

HUBUNGAN INDEKS MASA TUBUH (IMT) DAN KONSUMSI TEH DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA N I MERAPI BARAT KABUPATEN LAHAT TAHUN 2023

Demi Tamalia¹, Iwan Suryadi¹, Puteri Andika¹

¹Program Studi Sarjana Kebidanan STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu

Email korespondensi: demitamalia@gmail.com

ABSTRAK

Remaja putri rentan menderita anemia hal ini dikarenakan remaja putri selalu mengalami menstruasi setiap bulanya, faktor yang dapat menyebabkan anemia pada remaja antara lain: status gizi. Masalah gizi yang sering dialami oleh remaja putri karena menjaga pola diet, kebiasaan melewatkan waktu makan demi tubuh yang ideal serta sering mengonsumsi makanan dalam jumlah yang tidak seimbang dibandingkan dengan kebutuhannya. Tujuan penelitian mengetahui hubungan IMT dan konsumsi teh dengan kejadian anemia pada remaja putri. Jenis penelitian ini menggunakan rancangan *Survey Analitik* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa remaja putri di SMAN 1 Merapi Barat Tahun 2023 sebanyak 272 orang. Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* penghitungan besar sampel dengan rumus Slovin berjumlah 73 responden. Hasil penelitian didapat 73 siswa remaja putri 38 responden (52,1%) yang mengalami anemia ringan, 35 responden (47,9%) mengalami anemia sedang, dan tidak ada yang mengalami anemia berat, 32 responden (43,8%) memiliki indeks masa tubuh tidak normal, 41 responden (56,2%) memiliki indeks masa tubuh normal. 52 responden (71,2%) mengonsumsi teh, 21 responden (28,8%) tidak mengonsumsi teh. Tidak ada hubungan IMT dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat *p value* 0,530, ada hubungan antara konsumsi teh dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat *p value* 0,031. Diharapkan dapat memperdalam mencari penyebab anemia pada remaja putri. Memberikan informasi tentang pentingnya gizi seimbang bagi kesehatan remaja.

Kata Kunci: Anemia, IMT, Konsumsi Teh

ABSTRACT

The Relationship of Body Mass Index (BMI) and Tea Consumption with the Incidence of Anemia in Adolescent Girls at SMA N I Merapi Barat, Lahat Regency Adolescent girls are susceptible to suffering from anemia, this is because adolescent girls always experience menstruation every month. Factors that can cause anemia in adolescents nutritional status. Nutritional problems are often experienced by young women due to maintaining diet patterns, the habit of skipping meals for the sake of an ideal body and often consuming food in quantities that are not balanced compared to their needs. The aim of the research is determine the

relationship between BMI and tea consumption with the incidence anemia in adolescent girls. This type of research uses an Analytical Survey design. The population in this study was all 272 female teenage students at SMAN 1 Merapi Barat in 2023. The sample in this study used a purposive sampling technique, totaling 73 respondents. Results showed that 73 young female students, 38 respondents (52.1%) had mild anemia, 35 respondents (47.9%) had moderate anemia, and none had severe anemia, 32 respondents (43.8%) had abnormal BMI, 41 respondents (56.2%) had a normal BMI. 52 respondents (71.2%) consumed tea, 21 respondents (28.8%) did not consume tea. There is no relationship between BMI and the incidence of anemia in adolescent girls at SMAN 1 Merapi Barat p value 0,530, there is a relationship between tea consumption and the incidence of anemia in adolescent girls at SMAN 1 Merapi Barat p value 0,031. It is hoped that this will deepen the search for the causes of anemia in young women. Provide information about the importance of balanced nutrition for adolescent health.

Keywords: Anemia, BMI, Tea Consumption

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu kejadian dimana kadar hemoglobin rendah dalam darah. Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang serius terutama menyerang anak-anak, remaja putri, wanita hamil, dan ibu pasca melahirkan. *World Health Organization* (WHO) memperkirakan bahwa anemia terjadi pada anak usia 6-59 tahun sebesar (40%), wanita hamil sebesar (37%), dan wanita usia 15-49 tahun sebesar (30%) global (WHO, 2021).

Angka kejadian anemia pada remaja di negara ASIA sekitar 360 juta atau sekitar 20% dari populasi (WHO, 2021). Urutan angka kejadian anemia di Negara Asia pada tahun 2019 yaitu: India (187,3%), China (54,0%), Nigeria (25,4%), Pakistan (22,4%), dan Indonesia menempati urutan ke-5 (22,3%) (WHO, 2021). Data anemia remaja putri pada kelompok usia 15-24 tahun di Indonesia sebesar 32 % atau sekitar 3 dari 10 remaja putri di Indonesia mengalami anemia (Kemenkes RI, 2022).

Data anemia remaja putri usia 15-18 tahun di Provinsi Sumatera Selatan pada tahun 2020 sebanyak 1.060 orang, tahun 2021 1.081 orang, dan tahun 2022 sebanyak 1.128 (Profil Kesehatan Sumsel, 2022). Sekolah Menengah Atas (SMA) yang ada di Kota Lahat pada tahun 2022 berjumlah 15 SMA. Menurut data Dinas pendidikan Kota Lahat perbandingan 3 SMA yang memiliki jumlah siswi putri terbanyak pada tahun 2022 adalah: SMAN 1 Merapi Barat 259 orang, SMAN 2 Lahat 245 orang, dan SMAN 3 Lahat 218 orang (Diknas Lahat, 2022).

Remaja putri rentan menderita anemia hal ini dikarenakan remaja putri selalu mengalami menstruasi setiap bulan. Selain itu masalah gizi yang sering dialami oleh remaja putri karena menjaga pola diet, kebiasaan melewatkan waktu makan demi tubuh yang ideal. Remaja putri sering mengonsumsi makanan dalam jumlah yang tidak seimbang dibandingkan dengan kebutuhannya karena takut kegemukan, dan juga mengonsumsi teh, kopi, coklat atau susu saat mengonsumsi makanan utama yang dapat mengganggu penyerapan zat besi sebagai penyebab terjadinya anemia (Hafsah, 2023).

Faktor-faktor yang dapat menyebabkan anemia pada remaja antara lain: status gizi yang berkaitan dengan indeks masa tubuh (IMT) (Wirawanti, 2022). Konsumsi teh berlebihan merupakan faktor risiko penyebab terjadinya anemia, remaja yang mengonsumsi teh berisiko 3,259 kali lebih besar mengalami anemia daripada remaja yang tidak mengonsumsi teh (Ikhtiyaruddin, 2020).

Anemia defisiensi besi merupakan anemia yang timbul akibat kosongnya cadangan besi sehingga penyediaan besi untuk pembentukan hemoglobin menjadi berkurang. Kadar hemoglobin (Hb) pada remaja putri berusia 12-15 tahun adalah 12 g/dl, apabila kadar Hb

remaja kurang dari normal atau dibawah 12 g/dl maka mengalami anemia. Penyebab tersering anemia pada remaja adalah karena kekurangan zat besi (Fe). Iron atau Fe merupakan zat gizi mikro penting bagi tubuh. Fe diperlukan pada proses pembentukan Hb yang berperan mendistribusikan oksigen (O₂) keseluruh tubuh, Fe juga berperan dalam pembentukan kolagen (protein dalam tulang, tulang rawan, dan jaringan penyambung serta terlibat pada berbagai reaksi enzimatik didalam tubuh. Penyebab lain anemia adalah kekurangan asam folat atau vitamin B9 dan Vitamin B12 (Taufiq, 2020).

Berdasarkan data jumlah siswi putri yang ada di SMAN 1 Merapi Barat tahun 2020 dari 305 jumlah siswi putri terdapat 85 mengalami anemia, tahun 2021 dari 295 jumlah siswi putri terdapat 67 yang mengalami anemia, tahun 2022 dari 259 jumlah siswi putri terdapat 54 yang mengalami anemia, dan tahun 2023 dari 272 jumlah siswi putri terdapat 48 yang mengalami anemia (SMAN 1 Merapi Barat).

Survey awal yang penulis lakukan pada tanggal 22 Mei 2023, di SMAN 1 Merapi Barat dari 10 siswa remaja putri 7 orang mengalami anemia dengan IMT < 18 kg/m² (3 orang). Remaja putri yang tidak mengalami anemia sebanyak 3 orang Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dan Konsumsi Teh Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA N I Merapi Barat Kabupaten Lahat”.

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dan Konsumsi Teh Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA N I Merapi Barat Kabupaten Lahat?”. Tujuan penelitian untuk mengetahui Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dan Konsumsi Teh Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA N I Merapi Barat Kabupaten Lahat.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan desain *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa remaja putri kelas X, XI, dan XII di SMAN I Merapi Barat Lahat tahun 2023 yang berjumlah 272 orang. Teknik *purposive sampling* sebanyak 73 orang. Teknik pengumpulan data menggunakan data primer dan data sekunder. Teknik analisis data menggunakan analisa univariat dan analisis bivariat dengan uji statistik *Chi - Square* (χ^2).

HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Analisis ini dilakukan untuk mendapatkan distribusi frekuensi indeks masa tubuh (IMT) dan konsumsi teh sebagai variabel independen dan anemia pada siswa remaja putri di SMAN 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat. Hasil analisis univariat data disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 1. Gambaran Distribusi Anemia Pada Siswa Remaja Putri di SMAN 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat

No	Anemia	Frekuensi	Persentase (%)
1	Ringan	38	52,1
2	Sedang	35	47,9
3	Berat	0	0
Total		73	100,0

Berdasarkan data tampak bahwa dari 73 sampel terdapat 38 orang responden yang mengalami anemia ringan, 35 orang responden yang mengalami anemia sedang, dan tidak ada responden yang mengalami anemia berat.

Tabel 2. Gambaran distribusi Indeks Masa Tubuh (IMT) siswa remaja putri yang mengalami anemia di SMA N 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat

No	IMT	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak Normal	32	43,8
2	Normal	41	56,2
Total		73	100,0

Berdasarkan data tampak bahwa dari 73 sampel terdapat 32 orang responden yang memiliki indeks masa tubuh (IMT) tidak normal dan 41 orang responden yang memiliki IMT normal.

Tabel 3. Gambaran distribusi konsumsi teh siswa remaja putri yang mengalami anemia di SMA N 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat

No	Konsumsi Teh	Frekuensi	Persentase (%)
1	Konsumsi Teh	52	71,2
2	Tidak Konsumsi teh	21	28,8
Total		73	100,0

Berdasarkan data tampak bahwa dari 73 sampel terdapat 52 orang responden mengkonsumsi teh dan 21 orang responden tidak mengkonsumsi teh.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (IMT dan konsumsi teh) dengan variabel dependen (anemia pada siswa remaja putri) menggunakan uji statistik *Chi-Square* (χ^2) dengan derajat kepercayaan 95% atau $\alpha = 0,05$. Jadi, analisis bivariat dalam penelitian ini dilakukan untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan anemia pada siswa remaja putri. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka tabulasi silang antara variabel independen dan dependen dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 4. Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan anemia pada siswa remaja putri di SMA N 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat

IMT	Kejadian Anemia								χ^2	<i>p-value</i>	C
	Ringan		Sedang		Berat		Total				
	f	%	f	%	f	%	f	%			
Tidak Normal	17	16,7	15	15,3	0	0	32	100	0,000	0,530	0,872
Normal	21	21,3	20	19,7	0	0	41	100			
Total	38	38,0	35	35,0	0	0	73	100			

Berdasarkan data terlihat hasil tabulasi silang antara indeks masa tubuh (IMT) dengan kejadian anemia pada siswa remaja putri, ternyata dari 32 orang yang memiliki IMT tidak normal 17 orang mengalami anemia ringan, 15 orang mengalami anemia sedang, dan tidak ada yang mengalami anemia berat, dari 41 orang yang memiliki IMT normal 21 mengalami anemia ringan, 20 mengalami anemia sedang, dan tidak ada yang mengalami anemia berat.

Hasil uji statistik *Pearson Chi-Square* didapat nilai $\chi^2 = 0,000$ dengan $p\text{-value} = 0,530 > \alpha = 0,05$, Nilai C 0,872 berarti tidak ada hubungan, maka H_{01} diterima H_{a1} ditolak. Jadi tidak terdapat hubungan antara indeks masa tubuh (IMT) dengan anemia pada siswa remaja putri di SMAN 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat.

Tabel 5. Hubungan konsumsi teh dengan anemia pada siswa remaja putri di SMA N 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat

Konsumsi Teh	Kejadian Anemia								χ^2	p - value	C
	Ringan		Sedang		Berat		Total				
	f	%	f	%	f	%	f	%			
Konsumsi Teh	2	27,1	2	24,9	0	0	52	100	3,411	0,031	0,028
Tidak Konsumsi	3		9								
	1	10,	6	10,1	0	0	21	100			
	5	9									
Total	3	38,	3	35,0	0	0	73	100			
	8	0	5								

Berdasarkan data terlihat hasil tabulasi silang antara konsumsi teh dengan kejadian anemia pada siswa remaja putri, ternyata dari 52 orang yang mengkonsumsi teh 23 orang mengalami anemia ringan, 29 orang mengalami anemia sedang, dan tidak ada yang mengalami anemia berat, dari 21 orang yang tidak konsumsi teh 15 mengalami anemia ringan, 6 mengalami anemia sedang, dan tidak ada yang mengalami anemia berat.

Berdasarkan hasil uji statistik *Pearson Chi-Square* didapat nilai $\chi^2 = 3,411$ dengan $p\text{-value} = 0,031 < \alpha = 0,05$, nilai C 0,028 berarti signifikan, maka H_{02} ditolak H_{a2} diterima. Jadi terdapat hubungan antara konsumsi teh dengan anemia pada siswa remaja putri di SMAN 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat.

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan di SMAN 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat dengan hasil penelitian bahwa dari 73 responden terdapat 38 responden yang mengalami anemia ringan 35 responden mengalami anemia sedang, dan tidak ada yang mengalami anemia berat. Jika dilihat dari hasil penelitian responden yang mengalami anemia ringan lebih tinggi dibandingkan yang mengalami anemia sedang dan berat. Peneliti menemukan bahwa penyebab responden yang mengalami anemia salah satunya adalah mengalami menstruasi setiap bulannya namun lebih banyak dikarenakan pola diet yang keliru, dan kebiasaan makanan cepat saji serta mengkonsumsi makanan atau minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi.

Sejalan dengan penelitian menyatakan ada hubungan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan nilai P Value (0,002) dan nilai $OR = 0,143$ artinya remaja putri dengan anemia memiliki peluang 0,143 kali untuk mendapatkan hasil belajar yang kurang (Simanjuntak, 2018). Didukung dengan hasil penelitian didukung dengan hasil penelitian rahayu (2021) yang menyatakan ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri. Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia dilakukan dengan memberikan asupan gizi zat besi yang cukup ke dalam tubuh untuk meningkatkan pembentukan hemoglobin. Selain itu

mengonsumsi tablet tambah darah dapat meningkatkan kemampuan belajar, status gizi dan kesehatan remaja putri. Pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) di minum satu tablet seminggu sekali dan dianjurkan minum satu tablet setiap hari selama haid.

Penelitian dilakukan di SMAN 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat dengan hasil penelitian bahwa dari 73 responden terdapat 32 responden memiliki indeks masa tubuh tidak normal, 41 responden memiliki indeks masa tubuh normal. Jika dilihat dari hasil penelitian responden yang memiliki IMT normal lebih tinggi dibandingkan dengan memiliki IMT tidak normal.

Menurut Wahyuni (2023) Indeks masa tubuh (IMT) merupakan cara sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa, khususnya yang berkaitan dengan kekurangan berat badan. Indeks masa tubuh bisa didapati dari berat badan kilogram dibagi tinggi badan kuadrat dalam meter. Indeks masa tubuh menggambarkan proporsi berat badan berdasarkan tinggi badan.

Penelitian dilakukan di SMAN 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat dengan hasil penelitian bahwa dari 73 responden terdapat 52 responden mengonsumsi teh, 21 responden tidak mengonsumsi teh. Jika dilihat dari hasil penelitian responden yang mengonsumsi teh lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang tidak mengonsumsi teh.

Efek samping apabila mengonsumsi teh berlebihan yaitu akan mengalami kerusakan pada hati dan keracunan, minum teh tidak dianjurkan langsung setelah makan karena kandungan senyawa yang terkandung didalam teh dapat mengganggu penyerapan nutrisi makanan. Minum teh juga dianjurkan setelah makan karena apabila mengonsumsi teh dalam kondisi perut kosong akan menimbulkan dampak negatif bagi tubuh yaitu terjadi gangguan keseimbangan asam (Ghazi, 2021).

Penelitian dilaksanakan di SMAN 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat dengan jumlah responden sebanyak 73 orang dan terdapat 32 orang responden yang memiliki IMT tidak normal. Responden dengan IMT tidak normal menyatakan bahwa mereka ketika responden ditanyai mengenai kemungkinan penyebab kurangnya IMT di bawah batas normal, responden mengatakan bahwa ia sedang menjalankan program diet dan makan dengan pola tak teratur. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Patimah (2017) bahwa beberapa faktor yang mempengaruhi status gizi seseorang meliputi kurangnya penyediaan makanan, pola makan/diet yang buruk, dan penyakit infeksi. Remaja putri sering mendambakan tubuh yang langsing, hal ini sering menjadi faktor penyebab terjadinya defisiensi zat gizi, karena untuk memelihara kelangsingan tubuh para remaja menerapkan pembatasan makanan secara keliru sehingga kebutuhan gizi tidak terpenuhi.

Hasil penelitian ini sama dengan yang dilakukan oleh Sari (2017) di SMK Muhammadiyah 1 Moyudan Sleman Yogyakarta yang menemukan bahwa status gizi berdasarkan IMT berhubungan dengan kejadian anemia dengan nilai $p\text{ value}=0,000$ ($p<0,05$) Hasil penelitian dari 41 orang responden dengan IMT normal 21 orang mengalami anemia ringan, 20 orang mengalami anemia sedang dan tidak ada yang mengalami anemia berat. Penulis berasumsi bahwa anemia yang dialami disebabkan asupan nutrisi yang berbeda pada setiap responden dan responden memiliki IMT normal berdasarkan pengukuran, namun zat gizi terutama zat besi tidak terpenuhi dengan baik.

Untuk mengetahui hubungan IMT dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat tahun dari hasil uji statistik Chi-Square (*Continuity Correction*) didapat nilai $\chi^2 = 0,000$ dengan $p\text{-value} = 0,530 > \alpha = 0,05$, jadi tidak terdapat hubungan antara IMT dengan kejadian anemia pada remaja putri. Dalam penelitian ini tidak berhubungan antara IMT dengan anemia pada remaja putri. Tidak adanya hubungan antara IMT dengan kejadian anemia, dikarenakan IMT tidak hanya dipengaruhi oleh kadar hb atau kejadian anemia saja. Tetapi juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti infeksi, hepatomegali, rendahnya asupan zat gizi yang dapat menghambat pertumbuhan sehingga menyebabkan berat badan kurang dari BB seharusnya (ideal). Serta remaja putri yang mengalami menstruasi

perbulan, perubahan gaya hidup, aktifitas yang tinggi, dapat menyebabkan IMT menjadi kurang atau tidak normal.

Sejalan dengan hasil penelitian Estri (2021) membahas tentang hubungan IMT dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 2 Ngalik Kabupaten Sleman didapatkan nilai $P=0,377$ sehingga dapat disimpulkan tidak ada hubungan antara IMT dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 2 Ngalik Kabupaten Sleman. Sependapat dengan hasil penelitian Harahap (2019) dari 47 responden remaja putri, sebanyak 29 responden tergolong ke dalam kategori IMT normal dan terdapat 25 responden mengalami anemia ringan. Untuk hasil uji Chi-Square hubungan IMT dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 14 Mataram, memiliki nilai $P\text{-Value} = 0,876$ ($P>0.05$) Sehingga tidak ada hubungan IMT dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP N 14 Mataram.

Penelitian dilaksanakan di SMAN 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat dengan jumlah responden sebanyak 73 orang dan terdapat 52 orang responden yang memiliki mengkonsumsi teh. Responden dengan mengkonsumsi teh menyatakan bahwa mereka menjadi kebiasaan keluarga untuk minum teh sebagai sarapan pagi. Dari 52 responden yang mengkonsumsi teh 23 mengalami anemia ringan, dari responden yang mengalami anemia ringan menyatakan konsumsi teh kurang dari 5 kali dalam seminggu, 22 orang menyatakan minum teh kadang bersamaan dengan makan, 29 orang mengalami anemia sedang, 20 orang menyatakan minum teh lebih dari 7 kali dalam seminggu dan 9 orang menyatakan minum teh berdekatan dengan waktu makan karena suka minum the dan menjadi kebiasaan keluarga, tidak ada yang mengalami anemia berat.

Hasil penelitian Desi (2022) di dapatkan bahwa dari 37 responden yang paling banyak yaitu responden dengan pola menstruasi normal dengan tidak ada kejadian anemia pada remaja putri sebanyak 21 responden (56,8%). di bandingkan dengan responden dengan pola menstruasi normal dengan kejadian anemia pada remaja putri sebanyak 16 responden (43,2%). Uji statistik *Chi-Square* pada tingkat Kemaknaan nilai $p\text{ Value} = 0,01$ yang bearti ada hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri terbukti secara statistik. Hasil *Odds Ratio* di peroleh nilai 3,938 yang bearti bahwa responden yang pola menstruasinya normal berpeluang 3.938 kali dengan kejadian tidak anemia pada remaja putri di bandingkan responden yang pola menstruasinya normal dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Untuk mengetahui hubungan konsumsi teh dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat tahun 2023 dari hasil uji statistik *Chi-Square (Continuity Correction)* didapat nilai $\chi^2 = 3,411$ dengan $p\text{-value} = 0,031 < \alpha = 0,05$, jadi terdapat hubungan antara konsumsi teh dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Sejalan dengan hasil penelitian Putra (2018) *The relationship between body image and tea drinking habits with anemia among adolescent girls in Badung District, Bali, Indonesia*, hasil analisis didapatkan $p=0,002 < \alpha (0,05)$ yang artinya terdapat hubungan antara konsumsi teh saat makan. Konsumsi teh satu jam setelah makan akan mengurangi kapasitas penyerapan sel darah merah terhadap zat besi hingga sebesar 64%. Oleh karena itu, teh dianjurkan untuk dikonsumsi setidaknya dua jam setelah makan. Hasil analisis didapatkan $OR=1,62$ yang artinya remaja yang mengkonsumsi the berisiko 1,62 kali lebih besar mengalami anemia daripada remaja yang tidak mengkonsumsi teh. Anemia dipengaruhi oleh konsumsi teh / kopi bersama dengan makanan utama. Dengan penelitian ini teh terbukti dapat menghambat penyerapan zat besi. (Rakhes, 2019)

KESIMPULAN

Dari 73 responden terdapat 38 mengalami anemia ringan, 35 responden mengalami anemia sedang, dan tidak ada yang mengalami anemia berat. Dari 73 responden terdapat 32 memiliki IMT tidak normal, dan 41 orang memiliki IMT normal. Dari 73 responden terdapat 52 orang megkonsumsi teh dan 21 orang tidak mengkonsumsi teh. Tidak ada hubungan indeks masa tubuh (IMT) dengan pemilihan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat tahun 2023. Ada hubungan konsumsi teh dengan pemilihan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Merapi Barat Kabupaten Lahat tahun 2023.

DAFTAR PUSTAKA

- Ansari, H. M., Heriyani, F., & Noor ,M. S. 2020. *Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smpn 18 Banjarmasin*. J.Homostasis, 3(2),209-216..
- Apriningsih, A., & Sufyan, D. L. (2021). Edukasi Pencegahan Anemia Remaja Putri Pada Orang Tua dan Guru Santri Madrasah. *Jurnal Pemberdayaan Komunitas MH Thamrin*, 3(2), 104–111. Diambil pada tanggal 25 Mei 2023, dari <https://doi.org/10.37012/jpkmht.v3i2.720>
- Apriningsih. (2023). *Anemia Remaja Putri: perspektif Sosio ekologi*. Banda Aceh;Syiah Kuala University Press. URL: [Anemia Pada Remaja Putri: Perspektif Sosio Ekologi - Google Books](#)
- Direktorat Gizi Masyarakat. (2017). *Hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) tahun 2016*. Jakarta.
- Dieny, F. F., Rahadiyanti. A., & Kurniawati, D. M. (2021). *Gizi pra konsepsi*. Jakarta: Bumi Medika. [Gizi Prakonsepsi - Google Books](#).
- Dinas Kesehatan Sumatera Selatan. (2021). *Laporan Kinerja Instansi Pemerintah Tahun 2020*. Dinas Kesehatan Sumatera Selatan. [1-110009-2tahunan-739.pdf \(kemkes.go.id\)](#)
- Ikhtiyaruddin., Alamsyah, A., Mitra., dkk. (2020). Determinan Kejadian Anemia Pada Siswi SMAN 1 Teluk Belengkong Kabupaten Indragiri Hilir Tahun 2019. *KESKOM*. 6(1):56-62.
- Jayandi, Y. I., Pijaryani, I., Wirawanti, I. W., et al. (2023). *Isu dan Kontroversi Gizi*. Jakarat:Global eksekutif Teknologi.
- Kementerian Kesehatan RI. (2022). *Remaja Bebas Anemia: Konsentrasi Belajar Meningkatkan, Bebas Prestasi*. Kemenkes.Url: [Remaja Bebas Anemia: Konsentrasi Belajar Meningkatkan, Bebas Prestasi \(kemkes.go.id\)](#)
- Krisnawati, I. (2021). *45 Resep Minuman Mujarab Teh Herbal Membantu Mengatasi Penyakit dan Meningkatkan Daya Tubuh*. Jakarta:Gramedia Pustaka Utama.
- Kusnandi, F. N. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Anemia Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *JMH*, 3(10), 1293-1298.
- Lita, I. (2021). Gambaran Pengetahuan, Asupan dan Status Anemia Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Assalafiyah Kecamatan Merbau Mataram Kabupaten Lampung Selatan. Poltekkes Tanjung Karang.
- Laksmita, S., & Yenie, H. (2018). Hubungan Pengetahuan Remaja Putri tentang Anemia dengan Kejadian Anemia di Kabupaten Tanggamus. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 104-107.
- Lutfitasari, A. (2021). Hubungan Status Gizi Dengan Status Anemia Pada Mahasiswa Remaja. *Jurnal Kebidanan*. 10(1):51-60.
- Mawo, P. R., Ronte, S. D. T., & Sasputra, I. N. (2019). Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kadar Hemoglobin Mahasiswa Fakultas Kedokteran Undana. *Cendana Medical Journal*, 17(2), 158-163.

- Panichsillaphakit, E., Suteerajtrakool, O., Pancharoen., et al. (2021). The Association between Hepcidin and Iron Status in Children and Adolescents with Obesity. *Journal of Nutrition and Metabolism*, 2021, 1-7. [jnme2021-9944035.pdf \(nih.gov\)](#)
- Putra, K. A. D., Yuliyatni, P. C. D., & Sutiari, N. K. (2020). The relationship Between Body Image and Tea Drinking Habits with Anemia among Adolescent Girls in Badung District, Bali, Indonesia. *Public Health and Preventive Medicine Archive (PHPMA)*. 8(1):24-31.
- Sodik, M. A., Yudhana, A., & Dwianggimawati, M. S. (2018). Nutritional Status and Anemia in Islamic Boarding School Adolescent in Kediri City East Java Indonesia. *Indonesian Journal of Nutritional Epidemiology and Reproductive*, 1(3), 173-176.
- Taufiq, Z., & Sari, T. P. (2020). *Aku sehat tanpa anemia: buku saku anemia untuk remaja putri*. Jakarta:Wonderland Publisher.
- WHO. (2021). Anaemia. Diakses dari Anaemia (who.int) [pada tanggal 2 Juli 2023](#).
- Wirawanti, I. W. (2022). Kurang Energi Kronik (Kek) Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Remaja. Svasta Harena. *JURNAL ILMIAH GIZI*, 3(1), 1-6.
- Yunita, M., Novela, V., & Mawardi. (2019). Faktor Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA Negeri 3 Kota Bukittinggi Tahun 2019. *Jurnal Public Health*, 7(2), 55-63.