

APAKAH KEBIASAAN MINUM TEH BERISIKO MENDERITA ANEMIA PADA IBU HAMIL (STUDI DI WILAYAH PUSKESMAS NUSA INDAH KOTA BENGKULU)

WHETHER THE HABIT OF DRINKING TEA AT RISK OF ANEMIA ON PREGNANT WOMEN (STUDY AT NUSA INDAH PUBLIC HEALTH CENTER BENGKULU CITY)

**DARMAWANSYAH, EPINA FELIZITA, KARTIKA MURYANINGRUM
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN DEHASSEN BENGKULU**

Email : darmawansyah@yahoo.com

ABSTRAK

Latar belakang: Anemia pada ibu hamil sangat terkait dengan kematian ibu dan bayi dan morbiditas, termasuk risiko keguguran, kematian, prematuritas dan berat lahir rendah. Kasus anemia pada ibu hamil di Kota Bengkulu selalu meningkat sejak 2013 sebanyak 168 kasus hingga 2016 sebanyak 1.162 kasus. Puskesmas Nusa Indah adalah jumlah kasus Anemia tertinggi dalam tiga tahun terakhir. Tujuan penelitian ini adalah untuk membuktikan bahwa kebiasaan minum teh berisiko anemia pada wanita hamil di Puskesmas Kerja Nusa Indah Kota Bengkulu. Metode: Penelitian ini menggunakan rancangan penelitian cross sectional. Sampel penelitian ini adalah 84 responden. Variabel bebas dari penelitian ini adalah kebiasaan minum teh dan variabel terikatnya adalah kejadian anemia. Analisis data menggunakan uji chi square dan Prevalence Odd Ratio bersamaan dengan Interval Keyakinan. Hasil: Hasil statistik menunjukkan bahwa kebiasaan minum teh merupakan faktor risiko terjadinya Anemia pada Wanita hamil, dengan nilai $P = 0,001$, $POR = 13,9$, $95\% CI = 4,8-40,2$. Ini berarti bahwa wanita hamil yang memiliki kebiasaan minum teh ≥ 2 kali sehari memiliki risiko 13,9 kali menderita anemia dibandingkan dengan kebiasaan minum teh <2 kali sehari. Kebiasaan minum teh berisiko anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu.

Kata Kunci: anemia, kebiasaan minum teh, faktor resiko

ABSTRACT

Background: Anemia in pregnant women is strongly associated with maternal and infant mortality and morbidity, including the risk of miscarriage, stillbirth, prematurity and low birth weight. Cases of iron nutritional anemia in pregnant women in the city of Bengkulu always increased since 2013 as many as 168 cases until 2016 as many as 1,162 cases. Nusa Indah Public Health Center is the highest number of Anemia cases in the last three years. The objective of the study was to prove that tea drinking habits are at risk for Anemia in Pregnant Women in working area of Nusa Indah public health center Bengkulu City. Methods: This research use cross sectional study design. The sample of this research is 84 respondents. The independent variables of this study are tea drinking habits and the dependent variable is the incidence of anemia. Data analysis using chi square test and Prevalence Odd Ratio along with Confidence Interval. Results: Statistical results show that tea drinking habits are a risk factor

for the occurrence of Anemia in Pregnant Women, with P value=0.001, POR=13.9, 95% CI=4.8-40.2. This means that Pregnant Women who have a tea drinking habit ≥ 2 times a day have a risk 13.9 times to suffer anemia compared with the tea drinking habit <2 times a day. Tea drinking habit at risk for anemia in pregnant women in the work area of Nusa Indah Public Health Center Bengkulu City.

Keywords: anemia, the habit of drinking tea, risk factor

PENDAHULUAN

Anemia adalah suatu keadaan tubuh yang ditandai dengan defisiensi pada ukuran dan jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin di bawah nilai batas normal (< 11 gr %), akibatnya dapat mengganggu kapasitas darah untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Anemia secara fungsional didefinisikan sebagai penurunan jumlah massa sel darah merah sehingga tidak dapat memenuhi fungsinya untuk membawa oksigen dalam jumlah yang cukup ke jaringan perifer ditunjukkan oleh penurunan kadar Hemoglobin (Hb), hematokrit (Ht) atau hitungan sel darah merah. Anemia bukan penyakit melainkan gejala dari beberapa kondisi termasuk didalamnya kehilangan darah yang berlebih, kerusakan sel darah atau penurunan produksi sel darah. (Dieny FF. 2014) (Marmi. 2013)

Anemia ibu hamil sangat terkait dengan mortalitas dan morbiditas pada ibu dan bayi, termasuk risiko keguguran, lahir mati, prematuritas dan berat bayi lahir rendah. *World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa prevalensi ibu hamil di seluruh dunia yang mengalami anemia sebesar 41,8 %.(WHO, 2014) (Marmi. 2013) Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa kelompok ibu hamil merupakan salah satu kelompok yang berisiko tinggi mengalami anemia sebesar 37,1%. Hal ini menunjukkan angka tersebut mendekati masalah kesehatan masyarakat berat (*severe public health problem*).

Data kesehatan propinsi Bengkulu tahun 2015 ditemukan anemia gizi besi pada ibu hamil sebesar 45%. Kasus anemia gizi besi pada ibu hamil di kota Bengkulu tahun 2013 sebanyak 168 kasus, tahun 2014 sebanyak 279 kasus, tahun 2015 sebanyak 1.398 dan

tahun 2016 di temukan anemia gizi besi pada ibu hamil sebanyak 1.162 kasus, yang terdiri dari 20 puskesmas di kota Bengkulu, Puskesmas Nusa Indah merupakan Puskesmas dengan kasus Anemia paling tinggi selama tiga tahun terakhir. Data Puskesmas Nusa Indah pada tahun 2014 terdapat 64 kasus Anemia, tahun 2015 terdapat 332 kasus dan tahun 2016 dari 511 kasus dengan 150 anemia adalah ibu hamil. (Dinkes Propinsi Bengkulu. 2016).

Hasil survei awal yang dilakukan menunjukkan bahwa ibu hamil di wilayah kerja puskesmas nusa Indah memiliki kebiasaan konsumsi minuman teh, dimana pagi hari menjadi rutinitas yang sering dilakukan. Kandungan yang terkandung dalam minuman teh adalah zat tanin. Zat tannin dapat menyebabkan pengurangan daya serap zat besi (Fe) dalam tubuh, sehingga seseorang yang sering konsumsi minuman teh berisiko untuk menderita Anemia. Kandungan tanin dalam teh hijau diketahui adalah 12-25%. (Towaha J. 2013) Tujuan penelitian adalah untuk membuktikan bahwa kebiasaan minum teh berisiko untuk menderita Anemia pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan observasional analitik dengan menggunakan *Cross-Sectional Study*. Sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk membuktikan kebiasaan minum teh berisiko untuk menderita Anemia. Observasi dan pengukuran terhadap faktor risiko dan efek dilakukan sekali dalam waktu yang bersamaan. Sampel pada penelitian ini adalah ibu hamil berjumlah 84 responden. Analisis yang digunakan yaitu analisis univariat untuk

mendeskripsikan variabel terikat (kejadian anemia) dan variabel bebas (anemia), tahap selanjutnya menggunakan analisis bivariat digunakan untuk melihat hubungan antara variabel terikat terhadap variabel bebas dengan uji *chi-square* (X^2) dan mengetahui besar risiko (*Ratio Prevalence*) paparan terhadap kasus pada tingkat kepercayaan (CI = 95%) dengan menggunakan tabel 2 x 2. Perhitungan uji *Chi Square*, $\alpha = 0,05$.

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk melihat deskripsi atau gambaran variabel dependen dan independen. Variabel dependen adalah status anemia pada ibu hamil sedangkan variabel independen adalah kebiasaan minum teh.

a. Status Anemia

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan status anemia pada Ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu Tahun 2017

Status Anemia	Frekuensi	%
Anemia	36	42,9
Tidak anemia	48	57,1
Jumlah	84	100,0

Tabel 1 menunjukkan bahwa hampir sebagian (42,9%) responden mengalami Anemia.

b. Kebiasaan Minum Teh

Tabel 2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kebiasaan minum teh pada Ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu Tahun 2017

Kebiasaan Minum The	Frekuensi	%
Sering (≥ 2 kali sehari)	40	47,6
Tidak Sering	44	52,4

< 2 kali sehari		
Jumlah (n)	84	100,0

Tabel 2 menunjukkan bahwa hampir sebagian (47,6%) Responden dengan kebiasaan sering minum teh.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen yaitu hubungan kebiasaan minum teh dengan kejadian Anemia pada ibu hamil. Uji statistik yang dipergunakan adalah *chi-square* (X^2) dengan derajat kemaknaan (α) sebesar 5%. Hasil analisis bivariat selengkapnya dapat dilihat pada tabel di bawah ini :

Tabel 3 Hubungan kebiasaan minum teh dengan kejadian anemia pada Ibu hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu Tahun 2017

No	Kebiasaan Minum Teh	Kejadian Anemia		Total	P	POR	CI	
		Anemia	Tidak Anemia					
		F	%	f	%	F	%	
1	Sering (≥ 2 kali sehari)	29	72,5	11	27,5	40	100	0,001 13,9 4,8-40,2
2	Tidak Sering (< 2 kali sehari)	7	15,9	37	84,1	44	100	
Total		36	42,9	48	57,1	84	100	

Uji *chi square* didapatkan nilai $p = 0,001$ artinya terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan minum teh terhadap kejadian anemia di wilayah kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu Tahun 2017, dengan nilai POR 13,9 yang berarti bahwa responden yang memiliki kebiasaan minum teh ≥ 2 kali sehari mempunyai risiko 13,9 kali untuk menderita anemia dibandingkan dengan kebiasaan minum teh < 2 kali sehari.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa kebiasaan minum teh berisiko 13,9 kali untuk menderita anemia pada Ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu 2017. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Besral dkk dilaporkan bahwa ibu hamil yang sering minum teh mempunyai risiko lebih tinggi untuk mengalami anemia dibandingkan yang jarang atau tidak minum teh. (Besrall dkk. 2007).

Hasil penelitian Yudi Septiawan (2015) mengatakan responden yang memiliki kebiasaan minum teh berisiko untuk mengalami anemia 2,8 kali lebih besar jika dibandingkan dengan responden yang tidak memiliki kebiasaan minum teh, bahwa tanin merupakan polifenol yang terdapat di dalam teh, kopi dan beberapa jenis sayuran serta buah, juga dapat menghambat absorpsi besi dengan cara mengikat besi. Bila besi tubuh tidak telalu tinggi, sebaiknya tidak minum teh atau kopi pada waktu makan.

Tanin adalah kelompok zat utama dalam minuman teh. Kandungan tanin dalam teh hijau diketahui adalah 12-25%. Minuman teh juga memberikan manfaat untuk tubuh salah satunya adalah sebagai antioksidan yang dipercaya dapat mengusir radikal bebas sehingga dapat menurunkan risiko serangan jantung dan stroke. Namun tanin yang terkandung di dalam teh memberikan efek yang kurang baik bagi kesehatan. Tanin dapat menyebabkan pengurangan daya serap zat besi (Fe). (Towaha J. 2013) (Cao G etc. 2006) (Hegarty V etc. 2000). Selain itu, tanin diketahui dapat berikatan dengan protein dan mineral sehingga protein dan mineral menjadi tidak dapat digunakan oleh tubuh. Minum teh dapat mengurangi daya serap sel darah terhadap zat besi sebanyak 64%. Padahal zat besi ini berguna untuk pembentukan sel darah merah, akibatnya dapat menyebabkan terjadinya anemia. (Hindmarch I. Etc 2003).

Penyerapan zat besi sangat dipengaruhi oleh kombinasi makanan yang diserap pada waktu makan makanan tertentu, terutama teh kental yang akan

menimbulkan pengaruh penghambatan yang nyata pada penyerapan zat besi Senyawa tanin dari teh yang berlebihan dalam darah akan mengganggu penyerapan zat besi.

Tubuh kekurangan zat besi maka pembentukan butir darah merah (hemoglobin) berkurang sehingga mengakibatkan anemia. Pengaruh penghambatan tannin dapat dihindarkan dengan cara tidak minum teh setelah selesai makan agar tidak mengganggu penyerapan zat besi Tanin yang terdapat dalam teh dapat menurunkan absorpsi zat besi sampai dengan 80%. Minum teh satu jam sesudah makan dapat menurunkan absorpsi hingga 85%. (Bangun, 2012)

KESIMPULAN

Kebiasaan minum teh berisiko untuk menderita anemia pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Nusa Indah Kota Bengkulu 2017.

SARAN

1. Praktisi

Petugas kesehatan diharapkan dapat meningkatkan kegiatan penyuluhan untuk mengedukasi ibu hamil bahwa kebiasaan minum teh dapat membuat anemia.

2. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini tidak dilakukan pemeriksaan secara morfologi pada sel darah merah sehingga disarankan pada penelitian selanjutnya dilakukan pemeriksaan sel darah merah secara morfologi.

DAFTAR PUSTAKA

- Bangun. 2012. Perilaku Minum Teh Dan Kadar Haemoglobin (Hb) Pada Siswa-Siswi Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1 Jorlang Hataran Desa Dolok Marlawan Kecamatan Jorlang Kabupaten Simalungun.
- Besrall, Meilianingsih L, Sahar J. 2007. Pengaruh Minum Teh terhadap Kejadian

- Anemia pada Usila di Kota Bandung. Kesehatan, Vol 11, No 1: 38-43.
- Cao G, Sofic E, Prior R. 2006. Antioxidant Capacity of Tea and Common Vegetables Journal of Agree Food Chem. (44):3426-31.
- Dieny FF. 2014. Permasalahan Gizi. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Dinkes Propinsi Bengkulu. 2015. Laporan Penemuan Anemia Ibu Hamil di Wilayah Kerja Dinas Kesehatan Kota Bengkulu.
- Hegarty V, May H, Khaw K. 2000. Tea Drinking and Bone Mineral Density in Older Women. American Journal of Clinical Nutrition.(71):1003-7.
- Hindmarch I, Rigney U, Stenley N, Quinlan P, Rycroft J, Lane J. 2003. A Naturalistic Investigation of the Effects of Day Long Consumption of Tea, Coffee and Water on Alertness, Sleep onset and Sleep Quality. Psychopharmacology.(149):216.
- Kemkes RI. 2013. Riset Kesehatan Dasar. Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- Marmi. 2013. Patofisiologi Penyakit. Erlangga. Jakarta.
- Towaha J. 2013. Kandungan Senyawa Kimia Pada daun Teh (*Camellia sinensis*). Warta Penelitian dan Pengembangan Tanaman Industri. Volume 19 Nomor 3.
- World Health Organization. 2014. The Treatment of Diarrhea. WHO Press. Geneva.
- Yudi Septiawan, Erta Sugerta. 2015. Hubungan Kebiasaan Minum Teh Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester II Di Puskesmas Kotabumi II Kabupaten Lampung Utara. Program studi Ilmu Keperawatan Mitra Lampung.