
Lampiran 3	Surat Balasan Survey Awal dari STIKES Muhammadiyah Lamongan.....	75
Lampiran 4	Surat Permohonan Ijin Penelitian	76
Lampiran 5	Surat Balasan Ijin Penelitian dari STIKES Muhammadiyah Lamongan.....	77
Lampiran 6	Lembar Permohonan Menjadi Responden.....	78
Lampiran 7	Lembar Persetujuan Menjadi Responden	79
Lampiran 8	Lembar Observasi.....	80
Lampiran 9	Data Khusus	82
Lampiran 10	Lembar SOP Pemeriksaan Hb Dengan Hb Elektrik.....	83
Lampiran 11	Lembar SOP Pembuatan Jus Jambu Biji Merah.....	84
Lampiran 12	Lembar Konsultasi	85

DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN

%	: Persen
<	: Kurang dari
=	: Sama dengan
>	: Lebih dari
≥	: Lebih dari atau sama dengan
-	: Sampai
+	: Positif
Amd.Kep	: Ahlimadya Keperawatan
BEM	: Badan Eksekutif Mahasiswa
dl	: Desiliter
Dr	: Dokter
Drs	: Dokter Andes
FKUI	: Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia
Gr	: Gram
H1	: Terdapat hubungan yang signifikan
Ho	: Tidak terdapat hubungan yang signifikan
IMM	: Ikatan Mahasiswa Muhammadiyah
Kg	: Kilogram
M.Mkes	: Magister Manajemen Kesehatan
Mg	: Milligram
MI	: Madrasah Ibtida'iyah
Mm	: Milimeter
MTs	: Madrasah Tsanawiyah
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
Ns	: Ners
PERNEFI	: Persatuan Nefrologi Indonesia
PK	: Pimpinan komisariat
RSUD	: Rumah Sakit Umum Daerah
S. Kep	: Sarjana Keperawatan

SMA : Sekolah Menengah Atas
STIKES : Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
TK : Taman kanak-kanak