SKRIPSI

EFEKTIVITAS PEMBERIAN *COOKIES MORINGA OLEIFERA DELIGH* TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DENGAN ANEMIA RINGAN DI SMPN 28 KOTA BATAM

Oleh:

Aufa Nabila
NIM. 202215202001

PROGAM STUDI SARJANA KEBIDANAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS AWAL BROS

2026

SKRIPSI

EFEKTIVITAS PEMBERIAN *COOKIES MORINGA OLEIFERA DELIGH* TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DENGAN ANEMIA RINGAN DI SMPN 28 KOTA BATAM

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan Dalam Program Studi Sarjana Kebidanan Pada Fakutas Ilmu Kesehatan Universitas Awal Bros

Oleh:

Aufa Nabila
NIM. 202215202001

PROGAM STUDI SARJANA KEBIDANAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS AWAL BROS

2026

PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama	: Aufa Nabila
NIM	: 202215202001
Program Studi	: Sarjana Kebidanan
Angkatan	: Reguler
Jenjang	: Sarjana

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan tindakan plagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul:

"Efektivitas Pemberian *Cookies Moringa Oleifera Deligh* Terhadap Peningkatan Kadarhemoglobin Pada Remaja Putri Dengan Anemia Ringan Di Smpn 28 Kota Batam"

Apabila di kemudian hari saya terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi yang ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

AWAL BROS

Batam, 28 Juli 2026

Yang menyatakan,

(Aufa Nabila)

202215202001

PENETAPAN PANITIA PENGUJI SKRIPSI

Skripsi dengan judul :Efektivitas Pemberian Cookies Moringa Oliefera Deligh Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Dengan Anemia Ringan Di Smp 28 Kota Batam

Akan di Ujikan pada tanggal : 28 Juli 2026

Panitia penguji Skripsi

Peguji 1 :

Tinta Julianawati,S.Tr. Keb., Bdn, M.Kes

NIDN 1011079502

Penguji 2 : Bdn. Nuari Andolina.. S.ST.. MKM

NIDN.1017019102

UNIVERSITAS AWAL BROS

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul:

Efektivitas Pemberian *Cookies Moringa Oleifera Deligh* Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Dengan Anemia Ringan Di SMPN 28 Kota Batam

Telah diujikan dan disahkan
Tanggal : 28 Juli 2026

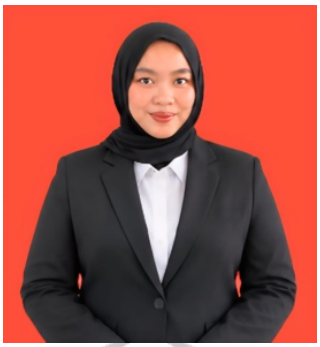
Penguji I	Penguji II
Tinta Julianawati,S.Tr.Keb., Bdn, M.Kes.	Bdn. Nuari Andolina.. S.ST.. MKM
NIDN. 1011079502	NIDN. 101701912

Pembimbing I	Pembimbing II
Bd.Septi Maisyaroh U.P,S.ST,M.Kes	Erika Fariningsih, SST, M.Mkes
NIDN. 1019098901	NIDN. 1030089302

Mengetahui
Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan

Tinta Julianawati,S.Tr.Keb.,Bdn.,M.Kes
NIDN. 1011079502

BIODATA PENULIS



Data Pribadi

Nama	: Aufa Nabila
Tempat/Tangal Lahir	: Demak, 19 Maret 2003
Agama	: Islam
Jenis kelamin	: Perempuan
Anak Ke	: 1 (Satu)
Pekerjaan	: Mahasiswa
Status	: Belum Menikah
No. Hp	: 0858542392
Email	: aufa7675@gmail.com
Nama Orang Tua	
Ayah	: Sudarno
Ibu	: Rofa'ati
Alamat	: Bukit Indah Piayu Blok A No 25, Kecamatan Sei Beduk,Kota Batam

Latar Belakang Pendidikan

1. Tahun 2010 : TK Aisyiyah Bustanul Athfal III
2. Tahun 2010-2013 : SDN 006 Sei Beduk, Batam
3. Tahun 2013-2016 : SDN 002 Sei Beduk, Batam
4. Tahun 2016-2019 : SMP Sultan Fattah Demak
5. Tahun 2019-2022 : SMA Subulussalam Demak
6. Tahun 2022-2026 : Universitas Awal Bros Batam

UNIVERSITAS AWAL BROS

MOTTO

“Tidak semua perjuangan disaksikan, tidak semua tangis didengar, tetapi Allah tahu betapa kerasnya aku bertahan.”

“Aku pernah terluka oleh perlakuan yang tidak adil, tetapi aku memilih bertahan karena Allah tidak pernah buta terhadap setiap air mata.”

(Hamba-nya)

Lelahnya menuntut ilmu hanya sementara, namun cahayanya akan menerangi kegelapan jiwa hingga ke keabadian."

(Ibn Ata'illah as-Sakandari)

“Bersemangatlah dalam hal yang bermanfaat bagimu, mohonlah pertolongan kepada Allah, dan janganlah merasa lemah.”
— Nabi Muhammad SAW, HR. Muslim

AWAL BROS

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan bimbingan-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul "Efektivitas Pemberian Cookies Moringa Oleifera Deligh terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri dengan Anemia Ringan di SMP Negeri 28 Batam Tahun 2026." Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb) pada Program Studi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Awal Bros.Penulis mengucapkan terima kasih dan apresiasi kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan, bimbingan, semangat, doa, dan bantuan selama proses penyusunan hingga selesainya skripsi ini, khususnya kepada:

1. Dr. Yulianti Wulandari, SKM, MARS selaku Rektor Universitas Awal Bros.
2. Dr. Utari Christya Wardhani, S.Kep., Ners., M.Kep selaku Wakil Rektor I Universitas Awal Bros.
3. Devi Purnamasari, S.Psi., M.KM selaku Wakil Rektor II Universitas Awal Bros.
4. Dr. Agus Salim, S.Kep., M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Awal Bros.
5. Bd. Aminah Aatina Adhyatma, S.SiT., M.Keb selaku Wakil Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Awal Bros.
6. Tinta Julianawati, S.Tr.Keb., Bdn., M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Awal Bros.

AWAL BROS

7. Bd. Septi Maisyaroh U.P,S.ST, M.Kes selaku dosen pembimbing I yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan usulan penelitian ini.
9. Erika Fariningsih, SST, M.Kes selaku dosen pembimbing II yang telah memberikan arahan, bimbingan, serta motivasi kepada penulis.
10. Kepada kedua orang tua tercinta, Bapak Sudarno dan Ibu Rofa'ati, terima kasih yang sebesar-besarnya atas segala doa, kasih sayang, dukungan, pengorbanan, motivasi, serta semangat yang tiada henti diberikan kepada penulis. Terima kasih atas setiap perjuangan, nasihat, dan kepercayaan yang selalu diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan pendidikan dan penyusunan skripsi ini.
11. Untuk Anggelisa Lammabue panjaitan dan Fitri Arnanda, terima kasih telah menjadi teman seperjuangan selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas dukungan, semangat, dan kebersamaan yang telah diberikan. Semoga persahabatan kita selalu terjaga dan kita semua diberikan kesuksesan dalam meraih cita-cita.
12. Untuk Mas Dwi Riptiadi Terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan ini, menemani setiap lelah, menguatkan di setiap langkah, dan selalu percaya bahwa aku mampu. Semoga pencapaian ini menjadi salah satu cerita indah yang kita banggakan bersama.

Batam, 28 Juli, 2026

Penulis

ABSTRAK

EFEKTIVITAS PEMBERIAN *COOKIES MORINGA OLEIFERA DELIGH* TERHADAP PENINGKATAN KADAR HEMOGLOBIN PADA REMAJA PUTRI DENGAN ANEMIA RINGAN DI SMPN 28 KOTA BATAM

Aufa Nabila, Septi Maisyaroh Ulina Panggabean, Erika Fariningsih

Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Awal Bros

Latar Belakang: Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih banyak dialami oleh remaja putri akibat meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan dan kehilangan darah saat menstruasi. Kondisi ini dapat menyebabkan kelelahan, penurunan daya tahan tubuh, serta menurunkan konsentrasi belajar. Salah satu upaya pencegahan anemia adalah melalui pemanfaatan pangan fungsional berupa *Cookies Moringa Oleifera Deligh* yang mengandung tepung daun kelor dan dark chocolate. Daun kelor kaya akan zat besi, protein, vitamin C, dan mineral yang berperan dalam pembentukan hemoglobin. **Tujuan:** Penelitian ini untuk mengetahui efektivitas pemberian *Cookies Moringa Oleifera Deligh* terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia di SMPN 28 Kota Batam. **Metode:** Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan desain quasi experimental tipe one group pretest-posttest design. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas VII SMPN 28 Kota Batam sebanyak 183 orang. Sampel berjumlah 30 responden yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling sesuai kriteria inklusi. Pengukuran kadar hemoglobin dilakukan sebelum dan sesudah pemberian *Cookies Moringa Oleifera Delight* selama 14 hari. Data dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0{,}05$. **Hasil:** penelitian menunjukkan adanya peningkatan kadar hemoglobin setelah pemberian *Cookies Moringa Oleifera Deligh*. Hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai p-value = 0,001 ($p<0{,}05$), sehingga terdapat efektivitas antara kadar hemoglobin sebelum dan sesudah intervensi. **Kesimpulan:** bahwa pemberian *Cookies Moringa Oleifera Deligh* efektif meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia di SMPN 28 Kota Batam. Diharapkan Pemberian *Cookies Moringa Oleifera Deligh yang* dapat menjadi alternatif intervensi gizi berbasis pangan lokal dalam mendukung pencegahan anemia pada remaja putri.

Kata Kunci: Anemia, Cookies Moringa, Hemoglobin, Remaja

ABSTRACT

THE EFFECTIVENESS OF GIVING *DELIGH MORINGA OLEIFERA COOKIES* ON INCREASING HEMOGLOBIN LEVELS IN ADOLESCENT GIRLS WITH MILD ANEMIA AT SMPN 28 BATAM CITY

Aufa Nabila, Septi Maisyaroh Ulina Panggabean, Erika Fariningsih

Faculty of Health Sciences, Awal Bros University

Background: Anemia is one of the health problems that are still experienced by many young women due to the increased need for iron during growth and blood loss during menstruation. This condition can cause fatigue, decreased immunity, and decreased study concentration. One of the efforts to prevent anemia is through the use of functional foods in the form of *Moringa Oleifera Deligh Cookies* which contain moringa leaf flour and dark chocolate. Moringa leaves are rich in iron, protein, vitamin C, and minerals that play a role in the formation of hemoglobin. **Objective:** This study was to determine the effectiveness of giving *Moringa Oleifera Deligh Cookies* on increasing hemoglobin levels in adolescent girls with anemia at SMPN 28 Batam City. **Methods:** This study uses quantitative with a quasi-experimental design type one group pretest-posttest design. The research population is all grade VII students of SMPN 28 Batam City as many as 183 people. A sample of 30 respondents was selected using the purposive sampling technique according to the inclusion criteria. Hemoglobin levels were measured before and after the administration *of Moringa Oleifera Delight Cookies* for 14 days. The data were analyzed univariate and bivariate using the Wilcoxon Signed Rank Test with a significance level of $\alpha = 0.05$. **Results:** the study showed an increase in hemoglobin levels after the administration of *Deligh Moringa Oleifera Cookies*. The results of the Wilcoxon test showed a p-value = 0.001 ($p<0.05$), so there was an effectiveness between hemoglobin levels before and after the intervention. **Conclusion:** that the administration *of Deligh Moringa Oleifera Cookies* was effective in increasing hemoglobin levels in adolescent girls with anemia at SMPN 28 Batam City. It is hoped that the provision *of Moringa Oleifera Deligh Cookies can* be an alternative to local food-based nutrition interventions in supporting the prevention of anemia in adolescent girls.

Keywords: Anemia, Moringa Cookies, Hemoglobin, Adolescents