

**PEMBERIAN DAUN SALAM PADA KASUS OBESITAS DI  
USIA PERIMENOPAUSE DI POSYANDU ANGGREK  
CILANDAK TIMUR JAKARTA SELATAN  
TAHUN 2024**

**SKRIPSI**



**Oleh :**

**YULIANI MUNJANAH**

**225401446162**

**UNIVERSITAS NASIONAL  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEBIDANAN  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
JAKARTA  
2024**

**GIVING LAW LEAVES IN CASES OF OBESITY IN  
PERIMENOPAUSE AGE AT POSYANDU  
ANGGREK EAST CILANDAK, SOUTH  
JAKARTA YEAR 2024**

**THESIS**



**By :**

**YULIANI MUNJANAH**

**225401446162**

**NATIONAL UNIVERSITY  
FACULTY OF HEALTH SCIENCES  
MIDWIFERY STUDIES PROGRAM  
APPLIED GRADUATE PROGRAM  
JAKARTA  
2024**

**PEMBERIAN DAUN SALAM PADA KASUS OBESITAS DI  
USIA PERIMENOPAUSE DI POSYANDU ANGGREK  
CILANDAK TIMUR JAKARTA SELATAN  
TAHUN 2024**

**SKRIPSI**

Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Kebidanan  
program studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Nasional Jakarta



Oleh :

**YULIANI MUNJANAH**

225401446162

**UNIVERSITAS NASIONAL  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI KEBIDANAN  
PROGRAM SARJANA TERAPAN  
JAKARTA  
2024**

**SKRIPSI**

**PEMBERIAN DAUN SALAM PADA KASUS OBESITAS DI  
USIA PERIMENOPAUSE DI POSYANDU ANGGREK  
CILANDAK TIMUR JAKARTA SELATAN  
TAHUN 2024**

Oleh :  
**YULIANI MUNJANAH**  
NPM : 225401446162

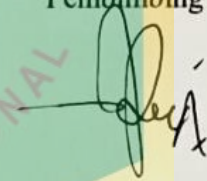
Telah dipertahankan di hadapan Penguji Skripsi  
Program Studi Kebidanan  
Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Nasional  
Pada tanggal 21 Februari 2024

Pembimbing 1,



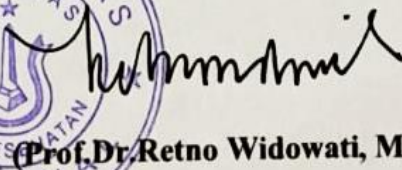
**(Dr.Bdn.Siti Syamsiah,S.ST.,S.Keb.,M.Keb)**

Pembimbing 2,



**(Dr.Triana Indrayani,S.ST.,Bdn.,M.Kes)**

Mengesahkan,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



**(Prof.Dr.Retno Widowati, M.Si)**

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI SEBELUM MAJU SIDANG  
SKRIPSI**

Judul Skripsi : Pemberian Daun Salam Pada Kasus Obesitas Di Usia  
Perimenopause Di Posyandu Anggrek Cilandak Timur  
Jakarta Selatan Tahun 2024

Nama Mahasiswa : Yuliani Munjanah

NPM : 225401446162



Pembimbing 1,

Pembimbing 2.

*Siti Syamsiah*  
Dr.Bdn.Siti Syamsiah,S.ST.,S.Keb.,M.Keb

*Triana Indrayani*  
Dr.Triana Indrayani,S.ST.,Bdn.,M.Kes

**HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG**

Judul Skripsi : Pemberian Daun Salam Pada Kasus Obesitas Di Usia Perimenopause Di Posyandu Anggrek Cilandak Timur Jakarta Selatan Tahun 2024

Nama Mahasiswa : Yuliani Munjanah

NPM : 225401446162

Penguji 1 : **Bdn. Putri Azzahroh, S.SiT., M.Kes**

Penguji 2 : **Dr.Bdn.Siti Syamsiah,S.ST.,S.Keb.,M.Keb**

Penguji 3 : **Dr.Triana Indrayani,S.ST.,Bdn.,M.Kes**



*[Signature]*

*[Signature]*

*[Signature]*

## HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Yuliani Munjanah

NPM : 225401446162

Judul Skripsi : Pemberian Daun Salam Pada Kasus Obesitas Di Usia

Perimenopause Di Posyandu Anggrek Cilandak Timur

Jakarta Selatan Tahun 2024

Menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan yang lain atau di perguruan tinggi lain. Sepanjang pengetahuan saya, juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebut dalam daftar pustaka.

Jakarta, 15 Februari 2024

(Yuliani Munjanah)

## KATA PENGANTAR

Salam Sejahtera untuk kita semua, segala puji bagi Allah Yang Maha Kuasa, Atas segala limpahan nikmat serta karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan penelitian skripsi dengan judul “ Pemberian Daun Salam Pada Kasus Obesitas Di Usia Perimenopause Di Posyandu Anggrek Cilandak Timur Jakarta Selatan Tahun 2024”. Skripsi ini dimaksudkan untuk memenuhi syarat memperoleh gelar Sarjana Kebidanan di Program Studi Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Nasional.

Terwujudnya laporan penelitian ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan, dan dorongan berbagai pihak, maka sebagai ungkapan hormat dan penghargaan penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Ibu Prof. Dr. Retno Widiowati, M.Si
2. Ketua Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional ibu Bdn. Putri Azzahroh, S.SiT., M.Kes
3. Ibu Dr.Bdn.Siti Syamsiah,S.ST.,S.Keb.,M.Keb selaku pembimbing 1 yang telah memberi dorongan, saran, ilmu dan waktunya dalam memberikan bimbingan selama proses pembuatan skripsi.
4. Ibu Dr.Triana Indrayani,S.ST.,Bdn.,M.Kes selaku pembimbing 2 yang telah memberi dorongan, saran, ilmu dan waktunya dalam memberikan bimbingan selama proses pembuatan skripsi.
5. Ibu Dra. Suprihatin, M.Si selaku pembimbing akademik yang senantiasa mendampingi selama belajar di Program Studi Kebidanan FIKES UNAS.
6. Ibu Dosen serta Staf Fakultas Kebidanan Universitas Nasional yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan juga memberi bantuan selama penulis mengikuti perkuliahan.
7. Seluruh Kader Posyandu Anggrek yang telah memberikan izin dan juga membantu penulisan dalam pengambilan data awal.
8. Seluruh ibu usia permenopause yang telah bersedia menjadi responden.
9. Seluruh keluarga dan teman-teman sejawat yang telah mendukung memberikan semangat kepada penulis, sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.



Dan dengan segala kerendahan hati, penulis mempersembahkan Skripsi ini dengan segala kekurangan dan kelebihan. Penulis sebagai mahluk yang tidak sempurna memohon maaf apabila ada kesalahan baik secara tehnik, format ataupun isi dari skripsi. Semoga skripsi ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua.

Jakarta, 15 Februari 2024



(Yuliani Munjanah)



## ABSTRAK

### PEMBERIAN DAUN SALAM PADA KASUS OBESITAS DI USIA PERIMENOPAUSE DI POSYANDU ANGGREK CILANDAK TIMUR JAKARTA SELATAN TAHUN 2024

*Yuliani Munjanah, Siti Syamsiah, Triana Indrayani*

**Latar Belakang:** Perimenopause merupakan fase transisi menuju menopause yang ditandai dengan perubahan hormonal, termasuk penurunan produksi hormon estrogen dan peningkatan lemak perut yang dapat menyebabkan obesitas.

**Tujuan:** Untuk mengetahui pemberian daun salam pada kasus obesitas di usia perimenopause di Posyandu Anggrek Cilandak Timur Jakarta Selatan Tahun 2024

**Metodologi:** Desain penelitian yang digunakan adalah *quasi experimental* dengan rancangan penelitian *one group pretest and posttest only design*. Jumlah Sampel Pada penelitian ini yaitu sebanyak 30 responden. Frekuensi pemberian rebusan daun salam sebanyak 1x sehari selama 14 hari. Analisis data menggunakan uji analisis wilcoxon.

**Hasil Penelitian:** Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh pemberian daun salam pada kasus obesitas di usia perimenopause di Posyandu Anggrek Cilandak Timur Jakarta Selatan Tahun 2024 dengan nilai p-value 0,000.

**Kesimpulan:** Kandungan daun salam dapat mempercepat penurunan berat badan pada premenopause karena memberikan efek termogenik pada tubuh serta dapat dijadikan alternatif terapi herbal yang sangat mudah didapat dan ekonomis yang dapat dilakukan oleh wanita obesitas di usia perimenopause

**Saran:** diharapkan pemberian daun salam dapat memberikan dampak terhadap kualitas hidup wanita perimenopause

**Kata Kunci :** Gizi Lebih, Anak Sekolah Dasar, Faktor Risiko

**Kepustakaan :** 35 Pustaka (2014-2023)

## ABSTRACT

### ADMINISTERING BAY LEAVES TO OBESITY CASES IN THE PERIMENOPAUSAL AGE AT POSYANDU ANGGREK CILANDAK TIMUR SOUTH JAKARTA IN 2024

*Yuliani Munjanah, Siti Syamsiah, Triana Indrayani*

**Background:** Perimenopause is a transition phase towards menopause which is characterized by hormonal changes, including a decrease in the production of the hormone estrogen and an increase in abdominal fat which can cause obesity.

**Objective:** To determine the provision of bay leaves in cases of obesity in the perimenopausal age at Posyandu Anggrek Cilandak Timur, South Jakarta in 2024.

**Methodology:** The research design used was quasi experimental with a one group pretest and posttest only design. The number of samples in this study was 30 respondents. The frequency of giving bay leaf decoction is 1x a day for 14 days. Data analysis used the Wilcoxon analysis test.

**Results:** This research shows that there is an effect of giving bay leaves on cases of obesity in the perimenopausal age at Posyandu Anggrek Cilandak Timur, South Jakarta in 2024 with a p-value of 0.000.

**Conclusion:** The content of bay leaves can accelerate weight loss in premenopause because it has a thermogenic effect on the body and can be used as an alternative herbal therapy that is very easy to obtain and economical which can be used by obese women in perimenopause.

**Suggestion:** It is hoped that giving bay leaves can have an impact on the quality of life of perimenopausal women

**Keywords:** Overnutrition, Elementary School Children, Risk Factors

**References:** 35 (2014-2023).



## DAFTAR ISI

	halaman
HALAMAN SAMBUTAN .....	i
HALAMAN JUDUL .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN .....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI SEBELUM MAJU SIDANG	
SKRIPSI .....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN SETELAH MAJU SIDANG .....	v
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
ABSTRAK .....	ix
<i>ABSTRACT</i> .....	x
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiv
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR SINGKATAN .....	xvi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	5
1.3 Tujuan .....	5
1.3.1 Tujuan Umum .....	5
1.3.2 Tujuan Khusus .....	5

## DAFTAR ISI (LANJUTAN)

	halaman
1.4 Manfaat .....	6
1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan .....	6
1.4.2 Bagi Lokasi Penelitian .....	6
1.4.3 Bagi Objek Penelitian .....	6
1.4.4 Bagi Peneliti .....	7
BAB II TINJAUAN TEORI .....	8
2.1 Konsep Dasar Obesitas .....	8
2.1.1 Definisi .....	8
2.1.2 Faktor Penyebab Obesitas .....	9
2.1.3 Dampak Obesitas .....	10
2.1.4 Pencegahan Obesitas .....	11
2.2 Daun Salam .....	12
2.2.1 Definisi .....	12
2.2.2 Klasifikasi .....	12
2.2.3 Kandungan .....	13
2.2.4 Manfaat Daun Salam .....	13
2.3 Konsep Dasar Perimenopause .....	16
2.3.1 Definisi .....	16
2.3.2 Tanda Gejala .....	16
2.4 Kerangka Teori .....	19
2.5 Kerangka Konsep .....	19

## DAFTAR ISI (LANJUTAN)

	halaman
2.6 Hipotesis .....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>21</b>
3.1 Desain Penelitian .....	21
3.2 Populasi dan Sampel .....	22
3.2.1 Populasi .....	22
3.2.2 Sampel .....	22
3.3 Lokasi dan Waktu Penelitian .....	23
3.4 Definisi Operasional .....	23
3.5 Instrumen Penelitian .....	24
3.6 Prosedur Pengumpulan Data .....	24
3.7 Analisis Data .....	26
3.7.1 Analisis Univariat .....	26
3.7.2 Analisis Bivariat .....	27
3.8 Etika Penelitian .....	32
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>34</b>
4.1 Hasil Penelitian .....	34
4.1.1 Analisis Univariat .....	34
4.1.2 Analisis Bivariat .....	36
4.2 Pembahasan .....	37
4.2.1 Analisis Univariat .....	37
4.2.2 Analisis Bivariat .....	38

## DAFTAR ISI (LANJUTAN)

	halaman
4.3 Keterbatasan Penelitian .....	40
BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....	41
5.1 Simpulan .....	41
5.2 Saran .....	41
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	



## DAFTAR TABEL

Tabel		Halaman
2.1	Klasifikasi IMT untuk Orang Dewasa Di Indonesia .....	9
2.2	Kandungan Nutrisi Dalam Setiap 100 Gr Daun Salam .....	15
3.1	Definisi Operasional .....	23
4.1	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin ....	34
4.2	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan .....	34
4.3	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan .....	35
4.4	Rata-Rata IMT Sebelum dan Sesudah Pemberian Rebusan Air Daun Salam Pada Kasus Obesitas Usia Perimenopause di Posyandu Anggrek Cilandak Timur Jakarta Selatan Tahun 2024	35
4.5	Hasil Uji Normalitas <i>Shapiro Wilk</i> .....	36
4.6	Hasil Analisis Uji <i>Paired Sample T-test</i> .....	36



## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1 Tanaman Salam .....	13
2.2 Kerangka Teori .....	19
2.3 Kerangka Konsep .....	19
3.1 Desain Penelitian .....	21



## DAFTAR SINGKATAN

Dinkes : Dinas Kesehatan

IMT : Indeks Masa Tubuh

Kemkes RI : Kementrian Kesehatan Republik Indonesia

Riskesdas : Riset Kesehatan Dasar

WHO : *World Health Organization*



## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Konsultasi Skripsi (Pembimbing 1 dan 2)
- Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian dari Fakultas
- Lampiran 3 Surat Balasan Penelitian dari Instansi Penelitian
- Lampiran 4 Uji Etik
- Lampiran 5 Uji Kesamaan / Similaritas Naskah (Bila ada)
- Lampiran 6 Informed Consent
- Lampiran 7 Instrumen Penelitian
- Lampiran 8 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas (Bila ada)
- Lampiran 9 Master Tabel
- Lampiran 10 Hasil Output Analisis Data
- Lampiran 11 Bukti Foto Kegiatan Penelitian
- Lampiran 12 Biodata Penulis

