

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN TEH HIJAU (*CAMELLIA SINENSIS*)
TERHADAP BERAT BADAN PADA PESERTA KONTRASEPSI SUNTIK
DEPO PROGESTIN DI POSKESKEL LAWANG**

KABUPATEN MALANG



OLEH :

JUMRAWATI

NIM : 206067AJ

PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN

INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN

RS dr. SOEPRAOEN MALANG

TAHUN 2021

SKRIPSI

**PENGARUH PEMBERIAN TEH HIJAU (*CAMELLIA SINENSIS*)
TERHADAP BERAT BADAN PADA PESERTA KONTRASEPSI SUNTIK
DEPO PROGESTIN DI POSKESKEL LAWANG**

KABUPATEN MALANG

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Terapan Kebidanan Pada Prodi Kebidanan
Institut Teknologi Sains dan Kesehatan
RS Dr. Soepraoen Kota Malang**



OLEH :

JUMRAWATI

NIM : 206067AJ

**PROGRAM STUDI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
INSTITUT TEKNOLOGI, SAINS, DAN KESEHATAN
RS dr. SOEPRAOEN MALANG
TAHUN 2021**

LEMBAR PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Jumrawati

Tempat / tanggal lahir : Palopo, 08 Juli 1988

NIM : 20.6.067AJ

Alamat : Jl. Candi Telaga Wangi No. 50, Kelurahan Mojolangu,
Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang,
Provinsi Jawa Timur

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul "Pengaruh Pemberian Teh Hijau (*Camellia Sinensis*) Terhadap Berat Badan Pada Peserta Kontrasepsi Depo Progestin di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang", ini adalah hasil penelitian yang bukan merupakan karya penelitian orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi manapun.

Jika di kemudian hari saya terbukti melanggar atas pernyataan tersebut di atas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari almamater.

Malang, Juni 2021

Yang Menyatakan,


Jumrawati

NIM 20.6.067

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI

**"PENGARUH PEMBERIAN TEH HIJAU (*CAMELLIA SINENSIS*) TERHADAP
BERAT BADAN PADA PESERTA KONTRASEPSI DEPO PROGESTIN
DI POSKESKEL LAWANG KABUPATEN MALANG"**

Nama: Jumrawati

NIM: 20.6.067

Telah disetujui Untuk diajukan di Depan Tim Penguji

Tanggal, Juni 2021

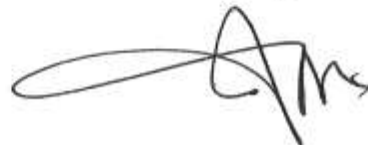
Oleh:

Pembimbing I



R. Maria Veronika W, S.ST.,M.Keb

Pembimbing II



Anik Sri Purwanti, S.ST.,M.Keb

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

"PENGARUH PEMBERIAN TEH HIJAU (*CAMELLIA SINENSIS*) TERHADAP BERAT BADAN PADA PESERTA KONTRASEPSI DEPO PROGESTIN DI POSKESKEL LAWANG KABUPATEN MALANG"

Disusun Oleh :

Jumrawati

20.6.067

Telah dipertahankan dan disetujui oleh Tim Penguji
Pada Sidang Skripsi di Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan
Politeknik Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang

Tanggal: September 2021

OLEH TIM PENGUJI :

1. Rosyidah Alfitri, S.ST., MPH
(Penguji I)

:()

2. R. Maria Veronika W, S.ST., M.Keb
(Penguji II)

:()

3. Anik Sri Purwanti, S.ST., M.Keb
(Penguji III)

:()

Malang, September 2021

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan

Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen



(Ina Indriani, S.ST., M.Kes)

ABSTRAK

Jumrawati. 2021. Pengaruh Pemberian Teh Hijau (*Camellia Sinensis*) Terhadap Berat Badan Pada Peserta Kontrasepsi Suntik Depo Progestin Di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang. Tugas Akhir Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I : Raden Maria Veronika Widyatrilupi, S.ST.,M.Keb, Pembimbing II : Anik Sri Purwanti, S.ST.,M.Keb

Penggunaan Depo Progestin jangka panjang dapat menyebabkan efek peningkatan berat badan melalui akumulasi lemak visceral dan perubahan kadar hormone leptin. Teh hijau bermanfaat sebagai anti inflamasi dan anti-proliferasi, yang berpotensi untuk menurunkan berat badan. Penelitian ini bertujuan untuk meneliti pengaruh pemberian teh hijau terhadap penurunan berat badan peserta kontrasepsi suntik depo progestin di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang. Desain penelitian pra eksperimen dengan *one group pre test-post tes design*. Populasi berjumlah 54 orang dan jumlah sampel 28 orang. Hasil penelitian adalah sebagian besar responden sebelum pemberian teh hijau memiliki berat badan dengan status gizi IMT obesitas 1 (25-29,9) sebanyak 21 responden (75%) dan responden sesudah pemberian teh hijau sebagian besar memiliki berat badan dengan status gizi IMT normal (18,5-24,9) sebanyak 15 responden (54%). Hasil uji statistik *Paired T-test* didapat nilai $p=0,000 < 0,05$ yang berarti H_1 diterima. Peneliti menyarankan kepada responden yang memiliki IMT ≥ 25 untuk menurunkan berat badan dengan mengkomsumsi teh hijau disertai olahraga dan menjaga pola makan untuk hasil yang maksimal.

Kata Kunci : Depo Progestin, Teh Hijau, Berat Badan

ABSTRAK

Jumrawati. 2021. The Effect of Giving Green Tea (*Camellia Sinensis*) on Weight in Participants of Progestin Depo Injecting Contraceptives at the Lawang Health Post, Malang Regency. Final Project of Applied Midwifery Study Program Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang. Pembimbing I : Raden Maria Veronika Widyatrilupi, S.ST.,M.Keb, Pembimbing II : Anik Sri Purwanti, S.ST.,M.Keb

Long-term use of Depo Progestin can cause a weight gain effect through the accumulation of visceral fat and changes in the level of the hormone leptin. Green tea is useful as an anti-inflammatory and anti-proliferative, which has the potential to lose weight. This study aims to examine the effect of green tea on weight loss of participants in depo progestin injection contraception at Poskeskel Lawang, Malang Regency. Pre-experimental research design with one group pre-test-post-test design. The population is 54 people and the number of samples is 28 people. The results of the study were that most of the respondents before giving green tea had weight with nutritional status BMI obesity 1 (25-29.9) as many as 21 respondents (75%) and respondents after giving green tea mostly had body weight with normal BMI nutritional status (18.5-24.9) as many as 15 respondents (54%). The results of the Paired T-test statistic obtained a value of $p = 0.000 < 0.05$, which means that H1 is accepted. Researchers suggest respondents who have a BMI 25 to lose weight by consuming green tea with exercise and maintaining a diet for maximum results.

Keywords: Progestin Depot, Green Tea, Body Weight

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Yang bertanda tangan di bawah ini :

1. Nama : Jumrawati
2. Jenis Kelamin : Perempuan
3. Tempat, tanggal lahir : Palopo, 08 Juli 1988
4. Agama : Islam
5. Kewarganegaraan : Indonesia
6. Pekerjaan : PNS
7. Alamat : Jl. Candi Telaga Wangi No. 50, Kelurahan
Mojolangu,
Kecamatan Lowokwaru, Kota Malang, Provinsi
Jawa Timur
8. Pendidikan :
 - a. TK Pratiwi II Palopo (Lulus tahun ajaran 1994)
 - b. SD Negeri 444 Bulu Datu Palopo (Lulus tahun ajaran 2000)
 - c. SMP Negeri 1 Palopo (Lulus tahun ajaran 2003)
 - d. SMA Negeri 2 Palopo (Lulus tahun ajaran 2006)
 - e. D3-Kebidanan Stikes Kurnia Jaya Persada Palopo (Lulus tahun ajaran 2009)

Demikian daftar riwayat hidup ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Hormat saya,

Jumrawati

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas segala limpahan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Teh Hijau (*Camellia sinensis*) Terhadap Berat Badan Pada Peserta Kontrasepsi Suntik Depo Progestine di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang”.

Adapun tujuan dari penulisan skripsi penelitian ini adalah untuk mempelajari cara pembuatan skripsi pada Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. SOEPRAOEN Malang dan untuk memperoleh gelar Sarjana Terapan Ahli Jenjang jurusan Kebidanan. Penulis sadar bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak skripsi penelitian ini tidak terwujud. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Letkol Ckm Arief Effendi, SMPH., S.H., S.Kep., Ns., MM., M.kes selaku Rektor Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang
2. Ina Indiarti, S.ST., M. Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Institut Teknologi Sains dan Kesehatan RS dr. Soepraoen Malang
3. Rosyidah Alfitri, S.ST., MPH, selaku penguji I dalam sidang skripsi
4. R. Maria Veronika W, S.ST., M.Keb, selaku pembimbing I dan penguji II yang telah membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Anik Sri Purwanti, S.ST., M.Keb, selaku pembimbing II dan penguji III yang telah membimbing peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Anggraini,Amd.Keb, selaku bidan desa di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang.
7. Kedua orang tua dan suami tercinta yang selalu mendoakan dan memberi semangat sepanjang waktu. Sahabat-sahabat saya yang selalu memberikan dukungan dan bantuan.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Peneliti berharap semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca.

Malang, Juni 2021

Peneliti

DAFTAR ISI

COVER.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	viii
KATA PENGANTAR.....	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
1.1 Latar Belakang.....	Error! Bookmark not defined.
1.2 Rumusan Masalah.....	Error! Bookmark not defined.
1.3 Tujuan.....	Error! Bookmark not defined.
1.3.1 Tujuan Umum.....	Error! Bookmark not defined.
1.4 Manfaat Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	Error! Bookmark not defined.
1.4.2 Manfaat Praktis.....	Error! Bookmark not defined.
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.
2.1 Konsep Dasar KB Suntik.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.1 Definisi Kontrasepsi Suntik.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.2 Jenis Kontrasepsi Suntik.....	Error! Bookmark not defined.
2.1.3 Depo Progestin (DMPA).....	Error! Bookmark not defined.
2.1.4 Pengaruh kontrasepsi suntik depo progestin dengan peningkatan berat badan.....	Error! Bookmark not defined.
2.2 Konsep Berat Badan.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Definisi Berat Badan.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.2 Faktor-Faktor Mempengaruhi Berat Badan....	Error! Bookmark not defined.
2.2.3 Diagnosis Kelebihan Berat Badan (Kegemukan) ..	Error! Bookmark not defined.
2.2.4 Patofisiologi Kenaikan Berat Badan.	Error! Bookmark not defined.
2.2.5 Pengukuran Berat Badan.....	Error! Bookmark not defined.
2.2.6 Tipe-tipe Kegemukan.....	Error! Bookmark not defined.
2.3 Konsep Teh Hijau.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.1 Definisi Teh Hijau (<i>Camellia Sinensis</i>).....	Error! Bookmark not defined.
2.3.2 Morfologi Tumbuhan Teh.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.3 Kandungan pada Teh Hijau.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.4 Proses Pengolahan Teh Hijau.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.5 Manfaat teh hijau.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.6 Waktu dan dosis pemberian teh hijau untuk menurunkan berat badan berdasarkan studi riset.....	Error! Bookmark not defined.
2.3.7 Pengaruh teh hijau terhadap penurunan berat badan.....	Error! Bookmark not defined.
2.4 Penelitian Relevan.....	Error! Bookmark not defined.
2.5 Kerangka Konsep.....	Error! Bookmark not defined.
2.6 Hipotesis Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODE PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.

3.1 Desain Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.2 Kerangka Kerja	Error! Bookmark not defined.
3.3 Populasi, sampel dan sampling Penelitian .	Error! Bookmark not defined.
3.3.1 Populasi	Error! Bookmark not defined.
3.3.2 Sampel	Error! Bookmark not defined.
3.3.3 Sampling.....	Error! Bookmark not defined.
3.4 Identifikasi Variabel	Error! Bookmark not defined.
3.4.1 Variabel Independen (Variabel bebas)	Error! Bookmark not defined.
3.4.2 Variabel Dependen (Variabel terikat)	Error! Bookmark not defined.
3.5 Definisi Operasional	Error! Bookmark not defined.
3.6 Teknik Pengumpulan data dan Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
3.6.1 Teknik Pengumpulan Data	Error! Bookmark not defined.
3.6.2 Instrumen pengumpulan data	Error! Bookmark not defined.
3.6.3 Waktu dan Tempat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.6.4 Teknik Pengolahan Data.....	Error! Bookmark not defined.
3.6.5 Teknik Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
3.8 Etika Penelitian	Error! Bookmark not defined.
3.8.1 Informed Consent (Persetujuan)	Error! Bookmark not defined.
3.8.2 Anonymity (tanpa nama)	Error! Bookmark not defined.
3.8.3 Confidentiality (Kerahasiaan)	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENELITIAN	Error! Bookmark not defined.
4.1 Gambaran umum lokasi penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.2 Hasil Penelitian	Error! Bookmark not defined.
4.2.1 Data umum	Error! Bookmark not defined.
4.2.2 Data khusus.....	Error! Bookmark not defined.
4.2.3 Data hasil uji statistik	Error! Bookmark not defined.
BAB V PEMBAHASAN	Error! Bookmark not defined.
5.1 Pembahasan.....	Error! Bookmark not defined.
5.1.1 Berat badan berdasarkan status gizi IMT peserta kontrasepsi suntik depo progestin sebelum pemberian teh hijau.....	Error! Bookmark not defined.
5.1.2 Berat badan berdasarkan status gizi IMT peserta kontrasepsi suntik depo progestin sesudah pemberian teh hijau.....	Error! Bookmark not defined.
5.1.3 Pengaruh pemberian teh hijau terhadap penurunan berat badan berdasarkan status gizi IMT pada peserta kontrasepsi suntik depo progestin.....	Error! Bookmark not defined.
5.2 Keterbatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
BAB VI PENUTUP	Error! Bookmark not defined.
6.1 Kesimpulan	Error! Bookmark not defined.
6.1.1 Berat badan berdasarkan status gizi IMT sebelum pemberian teh hijau.....	Error! Bookmark not defined.
6.1.2 Berat badan berdasarkan status gizi IMT sesudah pemberian teh hijau.....	Error! Bookmark not defined.
6.1.3 Pengaruh pemberian teh hijau terhadap penurunan berat badan berdasarkan status gizi IMT	Error! Bookmark not defined.
6.2 Saran	Error! Bookmark not defined.
6.2.1 Bagi Responden	Error! Bookmark not defined.
6.2.1 Bagi petugas kesehatan.....	Error! Bookmark not defined.
6.2.3 Bagi Institut Pendidikan.....	Error! Bookmark not defined.
6.2.4 Peneliti selanjutnya	Error! Bookmark not defined.
DAFTAR PUSTAKA	Error! Bookmark not defined.

DAFTAR TABEL

No Daftar Tabel

Tabel 2.1 Klasifikasi Status Gizi Berdasarkan IMT	18
Tabel 2.2 Proses Pengolahan Teh Hijau	26
Tabel 2.3 Penelitian Relevan.....	32
Tabel 3.1 Definisi Operasional	38
Tabel 4.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan lama pemakaian peserta kontrasepsi suntik depo progestin di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang	47
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan umur peserta kontrasepsi suntik depo progestin di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang	47
Tabel 4.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan peserta kontrasepsi suntik depo progestin di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang	48
Tabel 4.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan peserta kontrasepsi suntik depo progestin di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang	48
Tabel 4.5 Distribusi frekuensi responden berdasarkan berat badan dilihat dari status gizi IMT sebelum pemberian teh hijau di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang.....	49
Tabel 4.6 Distribusi frekuensi responden berdasarkan berat badan dilihat dari status gizi IMT sebelum pemberian teh hijau di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang.....	49
Tabel 4.7 tabulasi silang pengaruh pemberian teh hijau terhadap penurunan berat badan berdasarkan status gizi IMT peserta kontrasepsi suntik depo progestin di Poskeskel Lawang Kabupaten Malang.....	50

DAFTAR GAMBAR

No Daftar Gambar

Gambar 2.1 Seduhan Teh Hijau.....	22
Gambar 2.2 Bentuk Daun Teh Hijau (<i>Camellia Sinensis</i>)	22
Gambar 2.3 Kerangka Konsep	33
Gambar 3.1 Kerangka Kerja.....	36

DAFTAR LAMPIRAN

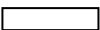
No Daftar Lampiran

Lampiran 1	Jadwal Penyusunan Skripsi.....	61
Lampiran 2	Surat Pengantar Ijin Penelitian dari ITSK Soepraen.....	62
Lampiran 3	Surat Balasan Ijin Penelitian dari Poskeskel Lawang.....	63
Lampiran 4	Surat Pernyataan Tidak Minum Obat.....	64
Lampiran 5	Lembar Permohonan Menjadi Respoden Penelitian	65
Lampiran 6	Lembar Persetujuan menjadi Responden Penelitian	66
Lampiran 7	Lembar SPO.....	67
Lampiran 8	Lembar Cheklist.....	74
Lampiran 9	Lembar Observasi Penelitian.....	75
Lampiran 10	Lembar Hasil SPSS.....	76
Lampiran 11	Dokumentasi	78
Lampiran 12	Lembar Konsultasi Pembimbing 1	80
Lampiran 13	Lembar Konsultasi Pembimbing 2	81
Lampiran 14	Lembar Pernyataan Bebas Plagiasi.....	82

DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN

ArtiLambang dan Singkatan

ArtiLambang :

%	: Persentase
(...)	: Tanda kurung
,	: Koma
.	: Titik
/	: Atau
:	: Titik Dua
?	: Tanda Tanya
“	: Tanda kutip
\geq	: Lebih dari sama dengan
\leq	: Kurang dari sama dengan
$<$: Kurang dari
$>$: Lebih dari
=	: Sama dengan
&	: Dan
Σ	: Jumlah
\pm	: Kurang lebih
-	: Sampai
\diamond	: Dipengaruhi
` 	: Diteliti
	: Tidak diteliti

Arti Singkatan :

AKDR	: Alat Kontrasepsi Dalam Rahim
BKKBN	: Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional
BPS	: Badan Pusat Statistik
DMPA	: Depo Medroksi Progesteron Asetat
Dr	: Dokter
EGCG	: Epigallocatechin Gallate
IM	: Intramuscular
KB	: Keluarga Berencana
Kaprodi	: Ketua Program Studi
M.Keb	: Magister Kebidanan
M.Kes	: Magister Kesehatan
M.M	: Magister Manajemen
MOW	: Metode Operasi Wanita
MOP	: Metode Operasi Pria
MPH	: Magister <i>Public Health</i>
NIM	: Nomor Induk Mahasiswa
No	: Nomor
Poltekkes	: Politeknik Kesehatan
PT	: Pendidikan Tinggi
Pokeskel	: Pos Kesehatan Kelurahan
PKM	: Puskesmas
RS	: Rumah Sakit
S.H	: Sarjana Hukum

S.ST	: Sarjana Sains Terapan
SD	: Sekolah Dasar
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
SMA	: Sekolah Menengah Atas
SPO	: Standar Prosedur Operational
SDKI	: Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia
WHO	: <i>World Health Organization</i>