

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat pengambilan data awal

Pengambilan Data Awal di Dinas Kesehatan Kota Palopo

		MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI, PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALOPO LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA MASYARAKAT (LPPM) Lt. 2 Gedung MCC Universitas Muhammadiyah Palopo Jl. Jend. Sudirman Km. 03 Binturu, Kota Palopo (91959) – Telp/Fax: (0471) 327429
Nomor	: 238/III.3.AU/LPPM/F/2026	Palopo, 18 Mei 2026
Lampiran	: -	
Perihal	: Permohonan Izin Pengambilan Data Awal	

Kepada Yth
Kepala Dinas Kesehatan Kota Palopo
 Di_ _____
Tempat

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

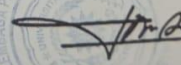
Dengan hormat, disampaikan bahwa dalam rangka pelaksanaan penelitian Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Palopo, mohon kiranya diberikan izin untuk memperoleh beberapa data awal, kepada:

Nama : Dhela Dazilva
 NIM : 221350019
 Jurusan : SI Gizi
 Alamat : Binturu, Kota Palopo
 Jenis Kelamin : Perempuan
 No.Hp/Wa : 082188511385

Untuk melakukan penelitian dengan Judul **"Efektivitas Pemberian Teh Daun Kelor Terhadap Peningkatan Kadar Hemaglobin Pada Remaja Putri Anemia"** yang akan dilaksanakan pada Mei-Juni 2026

Demikian permohonan dari kami, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh


Ka.LPPM,

Junaidi, SE.,Ak.,M.Ak.,CA.,Ph.D
NIDN: 0910067705

Tembusan:
 - Dekan Bersangkutan
 - Peringgal

Surat Izin Pengambilan Data Awal di Puskesmas Wara Utara Kota Palopo


MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI, PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALOPO
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA
MASYARAKAT (LPPM)
 Lt. 2 Gedung MCC Universitas Muhammadiyah Palopo
 Jl. Jend. Sudirman Km. 03 Binturu, Kota Palopo (91959) – Telp/Fax: (0471) 327429

Nomor : 243/III.3.AU/LPPM/F/2026
 Lampiran : -
 Perihal : Permohonan Izin Pengambilan Data Awal

Palopo, 19 Mei 2026

Kepada Yth
Kepala Puskesmas Wara Utara Kota
 Di_

Tempat

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

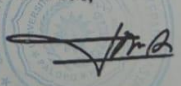
Dengan hormat, disampaikan bahwa dalam rangka pelaksanaan penelitian Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Palopo, mohon kiranya diberikan izin untuk memperoleh beberapa data awal, kepada:

Nama : Dhela Dazilva
 NIM : 221350019
 Jurusan : SI Gizi
 Alamat : Binturu, Kota Palopo
 Jenis Kelamin : Perempuan
 No.Hp/Wa : 082188511385

Untuk melakukan penelitian dengan Judul **"Efektivitas Pemberian Teh Daun Kelor Terhadap Peningkatan Kadar Hemaglobin Pada Remaja Putri Anemia"** yang akan dilaksanakan pada Mei-Juni 2026

Demikian permohonan dari kami, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh


Ka.LPPM,
Junaidi, SE.,Ak.,M.Ak.,CA.,Ph.D
NIDN: 0910067705

Tembusan:
 - Dekan Bersangkutan
 - Peringgal

Lampiran 2 Surat izin penelitian

Surat Izin Penelitian Ke SMP Frater Kota Palopo


MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI, PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALOPO
LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN
KEPADA MASYARAKAT (LPPM)
 Lt. 2 Gedung MCC Universitas Muhammadiyah Palopo
 Jl. Jend. Sudirman Km. 03 Binturu, Kota Palopo (91959) – Telp/Fax: (0471) 327429

Nomor : 265/III.3.AU/LPPM/F/2026
 Lampiran : -
 Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth.
Kepala SMP Frater Palopo
 Di _____
 Tempat _____

Assalamu'alaikum Wr. Wb

Dengan hormat, disampaikan bahwa dalam rangka pelaksanaan penelitian mahasiswa Universitas Muhammadiyah Palopo, maka dari itu mohon kiranya untuk diberikan izin kepada:

Nama : Dhela Dazilva
 NIM : 221350019
 Program Studi : S1 Gizi
 Alamat : Binturu, Kota Palopo
 Jenis Kelamin : Perempuan
 No. Telp/Wa : 082188511385

Mohon kiranya Bapak/Ibu memberikan izin untuk memperoleh beberapa data yang dibutuhkan terkait penelitian dengan judul **"Efektivitas Pemberian The Daun Kelor Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Anemia"** penelitian akan dilaksanakan selama bulan Juni-Juli 2026

Demikian permohonan dari kami, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb

Palopo, 04 Juni 2026


Ka.LPPM,

Junaidi, SE., Ak., M.Ak., CA., Ph.D
NIDN: 0910067705

Tembusan:
 Yth 1. Rektor Universitas Muhammadiyah Palopo
 2. Yang Bersangkutan
 3. Arsip

Surat Izin Penelitian Ke SMPN 1 Palopo



MAJELIS PENDIDIKAN TINGGI, PENELITIAN DAN PENGEMBANGAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALOPO
 LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN KEPADA
 MASYARAKAT (LPPM)
 Lt. 2 Gedung MCC Universitas Muhammadiyah Palopo
 Jl. Jend. Sudirman Km. 03 Binturu, Kota Palopo (91959) – Telp/Fax: (0471) 327429

Nomor : 253/III.3.AU/LPPM/F/2026 Palopo, 25 Mei 2026
 Lampiran : -
 Perihal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth
Kepala SMPN 1 Palopo
 Di_ **Tempat**

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Dengan hormat, disampaikan bahwa dalam rangka pelaksanaan penelitian Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Palopo, mohon kiranya diberikan izin untuk melaksanakan penelitian, kepada:

Nama : Dhela Dazilva
 NIM : 221350019
 Jurusan : SI Gizi
 Alamat : Binturu, Kota Palopo
 Jenis Kelamin : Perempuan
 No.Hp/Wa : 082188511385

Untuk melakukan penelitian dengan Judul **"Efektivitas Pemberian Teh Daun Kelor Terhadap Peningkatan Kadar Hemaglobin Pada Remaja Putri Anemia"** yang akan dilaksanakan pada Mei-Juni 2026

Demikian permohonan dari kami, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh


Ka.LPPM,

Junaidi, SE., Ak., M.Ak., CA., Ph.D
NIDN: 0910067705

Tembusan:
 - Dekan Bersangkutan
 - Pertinggal

Lampiran 3 Surat Keterangan Selesai Penelitian

Surat Keterangan Selesai Penelitian di SMP Frater Kota Palopo



PEMERINTAH KOTA PALOPO
DINAS PENDIDIKAN, KEMUDAAN DAN OLAHRAGA
SMP FRATER PALOPO

Jalan Veteran No. 62 A, Kel. Pattene, Kec. Wara Utara, Kota Palopo, Prov. Sulawesi Selatan, 91913
E-Mail: smpfraterplo2024@gmail.com

NSS: 202196209001 NPSN: 40307839

SURAT KETERANGAN SELESAI PENELITIAN
Nomor: 421.3/132/SMP.Fr/VI/S.2026

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fr. Aloisius Lamba HHK, S.Pd.
NIP : -
Pangkat/Gol : -
Jabatan : Kepala SMP Frater Palopo
Instansi : SMP Frater Palopo

Menyatakan bahwa:

Nama : DHELA DAZILVA
NIM : 221350019
Program Studi : S1. GIZI
Perguruan Tinggi : UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALOPO

Telah melaksanakan penelitian di SMP Frater Palopo mulai Bulan Mei-Juni 2026 dalam rangka persiapan penulisan skripsi dengan judul **"EFEKTIVITAS PEMBERIAN TEH DAUN KELOR TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI ANEMIA"**

Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.



Palopo, 2026
Kepala SMP Frater Palopo,
Fr. Aloisius Lamba HHK, S.Pd.

Surat Keterangan Selesai Melakukan Penelitian di SMPN 1 Palopo



PEMERINTAH KOTA PALOPO
DINAS PENDIDIKAN KEPEMUDAAN DAN OLAHRAGA
SMP NEGERI 1 PALOPO
 Alamat : Jl. Andi Pangerang No.2 Palopo Telp.0471-21058 Fax.0471-21058
 Website : <http://www.smpn1-palopo.com> email: http://mail.smpn1_plp@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN
 Nomor : 400.3.5/07076/SMP.01

1. Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama	: Dr. SURIADI RAHMAT,S.Ag.,M.Pd.I
NIP	: 19730516 200902 1 001
Pangkat/Gol.	: Pembina Utama muda, IV/C
Jabatan	: Kepala Sekolah

2. Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama	: DHELA DAZILVA
Pekerjaan	: Mahasiswa
NIM	: 221350019
Jenis Kelamin	: Perempuan
Alamat	: Binturu Kota Palopo

Bahwa yang bersangkutan telah melaksanakan penelitian pada SMP Negeri 1 Palopo pada Bulan Mei s.d Juni 2026 dengan judul : **"EFEKTIVITAS PEMBERIAN TEH DAUN KELOR TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI ANEMIA"**

Demikian Surat Keterangan ini dibuat dan diberikan kepada yang bersangkutan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Palopo, 19 Juni 2025

Kepala Sekolah,




Dr. SURIADI RAHMAT, S.Ag.,M.Pd.I
Pangkat: Pembina
NIP: 19730516 200902 1 001

Lampiran 4 Kode Etik Penelitian



Lampiran 5 Lembar Permohonan

LEMBAR PERMOHONAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN

Judul Penelitian: **“Efektivitas Pemberian Teh Daun Kelor Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri Anemia Tahun 2026”**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

NIM :

Program Studi :

Institusi :

Dengan ini memohon kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan izin kepada putri Bapak/Ibu untuk menjadi responden dalam penelitian yang saya lakukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas konsumsi teh daun kelor terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia.

Partisipasi putri Bapak/Ibu dalam penelitian ini akan melibatkan:

1. Pengisian kuesioner
2. Pemeriksaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah perlakuan
3. Konsumsi teh daun kelor (untuk kelompok intervensi) selama waktu intervensi sesuai jadwal yang ditentukan
4. Pengamatan kepatuhan konsumsi oleh peneliti/pengawas. Semua data yang diperoleh akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk keperluan

penelitian. Partisipasi bersifat sukarela, dan Saudari dapat mengundurkan diri kapan saja tanpa konsekuensi apa pun.

Demikian permohonan ini saya sampaikan. Atas kesediaan dan kerja sama Bapak/Ibu, saya ucapkan terima kasih.

Palopo, 2026
Hormat saya,

Dhela Dazilva

Lampiran 6 *Lembar Informed Consent*

**LEMBAR PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN
(INFORMED CONSENT)**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama :

Usia :

Kelas :

Alamat :

Dengan ini menyatakan bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian berjudul:
“Efektivitas Pemberian Teh Daun Kelor Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri Anemia Tahun 2026

Saya telah mendapat penjelasan dari peneliti mengenai maksud, tujuan, manfaat, serta prosedur penelitian yang meliputi pengisian kuesioner, pemeriksaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah intervensi, dan konsumsi teh daun kelor sebagai intervensi selama 30 hari.

Saya memahami bahwa partisipasi ini bersifat sukarela dan saya dapat mengundurkan diri kapan saja tanpa konsekuensi apa pun. Saya juga memahami bahwa identitas dan seluruh informasi saya akan dijaga kerahasiaannya dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian ini.

Demikian surat persetujuan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan tanpa paksaan dari pihak manapun.

Palopo, 2026

Yang Menyatakan,

(.....)

PERSETUJUAN ORANG TUA/WALI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini sebagai orang tua/wali dari responden di atas, telah menerima penjelasan mengenai maksud, tujuan, dan prosedur penelitian. Saya memahami bahwa penelitian ini dilakukan dengan memperhatikan etika penelitian

Dengan ini saya menyetujui anak saya menjadi responden dalam penelitian ini.

Nama Orang Tua/Wali :

Alamat :

Palopo, 2026

Orang Tua/Wali

(.....)

Lampiran 7 Kuesioner

KUESIONER PENELITIAN

Judul Penelitian: “Efektivitas Pemberian Teh Daun Kelor terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri Anemia Tahun 2026”

Petunjuk:

Bacalah setiap pertanyaan dengan seksama. Beri tanda centang (✓) pada kolom “Ya” atau “Tidak” sesuai kondisi dan pengetahuan Anda. Jawaban Anda bersifat rahasia dan hanya digunakan untuk kepentingan penelitian.

Bagian I: Identitas Responden

1. Inisial Nama :
2. Usia :
3. Kelas :
4. Alamat :
5. Nomor HP :
6. Riwayat Menstruasi :
7. Riwayat Konsumsi Suplemen Zat Besi :
8. Menderita Penyakit :
9. Alergi Daun Kelor :

Bagian II: Pola Konsumsi dan Kebiasaan Harian

No	Pernyataan	Ya	Tidak
1	Saya mengonsumsi sayuran hijau seperti daun kelor, bayam, atau kangkung minimal 3 kali seminggu.		

2	Saya sarapan setiap pagi sebelum berangkat sekolah.		
3	Saya sering mengonsumsi makanan cepat saji atau jajanan kemasan.		
4	Saya minum teh atau kopi setelah makan.		
5	Saya mengonsumsi buah setiap hari.		
6	Saya mengonsumsi makanan sumber protein (telur, ikan, daging) setiap hari.		

Bagian III: Pengetahuan tentang Anemia

No	Pernyataan	Benar	Salah
1	Anemia adakah kondisi tubuh kekurangan sel darah merah		
2	Anemia disebabkan karena kekurangan zat besi		
3	Batas normal kadar hemoglobin adalah 12 g/dL		
4	Anemia menyebabkan tubuh merasa lelah, letih, lesuh, lunglai dan sulit berkonsentrasi		
5	Minum teh atau kopi saat makan atau setelah makan makanan sumber zat besi dapat menghambat penyerapan zat besi		
6	Mengonsumsi makanan sumber protein (telur, ikan, daging, tahu, tempe), sayur dan buah setiap hari dapat mengurangi risiko anemia		

Lampiran 8 Lembar Observasi

**LEMBAR OBSERVASI KEPATUHAN KONSUMSI
TEH DAUN KELOR**

Nama :

Usia :

Periode : 30 Hari (1 bulan)

No	Hari/Tanggal	Konsumsi Pagi	Konsumsi Sore	Tanda Tangan Responden	Keterangan (Patuh/Tidak)
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					

14					
----	--	--	--	--	--

Keterangan:

- **Patuh:** $\geq 80\%$ dari total hari konsumsi (≥ 24 hari dari 30 hari)
- **Cukup Patuh:** 60-79% dari total hari konsumsi (18-23 hari)
- **Tidak Patuh:** $< 60\%$ dari total hari konsumsi (< 18 hari)

Lampiran 9 *Master Tabel*

sekolah	kelompok	Hb Pretest	Hb Posttest	Selisih Hb	Umur	Kelas	Lama Menstruasi	Siklus Menstruasi	Anemia
SMP 10	Intervensi	11.4	13.6	2.2	14 Tahun	Kelas 7	lebih 7 hari	Teratur	Ringan
SMP 10	Intervensi	11.7	11.2	-5	14 Tahun	Kelas 8	lebih 7 hari	Tidak Teratur	Ringan
SMP 10	Intervensi	11.6	13.2	1.6	14 Tahun	Kelas 8	lebih 7 hari	Teratur	Ringan
SMP 10	Intervensi	11.8	12.8	1	14 Tahun	Kelas 8	lebih 7 hari	Teratur	Ringan
SMP 10	Intervensi	11.8	14.1	2.3	14 Tahun	Kelas 8	kurang 7 hari	Tidak Teratur	Ringan
SMP 1	Intervensi	10.1	12.3	2.2	14 Tahun	Kelas 8	lebih 7 hari	Teratur	Sedang
SMP 1	Intervensi	11.7	13	1.3	14 Tahun	Kelas 8	kurang 7 hari	Teratur	Ringan
SMP Frater	Intervensi	11.9	14.1	2.2	14 Tahun	Kelas 8	lebih 7 hari	Teratur	Ringan
SMP Frater	Intervensi	10.8	15.9	5.1	14 Tahun	Kelas 8	lebih 7 hari	Tidak Teratur	Sedang
SMP Frater	Intervensi	11.9	12.1	0.2	14 Tahun	Kelas 8	kurang 7 hari	Teratur	Ringan
SMP Frater	Intervensi	11.7	12.2	4.9	14 Tahun	Kelas 8	lebih 7 hari	Teratur	Ringan
SMP Frater	Intervensi	9.2	14.1	2.8	14 Tahun	Kelas 8	lebih 7 hari	Teratur	Sedang
SMP Frater	Intervensi	10.2	13	0.5	13 Tahun	Kelas 7	lebih 7 hari	Tidak Teratur	Sedang
SMP 10	Kontrol	11	12	1	15 Tahun	Kelas 8	Lebih 7 hari	Teratur	Ringan
SMP 1	Kontrol	9.5	10	0.5	14 Tahun	Kelas 7	Lebih 7 hari	Teratur	Sedang
SMP 1	Kontrol	11.7	11.4	-0.3	14 Tahun	Kelas 8	Lebih 7 hari	Teratur	Ringan
SMP 1	Kontrol	10.9	11.3	0.4	13 Tahun	Kelas 7	Kurang 7 hari	Teratur	Sedang
SMP 1	Kontrol	11.1	11.9	0.8	14 Tahun	Kelas 7	Lebih 7 hari	Teratur	Ringan
SMP 1	Kontrol	11	11.8	0.8	14 Tahun	Kelas 7	Lebih 7 hari	Teratur	Ringan
SMP 1	Kontrol	10.4	10.9	0.5	14 Tahun	Kelas 8	Lebih 7 hari	Teratur	Sedang
SMP 1	Kontrol	10.5	10	-0.5	15 Tahun	Kelas 8	Lebih 7 hari	Teratur	Sedang
SMP 1	Kontrol	10.8	11.8	1	14 Tahun	Kelas 7	Lebih 7 hari	Teratur	Sedang
SMP 1	Kontrol	11.6	11.3	-0.3	14 Tahun	Kelas 7	Lebih 7 hari	Teratur	Ringan

Lampiran 10 Tabel Kepatuhan Konsumsi

TINGKAT KEPATUHAN KONSUMSI TEH DAUN KELOR																												
Sekolah	Hari ke 1		Hari ke 2		Hari ke 3		Hari ke 4		Hari ke 5		Hari ke 6		Hari ke 7		Hari ke 8		Hari ke 9		Hari ke 10		Hari ke 11		Hari ke 12		Hari ke 13		Hari ke 14	
	Pagi	Malam	Pagi	Malam	Pagi	Malam	Pagi	Malam	Pagi	Malam	Pagi	Malam	Pagi	Malam	Pagi	Malam	Pagi	Malam	Pagi	Malam	Pagi	Malam	Pagi	Malam	Pagi	Malam	Pagi	Malam
SMP 10	√	√	√	√	√	√	√		√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√
SMP 10	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√		√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√		√	√	√	√
SMP 10	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√		√	√	√	√		√	√	√		√	√
SMP 10	√	√	√	√	√		√	√	√	√	√	√	√	√	√		√	√		√	√	√	√	√	√	√	√	√
SMP 10	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√
SMP 1	√	√	√	√	√	√	√		√	√	√	√	√		√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√
SMP 1	√	√	√	√	√		√	√	√	√	√	√	√	√	√		√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√
SMP Frater	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√
SMP Frater	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√		√	√	√	√
SMP Frater	√	√	√	√	√		√		√	√	√	√	√	√	√	√		√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√
SMP Frater	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√
SMP Frater	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√		√	√
SMP Frater	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√	√		√	√

Tabel Tingkat Kepatuhan Konsumsi Teh Daun Kelor

Lampiran 1 1 Hasil Output SPSS

1. Hasil Analisis Univariat
 - a. Kelompok Intervensi

		Umur			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	13 tahun	1	7.7	7.7	7.7
	14 tahun	12	92.3	92.3	100.0
	Total	13	100.0	100.0	

		Kelas			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kelas 7	2	15.4	15.4	15.4
	kelas 8	11	84.6	84.6	100.0
	Total	13	100.0	100.0	

		Lama_Mens			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kurang 7 hari	3	23.1	23.1	23.1
	lebih 7 hari	10	76.9	76.9	100.0
	Total	13	100.0	100.0	

		Siklus_Mens			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	teratur	9	69.2	69.2	69.2
	tidak teratur	4	30.8	30.8	100.0
	Total	13	100.0	100.0	

b. Karakteristik Kelompok Kontrol

Umur					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	13 tahun	1	10.0	10.0	10.0
	14 tahun	7	70.0	70.0	80.0
	15 tahun	2	20.0	20.0	100.0
	Total	10	100.0	100.0	

Kelas					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kelas 7	6	60.0	60.0	60.0
	kelas 8	4	40.0	40.0	100.0
	Total	10	100.0	100.0	

Lama_Mens					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	kurang 7 hari	1	10.0	10.0	10.0
	lebih 7 hari	9	90.0	90.0	100.0
	Total	10	100.0	100.0	

Siklus_Mens					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	teratur	10	100.0	100.0	100.0

c. Kadar Hemoglobin

	Kelompok		Statistic	Std. Error
Hb_Pre	intervensi	Mean	11.2154	.24042
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	10.6916
			Upper Bound	11.7392
		5% Trimmed Mean		11.2893
		Median		11.7000
		Variance		.751
		Std. Deviation		.86684
		Minimum		9.20
		Maximum		11.90
		Range		2.70
		Interquartile Range		1.30
		Skewness	-1.398	.616
		Kurtosis	.957	1.191
	kontrol	Mean	10.8500	.19847
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	10.4010
			Upper Bound	11.2990
		5% Trimmed Mean		10.8778
		Median		10.9500
		Variance		.394
		Std. Deviation		.62761
		Minimum		9.50
		Maximum		11.70
		Range		2.20
Hb_Post	intervensi	Mean	13.2000	.33147
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	12.4778
			Upper Bound	13.9222
		5% Trimmed Mean		13.1611
		Median		13.0000
		Variance		1.428
		Std. Deviation		1.19513
		Minimum		11.20
		Maximum		15.90
		Range		4.70
		Interquartile Range		1.85
		Skewness	.623	.616
		Kurtosis	1.093	1.191
	kontrol	Mean	11.2400	.23247
		95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	10.7141
			Upper Bound	11.7659
		5% Trimmed Mean		11.2867
		Median		11.3500
		Variance		.540
		Std. Deviation		.73515
		Minimum		10.00
		Maximum		12.00
		Range		2.00
		Interquartile Range		1.15
		Skewness	-.968	.687
		Kurtosis	-.257	1.334

2. Hasil Uji Normalitas

a. Kadar Hemoglobin

Tests of Normality							
	Kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Hb_Pre	interven	.287	13	.004	.773	13	.003
	kontrol	.168	10	.200 [*]	.928	10	.432
Hb_Post	interven	.149	13	.200 [*]	.956	13	.689
	kontrol	.233	10	.134	.848	10	.055

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

b. Selisih Hb (Δ Hb)

Tests of Normality							
	Kelompok	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
		Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
delta_Hb	interven	.193	13	.200 [*]	.928	13	.322
	kontrol	.207	10	.200 [*]	.869	10	.096

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

3. Hasil Analisis Univariat

a. Uji Wilcoxon Signed-Rank Test

1. Kelompok Intervensi

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Hb_Post - Hb_Pre	Negative Ranks	1 ^a	2.50	2.50
	Positive Ranks	12 ^b	7.38	88.50
	Ties	0 ^c		
	Total	13		
a. Hb_Post < Hb_Pre				
b. Hb_Post > Hb_Pre				
c. Hb_Post = Hb_Pre				

Test Statistics ^a	
	Hb_Post - Hb_Pre
Z	-3.010 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.003
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	
b. Based on negative ranks.	

2. Kelompok Kontrol

Ranks				
		N	Mean Rank	Sum of Ranks
Hb_Post - Hb_Pre	Negative Ranks	3 ^a	2.67	8.00
	Positive Ranks	7 ^b	6.71	47.00
	Ties	0 ^c		
	Total	10		
a. Hb_Post < Hb_Pre				
b. Hb_Post > Hb_Pre				
c. Hb_Post = Hb_Pre				

Test Statistics ^a	
	Hb_Post - Hb_Pre
Z	-1.997 ^b
Asymp. Sig. (2-tailed)	.046
a. Wilcoxon Signed Ranks Test	

b. Uji *Independent Sample T-Test*

Independent Samples Test					
		t-test for Equality of Means			
		Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference
					Lower
delta_Hb	Equal variances assumed	.008	1.59462	.54384	.46363
	Equal variances not assumed	.005	1.59462	.48829	.55660

Lampiran 1 2 Dokumentasi Kegiatan Penelitian

Dokumentasi pemeriksaan awal (preetes) kadar Hemoglobin



Dokumentasi pemeriksaan akhir (posttest) kadar Hemoglobin



Dokumentasi pegisian kuesioner dan pemberian edukasi



Dokumentasi pengonsumsian produk teh daun kelor



Lampiran 1 3 Leafleat

**Remaja Sehat,
Bebas Anemia!**

DAUN KELOR

Sahabat Remaja Lawan Anemia



Anemia bukan cuma bikin lemas, tapi juga bisa ganggu konsentrasi, belajar, dan aktivitas sehari-hari.

Yuk, kenali daun kelor si kecil kaya manfaat untuk darah yang lebih sehat!

APA ITU ANEMIA?

Anemia adalah kondisi ketika kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal, sehingga tubuh kekurangan oksigen.



GEJALA ANEMIA

- Sering lelah dan lemas
- Pucat
- Pusing
- Konsentrasi menurun
- Mudah sesak saat beraktivitas
- Daya tahan tubuh menurun

! Remaja putri lebih berisiko anemia karena kehilangan darah saat menstruasi.

KENAPA DAUN KELOR BAIK UNTUK CEGAH ANEMIA?

-  **Kaya Zat Besi (Fe)**
Membantu pembentukan sel darah merah dan meningkatkan kadar hemoglobin.
-  **Tinggi Vitamin C**
Membantu penyerapan zat besi lebih optimal.
-  **Mengandung Asam Folat**
Berperan penting dalam pembentukan sel darah merah yang sehat.
-  **Kaya Antioksidan & Nutrisi Lain**
Meningkatkan daya tahan tubuh dan energi harian.

Daun kelor mengandung banyak nutrisi dalam ukuran kecil!

"1 porsi daun kelor = nutrisi besar untuk tubuh remaja!"

DAUN KELOR, SI KECIL SUPER!

Kandungan gizi daun kelor lebih tinggi dibandingkan beberapa bahan pangan lain (per 100 gram)

			
Zat Besi 25x	Kalsium 17x	Kalium 15x	Vitamin C 7x
lebih banyak daripada bayam	lebih banyak daripada susu	lebih banyak daripada pisang	lebih banyak daripada jeruk

Sumber: Data USDA

CARA MUDAH KONSUMSI DAUN KELOR


Sayur bening daun kelor


Smoothie sehat


Campuran bubuk kelor (dicampur makanan/minuman)


Campuran dalam omelet atau telur dadar


Teh daun kelor


Kapsul ekstrak daun kelor

TIPS:
Konsumsi daun kelor secara rutin, diimbangi dengan makanan bergizi seimbang, minum cukup air, istirahat cukup, dan olahraga teratur.

**REMAJA HEBAT,
Pilihan Sehat,
Masa Depan Kuat!**

CEGAH ANEMIA, LAKUKAN 5 HAL INI!

- ✓ Konsumsi makanan kaya zat besi (Fe) seperti daun kelor, hati ayam, daging merah
- ✓ Konsumsi vitamin C (jeruk, jambu, tomat) untuk membantu penyerapan zat besi
- ✓ Minum tablet tambah darah sesuai anjuran
- ✓ Aktif bergerak dan olahraga teratur
- ✓ Istirahat cukup dan kelola stres

INGAT!
Mencegah anemia itu lebih mudah daripada mengobati. Mulai dari pilihan makanan sehat setiap hari!

**DAUN KELOR MURAH, MUDAH DIDAPAT, MANFAATNYA HEBAT!
Yuk, jadikan daun kelor bagian dari gaya hidup sehat remaja!**

Biodata Penulis

A. Data Pribadi

- | | |
|-------------------------|--|
| 1. Nama Lengkap | : Dhela Dazilva |
| 2. Tempat/Tanggal Lahir | : Bara'ba/04-10-2004 |
| 3. Jenis Kelamin | : Perempuan |
| 4. Alamat | : Binturu, Kota Palopo |
| 5. Agama | : Islam |
| 6. Pekerjaan | : Mahasiswa |
| 7. Email | : dazilvadhela1@gmail.com |
| 8. Nomor Hp | : 082188511385 |

B. Riwayat Pendidikan

- | | |
|------------------------------------|---------------------------|
| 1. SD | : (2010-2016) |
| 2. SMP | : (2016-2019) |
| 3. SMA | : (2019-2022) |
| 4. Universitas Muhammadiyah Palopo | : (Tahun 2022 – Sekarang) |

C. Riwayat Organisasi

1. Anggota Pramuka (Praja Muda Karana) SMAN 5 Luwu
2. Anggota PSM (Paduan Suara Mahasiswa) Universitas Muhammadiyah Palopo
3. Bendahara HIMAGIZ (Himpunan Mahasiswa Gizi) Universitas Muhammadiyah Palopo.