

Hubungan Minum Teh Terhadap Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Ngaliyan Semarang

Noor Naini Choiriyah^{1*}, Desi Soraya², Kristina Maharani³

¹⁻³ STIKES Telogorejo Semarang, Indonesia

Alamat: Jl. Anjasmoro Raya, Tawangmas, Kecamatan, Semarang Barat, Kota Semarang, Jawa Tengah

Email: noornaini1012@gmail.com*

Abstract. Anaemia is a common issue during pregnancy, affecting not only pregnant women but also their fetuses and the birth process. Pregnant women are considered anaemic if their haemoglobin (Hb) levels fall below 11 g/dL, with a higher prevalence observed in the third trimester. One contributing factor to anaemia during pregnancy is tea consumption, as tea contains tannin compounds that can inhibit iron absorption. This study aims to investigate the correlation between tea consumption and the incidence of anaemia in pregnant women during the third trimester. An analytical observational research design with a cross-sectional approach was employed. The study was conducted among pregnant women in the third trimester at the Ngaliyan Health Centre from November to December 2023, with a total sample of 55 participants selected through purposive sampling. Data were analysed using both univariate and bivariate methods. The results revealed a significant relationship between tea consumption and the incidence of anaemia, with a p-value of 0.003 ($p < 0.005$). These findings suggest that tea consumption is associated with an increased risk of anaemia in pregnant women during the third trimester.

Keywords: anaemia, drinking tea, third trimester pregnant women

Abstrak. Anemia merupakan salah satu permasalahan yang sering terjadi dalam kehamilan dan menimbulkan dampak bagi ibu hamil, janin juga proses persalinannya. Ibu hamil dapat terjadi anemia apabila ibu memiliki kadar Hb <11 g/dL. Ibu hamil sering terjadi anemia pada trimester III. Salah satu factor penyebab terjadinya anemia adalah minum teh pada saat kehamilan. Teh mengandung senyawa tanin yang dapat mengganggu penyerapan zat besi di dalam tubuh. Rumusan masalah yaitu "Apakah ada hubungan minum teh dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III?" Jenis penelitian ini adalah observasional analitik. Desain penelitian yang di pilih adalah cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah ibu hamil trimester III pada bulan November sd Desember 2023 di puskesmas Ngaliyan, Jumlah sampel adalah 55 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan teknik purposive sampling. Analisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat. Hasil penelitian di dapatkan nilai p value 0,003 ($p \text{ value} < 0,005$) sehingga dapat disimpulkan terdapat hubungan antara minum teh dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III.

Kata kunci: Minum Teh, Anemia, Ibu Hamil Trimester III

1. LATAR BELAKANG

Selama masa kehamilan, berbagai peristiwa mungkin terjadi sebagai akibat dari penyesuaian yang dilakukan oleh seorang ibu terhadap kehamilannya. Saat ibu mengalami kehamilan ibu dianjurkan untuk melakukan pemeriksaan ANC terpadu dimana ibu akan diberikan informasi serta edukasi tentang nutrisi kehamilan, konsultasi psikologi, perkembangan janin, persiapan persalinan, nifas, dan KB terutama dalam pemenuhan nutrisi, maupun suplement zat besi selama kehamilan (Dian Soekmawati et al, 2021).

Kehamilan yaitu suatu proses bertemunya sel telur dengan sperma yang selanjutnya akan terjadi proses penempelan janin di rahim atau disebut juga dengan proses nidasi atau

implantasi. Lama kehamilan seorang wanita terjadi hingga waktu 40 minggu atau sepuluh bulan (Prawirohardjo,2018).

Ibu yang sedang mengandung sering menghadapi risiko tinggi terkena anemia. Keadaan ini disebabkan oleh kebutuhan yang meningkat akan zat besi selama kehamilan untuk mendukung pertumbuhan janin dan juga untuk memenuhi kebutuhan zat besi mereka sendiri selama masa kehamilan. Zat besi merupakan komponen esensial yang diperlukan untuk pembentukan hemoglobin dan sel darah merah dalam tubuh (Andriyani, A & Susilowati, 2022).

Pemerintah telah mengupayakan berbagai strategi untuk mengurangi prevalensi anemia, diantaranya adalah distribusi 90 tablet penambah darah kepada ibu hamil selama kehamilan. Tujuan dari strategi ini adalah untuk mengurangi prevalensi anemia. Meskipun demikian data yang dikumpulkan dari lapangan menunjukkan bahwa hasil yang di harapkan belum sepenuhnya tercapai sesuai harapan pemerintah. Dan kebijakan tersebut belum mendapatkan hasil yang sesuai dikarenakan masih tingginya angka anemia. (Kemenkes RI,2015).

Anemia masih menjadi permasalahan yang cukup besar di masyarakat dunia, dan setiap harinya hampir 800 wanita di dunia meninggal yang di sebabkan oleh beberapa faktor yang dapat di cegah pada saat kehamilan dan persalinan. Salah satunya komplikasi kematian yang di sebabkan oleh perdarahan yang hebat. (sebagian besar adalah perdarahan pasca salin), adanya infeksi (sebagian besar adalah infeksi pasca salin), hipertensi kehamilan (preeklamsi dan eklamsia) dan komplikasi persalinan akibat dari aborsi yang membahayakan. (WHO,2020)

Di Indonesia, prevalensi anemia di kalangan ibu hamil tercatat mencapai 48,9%, yang menunjukkan kondisi yang hampir mencapai kategori masalah kesehatan masyarakat yang serius, menurut data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2019. Terungkap bahwa terdapat kebutuhan mendesak untuk mengurangi kejadian anemia agar prevalensinya di bawah 40% (Kemenkes RI, 2019).

Asti andriyani, et al (2022) menemukan bahwa pada trimester I dan trimester III, hamil mengalami penurunan hemoglobin yang signifikan yang membuat mereka sangat rentan terhadap anemia. Kadar hemoglobin di bawah 11 g/ dL pada ibu hamil, sering kali dikaitkan dengan kebiasaan minum teh selama masa kehamilan. Berbagai faktor berkontribusi pada fenomene ini, yang ditunjukkan melalui data yang relevan. Minuman teh adalah suatu minuman yang didalamnya mengandung zat-zat tertentu, salah satunya adalah zat tanin. Dimana zat tanin tersebut apabila dikonsumsi dalam jumlah cukup banyak akan menyebabkan gangguan proses penyerapan zat besi, nutrisi di dalam tubuh.

Di wilayah Jawa tengah angka prevalensi anemia dengan data yang tercatat secara nasional yaitu sebesar 27,61% (Pemprov Jateng, 2020). Untuk kota semarang yang tercatat oleh dinas kesehatan kota pada bulan Januari sampai dengan November 2023 tercatat 1729 ibu hamil dengan anemia. (Dinas kesehatan kota semarang, 2023).

Penelitian yang dilakukan oleh Banjari (2018) mengungkapkan bahwa zat besi dalam makanan atau minuman yang diminum secara rutin oleh manusia memiliki tingkat penyerapan yang rendah yaitu hanya sekitar 10 -20 % yang mampu diambil oleh tubuh. Salah satu alasan rendahnya penyerapan adalah mengkonsumsi makanan atau minuman

yang mengganggu proses penyerapan zat besi. Antara lain seperti tanin dari minuman teh dan kopi.

Berdasarkan data yang terkumpul di Puskesmas Ngaliyan selama 3tahun belakangan, tercatat sebuah kecenderungan peningkatan jumlah kejadian anemia diantara ibu hamil pada tahun 2021, teridentifikasi 79 kasus anemia di kalangan ibu hamil. Angka tersebut meningkat tajam menjadi 183 kasus pada tahun 2022 dan mencapai 216 kasus pada Desember tahun 2023. Sebagian besar dari kasus-kasus tersebut terjadi pada ibu hamil yang berada di trimester III, dengan tingkat hemoglobin dibawah 11 gr/dL. (Dinas Kesehatan Kota Semarang 2023)

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti dengan 10 perempuan dalam fase Trimester III kehamilan yang melakukan pemeriksaan kesehatan di Puskesmas Ngaliyan, Semarang, teridentifikasi bahwa 6 dari mereka mengalami anemia dengan kadar hemoglobin kurang dari 11 g/dL. Penyebab anemia ini bervariasi, meliputi usia yang masih sangat muda atau sudah lanjut, kelelahan akibat beban kerja, kurangnya wawasan mengenai konsumsi nutrisi yang adekuat, dan rutinitas minum teh. Sebaliknya, 4 dari perempuan hamil tersebut tidak teridentifikasi mengidap anemia. Hal ini dikarenakan mereka konsisten mengkonsumsi makanan yang kaya akan zat besi dan menghindari kebiasaan minum teh, sesuai dengan rekomendasi yang diberikan oleh bidan..

2. KAJIAN TEORITIS

Kehamilan di definisikan sebagai proses penggabungan spermatozoa dan ovum, yang berlanjut dengan implantasi atau nidasi. Jika durasi ini dihitung mulai dari momen fertilisasi sampai kelahiran bayi, masa kehamilan normal biasanya berlangsung selama 40 minggu atau 10 bulan (prawirohrdjo,2018). Ini merupakan rangkaian kejadian yang dimulai dari konsepsi, berkembang hingga fetus mencapai aterm, dan berakhir dengan poses kelahiran (Rahmawati dkk,2019).

Kehamilan trimester III teridentifikasi sebagai fase kehamilan antara minggu ke -28 hingga ke -40 dimana periode ini, perisapan untuk melahirkan dan asumsi peran sebagai orang tua menjadi fokus utama, dengan perhatian yang besar di berikan kepada kedatangan bayi baru, sehingga fase ini sering di sebut sebagai masa menentikan kelahiran(Lambogia,2017)

Pularitas teh sebagai minuman yang menyegarkan terlihat lintas usia mulai dari remaja hingga orang dewasa, termasuk juga ibu hamil yang menggunakan teh untuk mengatasi rasa mual., juga menjadi pilihan utama bagi banya orang untuk menghilangkan dahaga. (Septiawan, 2015)

Minuman teh di kenal memiliki komposisi kimia, apabila dikonsumsi dalam jumlah lebih maka akan berdampak negatif karena teh mengandung zat tanin yang dapat mengambat penyerapan zat besi di dalam tubuh apabila di konsumsi dalam jumlah berlebihan (Putri ayu et al. 2020)

Anemia defisiensi zat besi yaitu Anemia yang terjadi akibat kekurangan zat besi di dalam tubuh dikenal sebagai Anemia Defisiensi Besi. Hal ini terjadi karena jumlah zat besi yang ada tidak memadai untuk proses pembentukan sel darah merah atau eritropoesis. Pada periode pertumbuhan yang mencakup bayi, anak- anak, remaja, masa kehamilan, dan saat menyusui, terdapat peningkatan kebutuhan akan zat besi.(Kurniati,2020)

Defisiensi besi, yang merupakan gangguan hematologi yang paling umum di kalangan bayi, anak-anak, dan wanita hamil, sering kali dihasilkan dari konsumsi zat besi yang tidak memadai. Kondisi ini terjadi ketika asupan besi tidak mencukupi untuk keperluan fisiologis tubuh. Penyebab kurangnya besi bisa berasal dari asupan diet yang rendah, penurunan kandungan beindalam pangan atau peningkatan keperluan tubuh akan mineral tersebut, jika keadaan ini berlanjut untuk waktu yang panjang, defisiensi besi akan berujung pada kejadiann anemia (Rahayu,et all 2020)

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *observasi analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah ibu hamil trimester III yang melakukan pemeriksaan kesehatan di Puskesmas Ngaliyan Semarang. Jumlah sampel sebanyak 55 ibu hamil Trimester III. Teknik sampling adalah *purposive sampling* yaitu mengambil sampel penelitian berdasarkan kriteria yang telah peneliti tetapkan dalam kriteria inklusi dan eksklusi. Data diperoleh menggunakan observasi, kemudian dianalisis dengan statistik *Fisher Exact*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan april - mei 2024 di Puskesmas Ngaliyan Semarang. Pengolahan data meliputi Editing,

Coding, Scoring, Data Entry, Tabulating dan Cleaning. Pada analisa data menggunakan dua tahapan analisa data yaitu Univariat untuk mendapatkan data demografi responden dan Bivariat untuk mengetahui pemberian intervensi..

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Umur

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kelompok Umur

Kelompok Umur	Jumlah (orang)	Persentase (%)	Rata-rata Nilai Hb (g/dL)
< 20 tahun	4	7,27	10,00 g/dL
20 tahun – 35 tahun	44	80,00	10,70 g/dL
> 35 tahun	7	12,73	10,20 g/dL
Total	55	100,00	

Sumber: Data primer, diolah, 2024

Pada tabel 1 karakteristik responden berdasarkan kelompok umur didapatkan paling banyak 44 responden terdapat pada kelompok umur 20 – 35 tahun (80%), dengan rata-rata Hb 10,70 g/dL

1. Pekerjaan

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Pekerjaan

Status Pekerjaan	Jumlah (orang)	Persentase (%)	Rata-rata Nilai Hb (g/dL)
Bekerja	29	52,73	10,50 g/dL
Tidak Bekerja	26	47,27	10,70 g/dL
Total	55	100,00	

Sumber: Data primer, diolah, 2024

Pada tabel 2 karakteristik responden berdasarkan pekerjaan didapatkan paling banyak 29 reponden dengan ibu hamil yang bekerja (52,73%) dengan rata-rata Hb adalah 10,50 g/dl.

2. Jarak Kehamilan

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jarak Kehamilan

Jarak Kehamilan	Persentase (orang)	Persentase (%)	Rata-rata Nilai Hb
< 2 tahun	7	12,73	10,40 g/dL
> 2 tahun	27	49,09	10,70 g/dL
Tidak Berjarak/Kehamilan Pertama	21	38,18	10,70 g/dL
Total	55	100,00	

Sumber: Data primer, diolah 2024

Pada tabel 4.3 karakteristik responden berdasarkan jarak kehamilan didapatkan paling banyak adalah 27 reponden dengan jarak kehamilan >2tahun (49,09%) dengan rata-rata Hb 10.70 g/dL

3. Frekuensi Minum Teh

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Frekuensi Minum Teh

Konsumsi Teh	Jumlah (orang)	Persentase (%)	Rata-rata Nilai Hb (g/dL)
Jarang atau ≤ 1 gelas per hari	31	56,36	10,80 g/dL
Sering atau > 1 gelas per hari	24	43,64	9,90 g/ dL
Total	55	100,00	

Sumber: Data primer, diolah, 2024

Pada tabel 4 berdasarkan frekuensi minum teh didapatkan sebanyak 31 responden dengan katagori minum teh jarang ≤ 1 gelas per hari adalah (56,36%) dengan nilai rata-rata Hb adalah 10,80 g/dL.

4. Kategori Anemia

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Anemia

Kategori Anemia	Jumlah (orang)	Persentase (%)	Rata-rata Nilai Hb (g/dL)
Ya (Hb \leq 11,00)	45	81,82	10,50 g/dL
Tidak (Hb > 11,01)	10	18,18	11,95 g/dL
Total	55	100,00	

Sumber: Data primer, diolah 2024

Pada tabel 4.5 berdasarkan frekuensi kejadian anemia pada ibu hamil Trimester III didapatkan paling banyak adalah 45 responden dengan Hb \leq 11g/dL(81,82%) dengan rata-rata Hb adaalah 10,50 g/Dl

4.2 Analisa Bivariat

1. Distribusi minum teh terhadap Kejadian anemia

Tabel 6 Distribusi Minum Teh Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Ngaliyan.

No	Minum Teh	Anemia				Total	
		Ya		Tidak		N	%
		n	%	N	%	N	%
1	Jarang	21	38,18%	10	18,18%	31	56,36%
2	Sering	24	43,65%	0	0	24	43,65%
	Total	45	81,83%	10	18,18%	55	100 %

Berdasarkan tabel 4.6 dapat dilihat bahwa kejadian anemia dengan minum teh pada ibu hamil trimester III dalam katagori sering paling banyak adalah 24 responden (43,65%). Dan paling kecil dengan kategori jarang minum teh adalah 21 responden (38,18%).

2. Analisis hubungan minum teh dengan kejadian Anemia

Tabel 7 Analisis Hubungan Minum Teh Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Ngaliyan.

	Value	Hdf	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	9.462 ^a	1	.002		
Continuity Correction ^b	7.418	1	.006		
Likelihood Ratio	13.170	1	.000		
Fisher's Exact Test				.003	.002
Linear-by-Linear Association	9.290	1	.002		
N of Valid Cases	55				

a. 1 cells (25.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 4.36.

b. Computed only for a 2x2 table

Sumber: Data primer, diolah 2024

Pada tabel 4.7 dapat di katakan bahwa ada Hubungan minum teh dengan kejadian anemia, dapat dilihat nilai r hitung (9.290) lebih besar dari r tabel (0,002) dengan *p value* (0,003). Dapat disimpulkan bahwa H0 diterima dan Ha ditolak.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

a. Umur

Berdasarkan kelompok umur paling banyak adalah pada umur 20 -35 tahun sebanyak 44 responden atau 80% dengan rata-rata nilai Hb 10,70 gr/dL,

Menurut (Fraga batara,2020) berpendapat bahwa pada rentang umur 20 -35 tahun banyak terjadi kehamilan karena pada usia tersebut organ reproduki telah matang dan siap untuk menjalani proses kehamilan, serta berkaitan pula dengan psikologi, fisik ibu yang sudah siap menerima kehamilanya sehingga pada usia tersebut angka anemia relatif lebih rendah dibanding usia kurang dari 20 tahun.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Andriyani, A & Susilowati, 2022) dengan judul hubungan konsumsi teh pada ibu hamil trimester III di didapatkan bahwa distribusi karakteristik responden mayoritas ibu hamil trimester III berusia 20-35 tahun yaitu sebanyak 34

responden (79,1%), karena pada umur 20 -35 tahun organ reproduksi telah matang dan siap untuk menjalani proses kehamilan, yang berkaitan dengan psikologi ibu yang sudah siap menerima kehamilan sehingga angka anemia sangat sedikit ditemukan.

Dari penelitian yang telah dilakukan, peneliti berasumsi bahwa sebagian besar ibu hamil dengan rentang usia 20 – 35 tahun banyak terjadi kehamilan karena di usia tersebut sebagian besar sudah mempunyai kesiapan mental juga organ reproduksi cenderung sudah siap untuk menerima kehamilan. Akan tetapi masih banyak terjadi anemia pada kategori tersebut yang disebabkan cenderung abai terhadap nutrisi kehamilannya dan tidak rutin mengonsumsi penambah darah.

b. Pekerjaan

Pada penelitian ini dilihat berdasarkan status pekerjaan responden, didapatkan bahwa sebanyak 29 responden (52,%) merupakan ibu hamil trimester III yang berkerja dengan nilai Hb rata-rata adalah 10,50 g/dL.

Menurut (Mardiah A,2020) Beban kerja yang terlalu tinggi merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan anemia. Karena wanita hamil yang berstatus bekerja biasanya juga melakukan pekerjaan sebagai ibu rumah tangga, hal inilah yang mendorong wanita hamil yang bekerja cenderung stress dan kelelahan dibandingkan wanita yang tidak bekerja, sehingga memiliki peluang terjadi anemia lebih besar karena kondisi yang mudah lelah, kurang istirahat, dan kurang gizi akibat kurang fokus pada pola makan.

Berbanding terbalik dengan penelitian (Asti andriyani,2020) ibu yang tidak bekerja justru lebih banyak yaitu 25 orang (58,1%). Pada penelitian yang telah dilakukan peneliti berasumsi bahwa tidak bekerja juga berpengaruh terhadap terjadinya anemia akibat faktor stress dan tidak dapat terpenuhinya kebutuhan gizi karena kurangnya pendapatan untuk memenuhi kebutuhan gizinya. Hal inilah yang menjadi kesenjangan perbedaan antara penelitian dahulu dengan hasil yang terjadi di lapangan saat ini.

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, peneliti berasumsi bahwa rata-rata ibu hamil Trimester III di wilayah Puskesmas Ngaliyan melakukan pekerjaan karena faktor untuk mencukupi kebutuhan sehari

hari, terjadinya anemia akibat faktor pekerjaan yang berat menyebabkan kelelahan serta tidak diperbolehkannya membawa makanan saat bekerja menjadi pendukung terjadinya anemia pada ibu hamil karena tubuh cenderung tidak mampu mencukupi nutrisi selama hamil sehingga besar kemungkinan berpengaruh terhadap penurunan Hb, pekerjaan ibu rumah tangga yang sudah cukup berat serta ditambah dengan bekerja diluar rumah sehingga mengharuskan ibu bekerja menggunakan energi cukup banyak, hal inilah dapat menyebabkan ibu lelah, banyak tekanan, serta mengganggu jalannya kehamilan, dan dapat menyebabkan anemia karena semakin berat pekerjaan ibu hamil maka semakin besar terjadinya anemia pada ibu hamil.

c. Jarak Anak

Melihat hasil paling tinggi dari responden berdasarkan jarak anak diperoleh bahwa jarak anak lebih dari 2 tahun memiliki jumlah paling tinggi yaitu sejumlah 27 orang (49,09%) dengan hasil anemia rata rata adalah 10,70 g/dL.

Penelitian yang dilakukan oleh (Nurma ika,2020) didapatkan bahwa angka ibu hamil tertinggi dengan jarak ≥ 2 tahun adalah sejumlah 48 responden (55,2%), jarak kehamilan sangat memberikan pengaruh terhadap kadar hemoglobin ibu hamil karena ibu hamil memerlukan waktu untuk pemulihan fisik, dan pemulihan organ reproduksi pada khususnya dimana semakin lama jarak kehamilan seorang ibu dari kehamilan sebelumnya maka akan semakin siap organ reproduksi untuk kehamilan selanjutnya.

Dari hasil penelitian yang didapatkan, peneliti berasumsi bahwa pada pengaturan jarak kehamilan > 2 tahun disebabkan karena sudah siapnya mental, organ reproduksi juga kesiapan finansial agar dapat tertata dengan baik. Masih ditemukanya anemia pada kategori ini disebabkan oleh faktor lain yaitu ibu hamil dengan jarak >2 tahun cenderung kurang memperhatikan asupan nutrisi yang baik, dan sedikit abai mengkonsumsi tablet penambah darah.

2. Frekuensi Minum Teh Pada Ibu Hamil Trimester III

Berdasarkan Frekuensi minum teh setiap harinya, didapatkan sejumlah 31 (56,36%) memiliki kebiasaan minum teh jarang dengan katagori \leq dari 1 gelas per hari dengan ukuran standart gelas adalah 200ml. Responden dengan kebiasaan minum teh lebih sering atau lebih dari 1 gelas per hari memiliki kadar Hb cenderung lebih rendah dibandingkan dengan reponden yang minum teh dengan jumlah sedikit atau kurang dari 200 ml.

Sejalan dengan penelitian oleh (Rochmaedah at all, 2019) Teh merupakan minuman yang disenangi oleh masyarakat serta menjadi minuman yang banyak dikonsumsi selain air putih, dengan rata-rata konsumsi 120 ml/hari Kebiasaan minum teh merupakan salah satu faktor yang dapat mengakibatkan terjadinya anemia (Nursilaputri, et all, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh (choirunnisa,2018) yang melakukan penelitian dengan judul pengaruh minum teh dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Tangerang tahun 2018, didapatkan bahwa dimana yang mengkonsumsi teh paling banyak adalah 78 ibu hamil (67,8%). Penelitian tersebut mengatakan bahwa kebiasaan ini dilakukan karena sudah menjadi perilaku yang dianggap biasa untuk menghilangkan rasa haus dan panas disiang hari.

Peneliti berasumsi bahwa, minum teh menjadi kebiasaan atau perilaku yang sudah biasa dilakukan oleh ibu hamil khususnya, dimana minum teh ini dilakukan hanya untuk sekedar melepas dahaga, bahkan untuk menghilangkan rasa pusing, mual yang mana menjadi kebiasaan yang kurang baik untuk dilakukan ibu hamil, padahal minum teh pada saat kehamilan akan menjadi salah satu faktor yang berpotensi menyebabkan anemia.

Minuman teh menjadi minuman yang paling banyak di gemari oleh kalangan masyarakat tidak terkecuali juga ibu hamil, dan masih banyak ibu hamil yang gemar minum teh dan tidak tahu bahwa minum teh dapat mengganggu penyerapan nutrisi di tubuh.

3. Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Ngaliyan

Berdasarkan kejadian anemia pada ibu hamil trimester III didapatkan sebanyak 45 responden Hb < dari 11 g/dL atau 81,82% dengan rata rata Hb adalah 10,50 g /dL.

Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh (Risza Choirunnisa pada tahun 2018 dengan judul Pengaruh konsumsi teh dengan kejadian anemia di wilayah kerja puskesmas Salemban Jaya Kabupaten Tangerang, didapatkan hasil ibu yang mengalami anemia sebanyak 63,9% karena beberapa factor diantaranya adalah kebiasaan mengkonsumsi teh.

Sebaiknya ibu hamil menghindari minum selama kehamilan dan sebaiknya ibu mengimbangi dengan cara mengkonsumsi makanan yang mengandung zat besi tinggi seperti daging merah, kacang kcangn juga sayuran hijau, Selain itu juga ibu diwajibkan untuk lebih teratur dalam mengkonsumsi tablet penambah darah yang dianjurkan oleh tenaga kesehatan, sesuai dosis yang dianjurkan yaitu sehari satu kali dengan jumlah miniml 90 tablet selama kehamilan. Hal inilah yang menyebabkan anemia pada ibu hamil bisa terkontrol.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Nursila putri,et all 2022). Kebiasaan minum teh merupakan salah satu faktor pemicu yang dapat mengakibatkan terjadinya anemia. Dimana teh mengandung senyawa tanin yang mampu membentuk ikatan dengan zat besi di dalam tubuh sehingga apabila dikonsumsi secara berlebihan akan menyebabkan penurunan kadar hemoglobin. (Qurrata Ayuni, 2019)

Peneliti berasumsi bahwa angka anemia pada ibu hamil trimester III masih cukup tinggi dikarena beberapa faktor yang berpengaruh antara lain faktor usia, pekerjaan, jarak kehamilan, perilaku atau kebiasaan minum teh, faktor gizi dan nutrisi, ketidak patuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet fe, dan juga faktor tidak terpenuhinya kebutuhan protein daging yang mengandung banyak *HEME*. Sebagian besar mereka mengganti daging merah tersebut dengan sayuran yang memiliki kadar *HEME* tidak kuat. Hal inilah yang mendorong kejadian anemia masih cukup tinggi di wilayah pukesmas Ngaliyan.

4. Hubungan Minum Teh Terhadap Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Ngaliyan.

Berdasarkan analisis uji bivariat pada penelitian ini diperoleh bahwa p-value memiliki nilai 0,003 atau kurang dari $\alpha = 0,05$, artinya H_0 diterima

dan H_a di tolak dan dapat disimpulkan bahwa pada ibu hamil trimester III di Puskesmas Ngaliyan dalam mengkonsumsi teh memiliki hubungan dengan kejadian anemia yang dialami.

Sejalan dengan penelitian dari (Andriyani, A & Susilowati, 2022). Hasil Analisa data didapatkan nilai p -value=0,024 dimana $p < 0,05$ sehingga terdapat hubungan yang bermakna antara frekuensi konsumsi teh dengan kejadian anemia.

Pada penelitian lain ditemukan bahwa secara statistik signifikan pada trimester ke III Penelitian menunjukkan bahwa ada peningkatan volume darah selama masa kehamilan yang dapat menyebabkan penurunan penyimpanan zat besi. Peningkatan trimester, akan berdampak kebutuhan zat besi dalam tubuh juga meningkat sehingga ibu hamil trimester ketiga berpeluang mengalami anemia dibandingkan dengan trimester pertama (Ngimbudzi, Massawe and Sunguya, 2021).

Peneliti berasumsi bahwa dengan mengkonsumsi teh ibu hamil dapat berpeluang besar mengalami anemia, terutama jika mengkonsumsi tehnya lebih sering > 200ml dan tidak diimbangi dengan makanan bergizi dimana zat tanin didalam teh merupakan senyawa yang dapat mengganggu penyerapan zat besi didalam tubuh hingga 85%.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut: Pada kelompok usia paling tertinggi yaitu pada usia 20 tahun sd 35 tahun sebesar 44 orang dengan prosentase 80%, Pada kelompok status bekerja paling tinggi adalah sejumlah 29 orang dengan prosentase 52,73%. Dan pada kelompok jarak anak tertinggi adalah > 2 tahun paling banyak mendominasi dengan jumlah 27 responden. Pada kelompok ibu anemia ibu hamil khususnya trimester III di Puskesmas Ngaliyan masih tinggi yaitu menempati jumlah 45 responden dengan rata rata Hb 10,50 g/dL. Pada kelompok ibu hamil yang masih suka mengkonsumsi teh lebih sering adalah berjumlah 24 orang dengan rata rata Hb 9,90 g /dL, atau tergolong anemia. Berdasarkan Uji analisis pada penelitian ini diperoleh bahwa p -value memiliki nilai 0,003 atau kurang dari $\alpha = 0,05$, artinya H_0 diterima dan H_a di tolak dan dapat disimpulkan bahwa pada Ibu hamil trimester III di Puskesmas Ngaliyan dalam mengkonsumsi teh memiliki hubungan dengan kejadian anemia yang dialami.

Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian diatas, maka peneliti menyarankan hal hal sebagai berikut:

Bagi institusi pendidikan, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan masukan ilmiah dan teoritis untuk kepentingan pendidikan khususnya mahasiswa sarjana profesi kebidanan. Bagi institusi pelayanan kebidanan, diharapkan kepada petugas kesehatan baik dari puskesmas, kader ataupun petugas kesehatan di wilayah Puskesmas Ngaliyan lebih responsif untuk dapat meningkatkan komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) tentang faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia pada khususnya pada ibu hamil di wilayah puskesmas Ngaliyan. Bagi ibu hamil di wilayah Puskesmas Ngaliyan, diharapkan memberikan wawasan kepada ibu hamil khususnya di wilayah puskesmas Ngaliyan tentang pengaruh minum teh terhadap anemia yang mana dapat menghindari kebiasaan minum teh yang dapat berdampak ke kesehatan ibu hamil. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan melakukan penelitian tentang minum teh dengan menambah variabel lainnya.

DAFTAR REFERENSI

- Andriyani, A & Susilowati, D. (2022) 'Hubungan Frekuensi Konsumsi Teh Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III', *Kesehatan Masyarakat dan Lingkungan Hidup*, 7(2), pp. 98–103. Available at: <https://doi.org/10.51544/jkmlh.v7i2.3447>.
- Astutik, R. Y., & Ertiana, D. (2018) *Anemia Dalam Kehamilan*. Surabaya: Jawa Timur CV.
- Banjari, I. (2018) *Iron Deficiency Anemia and Pregnancy*. 4th edn.
London: Intech
- Kemendes RI (2015) *Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah*. Jakarta: Kemendes RI.
- Kemendes RI (2019) *Buku Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta: Kemendes RI.
- Lisisina, N. and Rachmiyani, I. (2020) 'Hubungan antara kebiasaan minum teh dengan anemia pada wanita hamil', *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*, 4(2), pp. 65–69. doi: 10.18051/jbiomedkes.2021.v4.65-69
- Lombogia, M. (2017) *Buku Keperawatan Maternitas Konsep, Teori dan Modul Praktikum*. Yogyakarta: Indomedia Pustaka.
- Mardiah A. 2020. "Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Ibu Hamil Di Wilayah Kerja Puskesmas Mandiangin Kota Bukittinggi." In *Human Care Journal* 5(1):800.

- Notoatmodjo, S. (2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursilaputri, H.P., Subiastutik, E. dan Setyarini, D.. (2022) 'Konsumsi Teh Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja', *Ilmiah Keperawatan*, 8(2), pp. 284–290.
- Pratami, E. (2019) *Evidence Based Dalam Asuhan Kebidanan*. Jakarta: EGC.
- Prawirohardjo, S. (2018) *Buku Acuan Nasional Pelayanan Kesehatan Maternal dan Neonatal*. 1st edn. Edited by A. Bari. Jakarta: PT Bina Pustaka.
- Qurrata Ayuni, D., Armaita dan Syafnir, R. (2019) 'Pengaruh Konsumsi Tanin Ekstrak Daun Teh Hitam (*Camellia sinensis*) Dosis Bertingkat Terhadap Prevelensi Kejadian Anemia Yang Di Tinjau Dari Level Hemoglobin Dan Hematokrit Pada Mus musculus babc Albino', *Ilmiah Kefarmasian*, 1(1), pp. 17–22.
- Rahayu, A., Yulidasari, F., Putri, A. O., & Anggraini, L. (2019) *Buku Referensi Metode Orkes-Ku (Raport Kesehatanku) Dalam Mengidentifikasi Potensi Kejadian Anemia Gizi Pada Remaja*.
- Rahmaniah, Linda, P.S. "Hubungan umur ibu dan paritas dengan kejadian anemia pada ibu hamil. *Journal of Health, Education and Literacy* (2019)
- Saraswati, Sari & Linda, H. (2022) 'Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Ibu Hamil Terhadap Kejadian Anemia Di Wilayah Kerja Puskesmas Langsa Lama'.
- Septiawan, Y. (2015) 'Hubungan Kebiasaan Minum Teh dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester II di Puskesmas Kotabumi II Kabupaten Lampung Utara', 6(2).
- Tresno, S. (2023) *Memahami, Mencegah, dan Mengatasi Kekurangan Darah*. Semarang: Tiram Media.
- Zulma, D.P., Siregar, R. dan Karo, M.. (2021) 'Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswa Tingkat I Dan II Program Studi DIII Kebidanan Stikes Medistra Indonesia Tahun 2018', *Binawan Student Jurnal (BSJ)*, 3(1), pp. 1–7.