



UNIVERSITAS WIRARAJA

LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT

Kampus : Jl. Raya Sumenep Pamekasan KM. 5 Patean, Sumenep, Madura 69451 Telp : (0328) 664272/673088
e-mail : lppm@wiraraja.ac.id Website : lppm.wiraraja.ac.id

SURAT PERNYATAAN

Nomor : 093/SP.HCP/LPPM/UNIJA/V/2021

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dr. Anik Anekawati, M.Si
Jabatan : Kepala LPPM
Instansi : Universitas Wiraraja

Menyatakan bahwa :

1. Nama : Emdat Suprayitno, S.Kep., Ns., M.Kep.
Jabatan : Staf Pengajar Fakultas Ilmu Kesehatan

Telah melakukan cek plagiarisme ke LPPM menggunakan *software turnitin.com* untuk artikel dengan judul "**EFEK MENGKONSUMSI SARI KACANG HIJAU (VIGNA RINATA) BERSAMA MADU KENAIKAN NILAI HEMOGLOBIN SISWI KELAS XI SMAN 1 GAPURA**" dan mendapatkan hasil similarity sebesar 18%

Demikian surat pernyataan ini dibuat untuk digunakan dengan sebaik-baiknya.

Sumenep, 27 Mei 2021

Kepala LPPM

Universitas Wiraraja,

Dr. Anik Anekawati, M.Si

NIDN. 0714077402

naskah eka

by Eka Meiri

Submission date: 11-Nov-2020 03:01PM (UTC+0700)

Submission ID: 1442787761

File name: jurnal_kcg_hijau.docx (50.5K)

Word count: 2444

Character count: 14811

EFEK MENGGUNAKAN SARI KACANG HIJAU BERSAMA MADU PADA KENAIKAN NILAI HEMOGLOBIN SISWI KELAS XI SMAN 1 GAPURA

Abstrak

Defisiensi hemoglobin pada remaja mengakibatkan terganggunya pertumbuhan fisik, terganggunya perilaku dan psikologi sehingga dapat mengganggu proses sel otak yang mengakibatkan turunnya daya tahan tubuh, cepat capek dan lapar, tidak fokus saat belajar, turunnya prestasi belajar dan juga dapat turunnya energy dalam bekerja. Hasil studi pendahuluan pada tanggal 12 Maret 2020 di SMAN Gapura pada 10 siswi kelas XI. 5 orang siswi mengatakan kalau sering pusing dan pandangan agak berkunang-kunang, apalagi pada saat menstruasi. 3 orang mengatakan kadang sering lelah disertai dengan jantung berdegub kencang dan 2 orang siswi mengatakan merasa lemas pada saat menstruasi. Ini merupakan penelitian pra eksperimental dengan pendekatan *one group pre test – post test*. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah semua siswi kelas XI yang mengalami anemia ringan sebanyak 35 orang. Teknik sampling menggunakan *total sampling*. Pengumpulan data dengan lembar observasi, Analisa data menggunakan uji Wilcoxon. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberi intervensi semua responden sebanyak 35 orang (100%) mengalami anemia ringan. Setelah diberi intervensi sebanyak 32 orang (91%) nilai Hbnya meningkat menjadi $\geq 12\text{gr/dL}$. Hasil analisis dengan uji wolcoxon menunjukkan bahwa $p=0,000(p<0,05)$. Kesimpulan penelitian ini yaitu ada efek mengkonsumsi sari kacang hijau bersama madu pada kenaikan nilai Hb siswi kelas XI di SMAN Gapura. Diharapkan siswi dapat melakukan upaya preventif terkait anemia pada dirinya

Kata Kunci : Defisiensi Hb, Sari Kacang Hijau, Madu

PENDAHULUAN

Defisiensi hemoglobin termasuk dalam masalah gizi di Indonesia. Berdasarkan data dari WHO, anemia yang terjadi pada wanita usia subur (WUS) di negara berkembang sekitar 13%. (Listiana 2016). Pengertian dari anemia adalah keadaan penurunan jumlah eritrosit yang menyebabkan jumlah hemoglobin berada dibawah batas normal. Tanda-tandanya antara lain cepat lelah, sering mengantuk, sakit kepala, detak jantung tidak teratur dan tangan dan kaki dingin. (Baiq Nurlaily Utami 2015) (Yuniarti, Rusmilawaty 2013)

Defisiensi hemoglobin pada remaja mengakibatkan terganggunya pertumbuhan fisik, terganggunya perilaku dan psikologi sehingga dapat mengganggu proses sel otak yang mengakibatkan turunnya daya tahan tubuh, cepat capek dan lapar, tidak focus saat belajar, turunnya prestasi belajar dan juga dapat turunnya energy dalam bekerja.

(Masthalina 2015) (Baiq Nurlaily Utami 2015)

Makanan yang mengandung ² non-heme iron merupakan sumber *fe* yang tinggi sehingga sulit diserap oleh tubuh, oleh sebab itu makanan non heme dibutuhkan dalam jumlah besar supaya bisa memenuhi kebutuhan zat besi setiap harinya. Jika Kurang mengkonsumsi zat protein, vitamin C dan mengkonsumsi makanan yang menghambat proses absorpsi *fe* dapat menyebabkan defisiensi hemoglobin. Protein dan vitamin C berperan penting dalam absorpsi *fe* di dalam tubuh. Defisiensi hemoglobin yang disebabkan oleh kurangnya ² vitamin B12 dan folat juga sering terjadi pada remaja yang disebabkan kurangnya mengkonsumsi makanan yang mengandung vitamin B12 dan folat. (Ospedale and Raffaele 2017)

Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadiya defisiensi hemoglobin

adalah dengan memakan makanan yang komposisinya seperti daging, ikan, ayam, hati, telur, kacang – kacangan, dan tempe serta memakan makanan yang mengandung vitamin C karena mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung vitamin C dapat meningkatkan penyerapan *fe*. Jambu biji, jeruk, tomat, dan nanas adalah buah yang tinggi kandungan vitamin Cnya. Selain mengkonsumsi makanan yang mengandung vitamin C juga bisa minum 1 tablet *fe* setiap hari saat menstruasi sebagai pencegahan terjadinya defisiensi hemoglobin. Sesuai dengan anjuran kemenkes tahun 2016 (Nomor HK.03.03/V/0595/2016) bahwa tablet *fe* diberikan pada wanita usia subur dan remaja wanita sebanyak 1 tablet setiap minggu untuk diminum. Supaya pemberian tablet *fe* tepat sasaran dan efektif pemerintah juga menganjurkan untuk menentukan waktu bersama konsumsi tablet *fe* di sekolah remaja wanita. Pemberian tablet *fe* pada remaja putri tujuannya adalah untuk memenuhi kebutuhan *fe* pada remaja putri yang akan menjadi ibu kemudian hari. Dengan tercukupinya kebutuhan *fe* sejak dini, dapat mencegah terjadinya defisiensi hemoglobin pada wanita hamil, pendarahan saat persalinan, BBLR, dan *stunting*. (Desri Suryani 2015)

Kacang hijau bermanfaat untuk mencegah defisiensi *fe*, 100 gram kacang

hijau mengandung 124 mg kalsium dan 326 mg fosfor, sehingga bermanfaat untuk memperkuat kerangka tulang. Kacang hijau juga mengandung 19,7-24,2 % protein dan 5,9-7,8 % besi. (Salvia 2019) (Vina Aulia 2018). Selain kacang hijau, minuman yang juga mengandung mineral - mineral penting seperti kalsium, fosfor, potasium, sodium, zat besi, magnesium, dan tembaga. Madu juga mengandung glukosa 75%, asam organik 8%, protein, enzim, garam mineral 18%, vitamin, biji renik, minyak. Karena kandungan *fe* yang terdapat pada madu berkhasiat mengatasi defisiensi hemoglobin, madu juga mengandung antibiotik.. Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Linda Rosita dan Utami Mulyani (2014), mengatakan bahwa ekstrak madu mampu meningkatkan nilai hemoglobin (Hb) darah secara *in vitro* pada tikus putih jantan. (Noor Cholifah 2018). Prevalensi defisiensi hemoglobin di Indonesia yaitu 21,7% penderita defisiensi hemoglobin berusia 5-14 tahun sebanyak 26,4% dan 18,4% penderita berusia 15-24 tahun. (Munafiah, Kusyati, and Inayati 2018). Prevalensi defisiensi hemoglobin pada balita sebesar 40,5%, ibu hamil sebesar 50,5%, ibu nifas sebesar 45,1%, remaja putri usia 10-18 tahun sebesar 57,1% dan usia 19- 45 tahun sebesar 39,5%. Perempuan mempunyai risiko mengalami

defisiensi hemoglobin paling tinggi terutama pada remaja putri.(Risksedas 2013)

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 12 Maret 2020 di SMAN Gapura pada 10 siswi kelas XI. 5 orang siswi mengatakan kalau sering pusing dan pandangan agak berkunang-kunang, apalagi pada saat menstruasi. 3 orang mengatakan kadang sering lelah disertai dengan jantung berdegub

No	Usia	Jumlah(n)	Pesentase(%)
1	16 Tahun	18	51%
2	17 Tahun	16	46%
3	18 Tahun	1	3%
Total		35	100%

kencang dan 2 orang siswi mengatakan merasa lemas pada saat mentruasi.

Dari hasil studi pendahuluan tersebut, peneliti ingin melakukan penelitian tentang efek pemberian sari kacang hijau bersama madu pada kenaikan nilai hemoglobin pada siswi kelas XI di SMAN Gapura.

METODELOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan pra eksperimental dengan rancang bangun *one group pre test– post test* yaitu melibatkan satu kelompok subjek dengan cara membandingkan hasil *pre test* dengan *post test*. Kelompok subjek di ukur dengan menggunakan lembar observasi sebelum dilakukan intervensi, kemudian di observasi lagi setelah diberikan intervensi. (Lusiana 2015). Populasi pada penelitian ini adalah

semua siswi kelas XI yang mengalami anemia ringan di SMAN 1 Gapura yang berjumlah 35 orang. Sampel pada penelitian ini adalah seluruh siswi kelas XI yang menderita anemia ringan berjumlah 35 orang. Analisa data menggunakan uji Wilcoxon. Penelitian ini dilakukan di SMAN I Gapura Bulan Juli 2020.

HASIL PENELITIAN

1. DATA UMUM

A. Distribusi Frekuensi Responden

Berdasarkan Usia

Hasil penelitian pada tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 16 tahun sebanyak 18 orang (51%) dan sebagian kecil berusia 18 tahun sebanyak 1 orang (3%).

B. Distribusi Frekuensi Kadar

Hemoglobin Responden

Sebelum Perlakuan

No	Nilai Hb	Jumlah(n)	Pesentase(%)
1	≥ 12 gr/ dL	0	0%
2	11- 11,9gr/dL	35	35%
Total		35	100%

Hasil penelitian pada tabel di atas menunjukkan bahwa semua responden sebanyak 35 orang (100%) mengalami anemia ringan.

2. DATA KHUSUS

A. Distribusi Frekuensi Responden

Berdasarkan Nilai Hb Pada Siswi Sebelum Perlakuan

Hasil penelitian pada tabel di atas menunjukkan bahwa semua responden sebanyak 35 orang (100%) mengalami anemia ringan.

B. Distribusi Frekuensi Responden

Berdasarkan Nilai Hb Pada Siswi Sesudah Perlakuan

No	Nilai Hb	Jumlah(n)	Pesentase(%)
1	≥ 12 gr/ dL	32	91%
2	11- 11,9gr/dL	3	9%
Total		35	100%

Hasil penelitian pada tabel di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden yaitu sebanyak 32 orang

(91%) nilai hemoglobinnya mengalami kenaikan. Sedangkan 3 (9%) orang nilai hemoglobinnya tetap atau mengalami anemia ringan

No	Nilai Hb	Jumlah(n)	Pesentase(%)
1	11- 11,9gr/dL	35	0%
Total		35	100%

C. Efek Mengonsumsi Sari Kacang

Hijau Bersama Madu

1) Uji Normalitas

Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
Statisti	df	Sig.	Statisti	df	Sig.
c			c		
.462	35	.000	.546	35	.000
.227	35	.000	.799	35	.000

Berdasarkan nilai signifikan (p) pada uji Kolmogorov-Smirnov adalah 0.00 ($p < 0.05$), sehingga berdasarkan uji normalitas Kolmogorov-Smirnov data

berdistribusi tidak normal. Nilai signifikan (p) pada uji Shapiro-Wilk adalah 0.00 (p,0.05) sehingga berdasarkan uji normalitas Shapiro-Wilk data berdistribusi tidak normal

2) Uji Wilcoxon

Kelompok	HB Sesudah- HB Sebelum
Z	
Asymp. Sig.(2-tailed)	-4.942 ^b .000

Berdasarkan tabel diatas Menunjukkan bahwa sesudah konsumsi sari kacang hijau dan madu sebagian besar nilai Hb meningkat sebanyak 33 responden dan sebagian nilai Hb tetap sebanyak 2 responden. Dari hasil analisis data didapatkan bahwa Asymp.Sig.(2-tailed) bernilai 0.000. Karena nilai 0.000 lebih kecil dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima. Artinya ada perbedaan antara nilai HB sebelum konsumsi sari kacang hijau

dan madu, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada efek samping mengkonsumsi sari kacang hijau dan madu terhadap kenaikan nilai Hb Siswi Kelas IX di SMAN I Gapura

PEMBAHASAN

1. Nilai Hb Siswi Kelas XI Sebelum

Mengonsumsi Sari Kacang Hijau dan Madu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswi kelas XI sebanyak 35 orang mengalami anemia ringan. Remaja perempuan berakibat lebih besar untuk mengalami defisiensi hemoglobin dibandingkan dengan remaja putra. Ketidakseimbangan konsumsi zat gizi, faktor pertumbuhan, menstruasi setiap bulan yang mengakibatkan remaja perempuan membutuhkan asupan Fe lebih banyak. Diet yang salah juga menjadi faktor penyebab anemia pada remaja perempuan. Nilai Hemoglobin adalah indikator yang praktis digunakan untuk

menentukan status anemia. (Yuniarti, Rusmilawaty 2013)

Didalam tubuh manusia zat besi berperan sebagai katalisator proses pembentukan hemoglobin, oleh karena itu jika seorang remaja kurang mengkonsumsi ⁵ makanan yang mengandung zat besi dapat menyebabkan defisiensi zat besi. Banyak dari remaja yang asupan gizinya tidak tepat seperti suka makan es, pentol, ¹⁰ coklat, gorengan, permen dan makan tidak teratur karena melakukan aktivitas yang padat sering menyebabkan terjadi gangguan pada pencernaan, sehingga proses penyerapan zat besi didalam tubuh jadi terganggu. (Daris et al. 2013)

Untuk menghindari terjadinya ¹² defisiensi zat besi sudah dilakukan di Indonesia. Upaya preventif melalui program suplementasi besi yang diberikan secara gratis. Untuk menanggulangi dan melakukan

pencegahan anemia dilakukan perbaikan asupan nutrisi yaitu dengan makan pagi, siang dan malam secara tepat waktu dan dengan menu seimbang. (Dea Indartanti 2014)

Adanya kebiasaan diet ketat oleh remaja wanita sebagai upaya untuk langsing yaitu dengan pembatasan konsumsi makanan tertentu padahal hal tersebut tidak baik untuk kesehatan dimana dimasa remaja memerlukan zat-zat tertentu untuk proses pertumbuhan remaja hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa salah satu pemicu terjadinya anemia adalah pola makan yang salah yaitu mengkonsumsi makanan rendah kandungan besi dan vitamin, khususnya folat. (Baiq Nurlaily Utami 2015)

Factor risiko lain adalah seringnya meminum teh maupun kopi pada saat setelah makan. Hal ini sejalan dengan peneliti sebelumnya yang mengatakan

idealnya minum teh adalah satu jam sebelum ataupun sesudah makan karena teh dapat menghambat proses absorpsi fe sebesar 64%, ini terjadi karena di dalam teh mengandung tanin dimana tanin bersifat mengikat mineral. Sedangkan kopi dapat menghambat proses absorpsi zat besi sebesar 39%. Oleh sebab itu pentingya remaja untuk mengetahui hal itu melalui tenakes.(Listiana 2016)

2. Nilai Hb Siswi Kelas XI Setelah

Mengonsumsi Sari Kacang Hijau dan Madu

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 33 responden mengalami kenaikan nilai Hb menjadi tidak anemia dan sebanyak 2 orang nilai Hbnya tetap anemia ringan. Salah satu jenis makanan yang bisa menghalangi defisiensi fe³ adalah kacang hijau. Pada kacang hijau mengandung zat-zat yang

diperlukan untuk pembentukan sel darah sehingga dapat mengatasi akibat dari penurunan nilai hemoglobin.

Kacang hijau mengandung fitokimia yang bermanfaat untuk⁵ proses hematopoiesis. Kacang hijau juga mengandung vitamin dan mineral.

Kacang hijau juga mengandung⁵ kalsium, fosfor, besi, natrium dan kalium banyak terdapat pada kacang hijau. Sedangkan madu dari sejak dahulu sudah terkenal manfaatnya untuk kesehatan tubuh, karena kandungan mineral pada madu mampu meningkatkan nilai Hb melalui proses penyerapan kalsium sehingga berdampak pada kenaikan nilai Hb Hal ini sejalan dengan peneliti sebelumnya yang mengatakan pada saat madu di konsumsi setiap hari mampu meningkatkan energy yang berakibat pada peningkatan jumlah Hb dan mencegah terjadinya defisiensi fe.(Noor Cholifah 2018)

Pada responden yang nilai Hemoglobinnya tidak meningkat bisa disebabkan oleh faktor suplai nutrisi yang tidak mencukupi kebutuhan gizi pada remaja wanita. Suplai zat gizi sehari-hari sangat dipengaruhi oleh kebiasaan makan, pola makan, asupan makanan yang tidak adekuat selain itu aktivitas fisik sehari-hari juga berpengaruh pada kejadian anemia. Faktor lain juga bisa disebabkan karena adanya siklus menstruasi pada remaja wanita. Fe yang hilang waktu menstruasi sesuai dengan jumlah darah yang keluar setiap siklus menstruasi. Berkurangnya fe menyebabkan simpanan fe semakin menurun, keadaan ini disebut *iron depleting state*. Jika kekurangan fe berlanjut terus maka simpanan fe menjadi kosong sama sekali hal ini yang menyebabkan defisiensi fe pada remaja putri

3. Pengaruh Mengonsumsi Sari Kacang Hijau dan Madu Terhadap Kenaikan Nilai Hb pada Siswi Kelas XI.

Berdasarkan hasil uji Wilcoxon di dapat diperoleh p value sebesar 0,000, hal ini menunjukkan bahwa nilai p value $< 0,05$. Sehingga disimpulkan bahwa H_1 diterima dan H_0 ditolak, yaitu ada efek mengonsumsi kacang hijau dan madu terhadap kenaikan nilai Hb pada siswi kelas XI di SMAN 1 Gapura yang mengalami anemia ringan. Dengan mengonsumsi sari kacang hijau 100 ml selama 7 hari dapat meningkatkan nilai kadar Hb dikumpulkan didalam kacang hijau banyak mengandung Vitamin C dimana manfaat vitamin C adalah dapat meningkatkan kemampuan absorpsi fe non heme sebesar 4x lipat. Vitamin C mereduksi besi ferri (Fe^{3+}) menjadi ferro (Fe^{2+}) di usus halus sehingga mudah diabsorpsi, proses reduksi tersebut akan menjadi

semakin besar apabila pH di dalam lambung semakin meningkat sehingga dapat meningkatkan penyerapan zat besi hingga 30%. Vitamin C juga dapat membebaskan *fe* dengan menghambat proses pembentukan hemosiderin yang sukar dimobilisasi. Protein, karbohidrat, dan lemak yang terdapat di dalam kacang hijau berperan pada proses sintesis hemoglobin. Selain itu ⁵ Kacang hijau juga mengandung vitamin A sebesar 7 mcg dalam 100 gramnya. jika defisiensi vitamin A menyebabkan defisiensi *fe* menjadi lebih buruk. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amalia (2016) ⁸ menyatakan bahwa minuman kacang hijau dapat meningkatkan kadar Hemoglobin dalam darah secara signifikan karena mengandung zat besi yang tinggi, asam folat, seng, vitamin C, vitamin A yang sangat berperan dalam ¹³ pembentukan sel-sel darah merah, sehingga dapat meminimalisir

terjadinya kekurangan kadar Hemoglobin dalam tubuh. (Santoso, Mochamad Budi 2018)

Madu juga banyak ¹³ mengandung Vitamin C, Vitamin A, *fe* dan vitamin B12 yang dapat meningkatkan hemoglobin di dalam darah ²¹ hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti lain bahwa dengan mengkonsumsi pisang sebanyak 200gram dan 30 mili madu dapat mempengaruhi peningkatan nilai Hb pada ibu hamil yang mengalami anemia. (Lestari Sri 2020). Akibat anemia pada remaja wanita meliputi gangguan pertumbuhan fisik, gangguan perilaku serta gangguan emosional. Dapat mempengaruhi juga sel otak sehingga mengakibatkan daya tahan tubuh menurun, kurang konsentrasi dan lemas.

KESIMPULAN DAN SARAN

1. Kesimpulan

- a. Nilai Hb siswi kelas XI sebelum konsumsi sari kacang hijau dan madu rata-rata 11-11,9 gr%
- b. Nilai Hb siswi kelas XI setelah konsumsi sari kacang hijau dan madu rata-rata nilai Hbnya menjadi 12 gr%.
- c. Ada efek atau pengaruh dari konsumsi sari kacang hijau dan madu pada siswi kelas XI yang mengalami anemia ringan dengan uji analisis Wilcoxon yaitu hasil $p=0,000(p<0,05)$.

2. Saran

- a. Bagi Siswi Remaja

Diharapkan menjadi bahan informasi untuk meningkatkan pengetahuan siswi terkait anemia ringan pada remaja wanita dan pencegahannya.

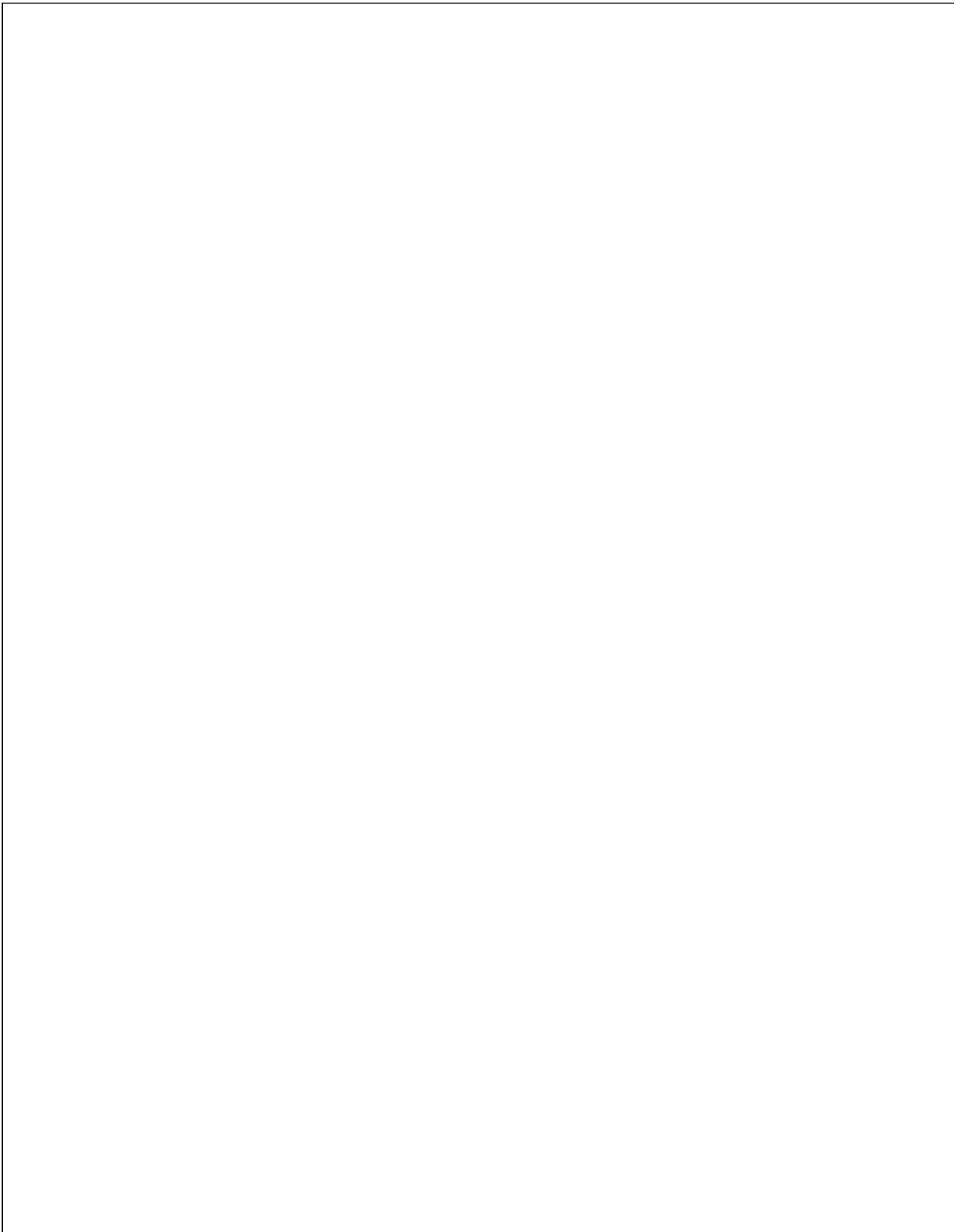
- b. Bagi Guru

Diharapkan menjadi masukan untuk lebih meningkatkan upaya promotif terkait anemia pada remaja wanita

19

- c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan atau dikembangkan lebih lanjut dibandingkan dengan sekolah lain jadi mungkin bisa ada hubungan, serta referensi terhadap penelitian yang sejenis.



naskah eka

ORIGINALITY REPORT

23%

SIMILARITY INDEX

21%

INTERNET SOURCES

10%

PUBLICATIONS

8%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	fkm.uho.ac.id Internet Source	3%
2	es.scribd.com Internet Source	2%
3	ejournal.poltekkes-smg.ac.id Internet Source	2%
4	Submitted to IAKN Ambon Student Paper	2%
5	poltekkestjkronianasoka.blogspot.com Internet Source	1%
6	id.123dok.com Internet Source	1%
7	ejurnal.stikesrespati-tsm.ac.id Internet Source	1%
8	media.neliti.com Internet Source	1%
9	lpp.uad.ac.id Internet Source	1%

10	docobook.com Internet Source	1 %
11	repository.urecol.org Internet Source	1 %
12	ejournal.unuja.ac.id Internet Source	1 %
13	Nani Soleha, Astriana Astriana, Khoidar Amirus. "PEMBERIAN JUS BUAH NAGA MEMPENGARUHI KADAR HEMOGLOBIN PADA IBU HAMIL", Jurnal Kebidanan Malahayati, 2020 Publication	1 %
14	garuda.ristekbrin.go.id Internet Source	1 %
15	Submitted to iGroup Student Paper	1 %
16	jurnal.untan.ac.id Internet Source	1 %
17	Isati ; Hastono. "DETERMINAN KEJADIAN ANEMIA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 22 KOTA JAMBI", Jurnal Kesmas Jambi, 2017 Publication	1 %
18	Yessi Harnani. "EFEKTIFITAS RENDAM KAKI MENGGUNAKAN AIR HANGAT TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA LANSIA DIWILAYAH KERJA PUSKESMAS SIMPANG TIGA	1 %

KOTA PEKANBARU TAHUN 2016", Jurnal Kesehatan Komunitas, 2017

Publication

19	repo.iain-tulungagung.ac.id Internet Source	1 %
20	repository.ar-raniry.ac.id Internet Source	<1 %
21	nursingjurnal.respati.ac.id Internet Source	<1 %

Exclude quotes On

Exclude matches < 10 words

Exclude bibliography On