

KARYA TULIS ILMIAH
PEMANFAATAN AIR KELAPA HIJAU SEBAGAI INTERVENSI NON
FARMAKOLOGI PADA WANITA USIA SUBUR YANG TERPAPAR
COVID-19



Disusun Oleh:

Adriana Hernita Pratiwi

051922021

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEBIDANAN
FAKULTAS KEPERAWATAN DAN KEBIDANAN
UNIVERSITAS BINAWAN

Jl. Kalibata Raya No 25-30, Jakarta Timur

Tlp/fax: (021)-8088042 / (021)-8088053

TA 2020/202

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : PEMANFAATAN AIR KELAPA HIJAU SEBAGAI INTERVENSI NON
FAMAKOLOGI PADA WANITA USIA SUBUR YANG TERPAPAR COVID-
19
PENYUSUN : ADRIANA HERNITA PRATIWI
NIM : 051922021

Jakarta, 20 Desember 2021

Menyetujui,



Rovani Chairivah, S.SiT.M.Kes

NIDN : 0309057901



U N I V E R S I T A S
B I N A W A N

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Adriana Hernita Pratiwi
Nomor Induk Mahasiswa : 051922021
Fakultas : Kebidanan dan Keperawatan
Program Studi : Kebidanan 2018
Institusi : Universitas Binawan

Dengan ini menyatakan bahwa Karya Tulis Ilmiah yang saya susun dengan judul "Pemanfaatan Air Kelapa Hijau Sebagai Intervensi Non Farmakologi Pada Wanita Usia Subur Yang Terpapar Covid-19"

Adalah benar-benar hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan plagiat dari Karya Tulis Ilmiah orang lain. Apabila pada kemudian hari pernyataan saya tidak benar maka saya bersedia menerima sanksi akademis yang berlaku (dicabut predikat kelulusan dan gelar keahlimadyaan).

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya, untuk dipergunakan bilamana diperlukan.

Jakarta, 20 Desember 2021



Adriana Hernita Pratiwi

LEMBAR PENGESAHAN

**“PEMANFAATAN AIR KELAPA HIJAU SEBAGAI INTERVENSI NON
FAMAKOLOGI PADA WANITA USIA SUBUR YANG TERPAPAR COVID-19”**

Karya Tulis Ilmiah ini telah disetujui, diperiksa, dan dipertahankan di hadapan
Tim penguji program studi D-III Kebidanan Universitas Binawan

Jakarta, 20 Desember 2021

Penguji I



Legina Anggeraeni, SST, MKM

NIDN: 0323087701

Penguji II



Rovani Chairivah, S.SiT. M.Kes

NIDN: 030905791

Mengetahui,

Ketua Program Studi DIII Kebidanan



Dinni Randayani Lubis, SST, MKes

NIDN: 011908850

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkah dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “PEMANFAATAN AIR KELAPA HIJAU SEBAGAI INTERVENSI NON FARMAKOLOGI PADA WANITA USIA SUBUR YANG TERPAPAR COVID-19”.

Penulisan KTI ini dibuat sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Studi Diploma III Kebidanan di Fakultas Keperawatan dan Kebidanan.

Dalam proses penyusunan karya tulis ilmiah ini ada banyak sekali pihak yang membantu, oleh karena itu sudah sepantasnya penulis dengan segala kerendahan dan keikhlasan hati mengucapkan banyak terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Dr.Ir Illah Sailah, MS, Selaku Ketua Rektor Universitas Binawan.
2. Ibu Ns. Harizza Pertiwi, S.Kep., MN, Selaku Dekan Fakultas Keperawatan dan Kebidanan di Universitas Binawan.
3. Ibu Dinni Randayani Lubis, SST, M.Kes, Selaku Ketua Program studi DIII Kebidanan.
4. Ibu Royani Chairiyah, S.SiT, M.Kes, Selaku Pembimbing dan penguji II yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan KTI ini.
5. Legina Anggraeni, SST , M.Kes , Selaku Penguji I yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk mengarahkan saya dalam penyusunan KTI ini.
6. Wanita Usia Subur di Wilayah Kelurahan Jatimurni Kecamatan Pondok Melati Kota Bekasi Tahun 2021 . yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan.
7. Orang tua, adik-adik dan keluarga saya yang dengan keikhlasan dan kesabaran hatinya selalu mendoakan dan mensupport saya.

8. Teman yang selalu support saya dan membantu saya, Syahrunita, Istiqomah, Natasya . Kalian adalah salah satu alasan saya bertahan sampai sekarang.
9. Teman-teman seperjuangan di Program Studi Kebidanan angkatan 2018, Semoga kesuksesan dan keberkahan selalu menghampiri kita semua.

Akhir kata, saya berharap semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu saya. Semoga KTI ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu kedepannya.

Jakarta, Juli 2021

Penulis



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dewasa ini, dunia sedang diguncang oleh pandemic hebat bernama Covid-19 (*Corona Virus Disease*). Peningkatan dari hari kehari jumlah pasien terinfeksi virus Covid-19 sudah sulit dikendalikan diperlukannya suatu perencanaan yang jelas dan lugas dari pemerintah untuk menanggulangi permasalahan ini. Pada 11 Februari 2020, *World Health Organization (WHO)* mengumumkan nama penyakit ini sebagai Virus Covid-19 yang disebabkan oleh virus SARS-CoV-2, yang sebelumnya disebut 2019-nCoV, dan dinyatakan sebagai pandemik pada tanggal 12 Maret 2020 (Susilo, A., dkk, 2020). Berdasarkan laporan WHO, pada tanggal 30 Agustus 2020, terdapat 24.854.140 kasus konfirmasi Covid-19 di seluruh dunia dengan 838.924 kematian. Wilayah Amerika memiliki kasus terkonfirmasi terbanyak, yaitu 13.138.912 kasus. Selanjutnya wilayah Eropa dengan 4.205.708 kasus, wilayah Asia Tenggara dengan 4.073.148 kasus, wilayah Mediterania Timur dengan 1.903.547 kasus, wilayah Afrika dengan 1.044.513 kasus, dan wilayah Pasifik Barat dengan 487.571 kasus (*World Health Organization*, 2020).

Kasus konfirmasi Covid-19 di Indonesia masih terus bertambah. Berdasarkan laporan Kemenkes RI, pada tanggal 30 Agustus 2020 tercatat 172.053 kasus konfirmasi dengan angka kematian 7343. DKI Jakarta memiliki kasus terkonfirmasi kumulatif terbanyak, yaitu 39.037 kasus. Daerah dengan kasus kumulatif terendah yaitu Nusa Tenggara Timur dengan 177 kasus (Kemenkes RI, 2020). Seiring dengan terus meningkatnya kasus terkonfirmasi Covid-19, penelitian mengenai Covid19 masih berlanjut hingga saat ini. Berdasarkan penelitian (Xu, dkk, 2020) (Zhu, dkk), ditemukan bahwa agen penyebab Covid-19 berasal dari *genus betacoronavirus*, yang merupakan genus yang sama dengan agen penyebab *Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS)* dan *Middle East Respiratory Syndrome (MERS)*. Virus dapat melewati membran mukosa, terutama mukosa nasal dan laring, kemudian memasuki paru-paru

melalui traktus respiratorius dan selanjutnya menuju organ target (Gennaro,dkk, 2020).

Namun, dalam penelitian yang dilakukan oleh (Arum, 2020), Pemerintah Indonesia masih hanya melakukan penanganan berupa pembatasan sosial saja(*social distancing*). Padahal banyak kalangan yang menganggap bahwa lebih efektif menerapkan system karantina wilayah atau lockdown untuk mencegah penyebaran virus ini agar tidak menginfeksi lebih banyak orang (Nurhalimah, 2020), sedangkan pembatasan sosial masih rawan penyebarannya disebabkan banyak masyarakat yang tidak mau mengikuti karena pada hakikatnya hal tersebut hanya sekedar imbauan dan tidak ada sanksi berat yang bisa membuat masyarakat patuh.

Selaras dengan itu, penelitian dari (Buana, 2020) menyebutkan bahwa pemerintah dituntut untuk menangani ancaman nyata Covid-19. Jawaban sementara pemerintah terhadap tuntutan tersebut adalah Undang-Undang Nomor 6 Tahun 2018 terkait Keekarantinaan Kesehatan. Keputusannya adalah pemerintah pusat tidak memberlakukan karantina wilayah atau lockdown melainkan memberlakukan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) sebagaimana diatur dalam PP Nomor 21 Tahun 2020 dan juga melakukan tindakan tes massalmenggunakan alat rapid test yang jika seseorang dinyatakan hasil tesnya reaktif maka akan dilakukan swab test untuk memastikan orang tersebut positif atau negatif Covid-19.

Dalam mengatasi Covid-19, kunci utamanya adalah menekan tingkat fatalitas kasus sampai serendah mungkin dengan meningkatkan keberhasilan penanganan kasus yang parah dan kritis. Strategi yang diambil adalah mengobati penyakit dasar (infeksi virus Covid-19),mencegah dan mengatasi kompliasi secara aktif,mencegah infeksi sekinder, dan yang terakhir memberikan dukungan fungsi organ secara tepat waktu.

Untuk itu dilakukan dua pendekatan: terapi non-famakologis dan terapi farmakologis. Pendekatan mana yang diutamakan tergantung pada kondisi seseorang atau kasus yang ada. Berikut ini adalah tatalaksana masing-masing pendekatan tersebut.

Terapi *non-farmakologis*—tanpa obat—merupakan komponen utama dalam terapi terhadap virus. Hal ini karena sebagian besar penyakit akibat virus bersifat *self-limiting*, dapat sembuh sendiri (Krinsky DL, 2016). Tak terkecuali COVID-19.

Dengan masa hidup virus Covid-19 yang diperkirakan sekitar 14 hari, sesuai masa inkubasi virus tersebut, tindakan yang dapat dilakukan bagi semua orang untuk melindungi diri adalah menjaga daya tahan tubuh. Kita harus dapat melawan virus Covid-19 tersebut menggunakan sistem imun alami tubuh. Caranya dengan mengaktifkan sistem imun tubuh melalui penerapan pola hidup sehat, seperti Pola makan yang teratur dengan gizi yang cukup dan seimbang serta batasi konsumsi gula, minum air putih sedikitnya 6 gelas per hari dan sebaiknya air hangat, olahraga setidaknya 3 kali dalam seminggu masing-masing minimal 30 menit, menjaga kebersihan tubuh secara keseluruhan (yaitu mandi setiap hari, mencuci tangan dengan sabun atau hand sanitizer setiap kali akan makan/minum dan keluar dari kamar mandi), dan yang terakhir istirahat yang cukup tidur 6-8 jam/hari (Ikatan Apoteker Indonesia, 2020).

Pohon kelapa atau Cocos Pohon kelapa atau Cocos nucifera merupakan suatu jenis tumbuhan dari suku aren-arenan atau Arecaceae dan mudah tumbuh di halaman rumah dan tanah tropis di Indonesia, sehingga negara Indonesia termasuk penghasil kelapa terbesar di dunia. Pohon kelapa terdiri dari berbagai bagian-bagian yang bisa dimanfaatkan salah satunya yaitu untuk kesehatan (Bogenta, 2015). Air kelapa bisa dimanfaatkan untuk menanggulangi berbagai masalah kesehatan. Manfaat yang begitu besar dari air kelapa disebabkan karena air kelapa mengandung banyak zat yang penting untuk menjaga kesehatan tubuh (Nawawi, 2011).

Air kelapa merupakan salah satu hasil alam yang paling bermanfaat. Air kelapa merupakan cairan jernih dalam kelapa muda yang memiliki nilai nutrisi dan manfaat terapeutik yang tinggi, air kelapa mengandung elektrolit dan glukosa yang bersifat isotonic sehingga sangat baik untuk diminum. Nilai gizi tertinggi yang terkandung dalam air kelapa adalah pada kelapa yang berumur delapan bulan dan mineral tertingginya adalah Kalium. Air kelapa juga efektif dalam mengganti

cairan tubuh yang disebabkan dehidrasi dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa air kelapa memiliki indeks rehidrasi yang paling mendekati optimum dan berbeda secara signifikan terhadap minuman suplemen lain

Air kelapa dapat digunakan sebagai alternatif rehidrasi secara oral, bahkan di daerah terpencil yang dapat dipergunakan untuk rehidrasi secara intravena. Air kelapa mengandung elektrolit yang tinggi dan bersifat isotonis. Kandungan natrium dan kalium dapat mengembalikan elektrolit yang hilang melalui keringat dan urine. Air kelapa berasa sedikit manis sehingga dapat mengurangi mual, kembung, dan rasa tidak nyaman di perut sehingga mudah diminum dalam jumlah lebih banyak dibanding dengan minuman olahraga atau air minum biasa. (Syafriani,dkk, 2012)

Manfaat air kelapa itu bisa untuk Meningkatkan System Kekebalan Tubuh Air ini bisa kita katakan sebagai air super, ia sangat kaya nutrisi dan vitamin seperti riboflavin, niasin, thiamin & piridoksin, dan folat. Air kelapa memiliki sifat anti-virus dan anti-bakteri yang dapat membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan melawan infeksi virus seperti flu. (Afriawindi, 2019)

Minuman racikan berisi air kelapa muda, jeruk nipis, garam, dan madu. Disebutkan, usai satu jam meminum racikan ini, virus Corona hilang dan hasil rapid atau swab test akan negatif. Ferdinand mengatakan bahwa "Jadi untuk pastinya itu bisa menyembuhkan atau tidak, karena minum itu, saya tidak bisa menjawab, karena itu kan tidak diteliti secara medis ya, secara penelitian bahwa itu memang ada berkaitan. Namun saya itu lihat ramuannya itu seperti jeruk kan, lebih ke meningkatkan imunitas tubuh, ya. Setahu kami, vitamin C itu ada faktor meningkatkan imunitas tubuh. (Sachril Agustin Berutu, 2021)

Sebelumnya, banyak isu yang menyatakan, para penyintas Covid-19 bisa sembuh dari infeksi virus SARS-CoV-2 penyebab Covid-19 dengan rutin mengonsumsi air kelapa. Bupati Aceh Barat H. Ramli MS adalah salah satu penyintas Covid-19 yang mengatakan dirinya bisa sembuh dari infeksi virus corona berkat khasiat yang didapat dengan meminum air kelapa secara rutin selama positif Covid-19. "Selama menjalani masa isolasi di Bulan September kemarin, saya rutin minum air kelapa, dicampur sedikit garam dapur, satu sendok

madu dan sedikit perasan jeruk nipis," ungkap Bupati Ramli MS dikutip dari Antara.

Menurut dari kejadian yang Ramli rasakan jika beliau mengkonsumsi ramuan (kombinasi air kelapa hijau dengan campuran jeruk nipis, garam, dan madu) secara rutin setiap sarapan pagi dan makan malam, menjadikan tubuhnya perlahan-lahan membaik dan menjadi segar, sehingga beliau dinyatakan swab nya negative dari covid-19.

Tidak hanya Ramli, ternyata mengonsumsi rutin air kelapa dan dikaitkan dengan percepatan kesembuhan Covid-19 juga diceritakan oleh tenaga perawat di RS Bhayangkara Indramayu Jawa Barat Cecep Nanang. Beliau mengatakan jika sebenarnya beliau paham virus Covid-19 ini belum ada obatnya, namun beliau percaya bahwa salah satu kunci kesembuhan adalah menjaga tubuhnya agar tubuh beliau mendapat kecukupan cairan dan asupan vit c dari perasan jeruk nipis dengan baik. Dengan minum air kelapa, tubuh beliau dapat tetap mendapat cairan, kesegaran dan energi tambahan dari kadar gulanya, serta manfaat dari kandungan mineral dan vitaminnya untuk mendorong kesembuhan beliau, selain tentu yang paling utama, beliau tetap meminum obat-obatan dari vitamin yang diresepkan dokter kepadanya. (Kompas.com, 2021)

Berdasarkan dari dampak kasus pandemic covid -19 ini, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang manfaat air kelapa hijau pada Wanita Usia Subur yang terpapar covid 19 karena berdasarkan hasil pengamatan peneliti, penderita Covid-19 di wilayah Kampung Sawah, Kota Bekasi paling banyak menimpa Wanita Usia Subur.

1.2 Rumusan Masalah

Indonesia saat ini sedang terjadi pandemic yang sangat meresahkan masyarakat Indonesia yaitu Pandemi Covid – 19 dan Masih Tinggi kejadian Covid-19 dan belum ada pemanfaatan air kelapa untuk terapi Covid-19, maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini dengan judul “Pemanfaatan Konsumsi Air Kelapa Hijau Sebagai Intervensi Non Farmakologi Pada Wanita Usia Subur Yang Terpapar Covid-19”

1.3 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Secara umum tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Manfaat Konsumsi Air Kelapa Hijau Sebagai Pengobatan Kombinasi Air Kelapa Hijau dengan Obat Farmakologi Pada Wanita Usia Subur dengan Covid-19 di Wilayah Kelurahan Jatimurni Kecamatan Pondok Melati Kota Bekasi Tahun 2021.

1.4.2 Tujuan Khusus

Secara khusus tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Mengetahui **Distribusi Frekuensi Konsumsi Air Kelapa, terpapar Covid - 19**

Pada Wanita Usia Subur di Wilayah Kelurahan Jatimurni Kecamatan Pondok Melati Kota Bekasi Tahun 2021.

2. Mengetahui Distribusi Frekuensi Terpapar Covid-19 Pada Wanita Usia Subur di Wilayah Kelurahan Jatimurni Kecamatan Pondok Melati Kota Bekasi Tahun 2021.

3. Mengetahui Hubungan Antara mengkonsumsi air kelapa dengan Intervensi Non Farmakologi Pada Wanita Usia Subur dengan Covid-19 di Wilayah Kelurahan Jatimurni Kecamatan Pondok Melati Kota Bekasi Tahun 2021.

1.4 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Bagi Peneliti

1. Menambah pengetahuan, pengalaman, dan wawasan tentang Pemanfaatan Air Kelapa Hijau Sebagai Intervensi Non Farmakologi Pada Wanita Usia Subur Yang Terpapar Covid-19
2. Dapat memberikan masukan tentang apa saja yang telah diteliti sehingga dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya, sekaligus menambah pengetahuan penulis tentang Pemanfaatan Air Kelapa Hijau Sebagai Intervensi Non Farmakologi Pada Wanita Usia Subur Yang

Terpapar Covid-19

1.5.2 Manfaat Bagi Institusi

1. Menambah informasi tentang Pemanfaatan Air Kelapa Hijau Sebagai Intervensi Non Farmakologi Pada Wanita Usia Subur Yang Terpapar Covid-19
2. Memperkaya sumber bacaan atau referensi bagi mahasiswa/i Universitas Binawan.
3. Sebagai bahan referensi bagi peneliti lain untuk mengadakan penelitian lebih lanjut tentang Pemanfaatan Air Kelapa Hijau Sebagai Intervensi Non Farmakologi Pada Wanita Usia Subur Yang Terpapar Covid-19

1.5.3 Manfaat Bagi Tempat Penelitian

1. Dapat memberikan gambaran hasil penelitian tentang pemanfaatan Air Kelapa Hijau Sebagai Intervensi Non Farmakologi Pada Wanita Usia Subur Yang Terpapar Covid-19.
2. Sebagai bahan informasi dan dapat menambah pengetahuan Manfaat Air Kelapa Hijau Bagi Wanita Usia Subur Di Wilayah Kampung Sawah Yang Terpapar Covid-19.

1.5.4 Manfaat Bagi Masyarakat

1. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan untuk mengetahui Pemanfaat Air Kelapa Hijau Sebagai Intervensi Non Farmakologi Pada Wanita Usia Subur Yang Terpapar Covid-19 Agar masyarakat lebih peduli terhadap kesehatan dimasa pandemic Covid-19 ,agar dapat mencegah dan mengatasinya segera mungkin.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini dilakukan di wilayah Jl.Raya Kampung Sawah, Gg sadar 1 RW.001 Kelurahan Jatimurni. Populasi dalam penelitian ini adalah masyarakat yang sedang ataupun pernah terpapar covid-19 sebanyak 50 Wanita Usia Subur ,

Sedangkan sampel dari penelitian ini adalah Wanita Usia Subur yang terpapar covid-19 dan minum air kelapa hijau. (total populasi= 50 Wanita Usia Subur) Variable yang ingin diteliti V independent mengenai pemanfaatan konsumsi air kelapa hijau yang telah terpapar covid-19. Data penelitian ini , didapat melalui pengisian data melalui kuesioner oleh para penderita covid-19 yang mengkonsumsi air kelapa maupun yang sudah sembuh dan dinyatakan negative dari covid-19. Dan pengisian data melalui google formulir. Jenis penelitian Cross Sectional dengan analisa Bivariat memakai uji Chi Square.



BAB II TINJAUAN TEORI

2.1 Covid-19

2.1.1 Definisi Covid-19

Berdasarkan Panduan Surveilans Global WHO Covid-19 per 20 Maret 2020, definisi infeksi COVID-19 ini diklasifikasikan sebagai berikut:

1. Kasus Terduga (*suspect case*)
 - a) Pasien dengan gangguan napas akut (demam dan setidaknya satu tanda/gejala penyakit pernapasan, seperti batuk, sesak napas), dan riwayat perjalanan atau tinggal di daerah yang melaporkan penularan di komunitas dari penyakit COVID-19 selama 14 hari sebelum onset gejala; atau
 - b) Pasien dengan gangguan napas akut dan mempunyai kontak dengan kasus terkonfirmasi atau probable COVID-19 dalam 14 hari terakhir sebelum onset; atau
 - c) Pasien dengan gejala pernapasan berat (demam dan setidaknya satu tanda/gejala penyakit pernapasan, seperti batuk, sesak napas dan memerlukan rawat inap) dan tidak adanya alternatif diagnosis lain yang secara lengkap dapat menjelaskan presentasi klinis tersebut.
2. Kasus Probable (*probable case*)
 - a) Kasus terduga yang hasil tes dari covid-19 inkonklusif; atau
 - b) Kasus terduga yang hasil tesnya tidak dapat dikerjakan karena alasan apapun.
3. Kasus terkonfirmasi yaitu pasien dengan hasil pemeriksaan laboratorium infeksi covid-19 positif, terlepas dari ada atau tidaknya gejala dan tanda klinis.

Kontak adalah orang yang mengalami satu dari kejadian di bawah ini selama 2 hari sebelum dan 14 hari setelah onset gejala dari kasus probable atau kasus terkonfirmasi :

1. Kontak tatap muka dengan kasus probable atau terkonfirmasi dalam radius 1 meter dan lebih dari 15 menit;
2. Kontak fisik langsung dengan kasus probable atau terkonfirmasi;
3. Merawat langsung pasien probable atau terkonfirmasi penyakit Covid-19 tanpa menggunakan alat pelindung diri yang sesuai;
4. Situasi lain sesuai indikasi penilaian lokasi local

Klasifikasi infeksi COVID-19 di Indonesia saat ini didasarkan pada buku panduan tata laksana pneumonia COVID-19 Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI). Terdapat sedikit perbedaan dengan klasifikasi WHO, yaitu kasus suspek disebut dengan Pasien dalam Pengawasan (PdP) dan ada penambahan Orang dalam Pemantauan (OdP). Istilah kasus probable yang sebelumnya ada di panduan (Kemenkes RI, 2020) dan ada pada panduan WHO saat ini sudah tidak ada. Berikut klasifikasi menurut buku Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Coronavirus Disesase (COVID-19) per 27 Maret 2020 :

1. Pasien dalam Pengawasan (PdP)
 - a) Orang dengan Infeksi Saluran Pernapasan Akut (ISPA) yaitu demam ($\geq 38^{\circ}\text{C}$) atau riwayat demam; disertai salah satu gejala/tanda penyakit pernapasan seperti: batuk/sesak nafas/sakit tenggorokan/pilek/pneumonia ringan hingga berat dan tidak ada penyebab lain berdasarkan gambaran klinis yang meyakinkan dan pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala memiliki riwayat perjalanan atau tinggal di negara/wilayah yang melaporkan transmisi local.
 - b) Orang dengan demam ($\geq 38^{\circ}\text{C}$) atau riwayat demam atau ISPA dan pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala memiliki riwayat kontak dengan kasus konfirmasi COVID-19.
 - c) Orang dengan ISPA berat/pneumonia berat yang membutuhkan

perawatan di rumah sakit dan tidak ada penyebab lain berdasarkan gambaran klinis yang meyakinkan.

2. Orang dalam Pemantauan (OdP)

- a) Orang yang mengalami demam ($\geq 38^{\circ}\text{C}$) atau riwayat demam; atau gejala gangguan sistem pernapasan seperti pilek/sakit tenggorokan/batuk dan tidak ada penyebab lain berdasarkan gambaran klinis yang meyakinkan dan pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala memiliki riwayat perjalanan atau tinggal di negara/wilayah yang melaporkan transmisi lokal.
- b) Orang yang mengalami gejala gangguan sistem pernapasan seperti pilek/sakit tenggorokan/batuk dan pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala memiliki riwayat kontak dengan kasus konfirmasi COVID-19.

3. Orang Tanpa Gejala (OTG)

Seseorang yang tidak bergejala dan memiliki risiko tertular dari orang konfirmasi COVID-19. Orang tanpa gejala merupakan seseorang dengan riwayat kontak erat dengan kasus konfirmasi COVID-19.

Kontak Erat adalah seseorang yang melakukan kontak fisik atau berada dalam ruangan atau berkunjung (dalam radius 1 meter dengan kasus pasien dalam pengawasan atau konfirmasi) dalam 2 hari sebelum kasus timbul gejala dan hingga 14 hari setelah kasus timbul gejala.

Termasuk kontak erat adalah:

- a) Petugas kesehatan yang memeriksa, merawat, mengantar dan membersihkan ruangan di tempat perawatan kasus tanpa menggunakan alat pelindung diri (APD) sesuai standar.
- b) Orang yang berada dalam suatu ruangan yang sama dengan kasus (termasuk tempat kerja, kelas, rumah, acara besar) dalam 2 hari sebelum kasus timbul gejala dan hingga 14 hari setelah kasus timbul gejala.
- c) Orang yang bepergian bersama (radius 1 meter) dengan segala

jenis alat angkut/kendaraan dalam 2 hari sebelum kasus timbul gejala dan hingga 14 hari setelah kasus timbul gejala.

4. Kasus Konfirmasi Pasien yang terinfeksi COVID-19 dengan hasil pemeriksaan tes positif melalui pemeriksaan polymerase chain reaction (PCR). (Perhimpunan Dokter Paru Indonesia., 2020)

2.1.2 Tata Laksana

Prinsip tatalaksana secara keseluruhan menurut rekomendasi WHO yaitu: Triase : identifikasi pasien segera dan pisahkan pasien dengan severe acute respiratory infection (SARI) dan dilakukan dengan memperhatikan prinsip pencegahan dan pengendalian infeksi (PPI) yang sesuai, terapi suportif dan monitor pasien, pengambilan contoh uji untuk diagnosis laboratorium, tata laksana secepatnya pasien dengan hipoksemia atau gagal nafas dan acute respiratory distress syndrome (ARDS), syok sepsis dan kondisi kritis lainnya.

Hingga saat ini tidak ada terapi spesifik anti virus covid-19 anti virus corona lainnya. Beberapa peneliti membuat hipotesis penggunaan baricitinib, suatu inhibitor janus kinase dan regulator endositosis sehingga masuknya virus ke dalam sel terutama sel epitel alveolar. Pengembangan lain adalah penggunaan rendesivir yang diketahui memiliki efek antivirus RNA dan kombinasi klorokuin, tetapi keduanya belum mendapatkan hasil. Vaksinasi juga belum ada sehingga tata laksana utama pada pasien adalah terapi suportif disesuaikan kondisi pasien, terapi cairan adekuat sesuai kebutuhan, terapi oksigen yang sesuai derajat penyakit mulai dari penggunaan kanul oksigen, masker oksigen. Bila dicurigai terjadi infeksi ganda diberikan antibiotika spektrum luas. Bila terdapat perburukkan klinis atau penurunan kesadaran pasien akan dirawat di ruang isolasi intensif (ICU) di rumah sakit rujukan dengan alur seperti algoritma di bawah ini.

Salah satu yang harus diperhatikan pada tata laksana adalah pengendalian komorbid. Dari gambaran klinis pasien COVID-19 diketahuikomorbid berhubungan dengan morbiditas dan mortalitas. Komorbid yang diketahui berhubungan dengan luaran pasien adalah usia lanjut, hipertensi, diabetes, penyakit kardiovaskular dan penyakit serebrovaskular. (World Health Organization , 2020)

2.1.1 Penyebaran Covid -19

Wabah ini telah ditetapkan sebagai darurat kesehatan global. Virus ini sempat membuat semua kegiatan sehari-hari manusia terhambat. Karantina saja mungkin tidak cukup untuk mencegah penyebaran virus COVID-19 ini, dan dampak global dari infeksi virus ini adalah salah satu yang semakin memprihatinkan **Invalid source specified.** Pemerintah Indonesia telah melakukan banyak langkah-langkah dan kebijakan untuk mengatasi permasalahan pandemic ini. Salah satu langkah awal yang dilakukan oleh pemerintah yaitu mensosialisasikan gerakan Social Distancing untuk masyarakat. Langkah ini bertujuan untuk memutus mata rantai penularan pandemi covid-19 ini karena langkah tersebut mengharuskan masyarakat menjaga jarak aman dengan manusia lainnya minimal 2 meter, tidak melakukan kontak langsung dengan orang lain serta menghindari pertemuan massal (Buana, 2020). Namun, pada kenyataannya langkah-langkah tersebut tidak disikapi dengan baik oleh masyarakat, sehingga jumlah kasus terus meningkat. Dan peningkatan jumlah pasien yang terinfeksi disebabkan juga dengan cara virus menyebar. Melansir dari (World Health Organization , 2020) , virus Covid-19 ini juga dapat menyebar melalui cara berikut :

1. Melalui Droplet

Droplet adalah cairan atau percikan air yang keluar dari saluran pernapasan ketika seseorang batuk maupun bersin. Risiko penularan virus Covid-19 melalui droplet akan meningkat drastis apabila seseorang tidak mengenakan masker. Namun ternyata, droplet tidak hanya sebatas cairan yang dikeluarkan ketika bersin atau batuk, melainkan juga ketika berbicara, bernyanyi, maupun tertawa.

2. Melalui Kontak Fisik

Kontak fisik seperti berjabat tangan adalah salah satu media penularan COVID-19, karena kita tidak pernah tahu ada berapa banyak kuman, virus, maupun bakteri ditangan kita dan lawan bicara. Makanya, sebisa mungkin hindari kontak fisik secara langsung.

3. Melalui Permukaan yang Terkontaminasi

Penularan virus COVID-19 bisa terjadi saat seseorang menyentuh barang yang mungkin saja sudah terkontaminasi oleh droplet orang lain. Lalu, virus tersebut berpindah ke hidung, mulut, atau mata dari sentuhan barang yang terkontaminasi tadi.

4. Rungan dengan Ventilasi Buruk

Ruangan tertutup dengan ventilasi yang kurang baik menjadi tempat nyaman untuk penyebaran virus. Virus COVID-19 dapat menyebar secara cepat apabila seseorang terlalu lama berada di dalam ruangan dengan ventilasi yang buruk. Maka dari itu, bukalah jendela ruangan dan biarkan udara segar memenuhi ruangan untuk mengurangi risiko penularan.

5. Tempat Ramai

Menghindari tempat ramai menjadi satu dari sekian banyak upaya yang bisa

dilakukan untuk mengurangi penularan. Tempat yang dipenuhi oleh orang-orang berisiko tinggi karena dapat memungkinkan terjadinya sentuhan fisik atau droplet yang beterbangan.

2.1.2 Efek Covid

Coronavirus disease tahun 2019 atau Covid-19 adalah jenis baru dari Coronavirus, selain memberikan dampak fisik dapat juga memiliki efek serius pada kesehatan mental seseorang **Invalid source specified**. Berbagai gangguan psikologis telah dilaporkan dan dipublikasi selama wabah

Covid-19 di Cina, baik pada tingkat individu, komunitas, nasional, dan internasional. Pada tingkat individu, orang lebih cenderung mengalami takut tertular dan mengalami gejala berat atau sekarat, merasa tidak berdaya, dan menjadi stereotip terhadap orang lain. Pandemi bahkan menyebabkan krisis psikologi **Invalid source specified**.

Identifikasi individu pada tahap awal gangguan psikologis membuat strategi intervensi lebih efektif. Krisis kesehatan pandemi Covid-19 menyebabkan perubahan psikologis seperti ketakutan, kecemasan, depresi, atau ketidakamanan.

Gangguan ini tidak hanya dirasakan oleh tenaga kesehatan atau semua orang yang bekerja di bidang medis, tetapi juga seluruh warga negara **Invalid source specified.**

Penelitian terbaru melaporkan bahwa orang dengan pengalaman isolasi dan karantina memiliki perubahan signifikan pada tingkat kecemasan, kemarahan, kebingungan, dan stres. Masyarakat diluar tempat karantina mengalami ketakutan tertular karena pengetahuan tentang Covid-19 yang terbatas atau salah **Invalid source specified.**

Sistem imun (*immune system*) adalah sistem ketahanan alamiah tubuh untuk merespons masuknya substansi asing ke dalam tubuh, seperti virus, bakteri, fungi, dan organisme patogen lainnya. Selain faktor genetik, juga sistem imun dipengaruhi oleh sejumlah faktor, antara lain metabolik, lingkungan, gizi, anatomi, fisiologi, usia, dan mikroba (Suardana, Ida Bagus Kade, 2017)

Covid-19 yang mewabah sejak akhir tahun 2019 merupakan jenis penyakit yang disebabkan oleh virus. Oleh karenanya, langkah pencegahan yang utama adalah mengikuti anjuran pemerintah dan otoritas kesehatan, seperti mencuci tangan pada air mengalir minimal 20 detik, menggunakan masker dan hand sanitizer menjaga jarak fisik dan sosial, serta menerapkan Pola hidup bersih dan sehat. Protokol kesehatan ini dipandang efektif untuk meminimalisasi risiko penularan virus yang saluran utamanya adalah cairan tubuh yang sudah terinfeksi virus. Selain itu juga meningkatkan imunitas tubuh menjadilah penting untuk menghindari risiko terburuk dari penularan virus ini. Akan tetapi, kesadaran masyarakat mengikuti protokol kesehatan tersebut belum sepenuhnya terbangun karena penerapan protocol ini menciptakan pola-pola kebiasaan baru yang tidak dapat dengan mudah dan cepat diadaptasi. Perubahan situasi menuju normalitas baru (*new normal*) ini memerlukan edukasi, sosialisasi, dan internalisasi secara intensif. (Suatama, Ida Bagus,, 2020)

2.1.3 Kriteria Gejala Klinis

Tabel 5. 1 Kriteria Gejala Klinis Dan Manifestasi Klinis Yang Berhubungan Dengan Infeksi COVID-19

Kriteria Gejala	Manifestasi Klinis	Penjelasan
Tanpa Gejala (asimptomatik)	<i>Tidak ada gejala klinis</i>	Pasien tidak menunjukkan gejala apapun
Sakit ringan	Sakit ringan tanpa komplikasi	Pasien dengan gejala non-spesifik seperti ; 1. Demam 2. Batuk 3. Nyeri tenggorokan 4. Hidung tersumbat 5. Malaise 6. Sakit kelapa 7. Nyeri otot Perlu waspada pada usia lanjut dan imunocompromised karena gejala dan tanda tidak khas.
Sakit sedang	Pneumonia ringan	Pasien Remaja atau Dewasa dengan tanda klinis pneumonia 1. demam, 2. batuk, 3. dyspnea, 4. napas cepat) dan 5. tidak ada tanda pneumonia berat Anak dengan pneumonia ringan mengalami batuk atau kesulitan bernapas + napas cepat: frekuensi napas: < 2 bulan, ≥ 60 x/menit 2–11 bulan, ≥ 50 x/menit 1–5 tahun, ≥ 40 x/menit Dan tidak ada tanda pneumonia berat.
Sakit Berat	Pneumonia berat / ISPA berat	Pasien remaja atau dewasa dengan demam atau dalam pengawasan infeksi saluran napas,

		<p>ditambah satu dari: frekuensi napas >30 x/menit, distress pernapasan berat, atau saturasi oksigen (SpO2) < 90% pada udara kamar.</p> <p>Pasien anak dengan batuk atau kesulitan bernapas, ditambah setidaknya satu dari berikut ini:</p> <ul style="list-style-type: none"> • sianosis sentral atau SpO2 < 90 % • distress pernapasan berat (seperti mendengkur, tarikan dinding dada yang berat) • tanda pneumonia berat: ketidakmampuan menyusui atau minum, letargi atau penurunan kesadaran, atau kejang <p>Tanda lain dari pneumonia yaitu: tarikan dinding dada, takipnea :</p> <ul style="list-style-type: none"> • <2 bulan , ≥60x/menit • 2–11 bulan, ≥50x/menit • 1–5 tahun, ≥40x/menit • >5 tahun, ≥30x/menit <p>Diagnosis ini berdasarkan klinis; pencitraan dada dapat membantu penegakan diagnosis dan dapat menyingkirkan komplikasi</p>
Sakit Kritis	Acute Respiratory Distress Syndrome (ARDS)	<p>KRITERIA ARDS PADA DEWASA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • ARDS ringan: 200 mmHg • ARDS sedang: 100 mmHg • ARDS berat: PaO2 / FiO2 ≤ 100 mmHg <p>Ketika PaO2 tidak tersedia, SpO2/FiO2 ≤ 315 mengindikasikan ARDS (termasuk pasien yang tidak diventilasi)</p>
Kriteria Gejala	Manifes Klinis	Penjelasan
	KRITERIA ARDS PADA ANAK :	
	Usia	Eksklusi pasien dengan penyakit paru perinata
	Waktu	Dalam 7 hari sejak onset penyakit

	Penyebab edema	Gagal napas yang tidak dapat dijelaskan oleh gagal jantung atau kelebihan cairan (fluid overload)			
	Radiologis	nfiltrat baru konsisten dengan penyakit paru akut			
	Oksigenasi	PARDS	RINGAN	SEDANG	BERAT
		Masker full face	$4 \leq OI \leq 8$	$8 \leq OI \leq 16$	$OI \geq 16$
		Ventilasi bi-level			
		CPAP			

(Kementerian Kesehatan RI , 2020)

Selain itu seseorang yang memiliki riwayat perjalanan ke negara yang terjangkit pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala juga dikategorikan sebagai orang dalam pemantauan. Kedua, pasien dalam pengawasan:

1. Seseorang yang mengalami memiliki riwayat perjalanan ke negara yang terjangkit pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala-gejala COVID-19 dan seseorang yang mengalami gejala-gejala, antara lain: demam ($>38^{\circ}\text{C}$); batuk, pilek, dan radang tenggorokan, pneumonia ringan hingga berat berdasarkan gejala klinis dan/atau gambaran radiologis; serta pasien dengan gangguan sistem kekebalan tubuh (*im-munocompromised*) karena gejala dan tanda menjadi tidak jelas.
2. Seseorang dengan demam $> 38^{\circ}\text{C}$ atau ada riwayat demam ATAU ISPA ringan sampai berat dan pada 14 hari terakhir sebelum timbul gejala, memiliki salah satu dari paparan berikut: Riwayat kontak dengan kasus konfirmasi COVID-19, bekerja atau mengunjungi fasilitas kesehatan yang berhubungan dengan pasien konfirmasi COVID-19, memiliki riwayat perjalanan ke Provinsi Hubei, memiliki sejarah kontak dengan orang yang memiliki riwayat perjalanan pada 14 hari terakhir ke Provinsi Hubei. (Mentri Dalam Negri, 2020)

2.1.4 Pencegahan

Pencegahan utama adalah membatasi mobilitas orang yang berisiko hingga masa inkubasi. Pencegahan lain adalah meningkatkan daya tahan tubuh melalui asupan makanan sehat, memperbanyak cuci tangan, menggunakan masker bila berada di daerah berisiko atau padat, melakukan olah raga, istirahat cukup serta makan makanan yang dimasak hingga matang dan bila sakit segera berobat ke RS rujukan untuk dievaluasi.

Hingga saat ini tidak ada vaksinasi untuk pencegahan primer. Pencegahan sekunder adalah segera menghentikan proses pertumbuhan virus, sehingga pasien tidak lagi menjadi sumber infeksi. Upaya pencegahan yang penting termasuk berhenti merokok untuk mencegah kelainan parenkim paru.

Pencegahan pada petugas kesehatan juga harus dilakukan dengan cara memperhatikan penempatan pasien di ruang rawat atau ruang intensif isolasi. Pengendalian infeksi di tempat layanan kesehatan pasien terduga di ruang instalasi gawat darurat (IGD) isolasi serta mengatur alur pasien masuk dan keluar. Pencegahan terhadap petugas kesehatan dimulai dari pintu pertama pasien termasuk triase. Pada pasien yang mungkin mengalami infeksi COVID-19 petugas kesehatan perlu menggunakan APD standar untuk penyakit menular. Kewaspadaan standar dilakukan rutin, menggunakan APD termasuk masker untuk tenaga medis (N95), proteksi mata, sarung tangan dan gaun panjang (*gown*)

2.2 Wanita Usia Subur

Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita yang masih dalam usia reproduktif (sejak mendapat haid pertama dan sampai berhentinya haid), yaitu antara usia 15 – 49 tahun, dengan status belum menikah, menikah, atau janda, yang masih berpotensi untuk mempunyai keturunan (Novitasary, M.D., Mayulu N & Kawengian S.E.S, 2013). Alasan wanita usia subur menggunakan alat kontrasepsi adalah tergantung pada tahapan usia yaitu (usia <20 tahun, 20-30 tahun, dan diatas 30 tahun). Wanita yang berusia kurang dari 20 tahun alasannya lebih untuk menunda kehamilan, dan biasanya menggunakan alat kontrasepsi berupa pil KB, sedangkan pada wus yang berusia 20-30 tahun mempunyai alasan untuk

menjarangkan kehamilan, alat kontrasepsi yang biasa digunakan ada IUD. Pada wanita yang berusia >30/35 tahun mempunyai alasan agar mengakhiri kesuburan. Pada seseorang wanita yang sudah pernah melahirkan lebih dari sekali (multipara) akan mengalami pengurangan kekuatan otot uterus dan abdomen sehingga resiko kejadian ketuban pecah dini akan tinggi (Aisyah, S., & Oktarini A, 2012)

2.3 Aspek Air Kelapa Hijau

2.3.1 Definisi Air Kelapa Hijau

Air Kelapa adalah cairan yang terdapat di rongga daging buah kelapa atau endosperm yang masih muda sebelum mengeras menjadi daging buah. Air Kelapa merupakan air steril yang bersih tidak tercemar bahan kimiawi apapun selain zat-zat alami yang terkandung di dalamnya. Rasanya manis, kaya enzim, asam amino dan mineral serta dilengkapi sejumlah fitohormon yang membuatnya sempurna. Persenyawaan zat-zat tersebut membuat air kelapa bersifat seperti air minum alami terbaik yang sesuai dengan kebutuhan tubuh (Lingga, 2012)

2.3.2 Kandungan Air Kelapa Hijau

Kandungan air kelapa (per 100g)

Energi	: 19.0 kcal
Karbohidrat	: 3.71 g
Protein	: 17.3 g
Serat Pangan	: 1.10 g
Vitamin B1	: 0.032 mg
Vitamin B2	: 0.030 mg
Vitamin B5	: 0.032 mg
Vitamin C	: 2.40 mg
Natrium	: 24.0 mg
Besi	: 0.29 mg
Magnesium	: 25 mg
Mangan	: 0.142 mg
Kalsium	: 994mg
Kalium	: 250 mg
Fosfor	: 20 mg
Fitohormon	: Auxin, Sitokinin, dan Leukoanthocyanin

Kandungan Air Kelapa

Kandungan	g/100 g	Ion	Mg/100 g	Asam Amino	
Air	94,180	Ca	27,35	Alanine	Lisin

Protein	0,120	Fe	0,02	Arginine	Metionim
Lipid	0,073	Mg	6,40	Aspartat	Fenilalanin
Gula	5,230	P	4,66	Glutamate	Prolin
pH	4,700	K	203,70	Glisin	Serin
		Na	1,75	Histidine	Treonim
		Zn	0,07	Isoleusin	Valin
		Cu	0,01	Leusin	
		Mn	0,12		

2.3.3 Manfaat Air Kelapa Hijau

Pohon kelapa atau Cocos. Pohon kelapa atau Cocos nucifera merupakan suatu jenis tumbuhan dari suku aren-arenan atau Arecaceae dan mudah tumbuh di halaman rumah dan tanah tropis di Indonesia, sehingga negara Indonesia termasuk penghasil kelapa terbesar di dunia. Pohon kelapa terdiri dari berbagai bagian-bagian yang bisa dimanfaatkan salah satunya yaitu untuk kesehatan (Bogenta, 2015). Air kelapa bisa dimanfaatkan untuk menanggulangi berbagai masalah kesehatan. Manfaat yang begitu besar dari air kelapa disebabkan karena air kelapa mengandung banyak zat yang penting untuk menjaga kesehatan tubuh (Nawawi, 2011).

Khasiat air kelapa bagi kesehatan serta bagi tubuh lainnya memang sudah tidak terbantahkan lagi sangat berperan dalam menjaga keseimbangan nutrisi tubuh dan kesehatan. Berikut adalah beberapa rinciannya.

1. Menghilangkan Dehidrasi

Air kelapa telah digunakan untuk mengatasi dehidrasi yang disebabkan oleh disentri, kolera, diare dan flu perut. Keseimbangan elektrolit dan plasma di air kelapa dalam beberapa penelitian digambarkan hampir sama dengan darah. Dengan demikian air kelapa setelah olahraga akan sangat membantu untuk mengisi cairan tubuh yang hilang. Manfaat Air kelapa memang dikenal luas untuk menggantikan mineral dan cairan yang kita kehilangan selama kegiatan fisik atau olahraga. Orang-orang yang bekerja secara teratur harus minum banyak air kelapa untuk menjaga keseimbangan ion

dalam tubuhnya.

2. Mencegah Penuaan Dini

Air kelapa mengandung asam laurat dan sitokin, dua elemen penting yang digunakan dalam proses pertumbuhan dan regulasi sel. Kadungan ini memiliki peran signifikan terhadap anti-penuaan dini, anti-karsinogenik dan anti-trombotik yang membantu untuk meminimalkan penuaan kulit, menyeimbangkan tingkat H dan menjaga jaringan kulit.

3. Meningkatkan System Kekebalan Tubuh

Air ini bisa kita katakan sebagai air super, ia sangat kaya nutrisi dan vitamin seperti riboflavin, niasin, thiamin & piridoksin, dan folat. Air kelapa memiliki sifat anti-virus dan anti-bakteri yang dapat membantu meningkatkan sistem kekebalan tubuh dan melawan infeksi virus seperti flu.

4. Penyakit Batu Ginjal

Air kelapa juga membantu dalam melarutkan batu ginjal karena memiliki kandungan kalium yang memainkan peran kunci dalam proses alkali urin dan mencegah pembentukan batu ginjal.

5. Baik Untuk Ibu Hamil

Air kelapa merupakan minuman sehat untuk ibu hamil karena dapat meredakan 'morning sickness' dan mencegah muntah-muntah. Selain mengandung elektrolit, kalsium, potasium, sodium, air kelapa juga mengandung Vitamin C yang dibutuhkan selama waktu kehamilan.

6. Penting Untuk Kesehatan Kulit

Air kelapa merupakan salah satu nutrisi yang dapat anda usapkan di wajah dan biarkan semalaman. Ia memiliki sifat memperbaiki dan baik untuk kulit bahkan dapat diterapkan pada tangan dan kuku.

7. Baik Untuk Pencernaan

Air kelapa terdiri dari enzim bioaktif seperti asam folat, fosfatase, katalase, dehidrogenase, diastase, peroksidase, RNA

polimerase dan sebagainya. Enzim ini membantu untuk mempermudah pencernaan dan metabolisme tubuh. Air juga memiliki lebih mineral seperti kalsium, mangan dan seng seperti buah-buahan termasuk jeruk. Air kelapa juga merupakan sumber dari vitamin B seperti riboflavin, thiamine, pyridoxine, dan folat.

8. Menurunkan Berat Badan

Air kelapa terbukti sangat efektif untuk menurunkan berat badan. Minuman ini telah dilihat sebagai salah satu cara paling sehat untuk menurunkan berat badan karena merupakan minuman alami dan tidak mengandung bahan kimia apapun. Air kelapa telah digunakan selama berabad-abad di seluruh dunia untuk menurunkan berat badan dan telah menunjukkan hasil yang positif.

9. Kontrol Diabetes

Air kelapa juga membantu untuk mengontrol diabetes. Air kelapa, bila dikonsumsi secara teratur memiliki kemampuan untuk meningkatkan sirkulasi darah dalam tubuh. Proses ini akan sangat membantu untuk melebarkan pembuluh darah yang bisa mengecil karena pembentukan plak dan membantu darah mengalir lancar sehingga akan mengurangi diabetes. Hal ini juga membantu untuk melawan aterosklerosis.

10. Antioksidan

Air kelapa memiliki kandungan antioksidan yang cukup baik untuk membantu menghilangkan radikal bebas. Efek racun penggunaan antibiotik dan obat sulfa juga bisa di atasi dengan konsumsi buah ini. Pada saat mengkonsumsi obat, air kelapa juga baik karena akan membantu mempermudah penyerapan.

11. Kesehatan Kardiovaskular

Penelitian telah menunjukkan bahwa orang dengan tekanan darah tinggi biasanya memiliki kadar kalium yang rendah. Manfaat minum air kelapa secara teratur sangat efektif dalam mengatur tekanan darah karena ia memiliki kandungan kalium dan asam laurat. Air

kelapa juga dipercaya meningkatkan HDL (kolesterol baik) yang sangat baik untuk mencegah penyakit jantung.

12. Mengurangi Tekanan Darah Tinggi

Air kelapa memiliki kandungan seimbang dari elektrolit sehingga dapat digunakan sebagai penyeimbang elektrolit dalam tubuh. Kandungan elektrolit yang tinggi dalam tubuh dapat mengakibatkan tekanan darah tinggi.

13. Menyehatkan Tulang Dan Gigi

Kandungan kalsium dalam air kelapa cukup tinggi, bahkan hampir sama dengan kadar kalsium di dalam susu sapi. Air Kelapa mampu menjaga kesehatan tulang dan gigi Anda, bahkan membantu penyembuhan keduanya saat cedera. Tak hanya itu, air kelapa juga mengandung magnesium yang mendukung peran dari kalsium di dalam tubuh. (Afriawindi, 2019)

Fagositosis dapat dibagi dalam beberapa tahapan, yang pertama tahapan adhesi. Pada tahap ini agen patogen yang masuk ke dalam tubuh akan dikenali melalui reseptor yang berada pada bagian permukaan sel fagosit yang kemudian akan terikat pada reseptor yang dimiliki oleh agen patogen. Setelah itu agen patogen ditelan oleh sel fagosit dan kemudian mengirimkan sinyal yang akan menginduksi actin polymerase yang akan menuju lokasi terjadinya kontak dengan agen patogen. Actin polymerase menghampiri dan menarik agen patogen ke tengah-tengah sel fagosit, kemudian terjadi tahapan digesti, dimana proses dimulai dari maturasi fagosom yang kemudian mendekatnya lisosom ke arah fagosom yang selanjutnya membentuk fagolisosom. Kemudian lisosom pecah dan melepaskan enzim ke dalam fagolisosom yang bersamaan dengan letupan respirasi. Fagolisosom merupakan zat asam, kompartemen yang akan menyebabkan agen patogen terbunuh dan kemudian didigesti untuk persiapan presentasi antigen (Criss, A, 2001, Criss AK, Silva M., 2011)

Sel-sel imun sangat penting untuk inisiasi respon antibodi, sedangkan antibodi sering berperan sebagai mata rantai yang penting pada beberapa reaksi seluler. Respon seluler sulit terjadi tanpa adanya antibodi. Misalnya, pembentukan kompleks antigen-antibodi selama respon imun akan mengakibatkan pelepasan fragmen komplemen kemotaktik yang akan meningkatkan akumulasi sel pada lokasi inflamasi. Antibodi dapat mengikat antigen pada sel-sel fagosit melalui reseptor sel fagosit untuk memfasilitasi proses fagositosis. Dengan demikian, respon imun yang terkoordinasi melibatkan isyarat antar berbagai leukosit dan sel-sel jaringan yang berperan dalam respon tersebut (Hasdianah, 2012)

2.4 Manfaat Air Kelapa Hijau Terhadap Sebagai Intervensi Non Farmakologi Pada Wanita Usia Subur Yang Terpapar Covid-19

Air kelapa hijau mengandung antioksidan dan asam amino yang dapat membantu meningkatkan kadar antibody. Peran antioksidan dari kandungan vitamin Vit c, Karena ada kandungan mineral. Sebagaimana dilansir *Healthline*, air kelapa hijau sendiri mengandung karbohidrat, serat, protein, vitamin C, kalsium, magnesium, dan potesium. Keseuamnya itu merupakan nutrisi yang dibutuhkan tubuh agar tetap sehat. Selain hidrasi, minum air kelapa juga membantu menjaga kesehatan jantung, menurunkan tekanan darah. Minuman ini juga bisa jadi pilihan tepat untuk diminum setelah berolahraga.

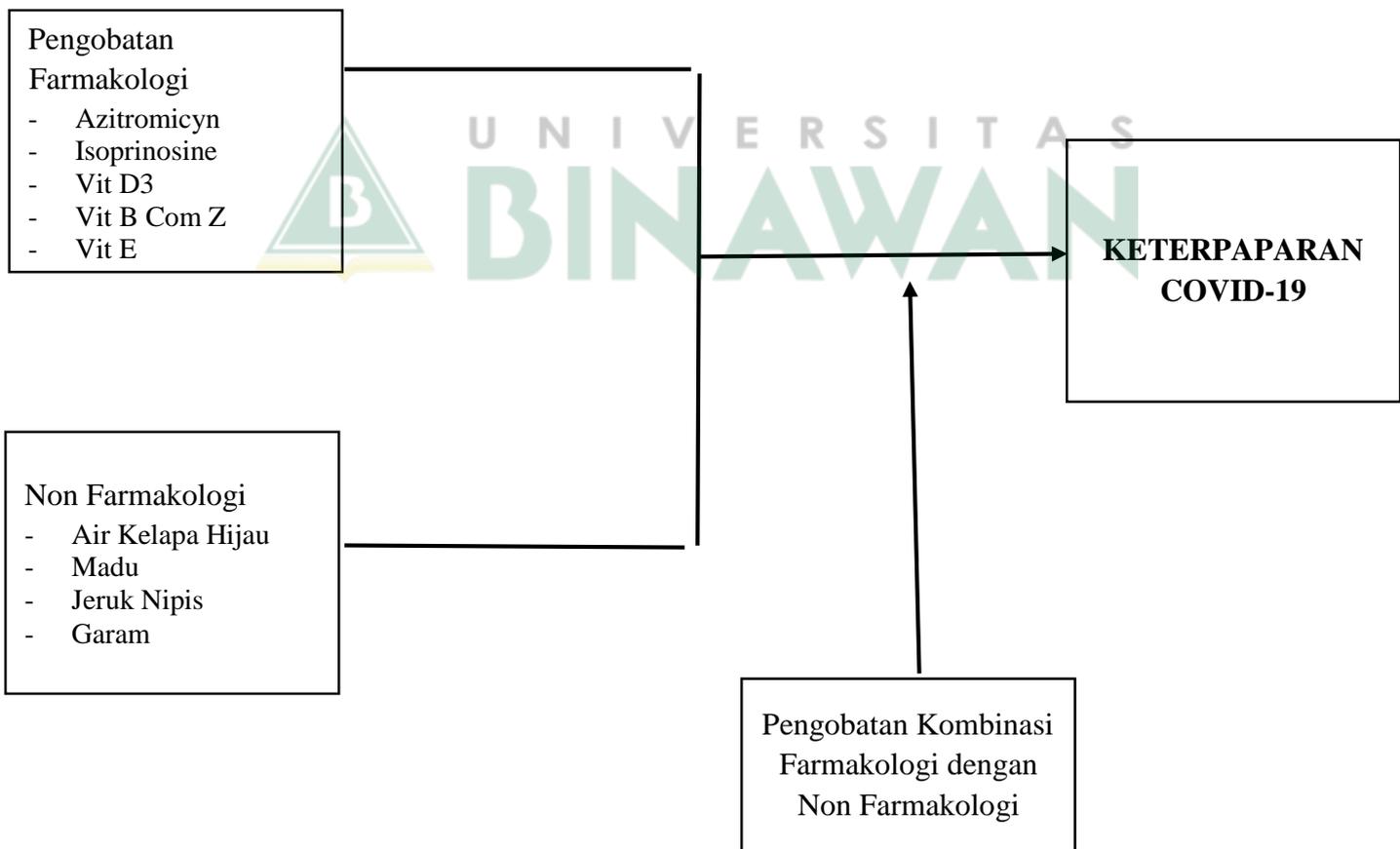
Negatif virus Corona usai minum minuman racikan. Minuman racikan berisi air kelapa muda, jeruk nipis, garam, dan madu. Disebutkan, usai satu jam meminum racikan ini, virus Corona hilang dan hasil rapid atau swab test akan negatif. Ferdinand mengatakan bahwa "Jadi untuk pastinya itu bisa menyembuhkan atau tidak, karena minum itu, saya tidak bisa menjawab, karena itu kan tidak diteliti secara medis ya, secara penelitian bahwa itu memang ada berkaitan. Namun saya itu lihat ramuannya itu seperti jeruk kan, lebih ke meningkatkan imunitas tubuh, ya. Setahu kami, vitamin C itu ada faktor meningkatkan imunitas tubuh. (Sachril Agustin Berutu, 2021)

Pohon kelapa atau Cocos Pohon kelapa atau Cocos nucifera merupakan suatu jenis tumbuhan dari suku aren-arenan atau Arecaceae dan mudah tumbuh di halaman rumah dan tanah tropis di Indonesia, sehingga negara Indonesia termasuk penghasil kelapa terbesar didunia. Pohon kelapa terdiri dari berbagai bagian-bagian yang bisa dimanfaatkan salah satunya yaitu untuk kesehatan (Bogenta, 2015). Air kelapa bisa dimanfaatkan untuk menanggulangi berbagai masalah kesehatan. Manfaat yang begitu besar dari air kelapa disebabkan karena air kelapa mengandung banyak zat yang penting untuk menjaga kesehatan tubuh (Nawawi, 2011).



2.5 Kerangka Teori

Kerangka teoritis akan memberikan dasar konseptual bagi penelitian, dan kerangka teoritis adalah mengidentifikasi jaringan hubungan antarvariabel yang dianggap penting bagi studi terhadap situasi masalah apapun. Oleh karena itu, sangat penting untuk kita mengetahui apa arti variabel dan apa saja jenis variabel yang ada (Sekaran, 2014).



(Reddy, E.P., Laksmi, T.M., 2014)

BAB III
KERANGKA KONSEP, DEFINISI OPERASIONAL, DAN HIPOTESIS

3.1 Kerangka Konsep

Berdasarkan kerangka konsep teori pada Bab II dalam penelitian ini variable independen yang diambil adalah variable dependen Konsumsi Terapi Air Kelapa Hijau pada Wanita Usia Subur di Wilayah Rw 01 Kelurahan Jatimurni Kecamatan Pondok Melati Kota Bekasi Tahun 2021.



(Reddy, E.P., Laksmi, T.M., 2014)

3.2 Definisi Oprasional

Definisi operasional variabel adalah pengertian variabel (yang diungkap dalam definisi konsep) tersebut, secara operasional, secara praktik, secara nyata dalam lingkup obyek penelitian/obyek yang diteliti. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini adalah variabel bebas dan variabel terikat.

- a. Variabel Bebas (Independent Variable) Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi, yang menyebabkan timbulnya atau berubahnya variabel terikat. Variabel bebas yang digunakan dalam penelitian ini adalah locus of control dan kepribadian.
- b. Variabel Terikat (Dependent Variable) Variabel terikat adalah variabel yang dipengaruhi karena adanya variabel bebas. Variabel terikat yang digunakan dalam penelitian ini adalah kinerja

Definisi operasional variable penelitian merupakan penjelasan dari masing-masing variabel yang digunakan dalam penelitian terhadap indikator-indikator yang membentuknya. Definisi operasional penelitian ini dapat dilihat pada table berikut ini :

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Pengukuran
Variabel Independen					
Terpapar	Terpapar itu artinya ada virus masuk tubuh kita. Untuk covid, berarti virus masuk saluran napas kita. Utamanya di hidung. Begitu masuk, barrier alami tubuh akan berusaha	Kuesioner	Pengisian Kuesioner	0: 10-14 hari 1: > 14 hari	Nominal

	<p>menghambat virus.</p> <p>Ada banyak lekukan, cekungan, tonjolan, lendir dan rambut-rambut halus yang menghambat virus (Risna Halidi, Lilis Varwati, 2021)</p>				
Variabel Dependen					
<p>Terapi Kombinasi Air Kelapa Hijau + Obat</p>	<p>Terapi non-farmakologi merupakan pengobatan hipertensi yang dilakukan dengan cara menjalani pola hidup sehat yaitu diet rendah garam dan kolesterol, menghentikan pemakaian zat yang membahayakan tubuh, istirahat yang cukup, mengelola stres, aktivitas fisik (Susilo & Wulandari, 2011).</p>	<p>Kuesioner</p>	<p>Pengisian Kuesioner</p>	<p>0 : Konsumsi Obat 1: Konsumsi Obat + Air Kelapa Hijau</p>	<p>Nominal</p>

3.3 Hipotesis Penelitian

- a. Ada hubungan antara Konsumsi dan terpapar Covid-19 dengan Intervensi Non Farmakologi air kelapa hijau di Wilayah Rw 01 Kelurahan Jatimurni Kecamatan Pondok Melati Kota Bekasi Tahun 2021.

BAB IV

METODELOGI PENELITIAN

4.1 Desain Penelitian

Jenis penelitian yang dilaksanakan dalam penelitian ini adalah survei analitik yaitu penelitian yang mencari tahu bagaimana dan mengapa suatu fenomena terjadi. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah cross sectional. Survey cross sectional ialah suatu penelitian untuk mempelajari faktor- faktor penyebab dengan efek, dengan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (point time approach) (Notoatmodjo, 2012). Data yang digunakan adalah data primer yang dikumpulkan langsung dari responden dengan menggunakan kuesioner.

4.2 Tempat dan Waktu Penelitian

Waktu penelitian dimulai pada bulan Juli 2021. Penelitian dilakukan di wilayah Rw 01 Kelurahan Jatimurni Kecamatan Pondok Melati Kota Bekasi Tahun 2021.

4.3 Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut (Sugiyono, 2015) Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi juga bukan sekedar jumlah yang ada pada obyek/subyek yang dipelajari., tetapi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subyek atau obyek itu. Populasi penelitian ini adalah Wanita Usia Subur yang terpapar covid-19 di wilayah Rw 001 ,sebanyak 50 di wilayah orang Kelurahan Jatimurni Kota Bekasi.

2. Sampel

Terdapat berbagai macam teknik sampling yang digunakan, dalam penelitian ini teknik sampel yang digunakan yaitu teknik cluster random sampling.

Jumlah sampel yang dibutuhkan untuk melakukan penelitian ini sebanyak 50 orang (Total Populasi) Diantaranya 25 orang yang terpapar covid-19 dengan pengobatan Farmakologi dan 25 orang dengan pengobatan kombinasi farmakolgi dan non farmakologi (Air Kelapa Hijau)

Kriteria sampel meliputi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi, dimana kriteria tersebut menentukan dapat atau tidaknya sampel digunakan;

a. Kriteria inklusi:

Kriteria inklusi adalah kriteria dimana subjek penelitian dapat mewakili dalam sampel penelitian yang memenuhi syarat sebagai sampel (Notoatmodjo S. , 2018). Kriteria inklusi pada penelitian ini adalah:

- WUS yang terpapar covid-19
- Merupakan warga wilayah Rw 01 , Kelurahan Jatimurni
- Bersedia menjadi reponden penelitian

b. Kriteria eksklusi:

Kriteria eksklusi merupakan kriteria dimana subjek penelitian tidak dapat mewakili sampel karena tidak memenuhi syarat sebagai sampel penelitian (Notoatmodjo S. , 2018). Kriteria eksklusi pada penelitian ini adalah:

- Tidak bersedia menjadi responden penelitian
- Bukan bagian warga wilayah Rw 01 Kelurahan Jatimurni

4.4 Pengumpulan Data

Data yang digunakan adalah data primer yaitu dengan mengisi lembar kuesioner yang dirancang khusus untuk penelitian ini berdasarkan konsep karakteristik sebelum dilakukan data responden diberikan penjelasan tentang maksud dan tujuan pengambilan data. Kuesioner di isi sendiri oleh responden dan diberi kesempatan pula untuk bertanya kepada penelitian jika ada

pertanyaan yang tidak dimengerti atau kurang jelas. Pengecekan kelengkapan pengisian kuesioner dilakukan dengan teliti ketika kuesioner telah diberikan kepada penelitian.

1. Tenaga Pengumpul Data

Tenaga yang digunakan untuk pengumpulan data yaitu penulis sendiri

2. Alat pengumpul data

Adapun alat pengumpulan data pada penelitian ini dengan menggunakan kuesioner sebagai pedoman pada seluruh responden.

3. Cara Pengambilan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan pemberian kuesioner kepada responden dan diisi langsung oleh responden.

4.5 Pengolahan Data

Pengolahan data dilakukan dengan menggunakan computer dengan program system pengolahan data computer. Adapun Langkah-langkah pengolahan data dilakukan sebagai berikut (Notoatmodjo, 2012)

a. Editing

Merupakan upaya untuk memeriksa Kembali kebenaran data yang diperoleh atau dikumpulkan. Editing dilakukan pada tahap pengumpulan data atau setelah data terkumpul. Peneliti akan memeriksa kebenaran dan kelengkapan data berupa kuesioner kecemasan dan dikumpulkan oleh responden.

b. Coding peneliti

Memberikan kode menarik (angka) terhadap data yang terdiri atas beberapa kategori. Pemberian kode ini sangat penting apabila pengelolaan dan Analisa data menggunakan komputer.

c. Tabulating

Data yang diubah menjadi kode kemudian disusun dan dikelompokkan ke dalam table-tabel oleh peneliti. Proses tabulasi dilakukan dengan cara memasukkan data ke dalam table distribusi frekuensi.

d. Data entry

Peneliti memasukkan data yang telah dikumpulkan ke dalam tabel atau data base computer, kemudian membuat distribusi frekuensi sederhana. Data atau jawaban dari masing-masing responden yang dalam bentuk kode numerik dimasukkan ke dalam program atau software.

e. Processing

Dalam tahap ini jawaban dari responden yang telah diterjemahkan menjadi bentuk angka, selanjutnya diproses agar mudah dianalisis.

f. Cleaning

Mengecek Kembali untuk mendeteksi kesalahan kode, lengkap atau tidaknya data yang sudah dimasukkan dan lain sebagainya. Setelah itu dilakukan pengoreksian atau pembenaran

4.6 Analisis Data

Analisa data dilakukan untuk mendapatkan hasil pengolahan data, dilakukan dengan

a. Analisis Univariat

Dilakukan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari masing-masing variabel yang diteliti, dihitung dengan presentase yang memakai rumus sebagai berikut :

Keterangan :

F : Frekuensi

X : Nilai tiap pengamatan

N : Jumlah pengamatan atau jumlah populasi

Variable Independen : Konsumsi air kelapa , gejala yang dialami penderita covid-19, Obat-obatan yang dikonsumsi, Rentang

waktu yang dialami penderita dari hasil swab antigen positif sampai negatif

Variable dependen : Wanita Usia Subur terpapar Covid-19

b. Analisis Bivariat

Merupakan analisis pada dua variabel. Analisis bivariat digunakan untuk menghubungkan variabel tingkat depresi dengan variabel kualitas hidup (Gani, 2015) . Dalam penelitian ini, analisis diuji menggunakan *Chi Square* yang terdapat pada aplikasi SPSS. *Chi Square* merupakan salah satu jenis uji komparatif non parametris yang dilakukan pada dua variabel, di mana skala data kedua variabel adalah nominal.



BAB V

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan kepada Wanita Usia Subur di Wilayah Kelurahan Jatimurni Kecamatan Pondok Melati Kota Bekasi Tahun 2021 dengan menggunakan deskriptif melalui kuesioner. Berikut ini disajikan data hasil penelitian berdasarkan analisa data univariat:

Analisa Univariat

Tabel.5.1.

Distribusi Frekuensi Konsumsi Air Kelapa, terpapar Covid - 19

	Frekuensi	Persentase
Konsumsi		
a. Konsumsi Obat	25	50.0%
b. Konsumsi Obat + Air Kelapa	25	50.0%
Jumlah	50	100.0%
Terpapar		
a. 10-14 har	35	70.0%
b. > 14 hari	15	30.0%
Jumlah	50	100%

Berdasarkan tabel.5.1 diketahui bahwa dari 50 responden pengobatan Covid-19 terdapat 25 orang (50.0%) yang mengkonsumsi obat, dan terdapat 25 orang (50.0%) yang mengkonsumsi obat + air kelapa.

Berdasarkan tabel.5.1 diketahui bahwa dari 50 responden ditinjau dari terpapar, mayoritas responden yang terpapar covid-19 selama 10-14 hari terdapat 35 orang (70.0%) dan responden yang terpapar covid-19 selama >14 hari terdapat 15 orang (30.0%).

5.2 Analisa Bivariat

Tabel.5.2.
Hubungan Antara Terpapar Covid- 19 dengan Intervensi Non
Farmakologi Air kelapa hijau

No	Terpapar	Pengobatan Covid-19		Total	P Value
		Konsumsi	Konsumsi Obat		
		Obat	+ Air Kelapa		
		N	N	N	
1.	10-14 hari	15	20	35	0.217
2.	>14 hari	10	5	15	
Jumlah		25	25	50	

Berdasarkan tabel.5.2 dapat diketahui bahwa dari 50 responden, Hubungan Antara terpapar dengan pengobatan Covid-19 yaitu dari yang terpapar 10 – 14 hari terdapat 15 orang yang mengonsumsi obat dan yang terpapar > dari 14 hari terdapat 10 orang. Dan ditinjau dari responden yang terpapar covid-19 10-14 hari yang mengonsumsi obat + air kelapa terdapat 20 orang dan yang terpapar > dari 14 hari terdapat 5 orang.

BAB VI

PEMBAHASAN

Setelah dilakukan penelitian mengenai Pemanfaatan Air Kelapa Hijau Sebagai Intervensi Non Farmakologi Pada Wanita Usia Subur Yang Terpapar Covid-19 Maka didapatkan hasil sebagai berikut :

6.1 Wanita Usia Subur Yang Terpapar Covid-19

Dalam penelitian ini dimana Wanita Usia Subur yang terpapar Covid-19 melakukan distribusi frekuensi pengobatan Covid-19 dengan mengkonsumsi obat farmakologi dan kombinasi obat farmakologi dengan minum air kelapa hijau. Dimana Wanita Usia Subur yang mengkonsumsi obat sebanyak 25 orang (50.0%) dan orang yang mengkonsumsi kombinasi antara obat dan air kelapa hijau sebanyak 25 orang (50.0%).

6.2 Hubungan antara Terpapar dengan Pengobatan kombinasi Covid-19

Berdasarkan hasil uji Chi Square didapatkan nilai probabilitas (pvalue) sebesar 0,217 artinya $P > 0,05$, sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan antara Covid-19 dengan melakukan pengobatan farmakologi dan pengobatan kombinasi farmakologi dengan air kelapa hijau. Hal ini tidak sejalan dengan (Sachril Agustin Berutu, 2021) yang menyatakan Minum racikan yang berisi air kelapa muda, jeruk nipis, garam, dan madu menjadikan hasil swab menjadi negative atau Covid-19 sudah tidak ada ditubuh kita. Tidak dapat dipungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi, dan pada akhirnya makin banyak masyarakat yang menerima dan mencobanya dengan menggunakan air kelapa hijau dengan campuran jeruk nipis, garam, dan madu (Sachril Agustin Berutu, 2021).

Menurut pendapat Ferdinand memang ini belum ada penelitian yang berkaitan dan menyatakan pasti untuk menyembuhkan, dan memang karena minum kombinasi air kelapa dengan jeruk nipis, madu, dan garam dapat menyembuhkan, beliau mengatakan dengan konsumsi campuran air kelapa, jeruk

nipis, dan garam membuatnya tubuh menjadi segar dan melihat dari campuran tersebut ada perasan jeruk nipis yang kaya akan vit c yang menjadikan meningkatkan imunitas tubuhnya. (Sachril Agustin Berutu, 2021).

Sehingga bisa dipakai terapi non farmakologi dengan mengkonsumsi air kelapa bisa menambah kalium dalam tubuh kita. Dari responden penelitian, para responden menderita covid-19 dengan bergejala sedang seperti demam, batuk, sakit tenggorokan, nyeri otot dan tulang, mulut terasa pahit sesak napas sedang, frekuensi napas 12-30x/menit, kadar saturasi dibawah 95%.

Asumsi peneliti rata-rata responden penelitian bergejala sedang, sehingga membutuhkan terapi yang lebih kompleks bukan hanya terapi kombinasi air kelapa+obat saja.

Wanita Usia Subur konsumsi air kelapa sebanyak < 5 buah sehingga dpt dipastikan kuantitas/banyak air kelapa yg dikonsumsi kurang sehingga tidak ada hubungan antara konsumsi air kelapa dengan keterpaparan covid-19. Rentang Wanita Usia Subur 17-35 paling banyak usia 20-25 tergolong wanita/dewasa awal sehingga waktu untuk penyembuhan dibutuhkan lebih singkat dan jenis pengobatan juga lebih sedikit, sehingga tidak ada hubungan antara air kelapa hijau atau hanya minum obat saja dengan pengobatan covid-19.

BAB VII

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian diketahui bahwa Pemanfaatan Air Kelapa Hijau Sebagai Intervensi Non Farmakologi Pada Wanita Usia Subur Yang Terpapar Covid-19 , Maka dapat diambil kesimpulan :

1. Penelitian ini dilakukan kepada 50 Responden dengan Wanita Usia Subur yang terpapar Covid-19 dengan rentang waktu 10-14 hari 35 Responden (70.0%) dan > dari 14 hari sebanyak 15 Responden (30.0%).
2. Dalam penelitian ini ditemukan variable yang tidak berhubungan yaitu Hubungan Pemanfaatan Air Kelapa Hijau sebagai Intervensi Non Farmakologi Pada Wanita Usia Subur dengan p value 0,217.

7.2 Saran

7.2.1. Bagi Peneliti

Menambahkan variabel lain yg mendukung penelitian, meneliti bukan WUS tapi seluruh kelompok usia.

7.2.2. Bagi Tempat Penelitian

Dapat memberikan gambaran hasil penelitian tentang pemanfaatan Air Kelapa Hijau Sebagai Intervensi Non Farmakologi Pada Wanita Usia Subur Yang Terpapar Covid-19. Walaupun memang tidak berhubungan air kelapa hijau lebih untuk ke meningkatkan imunitas tubuh kita. Virus covid-19 mengarahkan ke imunitas tubuh, maka dari itu imunitas tubuh harus tetap terjaga.

7.2.3. Bagi Institusi

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan untuk Menambah informasi tentang Pemanfaatan Air Kelapa Hijau Sebagai Intervensi Non Farmakologi Pada Wanita Usia Subur Yang Terpapar Covid-19 dan

Memperkaya sumber bacaan atau referensi bagi mahasiswa/i Universitas Binawan.



DAFTAR PUSTAKA

- Abas, E. (2015). Periode Konsepsi Awal Kejadian Manusia (Pertemuan Sperma dan Ovum) dan Nilai-Nilai Pendidikan yang Terkandung di Dalamnya. *Al-Tadzkiyyah: Jurnal Pendidikan Islam*, Vol. 6 No. 1, 66-79. doi: <https://doi.org/10.24042/atjpi.v6i1.1480>
- Afriawindi, V. (2019). GAMBARAN KONSUMSI AIR KELAPA TERHADAP pH SALIVA PADA IBU-IBU PERWIRITAN “JIRAN SEPAKAT” LINGKUNGAN I KELURAHAN TEGAL SARI III KECAMATAN MEDAN. *Jurnal Penelitian*.
- Aisyah, S., & Oktarini A. (2012). Perbedaan kejadian ketuban pecah dini antara primipara dan multipara edisi 1 2012. *Jurnal Midpro*, 1.
- Aprillia, Y. (2011). *Hipnotetri, Rileks, Nyaman, dan Aman saat Hamil dan Melahirkan*. Jakarta: Gagas Media.
- Aprisandityas A & Elfida D. (2012). Hubungan Antara Regulasi Emosi Dengan Kecemasan Pada Ibu Hamil. *Jurnal Psikologi | Fakultas Psikologi UIN Sultan Syarif Kasih Riau, Vol 8 No 2*, 80-89. doi:<http://dx.doi.org/10.24014/jp.v8i2.190>
- Arum, R. (2020). Pembatasan Sosial di Indonesia Akibat Virus Corona Ditinjau dari Sudut Pandang Politik. *Jurnal Manajemen dan Organisasi (JMO)*, 179-188. Retrieved from <https://doi.org/10.31228/osf.io/g8ny3>
- Astuti E, dkk. (2016). *Konsep Kebidanan dan Etikolegal dalam Praktik Kebidanan*. Jakarta: KEMENKES RI. Retrieved from <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp-content/uploads/2017/08/Konsep-Kebidanan-dan-Etikolegal-dalam-Praktik-Kebidanan-Komprehensif.pdf>
- Barlina R, Barlina. (2016). Potensi Buah Kelapa Muda Untuk Kesehatan dan pengolahannya. *Perspektif*, 46-60. doi:10.30644/rik.v8i2.458
- Bogenta, A. (2015). Manfaat Air Kelapa dan Minyak Kelapa. *Flash Books*.
- Buana, D. R. (2020). Analisis Perilaku Masyarakat Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Virus Corona (Covid-19) dan Kiat Menjaga Kesejahteraan Jiwa. *Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 7(3), 217-226. doi: <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i3.15082>
- Criss, A, 2001, Criss AK, Silva M,. (2011). Casan, Regulation of Salmonella-induced neutrophil transmigration by epithelial ADP-ribosylation factor 6. *The Journal of Biological Chemistry*.
- Cunningham. (2014). *Obstetri William*. Jakarta: Penerbit Kedokteran EGC.
- Elvina L, dkk. (2018). Faktor Yang Berhubungan dengan Kesiapan Psikologis Ibu Hamil Trimester III dalam Menghadapi Persalinan. *Journal of Healthcare*

- Technology and Medicine*, Vol. 4 No. 2, 176-184. doi:
<https://doi.org/10.33143/jhtm.v4i2.207>
- Fazdria F & Harahap MS. (2016). Gambaran Tingkat Kecemasan Pada Ibu Hamil Dalam Menghadapi Persalinan Di Desa Tualang Teungoh Kecamatan Langsa Kota Kabupaten Kota Langsa Tahun 2014. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, Vol 16 No 1, 6-13. Retrieved from <http://jurnal.unsyiah.ac.id/JKS/article/view/5003>
- Gani. (2015). ALAT ANALISIS DATA. *Aplikasi Statistik Untuk Penelitian Bidang Ekonomi dan Sosial*, Edisi 1.
- Gennaro,dkk. (2020). Coronavirus Diseases (COVID-19) Current Status and Future Perspectives : A Narrative Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*Environmental Research and Public Health,, 17(2690), 1–11. doi:<https://doi.org/10.3390/ijerph17082690>
- Hasdianah. (2012). Mengenal Diabetes Mellitus Pada Orang Dewasa dan Anak – Anak Dengan Solusi Herbal. *Nuha Medika*. Retrieved from https://sinta.unud.ac.id/uploads/dokumen_dir/16ca3ead5bd91c6761188b70cd02753b.pdf
- Ikatan Apoteker Indonesia. (2020). PANDUAN PRAKTIS UNTUK APOTEKER MENGHADAPI PANDEMI COVID-19 EDISI KE-2. *PT ISFI* , 31. Retrieved from <http://www.iai.id/uploads/coronadocs/11811565285f050f4fe802c.pdf>
- Ilustri. (2018, Desember). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologis Masa Kehamilan. "*Babul Ilmi*" *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, Vol. 9 No. 2, 218-228. Retrieved from <https://jurnal.stikes-aisyiyah-palembang.ac.id/index.php/Kep/article/view/134>
- Kamariyah, dkk. (2014). *Buku Ajar Kehamilan untuk Mahasiswa & Praktisi Keperawatan serta Kebidanan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Kemendes RI. (2020). Situasi Terkini Perkembangan Novel Coronavirus (Covid-19). Retrieved August 31,2020,.
- Kementerian Kesehatan RI . (2020). PEDOMAN PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN CORONAVIRUS DISEASE (COVID-19). *PEDOMAN PENCEGAHAN DAN PENGENDALIAN CORONAVIRUS DISEASE (COVID-19)*. Retrieved from file:///C:/Users/User/Downloads/REV-05_Pedoman_P2_COVID-19_13_Juli_2020_1.pdf
- Kompas.com. (2021, 07 Thursday). Air Kelapa Percepat Kesembuhan Pasien Covid-19. *Air Kelapa Percepat Kesembuhan Pasien Covid-19*. Retrieved from <https://www.kompas.com/sains/read/2021/07/12/181000823/air->

kelapa-disebut-percepat-kesembuhan-pasien-covid-19-ini-3-
kemungkinan?page=all

- Krinsky DL. (2016). Preventive and nonpharmacologic options for colds and influenza. *Pharmacy Today* 22(11): p16., 22. Retrieved from [http://www.pharmacytoday.org/article/S1042-0991\(16\)31214-2/fulltext](http://www.pharmacytoday.org/article/S1042-0991(16)31214-2/fulltext)
- Kumalasari, I. (2015). *Perawatan Antenatal, Intranatal, Postnatal Bayi Baru Lahir dan Konsepsi*. Jakarta Selatan: Salemba Medika.
- Laili F & Wartini E. (2017). Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan Pada Ibu Hamil. *JKM (Jurnal Kebidanan Malahayati)*, Vol 3 No 3, 152-156. Retrieved from <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/621>
- Lingga, L. (2012). Terapi Air Kalapa. *Gramedia Pustaka*.
- m. (n.d.).
- Manuaba. (2012). *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan, dan KB*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Marliana, dkk. (2016). Pengaruh Hypnobirthing terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan, Tekanan Darah, dan Denyut Nadi pada Ibu Hamil Primigravida Trimester III. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIK)*, Vol 9 No 1, 1-11. Retrieved from <https://jurnal.umpp.ac.id/index.php/jik/article/view/70>
- Marmi. (2014). *Asuhan Kebidanan pada Masa Antenatal*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Martini M & Oktaviani I. (2016). Hubungan Karakteristik Ibu Hamil TM Tiga Dengan Kecemasan Ibu Menghadapi Persalinan Di Metro. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai | Politeknik Kesehatan Tanjungkarang, Indonesia*, Vol 9 No 1, 1-6. Retrieved from <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JKM/article/view/1752>
- Mentri Dalam Negri. (2020). Pedoman Umum Menghadapi Pandemi Covid-19 Bagi Pemerintah Daerah . *Mentri Dalam Negri* . Retrieved from <file:///C:/Users/User/AppData/Local/Temp/Pedoman%20Umum%20Menghadapi%20Pandemi%20COVID-19%20bagi%20Pemerintah%20Daerah.pdf>
- Musumeci G, dkk. (2015). Pregnancy, Embryo-Fetal Development And Nutrition: Physiology Around Fetal Programming. *Journal of Histology and Histopathology*. doi: <http://dx.doi.org/10.7243/2055-091X-2-1>
- Nawawi. (2011). anajemen Sumber Daya Manusia untuk Bisnis yang Kompetitif. *Gadjah Mada University Press*.
- Notoatmodjo. (2012). Metode Penelitian Kesehatan. *Rineka Cipta*.
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan* (Cetakan Ketiga ed.). Jakarta: PT Rineka Cipta.

- Novitasary, M.D., Mayulu N & Kawengian S.E.S. (2013). Hubungan antara aktifitas fisik dengan obesitas pada wanita usia subur peserta jamkesmas di Puskesmas Wawonasa Kecamatan Singkil Manado. *e-Biomedik*, 1.
- Nurhalimah, S. (2020). Covid-19 dan Hak Masyarakat atas Kesehatan. *Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 7(6), 543-554. doi: <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i6.15324>
- oktaviana, L. (2015). Hubungan Antara Konformitas Dengan Kecenderungan perilaku bullying.
- Pangesti, W. D. (2018). Adaptasi Psikologis Ibu Hamil Dalam Pencapaian Peran Sebagai Ibu Di Puskesmas Kembaran II Kabupaten Banyumas. *Viva Medika: Jurnal Kesehatan, Kebidanan dan Keperawatan*, Vol. 10 No. 2, 13-21. Retrieved from <https://ejournal.uhb.ac.id/index.php/VM/article/view/395>
- Perhimpunan Dokter Paru Indonesia. (2020). Panduan Praktik Klinis. *Pneumonia 2019-nCoV PDPI*. Retrieved from file:///C:/Users/User/AppData/Local/Temp/95-284-1-PB.pdf
- Potter PA & Perry AG. (2011). *Fundamental Of Nursing: Fundamental Keperawatan. Edisi 7 Buku 1* (Buku 1 Edisi 7 ed.). Jakarta: Salemba Medika.
- Prawirohardjo, S. (2018). *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohardjo* (Edisi ke 4 Cetakan ke 6 ed.). Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Rahmawati L & Ningsih MP. (2017). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologis Kehamilan di Wilayah Kerja Puskesmas Pariaman. *Bidan Prada: Jurnal Ilmiah Kebidanan*, Vol. 8 No. 1, 1-9. Retrieved from <https://ojs.akbidylpp.ac.id/index.php/Prada/article/view/223>
- Ramadani & Sudarmiati. (2013). Perbedaan Tingkat Kepuasan Seksual Pada Pasangan Suami Istri Di Masa Kehamilan. *Jurnal Keperawatan Maternitas*, Vol. 1 No. 2. Retrieved from <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKMat/article/view/992>
- Reddy, E.P., Laksmi, T.M. (2014). Coconut Water - Properties, Uses, Nutritional Benefits in Health and Wealth and in Health and Disease: A Review. *Journal of Current Trends in Clinical Medicine & Laboratory Biochemistry*, P6-P18.
- riska phonna, d. (2017). UPAYA MENJAGA KEBERSIHAN SAAT MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI. *idea nursing journal*.
- Risna Halidi, Lilis Varwati. (2021, Juni Sunday). Terpapar Corona Belum Tentu Terinfeksi Covid-19. *Suara Com*. Retrieved from <https://www.suara.com/health/2021/06/27/123530/terpapar-corona-belum-tentu-terinfeksi-covid-19-begini-penjelasan-epidemiolog?page=all>
- Rustikayanti RN, dkk. (2016, Januari). Korelasi Perubahan Psikologis Ibu Hamil Dengan Tingkat Kepuasan Seksual Suami. *Jurnal Bidan "Midwife Journal"*,

- Vol. 2 No. 1, 62-71. Retrieved from <https://media.neliti.com/media/publications/234054-korelasi-perubahan-psikologis-ibu-hamil-135378c0.pdf>
- s. (n.d.).
- Sachril Agustin Berutu. (2021, Mei Minggu). Viral Prajurit TNI Sembuh Covid Usai Minum Racikan Air Kelapa . *16 Mei 2021*. Retrieved from <https://news.detik.com/berita/d-5571306/viral-prajurit-tni-semuh-covid-usai-minum-racikan-air-kelapa-ini-faktanya>
- Saifuddin, A. B. (2014). *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kesehatan Maternal Neonatal*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sari AN & Riawati D. (2019). Gambaran Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perubahan Psikologis Selama Kehamilan. *Jurnal Kebidanan Indonesia, Vol 10 No 2*, 102 – 109. Retrieved from <http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=1761154&val=18782&title=GAMBARAN%20PENGETAHUAN%20IBU%20HAMIL%20TENTANG%20PERUBAHAN%20PSIKOLOGIS%20SELAMA%20KEHAMILAN>
- Sariati Y, dkk. (2016). Pengaruh Hypnobirthing Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Bersalin dan Lama Persalinan Studi di Bidan Praktek Mandiri Wilayah Kabupaten Malang. *Jurnal Ilmiah Bidan, Vol 1 No 3*, 35-44. Retrieved from <https://e-journal.ibi.or.id/index.php/jib/article/view/16>
- SehatQ. (2020, April Thursday). Swab Test Corona (Covid-19). *Swab Test Corona (Covid-19)*, p. 2. Retrieved from <https://www.sehatq.com/tindakan-medis/swab-test-corona>
- Sekaran. (2014). *Metodologi Penelitian Untuk Bisnis*. Jakarta: Salemba Empat.
- Septianingrum, Y. (2015). Efektivitas Relaksasi Selama Kehamilan Terhadap Penurunan Stres, Kecemasan Ibu Hamil dan Respon Janin Dalam Kandungan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan, Vol 8 No 2*, 206-212. doi:<https://doi.org/10.33086/jhs.v8i2.206>
- Smeltzer & Bare. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC.
- Suardana, Ida Bagus Kade. (2017). Dikta Imunologi Dasar. *Sistem Imun*. Retrieved from <file:///C:/Users/User/AppData/Local/Temp/1600-Article%20Text-3575-1-10-20210430.pdf>
- Suatama, Ida Bagus,. (2020). Usaha Bali dalam Hubungannya dengan Pandemi Covid-19. *Makalah disajikan dalam Webinar Fakultas Kesehatan UNHI Denpasar, 2 Juli 2020*. Retrieved from <file:///C:/Users/User/AppData/Local/Temp/1600-Article%20Text-3575-1-10-20210430.pdf>
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Alfabeta.
- Sulistiyawati, A. (2013). *Asuhan Kebidanan pada Masa Kehamilan*. Jakarta: Salemba Medika.

- Sunarsih, dkk. (2013). *Asuhan Kebidanan Ibu Nifas*. Jakarta: Salemba Medika.
- Susilo, A., dkk. (2020). Coronavirus Disease 2019 : Tinjauan Literatur Terkini. *Penyakit Dalam Indonesia*, 7(1), 45-67. Retrieved from file:///C:/Users/User/Downloads/3174-11218-1-PB.pdf
- Syafriani, dkk. (2012). Pengaruh air kelapa genjah salak (*Cocos nucifera* L) dan minuman isotonik terhadap kadar glukosa darah. . *Jurnal Medika Planta*, 1(5), 1-9. Retrieved from file:///C:/Users/User/Downloads/2350-45378-1-PB.pdf
- Wanda K, dkk. (2014). Hubungan Karakteristik Ibu Hamil Trimester III Dengan Tingkat Kecemasan Dalam Menghadapi Persalinan di Poli KIA Puskesmas Tuminting. *Jurnal Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi*, Vol 2 No 2 , 1-8. Retrieved from <https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/5307>
- World Health Organization . (2020). World Health Organization Coronavirus Disease 2019 Global Situation 2020. Retrieved August 31. *World Health Organization*. Retrieved from <https://covid19.who.int/>
- Wulandari N, dkk. (2020). Pengaruh Persiapan Gentle Birth terhadap Derajat Kecemasan Ibu Hamil Pertama dalam Menghadapi Persalinan. *Jurnal Manajemen Kesehatan Indonesia*, Vol 8 No 1, 30-36. doi:<https://doi.org/10.14710/jmki.8.1.2020.30-36>
- Xu , dkk. (2020). Evolution of Novel Coronavirus from The Ongoing Wuhan Outbreak and Modeling of Its Spike Protein For Risk Of Human Transmission. . *Science China Life Sciences*, 63(3), 457–460. Retrieved from file:///C:/Users/User/Downloads/3174-11218-1-PB.pdf
- Yanti, Y. E. (2015, Juli). Hubungan Pengetahuan Ibu Dan Dukungan Suami Pada Ibu Hamil Terhadap Keteraturan Kunjungan Antenatal Care (ANC) di Puskesmas Wates Lampung Tengah Tahun 2014. *Jurnal Kebidanan Malahayati*, Vol 1 No 2, 81-50. Retrieved from <http://ejournalmalahayati.ac.id/index.php/kebidanan/article/view/550>
- Yunus, N. R. (2020). Kebijakan Pemberlakuan Lock Down Sebagai Antisipasi Penyebaran Corona Virus Covid-19. *Jurnal Manajemen dan Organisasi (JMO)*, Vol. 11 No. 3, , 227-238.
- Zhu , dkk. (n.d.). A Novel Coronavirus from Patients with Pneumonia in China, 2019. *The New England Journal of Medicine*, 382(8), 727–733. Retrieved from <https://doi.org/10.1056/NEJMoa2001017>

KUESIONER PENELITIAN
PEMANFAAT AIR KELAPA HIJAU SEBAGAI INTERVENSI NON
FARMAKOLOGI PADA WANITA USIA SUBUR YANG TERPAPAR
COVID – 19

Kode respon :

Nama :

Usia :

Petunjuk

Kuesioner ini terdiri dari berbagai pernyataan yang mungkin sesuai dengan pengalaman saudara dalam saat ini sedang mengalami pandemi covid-19 dan pernah terpapar covid-19. Mohon untuk mengisi setiap pertanyaan yang diberikan dengan jujur.

1. Apakah saat anda merasakan gejala Covid-19, anda segera melakukan tes swab antigen ? Dan hasilnya POSITIF ?
 - A. Iya
 - B. Tidak
2. Berapa lama rentang waktu anda saat terpapar Covid-19 ?
 - A. 10-14 hari
 - B. < dari 10 hari
 - C. < dari 14 hari
3. Gejala Covid-19 apa yang anda rasakan dalam tubuh anda ?
 1. Ringan (demam,batuk,sakit tenggorokan,nyeri otot dan tulang, mulut terasa pahit,sesak napas ringan,frekuensi napas 12-20x/menit,kadar saturasi 95% atau lebih)
 2. Sedang (demam,batuk,sakit tenggorokan,nyeri otot dan tulang,mulut terasa pahit,sesak napas sedang,frekuensi napas 12-30x/menit,kadar saturasi dibawah 95%)

3. Berat (demam,batuk,sakit tenggorokan,nyeri otot dan tulang,mulut terasa pahit,sesak napas berat,frekuensi napas 30x/menit,kadar saturasi dibawah 95%)
4. Gejala awal apakah yang anda rasakan dalam tubuh anda saat terpapar Covid-19?
 1. demam,batuk,sakit tenggorokan,nyeri otot dan tulang,mulut terasa pahit
 2. diare,mual,muntah,pusing
 3. sesak napas,demam,pusing,sakit tenggorokan
5. Apakah anda saat terpapar covid-19 , anda melakukan olahraga ringan?
 - A. Iya
 - B. Tidak
6. Apakah saat anda terpapar Covid-19 anda melakukan kegiatan berjemur dipagi hari sekitar 15-30 menit?
 - A. Iya
 - B. Tidak
7. Apakah anda mengkonsumsi obat-obatan Covid-19 pada saat anda terpapar?
 - A. Iya
 - B. Tidak
8. Apakah saat anda terpapar Covid-19 , anda mencoba pengobatan kombinasi ,pengobatan minum obat medis/dokter dikombinasikan dengan minum air kelapa hijau ?
 - A. Iya
 - B. Tidak
9. Obat-obatan apa yang anda konsumsi pada saat anda terpapar covid-19?
10. Apakah anda saat terpapar covid-19 mengkonsumsi air kelapa hijau?
11. Semejak terpapar covid-19,berapa lama anda mengkonsumsi air kelapa hijau?
 - A. 10-14 hari
 - B. > dari 14 hari

12. Berapa buah jumlah air kelapa hijau yang ada konsumsi pada saat terpapar Covid-19 ?

- A. Tidak pernah
- B. < dari 5 buah
- C. > dari 5 buah

13. Apakah anda mengkonsumsi air kelapa hijau dengan campuran madu, jeruk nipis/lemon, garam?

- A. Iya
- B. Tidak





**LEMBAR BIMBINGAN LAPORAN TUGAS AKHIR
MAHASISWA PRODI KEBIDANAN FAKULTAS KEPERAWATAN
DAN KEBIDANAN UNIVERSITAS BINAWAN**

Nama mahasiswa : Adriana Hernita Pratiwi
 NIM : 051922021
 Nama Pembimbing :
 Judul : Pemanfaatan Air Kelapa Hijau sebagai Intervensi Non Farmakologi pada wanita usia subur yang terpapar covid-19

No	Hari/tanggal	BAB/Sub BAB	Saran	Paraf Mahasiswa	Paraf Dosen
1.	Senin, 15/06/2021	Bab I	perbaiki	f	<i>[Signature]</i>
2.	Jumat, 25/06/2021	Bab I	perbaiki	f	<i>[Signature]</i>
3.	Jumat, 02/07/2021	Bab II	perbaiki	f	<i>[Signature]</i>
4.	Senin, 03/07/2021	Bab I - II	perbaiki	f	<i>[Signature]</i>
5.	Senin, 02/08/2021	Bab I - IV	Bab I = Rumusan masalah. Bab II = Tujuan khusus Bab III = DO, hipotesis Bab IV = populasi.	f	<i>[Signature]</i>

NB: Syarat sidang akhir dilakukan dengan minimal bimbingan sebanyak 5 kali