



# Pemanfaatan Ekstrak Tanaman Ciplukan (*Physalis Angulata* L.) sebagai Terapi Anemia pada Remaja di Masa Menstruasi

Emi Yunita\*, Sari Pratiwi Apidianti

Program Studi DIII Kebidanan Universitas Islam Madura Jl.PP. Miftahul Ulum Bettet, Pamekasan Madura, Indonesia

Anemia is often associated with conditions of weakness, fatigue, lethargy due to lack of iron in the blood. Not only in adults, children and even toddlers can be affected by anemia. A survey shows that anemia is higher affected to women than men. If anemia occurs in a girl, the effect is not only on the child but also to the next generation. This research is an experimental analytic research, a study based on the level of neutrality place of research to survey research and naturalistic (qualitative). In essence, the experimental research is examining the effect of treatment on behavior that arises as a result of treatment. This study aims to determine the use of Ciplukan extract to increase the iron in the blood, whether it has influences to the increase in hemoglobin levels, so that it can be used as a therapy for anemia That has experienced by adolescence during menstruation. In addition, the study also obtained information on how to reduce the intensity of menstrual pain by using non-pharmacological techniques, namely by consuming of Ciplukan extract. This research is an experimental analytic study which is a study based on the level of nature (setting) of research sites in addition to survey research and naturalistic (qualitative). The sampling technique used in this research is using purposive sampling technique. In essence the Experiment research is examining the effect of treatment on behavior that arises as a result of treatment. This study aims to determine the use of ciplukan extract to increase iron in the blood, whether it has or has an effect on increasing levels of hemoglobin (HB) in the blood, so that it can be used as a therapy for anemia experienced by adolescents during menstruation. In addition, the study also obtained information on how to reduce the intensity of menstrual pain by using non-pharmacological techniques, namely by consuming ciplukan plant extracts Utilization of ciplukan plant extract as therapeutic anemia in adolescents during menstruation, it can be concluded that it can increase HB levels in the blood and be able to overcome complaints - complaints such as dizziness, weakness and frequent drowsiness caused by anemia in adolescents during menstruation. It is expected that related institutions can give more attention to the FE therapy program for adolescents during menstruation as an effort to reduce the incidence of anemia especially in young women.

## OPEN ACCESS

ISSN 2548-2246 (online)

ISSN 2442-9139 (print)

### Edited by:

Paramitha Amelia K

### \*Correspondence:

Emi Yunita  
fenidanaku@gmail.com

Received: 05 September 2019

Accepted: 01 Oktober 2019

Published: 04 Oktober 2019

### Citation:

Yunita E and Apidianti SP (2019)  
Pemanfaatan Ekstrak Tanaman  
Ciplukan (*Physalis Angulata* L.)  
sebagai Terapi Anemia pada  
Remaja di Masa Menstruasi.  
*Midwifery Jurnal Kebidanan*. 5:2.  
doi: 10.21070/mid.v5i2.2763

**Keywords:** Ciplukan Ekstrak, Therapy, iron in the blood

Anemia atau kurang darah sering dikaitkan dengan kondisi lemah, letih, lesu akibat kurangnya kandungan zat besi didalam darah. Tak hanya pada orang dewasa, anak-anak bahkan balita pun bias terkena anemia. survey menunjukkan angka kejadian ane-

mia lebih tinggi pada perempuan dibandingkan laki-laki. Jika anemia terjadi pada anak perempuan, dampaknya tidak hanya pada anak tersebut melainkan juga generasi selanjutnya. Penelitian ini merupakan penelitian analitik eksperimen yaitu suatu penelitian yang didasarkan pada tingkat kealamiahannya (setting) tempat penelitian selain penelitian survey dan naturalistic (Kualitatif). Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan teknik purposif sampling. Pada hakikatnya penelitian Eksperimen adalah meneliti pengaruh perlakuan terhadap perilaku yang timbul sebagai akibat perlakuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui penggunaan ekstrak ciplukan terhadap kenaikan zat besi dalam darah, apakah memiliki atau berpengaruh terhadap peningkatan kadar haemoglobin (HB) dalam darah, sehingga dapat digunakan sebagai terapi pada anemia yang dialami remaja di masa menstruasi. Selain itu penelitian juga memperoleh informasi tentang cara mengurangi intensitas nyeri menstruasi dengan menggunakan teknik nonfarmakologi yaitu dengan cara mengkonsumsi ramuan tanaman ekstrak ciplukan. Pemanfaatan ekstrak tanaman ciplukan sebagai terapi anemia pada remaja di masa menstruasi, dapat disimpulkan mampu meningkatkan kadar HB dalam darah dan mampu mengatasi keluhan – keluhan seperti mudah pusing, lemah dan sering mengantuk yang disebabkan oleh anemia pada remaja di masa menstruasi. Diharapkan Bagi instansi terkait dapat memberi perhatian lebih terhadap program pemberian terapi FE pada remaja di masa menstruasi sebagai upaya menurunkan angka kejadian anemia khususnya pada remaja putri.

**Keywords:** Ekstrak buah ciplukan, terapi, anemia, remaja dalam masa menstruasi

## PENDAHULUAN

Ciplukan adalah tumbuhan asli Amerika yang kini telah tersebar secara luas di daerah tropis di dunia. Di Jawa tumbuh secara liar di kebun, tegalan, tepi jalan, semak, hutan ringan, tepi hutan. Tumbuhan ciplukan merupakan salah satu tumbuhan yang liar yang bentuknya berupa semak atau perdu yang posisinya lebih rendah. Tingginya biasanya hanya mencapai 1 meter dan umur tanaman ini kurang lebihnya satu tahun. Tumbuhan ciplukan ini biasanya hidup dengan subur di daerah dataran rendah. Kandungan dari tanaman ciplukan ini adalah senyawa kimia berupa sitrun dan juga fisain. Selain itu tanaman ciplukan ini juga mengandung asam malat, alkaloid, tannin, kriptoxantin, dan vitamin C serta gula. (MB and . (2012))

Tanaman ciplukan berbentuk kecil memiliki warna hijau yang akan berubah warna kekuningan jika sudah masak, serta memiliki campuran asam dan manis. Pada dasarnya, buah ini sering dibiarkan dan diabaikan, namun kini buah ini banyak diminati oleh semua kalangan luas karena mengandung banyak khasiat dan manfaat bagi kesehatan. (MB and . (2012))

Anemia adalah suatu kondisi ketika tubuh kekurangan sel darah yang mengandung haemoglobin sel darah yang mengandung haemoglobin untuk menyebarkan oksigen ke seluruh organ tubuh. Dengan kondisi tersebut, penderita biasanya akan merasa letih dan lelah, sehingga tidak dapat melakukan aktivitas dengan optimal. Anemia dapat terjadi dalam waktu jangka pendek atau panjang, dengan tingkat keparahan ringan sampai berat. Pengobatan kondisi ini bervariasi tergantung pada penyebabnya. Anemia dapat diobati dengan mengonsumsi suplemen secara rutin atau prosedur pengobatan khusus.

Anemia atau kurang darah sering dikaitkan dengan kondisi lemah, letih, lesu akibat kurangnya kandungan zat besi dalam darah. Tak hanya pada orang dewasa, anak-anak bahkan balita pun bias terkena anemia. Di Indonesia jumlah penderita anemia yang berasal dari kelompok anak usia sekolah (6-18 tahun) mencapai 65 juta jiwa. Bahkan, jika digabung dengan penderita anemia usia balita, remaja putri, ibu hamil, wanita usia subur, dan lansia, jumlah total mencapai 100 juta jiwa. Artinya secara kasar dikatakan bahwa satu di antara dua penduduk Indonesia menderita anemia. (E (2008))

Dalam survey juga terlihat angka kejadian anemia lebih tinggi pada perempuan dibanding-

ingkan laki-laki. Jika anemia terjadi pada anak perempuan, dampaknya tidak hanya pada anak tersebut melainkan juga generasi selanjutnya. mengingat anak perempuan tersebut kelak akan mengandung dan melahirkan.(K (2012))

Anemia bisa disebabkan kondisi tubuh memerlukan zat besi dalam jmlah tinggi, seperti saat hamil, menyusui, masa peertumbuhan anak dan balita serta masa puber. Atau ketika tubuh banyak kehilangan darah seperti saat menstruasi dan pada penderita wasir dan cacing tambang. Mereka yang menjalankan diet miskin zat besi atau pola makan yang kurang baik juga rentan anemia. Sebab lainnya adalah terjadinya gangguan penyerapan zat besi dalam tubuh.(K (2012))

Sebenarnya, anemia dapat dicegah dengan mudah. Namun karena masyarakat terlalu menggampangkan, dan menganggap hal itu hanya lemah, letih,lesu. Padahal, dampak dari anemia ini sangat fatal bahkan menyebabkan kematian.

## METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian Eksperimen dengan Desain rancangan Eksperimen sungguhan (True Experiment). Populasidalam penelitian ini adalah remaja putri di STM dan MA Bustanul Muhtadiin. Data penelitian menggunakan data primer yang didapat dari hasil tes HB pada remaja putri dalam masa menstruasi. Analisis univariat pada penelitian ini adalah variable independent yang akan di deskripsikan yaitu Pemanfaatan Ekstrak Tanaman Ciplukan. Sedangkan pada variable dependent akan di deskripsikan yaitu Anemia.(S (2015))

Analisis yang digunakan terhadap data yang diperoleh dalam penelitian ini menggunakan analisis data secara induktif. Proses analisis data dimulai dengan menelaah seluruh data responden yang mengalami Menstruasi dan dinyatakan mengalami anemia. Setelah mengetahui Kadar Hb dalam darahkemudian diberikan treatment untukmengonsumsi buah dan ekstrak tanaman ciplukan sesuai dengan tahapan komposisi yang telah ditentukan. (S (2015))

Setelah semua data terkumpul kemudian peneliti melakukan analisis univariate yang dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian. Pada umumnya dalam analisis ini hanya menggunakan hasil distribusi dan presentase dari tiap variabel.

Waktu penelitian bulan April 2019 sampai dengan Agustus 2019. Tempat penelitian Bustanul Muhtadiin.

## HASIL

a. Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia remaja.

**TABLE 1** | Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia remaja Pada masa menstruasi di Kabupaten Pamekasan Tahun 2019.

| Usia        | Frekuensi | Persentase (%) |
|-------------|-----------|----------------|
| 12-15       | 13        | 17.34          |
| 15-18       | 30        | 40.00          |
| 18-21 Tahun | 32        | 42.66          |
| Total       | 75        | 100            |

Sumber : Perolehan data di lapangan (bulan Agustus 2019)

b. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan.

**TABLE 2** | Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan remaja Pada masa menstruasi Kabupaten Pamekasan Tahun 2012.

| Pendidikan | Frekuensi | Persentase(%) |
|------------|-----------|---------------|
| SD         | 0         | 0             |
| SLTP       | 13        | 17.34         |
| SLTA       | 30        | 40.00         |
| PT         | 32        | 42.66         |
| Total      | 75        | 100,0         |

Sumber : Perolehan Data di lapangan (bulan Agustus 2019)

Dari hasil pengumpulan data seperti pada Tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar pendidikan responden adalah PT yaitu sebanyak 32 orang (42.66%).

c. Distribusi frekuensi responden berdasarkan sosial ekonomi

**TABLE 3** | Distribusi frekuensi responden berdasarkan sosial ekonomi remaja Pada masa menstruasi di Kabupaten Pamekasan Tahun 2019.

| Status Sosial Ekonomi | Frekuensi | Persentase (%) |
|-----------------------|-----------|----------------|
| Menengah ke Atas      | 32        | 42.66          |
| Menengah Kebawah      | 43        | 57.33          |
| Atas                  | 0         | 00.00          |
| Total                 | 75        | 100,0          |

Sumber : Perolehan data di lapangan (bulan Agustus 2019)

Dari hasil pengumpulan data pada Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar adalah remaja berstatus sosial ekonomi menengah kebawah (57.33%).

d. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kejadian Anemia

**TABLE 4** | Distribusi frekuensi responden berdasarkan kejadian Anemia pada remaja Pada masa menstruasi di Kabupaten Pamekasan Tahun 2019.

| Kejadian Anemia | Frekuensi | Persentase (%) |
|-----------------|-----------|----------------|
| Anemia          | 75        | 65.21          |
| Tidak Anemia    | 40        | 34.78          |
| Total           | 115       | 100,0          |

Sumber : Perolehan data di lapangan (bulan Agustus 2019)

e. Distribusi frekuensi responden berdasarkan hasil Observasi pemberian Ekstrak tanaman ciplukan

**TABLE 5** | Distribusi frekuensi responden berdasarkan hasil Observasi pemberian ekstrak tanaman ciplukan pada remaja Pada masa menstruasi di Kabupaten Pamekasan Tahun 2019.

| Peningkatan Kadar HB        | Frekuensi | Persentase (%) |
|-----------------------------|-----------|----------------|
| Mengalami Peningkatan       | 52        | 80.0           |
| Tidak Mengalami Peningkatan | 13        | 20.0           |
| Total                       | 65        | 100,0          |

Sumber : Perolehan Data di lapangan (bulan Agustus 2019)

## PEMBAHASAN

a. frekuensi responden berdasarkan usia remaja

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia antara 18-21 tahun yaitu sebanyak 32 orang (42.66%). Usia remaja pada penelitian ini rata – rata masuk dalam kategori dewasa akhir dimana mereka kebanyakan berusia antara 18 tahun sampai 21 tahun. Remaja adalah suatu masa dimana individu berkembang dari saat pertama kali ia menunjukkan tanda – tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual (S (2011) ). Masa Remaja disebut juga sebagai masa perubahan, meliputi perubahan dalam sikap, dan perubahan fisik (LN (2010)).

b. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan.

Berdasarkan Tabel 2 Menunjukkan bahwa sebagian besar pendidikan responden adalah PT yaitu sebanyak 32 orang (42.66%). Semakin matang usia remaja maka harusnya semakin meningkat pengetahuannya, namun bebrapa faktor lingkungan juga dapat berpengaruh terhadap pola hidup seseorang. pendidikan adalah keseluruhan proses tehnik dan metode belajar mengajar dalam rangka mengalihkan suatu pengetahuan dari seseorang kepada orang lain sesuai dengan standar yang telah ditetapkan.

c. Distribusi frekuensi responden berdasarkan sosial ekonomi

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar adalah remaja dengan status sosial ekonomi menengah kebawah dengan jumlah 43 remaja (57.33%). Status sosial ekonomi seseorang menjadi salah satu penentu bagaimana pola hidup seseorang dan kehidupan seseorang barjalan dengan baik atau tidak, tidak hanya di Indonesia namun juga diluar negeri.

d. Distribusi frekuensi responden berdasarkan kejadian Anemia

Berdasarkan hasil penelitian, rata-rata remaja putri dalam masa menstruasi mengalami Anemia, hal tersebut ditunjukkan oleh Tabel 4 dimana jumlah kejadian yaitu sebanyak 75 orang (85,21%) dari sejumlah 115 remaja apada menstruasi. Perempuan sangat rentan dengan anemia sehingga keadaan pada saat menstruasi akan memperparah kejadian anemia. Anemia secara fungsional didefinisikan sebagai penurunan jumlah eritrosit (red cell mass) sehingga tidak dapat memenuhi fungsinya untuk membawa oksigen dalam jumlah yang cukup ke jaringan perifer (penurunan oxygen caring capacity). Secara praktis anemia ditunjukkan oleh penurunan kadar hemoglobin, kemudian hematokrit (AW et al. (2010) ).

e. Distribusi frekuensi responden berdasarkan hasil observasi pemberian ekstrak tanaman ciplukan

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan bahwa sebagian besar remaja setelah mendapatkan ekstrak tanaman ciplukan mengalami peningkatan kadar HB Dalam darah, sejumlah 52 orang (80.0%) dari 65 remaja dari kelompok eksperimen. Ekstrak tanaman ciplukan merupakan suatu tretmen dalam penelitian ini, dimana tanaman ciplukan ini sendiri di daerah pamekasan khususnya adalah tanaman yang belum cukup banyak diketahui masyarakat sebagai tanaman obat. Ciplukan banyak dimanfaatkan sebagai tanaman herbal (obat-obatan). Akar tumbuhan ciplukan dapat digunakan sebagai obat cacing dan penurun demam. Daun ciplukan (*physalis angulata*) bermanfaat sebagai obat penyembuhan patah tulang, busung air, bisul, borok, penguat jantung, keseleo, nyeri perut, dan kencing nanah. Sedangkan buah ciplukan sendiri sering dinamakan langsung untuk mengobati epilepsi, sulit buang air kecil, dan penyakit kuning. (MB and . (2012) ).

## SIMPULAN

Pemanfaatan ekstrak tanaman ciplukan sebagai terapi anemia pada remaja di masa menstruasi, dapat disimpulkan mampu meningkatkan kadar HB Dalam darah dan mampu mengatasi keluhan – keluhan seperti mudah pusing, lemah dan sering mengantuk yang disebabkan oleh anemia pada remaja di masa menstruasi.

## REFERENCES

- AW, S., Setyohadi B, Alwi I, Simadibrata M, Setiadi S, et al. (2010). *Buku Ajar Ilmu Penyakit Dalam Jilid I Edisi IV*, and others (ed.) (Jakarta: Departemen Ilmu Penyakit Dalam FKUI).
- E, A. (2008). *Faktor Risiko Anemia pada Remaja Putri Beserta Program Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Gizi Besi (Ppagb) di Kota Bekasi. Skripsi Program Studi Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga Fakultas Pertanian Institut Pertanian Bogor* (Bogor: Fakultas Pertanian Institut Pertanian Bogor).
- K, C. (2012). *Anemia Gizi, Masalah, dan Pencegahannya*, and others (ed.) (Yogyakarta: Kalika), 9–10. Pages 9-10.
- LN, P. (2010). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Imunisasi Dasar pada Balita Umur 12-23 Bulan di Indonesia Tahun. In *Skripsi FKM UI (Analisis Data Risesdas)*.
- MB, R. and ., A. R. (2012). *Penyembuhan Alami dengan Herbal dan Pijat Refleksi* (Surabaya: Dua Media).
- S, N. (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan.*, and others (ed.) (Jakarta: Rineka Cipta).
- S, P. (2011). *Ilmu Kandungan* (Jakarta: Yayasan Bina Pustaka).

**Conflict of Interest Statement:** The authors declare that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

Copyright © 2019 Yunita and Apidianti. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License (CC BY). The use, distribution or reproduction in other forums is permitted, provided the original author(s) and the copyright owner(s) are credited and that the original publication in this journal is cited, in accordance with accepted academic practice. No use, distribution or reproduction is permitted which does not comply with these terms.