

Hubungan Kebiasaan Minum Teh Setelah Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Pallangga

^{1*}Rosita, ²Sumarni, ³Raudatul Jannah H

^{1,2,3} Prodi DIV Kebidanan, Universitas Megarezky Makassar

Corresponding Author : rositapasse88@gmail.com

Abstrak

Kebiasaan Minum teh sudah menjadi budaya bagi penduduk dunia. Teh mengandung Zat tanin yang dapat mengikat zat besi sehingga sulit diserap oleh tubuh dan menyebabkan terjadinya anemia pada ibu hamil. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan minum teh dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Pallangga tahun 2018. Jenis Penelitian ini adalah penelitian Analitik Observasional dengan rancangan cross sectional, yang dilakukan di Puskesmas Pallangga Kabupaten Gowa. Teknik sampel yang digunakan adalah purposive sampling. Sampel berjumlah 38 orang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Data diuji secara statistik dengan uji chi square. Dari penelitian ini didapatkan sampel sebanyak 38 responden yang memiliki kebiasaan minum teh sebanyak 160 orang, terdiri dari 13 (81,2%) yang anemia, dan 3 (18,8%) yang tidak anemia, sedangkan yang tidak konsumsi teh sebanyak 22 (57,9%) terdapat 9 (40,9%) yang mengalami anemia dan 13 (51,9%) yang tidak anemia. Diperoleh hasil Uji Chi Square menunjukkan nilai $p = 0,031 < \alpha (0,05)$ yang berarti terdapat hubungan kebiasaan minum teh setelah makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Pallangga. Semakin terbiasa minum teh setelah makan, maka semakin besar peluang terjadinya Anemia.

Kata Kunci : Anemia, Ibu Hamil, Kebiasaan Minum Teh

PENDAHULUAN

Anemia pada ibu hamil sangat berpengaruh pada keadaan ibu, janin, dan proses persalinan. Pengaruh buruk pada kehamilan tidak jarang menimbulkan keadaan fatal yaitu kematian janin, ibu, atau keduanya. Menurut WHO 40% kematian ibu di negara berkembang berkaitan dengan anemia kehamilan. Kehilangan darah yang berlebih disertai dengan hilangnya zat besi haemoglobin dan habisnya simpanan zat besi pada kehamilan yang satu dapat menjadi penyebab penting bagi terjadinya anemia defisiensi besi pada kehamilan berikutnya (Novita Chandra, 2010)

Angka kejadian anemia menurut WHO berkisar antara 20% sampai 89% dengan menetapkan Hb 11 gr% sebagai dasarnya. Angka kehamilan di Indonesia menunjukkan nilai yang cukup tinggi. Hoo Swi Tjiong menemukan angka anemia kehamilan pada trimester I, 3,8%. Trimester II, 13,6 dan pada trimester III 24,8% (Ertasugerta, 2015)

Data yang diperoleh dari Negara Asean jumlah angka kejadian anemia sebanyak 32 per 100.000 kelahiran hidup. Untuk Indonesia sendiri jumlah ibu yang mengalami anemia sebanyak

21 per 100.000 kelahiran hidup. Angka diatas menunjukkan bahwa Indonesia merupakan negara dengan jumlah penduduk yang padat namun banyak pula ibu yang mengalami anemia khususnya pada masa kehamilan. Suatu penelitian menunjukkan bahwa angka kematian ibu sebanyak 265/100.000 penduduk berhubungan erat dengan anemia yang dideritanya ketika hamil (Novita,2011)

Masalah yang dihadapi oleh pemerintah Indonesia adalah masih tingginya prevalensi anemia ibu hamil yaitu 50,9% dan sebagian penyebabnya adalah kekurangan zat besi yang diperlukan untuk pembentukan hemoglobin sehingga yang ditimbulkan disebut anemia kekurangan zat besi (Setiyarno,2014)

Di Provinsi Sulawesi Selatan tergolong tinggi karena masih berada diatas rata-rata angka nasional yaitu sebesar 28%, atau sebanyak 189,202 prevalensi anemia pada ibu hamil yang tercatat di berbagai rumah sakit maupun Puskesmas yang tersebar di Provinsi Sulawesi Selatan(Ertasugerta,2015)

Data yang diperoleh dari pencatatan dan pelaporan di Puskesmas Pallangga Gowa pada tahun 2015 terdapat 210 ibuhamil dan yang mengalami anemia sebanyak 40 orang (19,04%), tahun2016 terdapat 257 ibuhamil dan yang mengalami anemia sebanyak 28 orang (11,56) sedangkan pada tahun 2017 terdapat 345 ibuhamil dan yang mengalami anemia sebanyak 70 orang (20,28%).

Berdasarkan data awal yang telah diperoleh di Puskesmas Pallangga Gowa dengan mengadakan wawancara langsung kepada 15 ibu hamil yang melakukan kunjungan menyatakan bahwa mereka biasa mengkonsumsi atau minum the sebelum dan sesudah makan diantaranya 9 orang (60%) ibu hamil yang melakukan kebiasaan minum teh sebelum hamil, dan 6 orang (40%) ibu hamil yang melakukan kebiasaan minum teh setelah mereka hamil. dan 5 dari ibu hamil tersebut menyatakan bahwa mereka kadang-kadang pusing setelah duduk lama, dan mudahlelah.

Melihat permasalahan diatas maka peneliti tertarik untuk mengetahui “Hubungan Kebiasaan Minum Teh Setelah Makan dengan Kejadian Anemia Pada ibu Hamil di Puskesmas Pallangga Gowa.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah Analitik Observasional, dengan pendekatan cross sectional, Penelitian ini dilaksanakan diPuskesmas Pallangga Gowa pada tanggal 20 Maret

sampai 22 Mei tahun 2018. Adapun populasi dalam penelitian ini terdapat 76 ibu hamil yang memeriksakan kehamilannya di Puskesmas pallangga Gowa periode 20 Maret – 22 Mei 2018. Sampel dalam penelitian ini terdapat 38 ibu hamil trimester III mengalami anemia yang memiliki kebiasaan minum teh yang memeriksakan kehamilannya di Puskesmas Pallangga Gowa. Metode pemilihan sampel yang digunakan adalah non-probability sampling dengan jenis purposive sampling.

Adapun sumber data yang digunakan oleh peneliti yaitu, Data primer diperoleh melalui lembar kusioner diberikan kepada responden dan pemeriksaan Hb dengan darah ferifer dengan menggunakan Alat Brand Nesco. Adapun data sekunder penelitian ini diperoleh melalui laporan tahunan anemia pada ibu hamil dan jumlah seluruh ibu hamil di Puskesmas Pallangga Gowa.

Prosedur pengolahan data yang dilakukan melalui tahap-tahap sebagai berikut: Tahap Penyuntingan, Tahap pengkodean (Coding), Entry data, Cleaning data.

Adapun analisis data yang di gunakan yaitu : Analisa Univariat digunakan untuk menjelaskan dan mendeskripsikan karakteristik setiap variable penelitian. Dan Analisa Bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variable dependen dan independen yaitu hubungan antara kebiasaan minum teh dengan kejadian anemia pada ibuhamil. Teknik ini menggunakan analisis *Chi-Square*, dengan nilai yang dipakai adalah *Pearson Chi-Square* ($\alpha = 0,05$) (Sugiyono,2014).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Umur	Frekuensi	Persentase (%)
19-24 Tahun	11	28,9
25-30 Tahun	19	50,0
31-35 Tahun	8	21,1
Total	38	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 1, dari 38 rsponden dapat diketahui bahwa jumlah responden yang memiliki umur 19-24 tahun yaitu 11 orang (28,9%), dan 25-30 tahun terdapat 19 orang (50,0%), sedangkan responden yang memiliki umur 31-35 sebanyak 8 orang (21,1%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pendidikan

Pendiidkan	Frekuensi	Persentase (%)
SD	6	15,8
SMP	13	34,2
SMA	17	44,7
S1	2	2,3
Total	38	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui tingkat pendidikan responden. Terdapat 6 (15,8%) responden yang memiliki tingkat pendidikan tamat SD, dan terdapat 13 (34,2%) responden tingkat pendidikan tamat SMP, sedangkan terdapat 17 (44,7%) responden yang memiliki pendidikan tamat SMA dan terdapat 2 (2,3%) responden yang lulusan S1.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pekerjaan

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
IRT	36	94,7
Wiraswasta	2	5,3
Total	38	100

Sumber : Data Primer 2018

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa tingkat pekerjaan responden Ibu rumah tangga yaitu 36 (94,7%) dan wiraswasta 2 (2,3%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Anemia

Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
Anemia	16	42,1
Tidak Anemia	22	57,9
Total	38	100

Sumber : Data Primer 2018

Dari tabel 4 dapat dilihat bahwa dari 38 jumlah responden, yang mengalami anemia sebanyak 16 (42,1%) dan responden yang tidak anemia 212 (57,9%). Dari tabel tersebut dapat dilihat bahwa dari 38 jumlah responden, sebanyak 8 (21,1%) responden yang tidak memiliki kebiasaan minum teh dan terdapat 30 (78,9%) responden yang memiliki kebiasaan minum teh ≥ 2 cangkir sehari.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jumlah Konsumsi Teh Sehari

Kebiasaan Minum Teh	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	30	78,9
Tidak	8	21,1
Total	38	100

Sumber : Data Primer 2018

Dari tabel 5, dapat dilihat bahwa dari 38 responden, menunjukkan bahwa jumlah responden yang memiliki kebiasaan minum teh ≥ 2 cangkir/hari sebanyak 30 orang, terdiri dari 10 orang (26,3%) yang mengalami anemia dan 20 orang (52,6%) yang tidak anemia. Sedangkan jumlah responden yang tidak memiliki kebiasaan minum teh sebanyak 8 orang (21,1%), terdiri dari 6 orang (15,8%) yang mengalami anemia dan 2 orang (5,3%) yang tidak anemia.

Tabel 6. Hubungan Kebiasaan Minum Teh Setelah Makan Dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil

Kebiasaan Minum Teh	Anemia				Total		$\alpha = 0,05$
	Anemia		Tidak Anemia				
	n	%	N	%	N	%	
Ya	10	33,3	20	66,7	30	100	0,034
Tidak	6	75,0	2	25,0	8	100	
Total	16	42,1	22	57,9	38	100	

Sumber : Data Primer, 2018

Berdasarkan hasil uji statistik (tabel 6) dengan menggunakan uji *Chi-Square* diperoleh nilai $\rho = 0,034$. Karena nilai $\rho = 0,034 < \alpha (0,05)$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya ada hubungan antara kebiasaan minum teh dengan Anemia.

Pembahasan

Dalam penelitian ini diperoleh sebanyak 52,6% responden yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi teh namun tidak mengalami anemia, menurut peneliti hal ini dapat disebabkan karena waktu ibu mengkonsumsi teh tidak bersamaan dengan saat mengkonsumsi sumber zat besi seperti susu atau tablet Fe serta makanan jenis lain, sehingga penyerapan zat besi tidak terganggu. Dan sebaliknya terdapat 21.1% ibu yang tidak biasa mengkonsumsi teh namun mengalami anemia, hal ini dapat disebabkan karena sekalipun ibu tidak mengkonsumsi teh namun konsumsi sumber zat besi sangat kurang dimana ibu tidak mengkonsumsi tablet Fe dan sumber zat besi lainnya seperti kuning telur, hati, kacang-kacangan, protein hewani, susu dan lain sebagainya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Erta Sugerta (2015) Hasil uji statistik diperoleh nilai $p\text{-value } 0,044 < \alpha 0,05$ maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan kebiasaan minum teh dengan kejadian anemia pada ibu hamil trimester II di Puskesmas Kotabumi II Kabupaten Lampung Utara Tahun 2015.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Puteri Bungsu (2015) pengaruh kadar tanin teh celup terhadap anemia gizi besi pada ibu hamil di Upt Puskesmas Citeureup Kabupaten Bogor. Menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengaruh kadar tanin teh celup terhadap anemia gizi besi pada ibu hamil dengan nilai $p\text{-value } 0,044 < \alpha 0,05$.

Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan Setiyarno (2014) yang berjudul “Hubungan Konsumsi Teh Dengan Kadar Haemoglobin Di Kecamatan Jenawi Kabupaten Karanganyar” menunjukkan konsumsi teh para pengkonsumsi teh pada kategori sedang sebanyak 52 responden (73,2%), Kadar haemoglobin pada pengkonsumsi teh di Kecamatan Jenawi Kabupaten Karanganyar pada kategori anemia sedang sebanyak 32 responden (45,10). Simpulan: Ada hubungan antara konsumsi teh dengan kadar haemoglobin di Kecamatan Jenawi Kabupaten Karanganyar dengan $X^2 \text{ hitung } (13,585) > X^2 \text{ tabel } (3,481)$.

Menurut Rosender (dalam Harnany, 2013), penyerapan zat besi dipengaruhi oleh kombinasi makanan yang disantap pada waktu makan atau setelah makan. Sejenis makanan khas Amerika Latin terbuat dari tepung maezena, beras dan kacang hitam mengandung besi sebanyak 0,17 mg. bila ditambah dengan vitamin C dalam bentuk asam askorbat murni 50 mg atau kembang kol (125 mg), jumlah besi yang terserap akan meningkat berturut turut menjadi 0,41mg

atau 0,58 mg. Sebaliknya apabila minum teh, maka hal ini akan menimbulkan pengaruh penghambatan nyata pada penyerapan besi (De Mayer, 1993 dalam Harnany, 2011).

Dari penjelasan diatas peneliti berpendapat bahwa mengkonsumsi teh sebelum dan setelah makan jika dilakukan secara terus menerus maka dapat terjadi anemia pada ibu hamil karena zat tanin yang terdapat di dalam teh mengikat zat besi pada makanan yang di cerna sehingga menghambat penyerapan zat besi di dalam tubuh dan menyebabkan terjadinya anemia. 52,6% responden yang memiliki kebiasaan mengkonsumsi teh namun tidak mengalami anemia, menurut peneliti hal ini dapat disebabkan karena waktu ibu mengkonsumsi teh tidak bersamaan dengan saat mengkonsumsi sumber zat besi seperti susu atau tablet Fe serta makanan jenis lain, sehingga penyerapan zat besi tidak terganggu. Dan sebaliknya terdapat 21.1% ibu yang tidak biasa mengkonsumsi teh namun mengalami anemia, hal ini dapat disebabkan karena sekalipun ibu tidak mengkonsumsi teh namun konsumsi sumber zat besi sangat kurang ibu tidak mengkonsumsi tablet Fe dan sumber zat besi lainnya seperti kuning telur, hati, kacang-kacangan, protein hewani, susu dan lain sebagainya sehingga ibu mengalami anemia. Angka kejadian anemia pada ibu hamil dapat diturunkan melalui 3 langkah utama yaitu dengan perubahan pola minum teh 1-2 jam sebelum dan sesudah makan, meningkatkan asupan lauk (protein hewani), dan meningkatkan asupan pauk (protein nabati). Perubahan pola minum teh dapat dilakukan dengan cara mengurangi konsumsi teh menjadi tidak setiap hari atau tidak mengkonsumsi teh pada saat makan dan minum teh 1-2 jam sebelum dan sesudah makan.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian Hubungan Kebiasaan Minum teh Setelah Makan dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil di Puskesmas Pallangga Tahun 2018 diperoleh kesimpulan bahwa dari 38 responden ibu hamil terdapat 16 ibu hamil yang mengkonsumsi teh setelah makan dan ada 13 ibu hamil yang mengalami anemia, sedangkan responden yang tidak mengkonsumsi teh terdapat 22 orang dan yang mengalami anemia sebanyak 9 orang, maka dapat dipastikan bahwa ada hubungan antara kebiasaan minum teh setelah makan dengan kejadian anemia pada ibu hamil di Puskesmas Pallang Kab. Gowa Tahun 2018. Semakin terbiasa minum teh setelah makan maka semakin besar peluang terjadinya Anemia.

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan yang Maha Esa atas Rahmat dan Hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian yang berjudul "Hubungan Kebiasaan Minum Teh dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil di Puskesmas Pallangga Kab. Gowa".

Penyelesaian Penelitian ini tak lepas dari bantuan dan dukungan serta kerjasama dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan dan terimakasih yang sebesar-besarnya Kepada Bapak Dr. H. Alimuddin, S.H.,M.H.,M.Kes., selaku Pembina Yayasan Pendidikan Islam Mega Rezky Makassar, Ibu Hj. Suryani, S.H.,M.H., selaku Ketua Yayasan Pendidikan Islam Stikes Mega Rezky Makassar, Bapak Prof. Dr. dr. H. M. Rusli Ngatimin, MPH selaku Ketua Stikes Mega Rezky Makassar, Yang teristimewa Ibunda Hj. Sarnawiah dan Alm. Ayahanda Passe serta Saudari saya Erna Hastuti, Fitriani dan Ervina yang telah memberikan do'a kepada peneliti dalam menyelesaikan penelitian ini, Yang Tercinta Suamiku Awaluddin yang dengan sabar mendampingi peneliti serta memberikan do'a dan pengorbanan baik moril maupun materil selama penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Novita Chandra. 2010. *Hubungan Kebiasaan Minum Teh setelah makan dengan kejadian anemia*. Jurnal depertemen Ilmu Gizi FKUI. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Ertasugerta. 2015. Hubungan Kebiasaan MinumTeh dengan kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester II Di Puskesmas Kota Bumi II.
- Novita. 2011. Hubungan Kebiasaan Minum Teh dan Asupan Tablet Zat Beiu dengan Kejadian Anemia pada Ibu Hamil Trimester III di Puskesmas Ciputat Tangerang Banten.\
- Setiyarno. 2014. Hubungan Konsumsi Teh dengan Kadar Hemoglobin di Kecamatan Jenawi Kabupaten Karanganyar.