

STUDI LITERATUR
PERAN ASHITABA TERHADAP KESEHATAN

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran



Oleh :
MARETA ERICHA SISWANTO
NPM : 19700147

PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA
SURABAYA
2025

SKRIPSI

STUDI LITERATUR
PERAN ASHITABA TERHADAP KESEHATAN

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh :
MARETA ERICHA SISWANTO
NPM : 19700147

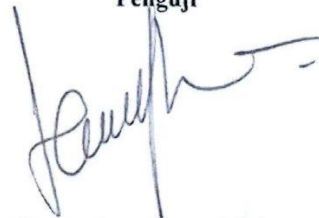
Menyetujui untuk diuji
Pada tanggal : 17 Juni 2025

Pembimbing



Dr. Hj. Indah Widyaningsih dr., M.Kes
02340-ET

Penguji



Dr. dr. Harry Kurniawan Gondo,
Sp. OG(KFM), SH, M.Hum
04403-ET

HALAMAN PENGESAHAN

**STUDI LITERATUR
PERAN ASHITABA TERHADAP KESEHATAN**

Oleh :
MARETA ERICHA SISWANTO
NPM : 19700147

Telah diuji pada
Hari : Selasa
Tanggal : 17 Juni 2025

Dan dinyatakan lulus oleh:

Pembimbing

Dr. Hj. Indah Widyaningsih dr., M.Kes
02340-ET

Penguji

Dr. dr. Harry Kurniawan Gondo,
Sp. OG(KFM), SH, M.Hum
04403-ET

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas limpahan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat merampungkan proposal skripsi dengan judul: “Studi Literatur : Peran Ashitaba Terhadap Kesehatan”.

Tujuan dari penulisan proposal skripsi ini untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan studi serta dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Kedokteran di jurusan Pendidikan Dokter di Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Penghargaan dan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada semua pihak yang mendukung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Skripsi ini berhasil penulis selesaikan karena dukungan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis berikan penghargaan dan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Kuntaman, dr., MS., Sp.MK(K) selaku dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memberikan kesempatan penulis untuk menimba ilmu dan membantu dalam kelancaran proses pelaksanaan pendidikan di Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
2. Dr. Hj. Indah Widyaningsih, dr., M.Kes. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, petunjuk, saran, nasehat dan arahnya dalam penulisan skripsi.
3. Dr. dr. Harry Kurniawan Gondo, Sp.OG(KFM), SH, M.Hum. selaku dosen penguji atas saran dan masukan yang telah diberikan.
4. Kedua orang tua yang sudah melahirkan, membesarkan, selalu mendoakan

serta menyemangati tiada henti dalam menyelesaikan proposal skripsi.

5. Sahabat dan teman-teman yang selalu ada setiap saat, menolong, membuat tawa agar semangat dalam pengerjaan proposal skripsi ini.

Semua pihak yang tidak mungkin disebutkan satu per satu yang telah membantu penulis menyelesaikan proposal skripsi ini.

Akhir kata penulis menyadari bahwa dalam penulisan proposal skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Karena itu, penulis memohon saran dan kritik yang sifatnya membangun demi kesempurnaannya dan semoga bermanfaat bagi kita semua.

Surabaya, 24 Mei 2025

Penulis

ABSTRAK

Siswanto, Mareta Ericha. 2025. Studi literatur Peran Ashitaba Terhadap Kesehatan. Skripsi, Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Pembimbing: Dr. dr. Hj. Indah Widyaningsih, M.Kes, Dr. dr. Harry Kurniawan Gondo, Sp. OG(KFM), SH, M.Hum

Tanaman Ashitaba (*Angelica keiskei*) merupakan tanaman yang berasal dari Jepang dan dimanfaatkan sebagai obat herbal tradisional. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana peran ashitaba terhadap kesehatan. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian Studi Literature dengan jenis *Narrative Literature Review* (NLR). Sumber data untuk penelitian studi literatur dapat berupa sumber yang resmi akan tetapi dapat berupa jurnal dari Google Scholar, PubMed, dan Science Direct dari tahun 2015-2025. Jurnal yang diteliti sebanyak 25 jurnal selanjutnya akan dilakukan analisis isi (*content evaluation*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ashitaba memiliki sifat sitotoksik, antidiabetik, antioksidan, antiinflamasi, antihipertensi, dan antimikroba, menjadikannya sebagai kandidat potensial untuk pengembangan terapi alternatif berbasis herbal karena mengandung berbagai komponen bioaktif utama seperti kalkon terprenilasi, kumarin linier dan sudut, serta flavanon yang tersebar di seluruh bagian tanaman mulai dari daun, batang, hingga akar.

Kata Kunci : Ashitaba, herbal, kesehatan

ABSTRACT

Siswanto, Mareta Ericha. 2025. *Literature study : The Role of Ashitaba in Health*. Thesis, Medical Education Study Programme, Faculty of Medicine, Wijaya Kusuma University Surabaya. Supervisors: Dr. dr. Hj. Indah Widyaningsih, M.Kes, Dr. dr. Harry Kurniawan Gondo, Sp. OG(KFM), SH, M.Hum

Ashitaba (Angelica keiskei) is a plant native to Japan that is used as a traditional herbal medicine. This study aims to determine the role of ashitaba in health. This study uses a literature study with a narrative literature review (NLR) type. The data sources for the literature study can be official sources, but can also be journals from Google Scholar, PubMed, and Science Direct from 2015 to 2025. A total of 25 journals were reviewed, and a content evaluation analysis was conducted. The results of the study indicate that ashitaba possesses cytotoxic, antidiabetic, antioxidant, anti-inflammatory, antihypertensive, and antimicrobial properties, making it a potential candidate for the development of alternative herbal-based therapies due to its various bioactive components such as terpenylated chalcones, linear and angular coumarins, and flavanones distributed throughout the plant, from leaves, stems, to roots.

Keywords: *Ashitaba, herbal, health*

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Ashitaba	7
1. Klasifikasi Tanaman Ashitaba	7
2. Deskripsi Tanaman Ashitaba	8
3. Kandungan Kima Ashitaba.....	10
4. Kandungan Gizi Tanaman Ashitaba	11
5. Manfaat Tanaman Ashitaba.....	11
6. Efek Samping Tanaman Ashitaba Pada Kesehatan	15
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	17
B. Variabel Penelitian	17
C. Kriteria Inklusi dan Eksklusi	18
D. Teknik Pengumpulan Data	18
E. Tahapan Narative Literature Review	19
F. Analisis Data	21
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	

A. Hasil Penelitian	22
B. Pembahasan	28
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	34
B. Saran	34
DAFTAR PUSTAKA	36

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kandungan Gizi Ashitaba	11
Tabel 3.1 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	18
Tabel 3.2 Penelitian Terdahulu.....	22

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Daun Ashitaba	9
Gambar 2.2. Batang Ashitaba	9
Gambar 2.3. Bunga Ashitaba	9
Gambar 3.1. Tahapan NLR	19