SKRIPSI

Pengaruh Teh (Ekstrak *Epigallocatechin-3-gallate* (EGCG)) Terhadap Perubahan Berat Badan Pada Ibu Dengan Obesitas Di PKK Dsn Demangan Desa Dlanggu Kecamatan Dlanggu Kabupaten Mojokerto

Desain Peneltian Pra Eksperimen

ENDANG HESTIANI

201501079

PROGRAM STUDY ILMU KEPERAWATAN

SEKOLAH TINGGI ILMU KEPERAWATAN

BINA SEHAT PPNI

MOJOKERTO

2019

SURAT PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa Skripsi ini adalah hasil karya sendiri dan belum pernah di kumpulkan orang lain untuk memperoleh gelar dari berbagai jenjang pendidikan di Perguruan Tinggi maupun, dan apabila terbukti ada unsur *Plagiatisme* saya siap untuk di batalkan kelulusannya.

Mojokerto, 04 Juli 2019

Yang menyatakan



Endang Hestiani

NIM: 201501079

LEMBAR PERSETUJUAN

Proposal ini telah disetujui untuk diajukan Ujian Akhir Program

Judul :**Pengaruh Teh (Ekstrak Epigallocatechin-3 gallat (EGCG)) Terhadap Perubahan Berat Badan Pada Ibu dengan Obesitas Di PKK Dsn Demangan Desa Dlanggu Kecamatan Dlanggu Kabupaten Mojokerto.**

Nama : Endang Hestiani

Nim : 201501079

Pada Tanggal :

Oleh :

Pembimbing I :

Dr.Noer Saudah, S.Kep.Ns.,M.Kes

NIK 162 601 010

Pembimbing II:

Catur Prasastia L.D, S.Kep.Ns.,M.Kes

NIK 162 601 097

LEMBAR PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Ujian Skripsi Pada Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Sehat PPNI Kabupaten Mojokerto

Nama : ENDANG HESSTIANI

Nim : 201501079

Judul : Pengaruh teh (Ekstrak Epigallocatechin 3 gallate (EGCG)) terhadap perubahan berat badan pada ibu dengan obesitas di PKK Dsn. Demangan Desa Dlanggu Kecamatan Dlanggu Kabupaten Mojokerto

Pada tanggal : 04 Juli 2019

Mengesahkan :

Tim penguji		Tanda tangan
Ketua	: Dr. Indah Lestari, S.Kep., Ns., M.Kes.	(.....)
Anggota	:. Dr. Noer Saudah, S.Kep., Ns., M.Kes	(.....)
Anggota	: Catur Prasastia Lukita Dewi, S.Kep., Ns., M.Kes.	(.....)

Mengetahui,

Ka.Prodi S1 Keperawatan
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bina Sehat PPNI
Kabupaten Mojokerto

Ana Zakiyah, M.Kep
NIK. 162 601 036

MOTTO

Kebahagian sesungguhnya adalah dimana kita dapat membuat orang lain bahagia

Hidup jangan seperti lilin yang hanya bisa memberi terang pada siapapun tapi membunuh diri sendiri

Dan

Jadikanlah OPTIMIS menjadi kunci dai suatukegagalan yang tak akan bisa membuat kita menjadi lemah,

Karna

Sesungguhnya kegagalan adalah kesuksesan yang tertunda.

Serta percayalah

"MAN JADDA WAJADA"

Karna " Barang siapa bersungguh-sungguh maka ia akan mendapatkan"

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT,karena atas rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **"Pengaruh Pengaruh Ektrak Epigallocatechin-3 gallat (EGCG) Terhadap Perubahan Berat Badan Pada Ibu dengan Obesitas Di PKK Dsn. Demangan Desa Dlanggu Kecamatan Dlanggu Kabupaten Mojokerto"** tepat pada waktunya. Selesainya penulisan skripsi ini adalah berkat bantuan dan dukungan serta bimbingan dari berbagai pihak, maka dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Moh. Taufan Selaku Kepala Desa Dlanggu yang telah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian di Desa Dlanggu
2. Dr. M. Sajidin, S.Kp,M.Kes selaku Ketua STIKES Bina Sehat PPNI Mojokerto yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas untuk mengikuti pendidikan di Program Studi S1 Keperawatan di STIKES Bina Sehat PPNI Mojokerto
3. Ana Zakiyah, S.Kep.Ns,M.Kep selaku Kaprodi S1 Keperawatan STIKES Bina Sehat PPNI Mojokerto
4. Dr. Noer Saudah, S.Kp,M.Kes selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu serta memberikan bimbingan dan masukan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsiini.
5. Catur Prasastia LD, S.Kep.Ns.,M.Kes selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu serta memberikan bimbingan dan masukan kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Ibu-ibu PKK dsn Demangan yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.
7. Teman-teman S1 Keperawatan angkatan 2015 dan semua pihak yang telah membantu selama penyusunan Proposal ini.

   Akhirnya penulis menyadari bahwa Proposal ini masih jauh dari kata sempurna. Karenanya penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun yang diharapkan akan menyempurnakan Proposal ini demi berlanjutnya penelitian yang akan dilaksanakan oleh penulis

Mojokerto, 04 Juli 2019

Penulis

PERSEMBAHAN

Puji syukur kepada ALLAH SWT atas semua rahmat dan karunia-Nya yang telah diberikan kepadaku, sehingga skripsi ini bisa terselesaikan. Tidak lupa pula, ku pesembahkan Untuk :

1. *Kedua orang tuaku (sriyani, suwito) yang telah mendukung ku baik spiritual dan material serta Do'anya yang slalu mengiringi langkahku dalam menggapai cita-citaku.*
2. *Kedua kakak ku tersayang (Reni NurSofiana , Santo Adi Sabhara) yang telah membimbingku dalam menggapai cita-citaku.*
3. *Adek ku tersayang (Aisyah Azzahra Putri Sabhara) senyummu semangatku.*
4. *Seluruh dosen pembimbing yang selalu membimbing dan mengarahkan ku bila ada kekeliruan dalam pengerjaan skripsi ini dari awal sampai akhir.*
5. *Sahabat-sahabat ku Anisa Tristiana Hadi, Yulita fadlillah, isfini, Uung cahya S.H.S dan Roudzotul fuaidah, yang telah membantuku dalam menyelesaikan skripsi ini.*
6. *Untuk seseorang yang telah mendukungku dan menyuport ku saat aku mulai goyah dan menyerah. Terima kasih sudah disampingku dan memberikan semangat kepadaku yang tak pernah lelah menemaniku saat mengerjakan lembar demi lembar skripsi ini.*

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL .....
SURAT PERNYATAAN i
LEMBAR PERSETUJUAN ii
LEMBAR PENGESAHAN iii
MOTTO iv
KATA PENGANTAR v
PERSEMBAHAN vi
ABSTRAK vii
DAFTAR ISI ix
DAFTAR TABEL xi
DAFTAR GAMBAR xii
DAFTAR LAMPIRAN xiii
BAB 1 PENDAHULUAN 1
1.1 Latar Belakang 1
1.2 Rumusan Masalah 4
1.3 Tujuan Masalah 4
1.4 Manfaat Penelitian 5

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA 6
2.1 Konsep Dasar Epigallocatechin gallate-3 (EGCG) 6
2.1.1 Pengertian 6
2.1.2 Perkembangan teh 7
2.1.3 Kandungan teh 8
2.1.4 Klasifikasi teh 17
2.1.5 Khasiat teh 17
2.1.6 Dosis penggunaan EGCG 19
2.1.7 Manfaat EGCG 20
2.1.8 Kontra indikasi EGCG 21
2.1.9 Mekanisme kerja EGCG 23
2.1.10 Aneka bentuk teh 24
2.1.11 Ragam bentuk teh 26
2.1.12 Cara menyeduh teh 28
2.1.13 Cara menyimpan teh 28
2.2 Konsep Obesitas 29
2.2.1 Pegertian Obesitas 29
2.2.2 Etiopategenesis 31
2.2.3 Tipe Obesitas 32
2.2.4 Faktor Penyebab Obesitas 33
2.2.5 Pengukuran Obesitas 37
2.2.6 Dampak Obesitas 38
2.2.7 Manajemen Obesitas 41
2.3 Kerangka Teori 45
2.4 Kerangka Konsep 46

2.4 Hipotesis 46
BAB 3 METODE PENELITIAN **48**
3.1 Desain Penelitian 48
3.2 Populasi, Sampling, Sampel 49
3.2.1 Populasi 49
3.2.2 Sampling 49
3.2.2 Sampel 50
3.3 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional 51
3.3.1 Identifikasi Variabel 51
3.3.2 Definisi Operasional 52
3.4 Prosedur Penelitian 54
3.5 Kerangka Kerja 55
3.6 Pengumpulan Data 57
3.6.1 Metode pengumpulan data 57
3.6.2 Instrumen penelitian 57
3.6.3 Lokasi dan waktu penelitian 58
3.7 Pengolahan Data 58
3.7.1 Editing 58
3.7.2 Coding 58
3.7.3 Scoring 59
3.7.4 Tabulating 59
3.7.5 Analisa data 59
3.8 Etika Penelitain 60
3.8.1 *Informed concent* 60
3.8.2 *Anonimity* (Tanpa nama) 61
3.8.3 *confidentiality* (Kerahasiaan) 61
3.8.4 Keterbatasan 61
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN **63**
4.1 Hasil penelitian 63
4.1.1 Data umum 63
4.1.2 Data khusus 64
4.2 Pembahasan 66
BAB 5 Kesimpulan **72**
5.1. Simpulan 72
5.2 Saran 73
DAFTAR PUSTAKA 74
LAMPIRAN 77

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Kandungan kmia dalam 100 Gram teh 8
Tabel 2.2 Komposisi Flavonoid teh hijau 9
Tabel 2.3 Kriteria IMT 37
Tabel 3.1 Rancangan desain penelitian 49
Tabel 3.2 Definisi operasional pengaruh epiggalocatechin-3 gallat (EGCG) terhadap perubahan berat badan pada ibu dengan obesitas 53
Tabel 4.1 Data Umum Karateristik Responden 63
Tabel 4.2 Data Khusus berat badan Responden 64
Tabel 4.3 Berat badan sebelum dan sesudah diberikan EGCGC 65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Atom karbon senyawa polifenol 10
Gambar 2.2 Obesitas *Apple Shapedd dan obesitas pear shapedd* 32
Gambar 2.3 Kerangka Teori pengaruh epiggalocatechin-3 gallat (EGCG) terhadap perubahan berat badan pada ibu dengan obesitas 45
Gambar 2.4 Kerangka Konseptual pengaruh epiggalocatechin-3 gallat (EGCG) terhadap perubahan berat badan pada ibu dengan obesitas di Desa Dlanggu Kabupaten Mojokerto 46
Gambar 3.1 Kerangka kerja penelitian pengaruh epiggalocatechin-3 gallat (EGCG) terhadap perubahan berat badan pada ibu dengan obesitas di Desa Dlanggu Kabupaten Mojokerto 56

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 lembar surat ijin study pendahuluan dan penelitian 77
Lampiran 2 Lembar surat balasan 78
Lampiran 3 Lembar permohonan menjadi responden 79
Lampiran 4 Lembar persetujuan menjadi responden 80
Lampiran 5 Lembar obeservasi responden..... 81
Lampiran 6 Lembar pedoman pengukuran berat badan 82
Lampiran 7 Lembar pedoman pengukuran tinggi badan 83
Lampiran 8 Lembar standart operasional preosedur 84
Lampiran 9 Lembar chek list 85
Lampiran 10 Lembar observasi perubahan berat badan 86
Lampiran 11 Tabulasi data Berat Badan 87
Lampiran 12 Tabulasi data Umum..... 88
Lampiran 13 SPSS..... 89
Lampiran 14 Documentasi 95
Lampiran 15 Lembar Bimbingan 96

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. (2002). *Prosedur Penelitian suatu pendekatan praktek.* Jakarta: Rineka Cipta.

Arikunto, S. (2012). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek.* Jakarta: Rineka Cipta.

Cunha, C.A., Lira, F.S., Neto, J.C.R., Pimentel, G.D., Souza, G.H.I *et al.* (2013). Green Tea Extract Supplementation Induces the Lipolytic Pathway, Attenuates Obesity, and Reduces Low- Grade Inflammation in Mice Fed a High- Fat Diet. *Mediators of Inflammation*, 1-8.

Cyboran,S.,Strugala, P., Wloch, A., Oszmianski, J., Kleszcynka, H. (n.d.). Concentrated Green tea Supplement : Biological Activity and mocular mechanisme.life Sciences.

freitag Harry, L., M, S, Gz & prima oktaviani N, S, G. (2010). *Diet seru ala remaja.* Yogyakarta: jogja great.

Hariana, A. (2013). *Tumbuham Obat dan Khasiatnya.* Jakarta: Swadaya.

Hidayat, A. . (2010). *Metode Penelitian : Paradigma Kuantitatif.* surabaya: Health Books Publising.

Khan, N & Mukthar, H. (2013). *Tea and health : studies and humans.* Curr pharm.

Kozieer & Erb. (2009). *Buku Ajar Keperawatan Klinis* (5th ed.). Jakarta: EGC.

LPPM STIKES Bina Sehat PPNI Mojokerto. (2018). *Buku Panduan Penulisan Skripsi.* Mojokerto: LPPM.

Maki, K.C., Reeves, M.S., Farmer, M., Yasunaga, K., Matsuo, N., Katsuragi, Y., Komikado, M., Tokimitsu, I., Wilder, D., Jones, F., Blumberg, J. B., Cartwright, Y. 2009. Green The Catechin Consumption Enhances Exercise-Induced Abdominal Fat Loss in Overweight and Obese Adults. *Journal of Nutrition.* 13(2): 264-270.

Nia. (2017). Peran Konsumsi Teh Hijau (Camelia sinensis) Terhadap Penurunan Indeks Massa Tubuh (IMT) Mahasiswa keperawatan Universitas Tribuana Tunggadewi pada tahun 2013.

Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian kesehatan.* Jakarta: Rineka Cipta.

Notoatmodjo, S. (2012). *Metodelogi Penelitian Kesehatan.* Jakarta: Rineka Cipta.

Nursalam. (2016). *Metodelogi Penelitian Ilmu Keperawatan.* Jakarta: Medika Salemba.

Proverawati Atikah. (2010). *Obesitas dan Gangguan Perilaku Makan pada Remaja.* Bantul: Nuha medika.

Rahmadani Riska, nugroho agung rudi, S. (2015). Pengaruh Teh Hijau (Camelia sinensis) dan Teh Apel (sylvestris mill) Komersial Terhadap Penurunan Indeks Obesitas dan profil lipid Mencit (mus musculus L.)yang telah Obesitas. *Pengaruh Teh Hijau (Camelia Sinensis) Dan Teh Apel (Sylvestr Mill) Komersial Terhadap Penurunan Indeks Obesitas Dan Profil Lipid Mencit (Mus Musculus L.)yang Telah Obesitas.*

Richard N, M. (2006). *Buku Saku dasar patologis penyakit Robbins & cotran* (7th ed.). Jakarta: EGC.

Riska et al. (2015). Pengaruh Teh hijau (Camelia Sinensis dan teh apel (mallus sylvestris mill) komersial terhadap penurunan indeks obesitas dan profil lipid mencit (muss muscullus L.) yang telah obesitas.

Roemling, c., & Qaim, m. (2012). *obesity trends and determinants in indonesia.* Appetite.

Sae-tan, S., Grove, K.A., Lambert, J. D. (2011). Weight Control and Prevention of Metabolic Syndrome by Green Tea.

Setiadi. (2007). *Konsep dan penulisan Riset keperawatan.* Yogyakarta: Graha Ilmu.

Setiadi. (2013). *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan,* (2nd ed.). Yogyakarta: Graha Ilmu.

Soegih Rachmad. (2009). *obesitas permasalahan dan Terapi Praktis* (1st ed.). Yogyakarta: kanisius.

Soraya, N. (2007). *Sehat cantik berkat teh hijau.* Jakarta: Penebar Swadaya.

Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kualitatif dan R&D.* Bandung: Alfabeta.

Sugondo, S. (n.d.). *Obesitas Buku Ajar Ilmju Penyakit Dalam.* (3rd ed.). Jakarta: VKU.

Stevens, J., McClain, J.E., Truesdale, K.P. (2008). Selection Measure in Epidemiologic Studies of the Consequences of Obesity. *Int J Obes*, 32: 560-566.

Tian C., Ye X., Zhang R., Long J., Ren W., Ding S., *et al.* (2013). Green tea polyphenols reduced fat deposits in high fat-fed rats via erk1/2-PPARgamma-adiponectin pathway. *PLoS One*,8:e53796.