

Aminatus Sholeha
NIM. 17134530039
Program Studi DIII Analisis Kesehatan

Dosen Pembimbing
Riyadatus Solihah, S.Farm., Apt., M.Si
NIDN. 0730069004

**PENGARUH KONSUMSI TEH HITAM TERHADAP KADAR
HEMOGLOBIN PADA REMAJA DUSUN JUNGKAR
SUKOLILO BARAT, KECAMATAN LABANG,
KABUPATEN BANGKALAN**

ABSTRAK

Senyawa tanin dalam teh dapat mengikat beberapa senyawa zat besi yang membentuk ikatan kompleks. Sehingga Tubuh kekurangan zat besi dan pembentukkan butir darah merah (hemoglobin) berkurang. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh konsumsi teh hitam terhadap kadar hemoglobin pada remaja dusun jungkar sukolilo barat, kecamatan labang, kabupaten bangkalan.

Metode penelitian yang digunakan yaitu *quasi eksperimental* dengan rancangan *pre post control grup disign*. Sampel di ambil sebanyak 16 responden Menggunakan teknik *purposive sampling* dan dibagi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol (n=8) dan kelompok perlakuan (n=8). Kelompok kontrol diberi placebo dan kelompok perlakuan diberi teh hitam sebesar 200 ml/ hari selama 14 hari.

Hasil penelitian ini didapatkan hasil kadar hemoglobin kelompok kontrol sebelum memiliki rata-rata $16,0 \pm 1,95$ mg/dL dan sesudah memiliki rata-rata $16,2 \pm 1,35$ mg/dL, menggunakan uji *Paired t-testp value* $(0,460) > \alpha (0,05)$. dan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin kelompok kontrol konsumsi teh hitam sebelum memiliki rata-rata $14,4 \pm 2,31$ mg/dL dan sesudah memiliki rata-rata $12,1 \pm 2,32$ mg/dL, menggunakan uji *Paired t-testp value* $(0,000) < \alpha (0,05)$. perbandingan kadar hemoglobin kelompok kontrol rata-rata $0,8 \pm 0,37$ dan kelompok perlakuan rata-rata $2,5 \pm 0,79$ dan *p value* $(0,000) < \alpha (0,05)$ menggunakan uji *independent t-test* Artinya ada pengaruh konsumsi teh hitam terhadap kadar hemoglobin pada remaja dusun Jungkar Sukolilo Barat, Kecamatan Labang, Kabupaten Bangkalan.

Pengaruh konsumsi teh hitam terhadap kadar hemoglobin dapat dicegah dengan mengurangi konsumsi teh dan makan yang mengandung zat besi.

Kata Kunci : Teh Hitam, Tanin, Hemoglobin