

LEMBAR PERSETUJUAN

**EFEKTIVITAS PEMBERIAN TEH DAUN KELOR TERHADAP
PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN
PADA REMAJA PUTRI ANEMIA
TAHUN 2026**

Disusun dan diajukan oleh:
Dhela Dazilva
221350019

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Susunan Dosen Pembimbing

Pembimbing I

Tenri Puli, S.Gz., M.K.M
NUPTK: 816077067123363

Tanggal... 01... Juli... 2026

Pembimbing II

Dr. Sri Rahayu Amri, S.H., M.H
NUPTK: 0758761662230202

Tanggal... 22 Juli 2026

Ketua Program Studi S1 Gizi Mengetahui

Umni Kalsum Narwan, SKM, M.Kes
NUPTK: 4334764665230382

HALAMAN PENGESAHAN

EFEKTIVITAS PEMBERIAN TEH DAUN KELOR TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI ANEMIA TAHUN 2026

Disusun dan diajukan oleh:

Dhela Dazilva
221350019

Telah dipertahankan dalam sidang ujian karya tulis ilmiah/Skripsi pada tanggal 02 Juli 2026 dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana/Magister pada Program Studi Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Palopo.

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I Tenri Puli, S.Gz.,M.K.M

(.....)

Pembimbing II Dr. Sri Rahayu Amri, S.H.,M.H

(.....)

Penguji Bdn. Asmawati, S.ST.,M.Kes

(.....)

Ketua Program Studi Gizi


Umami Kalsum Marwan, S.KM., M.Kes
NUPTK. 4534764665230382

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH/SKRIPSI

Yang bertandatangan dibawah ini, saya menyatakan bahwa karya tulis ilmiah/skripsi dengan judul:

EFEKTIVITAS PEMBERIAN TEH DAUN KELOR TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI ANEMIA TAHUN 2026

Dan diajukan untuk diuji pada tanggal ~~02 Juli 2024~~, adalah hasil karya saya. Saya juga menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam karya tulis ilmiah/skripsi ini, tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulis orang lain yang saya ambil dengan cara menyalin atau meniru dalam bentuk kalimat atau symbol yang menunjukkan gagasan atau pendapat atau pemikiran dari penulis lain, yang saya akui seolah-olah sebagai tulisan saya sendiri, dan atau tidak terdapat sebagaian atau keseluruhan tulisan yang saya salin, tiru atau saya ambil dari tulisan dari orang lain tanpa memberikan pengakuan kepada pemilik aslinya.

Apabila saya melakukan yang tersebut di atas secara sengaja atau tidak, saya menyatakan menarik karya tulis ilmiah/skripsi yang saya ajukan sebagai hasil karya tulisan saya sendiri. Jika kemudian terbukti bahwa ternyata saya melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan orang lain seolah-olah itu hasil pemikiran saya sendiri, berarti gelar dan ijazah yang telah diberikan oleh universitas batal saya terima

Palopo, 24 juni 2026

Yang Memberikan Pernyataan



Dhela Dazilva

ABSTRAK

Anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang berdampak pada pertumbuhan, konsentrasi belajar, produktivitas, dan kesehatan reproduksi. Di Kota Palopo, prevalensi anemia pada remaja putri masih tergolong tinggi sehingga diperlukan upaya penanganan yang efektif. Salah satu alternatif yang dapat digunakan adalah teh daun kelor (*Moringa oleifera*) yang mengandung zat besi, vitamin C, dan asam folat yang berperan dalam pembentukan hemoglobin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pemberian teh daun kelor terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri anemia di Kota Palopo. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain quasi experimental dan rancangan pretest-posttest control group design. Sampel penelitian berjumlah 23 remaja putri anemia yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, terdiri atas 13 responden kelompok intervensi dan 10 responden kelompok kontrol. Kelompok intervensi diberikan teh daun kelor dua kali sehari selama 14 hari, sedangkan kelompok kontrol diberikan edukasi kesehatan dan leaflet mengenai anemia. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon Signed-Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata kadar hemoglobin kelompok intervensi meningkat dari $11,21 \pm 0,86$ g/dL menjadi $13,20 \pm 1,19$ g/dL ($p=0,003$), sedangkan kelompok kontrol meningkat dari $10,85 \pm 0,62$ g/dL menjadi $11,24 \pm 0,73$ g/dL ($p=0,046$). Rata-rata peningkatan kadar hemoglobin kelompok intervensi sebesar $1,98 \pm 1,63$ g/dL, lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol sebesar $0,39 \pm 0,56$ g/dL. Pemberian teh daun kelor terbukti efektif meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri anemia.

Kata Kunci: anemia, remaja putri, teh daun kelor, kadar hemoglobin, *Moringa oleifera*.

ABSTRACT

*Anaemia among adolescent girls remains a public health problem that affects growth, learning, concentration, productivity, and reproductive health. In Palopo City, the prevalence of anaemia among adolescent girls is still relatively high, making effective management efforts necessary. One alternative is moringa leaf tea (*Moringa oleifera*), which contains iron, vitamin C, and folic acid, all of which play a role in haemoglobin formation. This study aimed to determine the effectiveness of administering moringa leaf tea in increasing haemoglobin levels among anaemic adolescent girls in Palopo City. This study used a quantitative approach with a quasi-experimental, pretest-post-test control group design. The research sample consisted of 23 anaemic adolescent girls selected through purposive sampling, comprising 13 in the intervention group and 10 in the control group. The intervention group received moringa leaf tea twice daily for 14 days, while the control group received health education and leaflets on anaemia. Data were analysed using the Wilcoxon Signed-Rank Test. The results showed that the mean haemoglobin level in the intervention group increased from 11.21 ± 0.86 g/dL to 13.20 ± 1.19 g/dL ($p=0.003$), whereas in the control group it increased from 10.85 ± 0.62 g/dL to 11.24 ± 0.73 g/dL ($p=0.046$). The mean increase in haemoglobin levels in the intervention group was 1.98 ± 1.63 g/dL, higher than in the control group (0.39 ± 0.56 g/dL). The administration of moringa leaf tea was shown to be effective in increasing haemoglobin levels in anaemic adolescent girls.*

*Keywords: anaemia, adolescent girls, moringa leaf tea, haemoglobin levels, *Moringa oleifera*.*

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, hidayah, dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan penelitian dengan judul **"Efektivitas Pemberian Teh Daun Kelor Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri Anemia"** dengan baik dan tepat waktu.

Penelitian ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memenuhi tugas akhir dalam mata kuliah Metodologi Penelitian. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi nyata dalam upaya penanggulangan anemia defisiensi besi pada remaja putri melalui pemanfaatan tanaman herbal lokal yang mudah dijumpai di masyarakat. Dalam proses penyusunan penelitian ini, penulis menyadari bahwa banyak pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, dan motivasi. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Orang tua, yang saya cintai dan yang senantiasa memberikan dukungan moral dan material.
2. Bapak Prof. Dr. Drs. H. Suhardi M. Anwar., M.M., CIQaR selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Palopo.
3. Ibu Bd. Patmahwati, S.ST., M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan.
4. Ibu Ummi Kalsum Marwan, S.K.M., M.Kes selaku Ketua Program Studi S1 Gizi.

5. Tenri Puli, S.Gz., M.K.M selaku dosen Pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran yang sangat berharga selama proses penelitian.
6. Dr. Sri Rahayu Amri, S.H., M.H selaku dosen Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan saran yang sangat berharga selama proses penelitian.
7. Seluruh kepala sekolah SMPN yang ikut dalam penelitian, yang telah memberikan izin dan fasilitas untuk melaksanakan penelitian di sekolah tersebut.
8. Seluruh remaja putri Anemia, yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
9. Rekan-rekan mahasiswa, yang telah memberikan semangat dan bantuan selama penelitian.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna dan memiliki berbagai keterbatasan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak untuk perbaikan di masa yang akan datang. Semoga penelitian ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang gizi dan kesehatan masyarakat, serta dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH/SKRIPSI.....	iii
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	12
C. Tujuan Penelitian	12
D. Manfaat Penelitian.....	13
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	16
A. Landasan Teori	16
B. Kerangka Teori	33
C. Kerangka Konseptual.....	36
D. Definisi Operasional	37
E. Hipotesis Penelitian.....	38
BAB III METODE PENELITIAN	40
A. Desain Penelitian	40
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	41
C. Populasi Dan Sampel.....	41
D. Jenis Dan Sumber Data.....	43
E. Instrumen Penelitian	43
F. Teknik Pengumpulan Data.....	44
G. Teknik Analisis Data	46
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Hasil	51
B. Pembahasan.....	61

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	66
A. Kesimpulan	66
B. Keterbatasan Penelitian.....	67
C. Implikasi.....	68
D. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN	74

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori	34
Gambar 2 Kerangka Konsep	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Definisi Operasional dan Kriteria Objektif	37
Tabel 3.1	Rancangan Penelitian	40
Tabel 4.1	Karakteristik Responden	53
Tabel 4.2	Persentase Tingkat Kepatuhan Konsumsi Teh Daun Kelor	55
Tabel 4.3	Kadar Hemoglobin Responden Sebelum dan Sesudah	57
Tabel 4.4	Uji Normalitas Kadar Hemoglobin	58
Tabel 4.5	Perbedaan Kadar Hb Sebelum dan Setelah Intervensi	59
Tabel 4.6	Perbedaan Kadar Hemoglobin (Δ Hb) antara Kelompok Intervensi dan Kelompok Kontrol.....	60

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat pengambilan data awal	74
Lampiran 2 Surat izin penelitian	76
Lampiran 3 Surat Keterangan Selesai Penelitian	78
Lampiran 4 Kode Etik Penelitian	80
Lampiran 5 Lembar Permohonan.....	81
Lampiran 6 Lembar Informed Consent.....	83
Lampiran 7 Kuesioner	85
Lampiran 8 Lembar Observasi.....	87
Lampiran 9 Master Tabel	89
Lampiran 10 Tabel Kepatuhan Konsumsi.....	90
Lampiran 11 Hasil Output SPSS	91
Lampiran 12 Dokumentasi Kegiatan Penelitian.....	97
Lampiran 13 Leaflet	100

DAFTAR SINGKATAN

Hb	: Hemoglobin
SD	: Standar Deviasi
WHO	: <i>World Health Organisation</i>
FFQ	: <i>Food Frequency Questionnaire</i>
H ₀	: Hipotesis Nol
H ₁	: Hipotesis Alternatif
Δ Hb	: Perubahan (Selisih) Kadar Hemoglobin
SDM	: Sumber Daya Manusia
TTD	: Tablet Tambah Darah
SKI	: Survei Kesehatan Indonesia
BBLR	: Berat Badan Lahir Rendah
IMT	: Indeks Massa Tubuh
WUS	: Wanita Usia Subur
SPSS	: <i>Statistical Package For The Social Sciences</i>
FE	: <i>Ferrum</i> (Zat Besi)

SKRIPSII BAB 1-3.docx

ORIGINALITY REPORT

18%

SIMILARITY INDEX

PRIMARY SOURCES

1	ayosehat.kemkes.go.id Internet	509 words — 1%
2	www.ejurnalmalahayati.ac.id Internet	324 words — 1%
3	j-innovative.org Internet	265 words — 1%
4	jurnal.unismuhpalu.ac.id Internet	138 words — 1%
5	journal.mandiracendikia.com Internet	134 words — 1%
6	jurnal.stikesmus.ac.id Internet	129 words — 1%
7	repository.polteksepupang.ac.id Internet	111 words — 1%
8	Indah Yuliani, Erna Kurnia. "Efektifitas Tablet Tambah Darah dalam Mengurangi Risiko Anemia dan Meningkatkan Kesehatan Reproduksi pada Remaja Putri di MAN 1 Karawang", MAHESA : Malahayati Health Student Journal, 2026 Crossref	110 words — 1%
9	journal.asritani.or.id Internet	110 words — 1%
10	jurnal.stikeskesosi.ac.id Internet	102 words — 1%
11	repository.poltekkes-tjk.ac.id Internet	72 words — 1%

12	repository.unhas.ac.id Internet	64 words — 1%
13	repository.strada.ac.id Internet	58 words — 1%
14	repository.unimma.ac.id Internet	53 words — 1%
15	ejurnal.universitas-bth.ac.id Internet	48 words — 1%
16	Marwati Marwati, Bekt Handayani, Maria Octavianti, Trijani Moedjiherwati, Maghfiroh Realis Murphi. "Efektivitas konsumsi daun kelor terhadap peningkatan hemoglobin ibu hamil anemia", <i>Journal of Health Research Science</i> , 2025 Crossref	47 words — 1%
17	www.ejurnalskalakesehatan-poltekkesbjm.com Internet	47 words — 1%
18	repository.poltekkes-medan.ac.id Internet	46 words — 1%
19	jurnal.poltekkespalembang.ac.id Internet	45 words — 1%
20	repo.poltekestasikmalaya.ac.id Internet	38 words — < 1%
21	repository.unissula.ac.id Internet	37 words — < 1%
22	eprints.poltekkesjogja.ac.id Internet	31 words — < 1%
23	mail.jurnal.poltekkesmaluku.com Internet	31 words — < 1%
24	repository.stieykpn.ac.id Internet	31 words — < 1%
25	archive.umsida.ac.id Internet	29 words — < 1%

26	etd.uinsyahada.ac.id Internet	26 words — < 1%
27	www.gurupendidikan.co.id Internet	25 words — < 1%

EXCLUDE QUOTES

ON

EXCLUDE BIBLIOGRAPHY

ON

EXCLUDE SOURCES

OFF

EXCLUDE MATCHES

OFF