BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan masalah kesehatan utama masyarakat dunia khususnya di negara berkembang (Indrawatiningsih et al., 2021). Anemia menyerang semua kalangan usia, mulai dari anak kecil, wanita hamil dan pasca melahirkan, serta remaja putri dan wanita yang menstruasi (WHO, 2025). Anemia adalah keadaan di mana terjadi penurunan jumlah massa eritrosit (*red cell mass*) yang ditunjukkan oleh penurunan kadar hemoglobin <11 gr/dl, hematokrit, dan hitung eritrosit (*red cell count*) (Vermita et al., 2019).

Data WHO menunjukkan prevalensi anemia pada global di negara berkembang masih tinggi, yaitu sebanyak 40% dari seluruh anak berusia 6-59 bulan, 37% wanita hamil, dan 30% Wanita usia 15-49 tahun (WHO, 2025). Kawasan Afrika dan Asia Tenggara paling banyak terkena dampak dari anemia, diperikarakan 106 juta wanita dan 103 juta anak terkena anemia di Afrika, sedangkan di Asia Tenggara 244 juta wanita dan 83 juta anak yang terkena dampaknya (WHO, 2025).

Di Indonesia prevalensi anemia tahun 2023 pada kelompok usia 5-14 tahun sebesar 16,3 % dan usia 15-24 tahun sebesar 15,5 % . Angka ini masih tinggi jika dibandingkan dengan kelompok usia dewasa (25-34 tahun) yaitu sebesar 13,2 %. Dengan angka kejadian pada laki-laki 14,4% dan perempuan 18% (Kemenkes RI., 2023).

Remaja putri merupakan kelompok yang berisiko sepuluh kali

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

lebih besar untuk mengalami defesiensi zat besi dibandingkan dengan remaja laki-laki, hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya (Vischo, 2024). Menstruasi umumnya dimulai pada usia sekitar 12 tahun, dengan rentang normal antara 10 hingga 15 tahun, dan setelah mengalami *menarche (*menstruasi pertama), risiko terjadinya anemia meningkat secara signifikan, yaitu 3,6 kali lipat lebih besar daripada wanita sebelum *menarche* sehingga pada masa pertumbuhan ini remaja membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak (Lee, 2021).

Anemia yang terjadi pada usia remaja ini dapat berdampak negatif di masa sekarang dan di masa yang akan datang. Di masa sekarang, anemia dapat menyebabkan penurunan imunitas, penurunan konsentrasi belajar, gangguan pertumbuhan dan gangguan menstruasi serta penurunan produktifitas remaja (Yuliandi et al., 2023). Di masa yang akan datang, anemia dapat berlanjut hingga masa kehamilan, persalinan seta masa nifasnya. Remaja putri yang mengalami anemia berisiko untuk melahirkan bayi dengan berat badan rendah, abortus, serta perdarahan (Lailiyana & Hindratni, 2024)

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Faktor-faktor yang berkontribusi terhadap tingginya angka anemia pada remaja putri antara lain adalah asupan zat besi yang tidak adekuat,infeksi cacing, kebiasaan makan yang buruk serta kurangnya pengetahuan tentang anemia dan pencegahannya. Selain itu, kebiasaan mengasup zat besi (fe) bersamaan dengan inhibitor Fe seperti tanin, kafein, oksalat dan filat merupakan salah satu penyebab anemia. (Agustin, 2023)

Kebiasaan minum teh setelah makan menjadi faktor risiko yang perlu diperhatikan. Kandungan tanin dan senyawa polifenol dalam teh merupakan inhibitor yang dapat mengahambat penyerapan zat besi, mengakibatkan menurunnya jumlah eritrosit dalam tubuh (Rifai, 2020). Dalam teh terkandung 7-15% tanin yang memberikan rasa sepat atau khas (ketir) serta mengendapkan protein pada permukaan sel (Agustin, 2023).

Remaja yang mengonsumsi teh 1-3 kali lebih berisiko mengalami anemia dibandingkan dengan remaja yang tidak mengonsumsi teh. Konsumsi teh setelah makan dapat mengganggu penyerapan dan menghambat bioavailabilitas (Nursilaputri et al., 2022). Pada penelitian Ida Royani dkk (2019) di SMP IT/ Sekolah Putri Darul Istiqamah, dari 16 responden yang memiliki kebiasaan minum teh setelah makan, terdapat 50% anak yang memiliki anemia sedang, 31,2% memiliki anemia ringan dan tidak anemia sebanyak 18,7% (Royani et al., 2019).

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Bengkulu, dari hasil laporan kegiatan kesehatan anak di sekolah tingkat SMP/MTS tahun 2023 menunjukkan angka anemia yang terjadi pada remaja putri kelas 7 SMP tertinggi berada di wilayah Puskesmas Jalan Gedang Kota Bengkulu. Data dari Puskesmas Jalan Gedang Kota Bengkulu, pada tahun 2023 dilakukan pemeriksaan hemoglobin pada remaja putri kelas 7, di SMPN 4 Kota Bengkulu terdapat 98 siswi putri yang mengalami anemia, di SMPN 18 Kota Bengkulu terdapat 80 remaja putri yang mengalami anemia dan di SMPIT Baitul Izzah terdapat 1 orang yang mengalami anemia (Dinkes

Bengkulu, 2025).

Survey awal yang dilakukan peneliti dengan wawancara pada 12 remaja putri di SMPN 4 Kota Bengkulu, didapatkan 5 orang memiliki pengetahuan yang baik tentang anemia dan 7 orang lainnya memiliki pengetahuan yang kurang mengenai anemia. Dari 5 orang yang memiliki pengetahuan baik terdapat 4 orang yang tidak memiliki kebiasan minum teh setelah makan dan 1 orang memiliki kebiasaan minum teh yang jarang hanya sesekali atau 1-2 kali seminggu. Sementara dari 7 orang yang memiliki pengetahuan yang kurang mengenai anemia, 6 diantaranya memiliki kebiasaan minum teh setiap hari setelah makan (≥2 kali per hari dan bersamaan saat makan atau < 1 jam setelah makan) dan 1 orang lainnya jarang mengkonsumsi teh setelah makan.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melihat hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kebiasaan minum teh setelah makan pada remaja putri di SMPN 4 Kota Bengkulu tahun 2025.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas yaitu tingginya anemia pada remaja putri di SMPN 4 Kota Bengkulu, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “apakah ada hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kebiasaan minum teh setelah makan pada remaja putri di SMPN 4 Kota Bengkulu tahun 2025”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Diketahui hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kebiasaan minum teh setelah makan pada remaja putri di SMPN 4 Kota Bengkulu.

2. Tujuan Khusus

   a. Diketahui distribusi frekuensi tingkat pengetahuan anemia pada remaja putri dan frekuensi kebiasaan minum teh setelah makan pada remaja putri di SMPN 4 Kota Bengkulu tahun 2025

   b. Diketahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang anemia dengan kebiasaan minum teh setelah makan pada remaja putri di SMPN 4 Kota Bengkulu tahun 2025

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

D. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

   Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman mengenai hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kebiasaan minum teh setelah makan pada remaja putri di SMPN 4 Kota Bengkulu tahun 2025

b. Bagi Mahasiswa Kebidanan

   Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada mahasiswa kebidanan dalam rangka melakukan penelitian mengenai hubungan pengetahuan tentang anemia dengan kebiasaan minum the setelah makan pada remaja putri di SMPN 4 Kota Bengkulu.

c. Bagi Tempat Penelitian

Diharapkan hasil penelitian ini dapat membantu pihak sekolah dalam merancang program-program kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan tentang anemia dan upaya pencegahannya, serta mengurangi kebiasaan minum teh setelah makan khususnya pada remaja putri.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul	Desain	Hasil	Perbedaan
1	Qorri, 2020	Hubungan Pengetahuan Anemia dengan Kebiasaan Makan pada Remaja Putri di SMPN 237 Jakarta	Deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*	Terdapat hubungan antara pengetahuan anemia dengan kebiasaan makan pada remaja putri di SMPN 237 Jakarta	Variabel yang digunakan dan tempat penelitian
2	Ida Royani, 2017	Pengaruh Mengkonsumsi Teh Setelah Makan Terhadap Kejadian Anemia Defisiensi Besi pada Remaja Putri	Deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*	Terdapat pengaruh antara kebiasaan minum teh setelah makan terhadap kejadian anemia pada remaja putri di Sekolah Putri Darul Istiqamah Maros	Variabel yang digunakan dan tempat penelitian
3	Juni Gilang, 2020	Hubungan Kebiasaan Minum Teh Hitam (Camellia Sinensis L.) terhadap Status Anemia pada Remaja Putri	Deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*	Terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan minum the terhadap status anemia pada remaja	Variabel yang digunakan dan tempat penelitian

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

				putri dengan nilai p< 0,05	
4	Nursilaputri, 2022	Literatur Review: Konsumsi Teh dengan Kejadian Anemia pada Remaja	Literatur review dengan pendekatan Tradisional Review	Review dari 11 artikel yang ditemukan seluruh remaja yang mengonsumsi teh dan mengalami anemia	Variabel yang digunakan dan desain penelitian

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu