

**HUBUNGAN KEBIASAAN DAN JARAK KONSUMSI TEH
DENGAN KADAR HEMOGLOBIN IBU HAMIL TRIMESTER
III DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUMBERJAMBE
JEMBER**

SKRIPSI



Nama Penulis: Linda Mawarni

NIM: P17331221015

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JEMBER**

2026

**HUBUNGAN KEBIASAAN DAN JARAK KONSUMSI TEH
DENGAN KADAR HEMOGLOBIN IBU HAMIL TRIMESTER
III DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS SUMBERJAMBE
JEMBER**

Skripsi ini disusun sebagai salah satu persyaratan menyelesaikan program pendidikan kebidanan di Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang



Nama Penulis: Linda Mawarni

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MALANG
JURUSAN KEBIDANAN PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JEMBER**

2026

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Linda Mawarni

NIM : P17331221015

Judul Skripsi : Hubungan Kebiasaan Dan Jarak
Konsumsi Teh Dengan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III di
Wilayah Kerja Puskesmas Sumberjambe

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa tulisan dalam skripsi ini adalah benar-benar asli hasil pemikiran sendiri. Sepanjang pengetahuan belum ada karya ilmiah yang serupa yang ditulis oleh orang lain. Apabila nanti terbukti bahwa skripsi ini tidak asli atau disusun oleh orang lain atau hasil menjiplak karya orang lain baik sebagian atau seluruhnya, maka bersedia untuk menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku.

Jember, 9 Mei 2026

Yang Membuat Pernyataan,

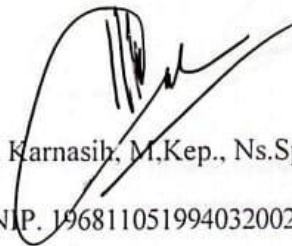
 Linda Mawarni
NIM.P: 7331221015

LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi dengan Judul **Hubungan Kebiasaan Dan Jarak Konsumsi Teh Dengan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Sumberjambe**. Oleh Linda Mawarni NIM. P17331221015 telah diperiksa dan disetujui untuk diujikan.

Jember...*12 Mei*.....2026

Pembimbing



I Gusti Ayu Karnasih, M.Kep., Ns.Sp.Kep.Mat.

NIP. 196811051994032002

Ketua Program Studi Sarjana

Terapan Kebidanan Jember



Susilawati, SST., M.Kes

NIP.19741232002122002

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi dengan Judul Hubungan Kebiasaan dan Jarak Konsumsi Teh dengan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Sumberjambe, Jember, oleh Linda Mawarni NIM. P17331221015 yang telah dipertahankan di dewan penguji Ujian Seminar Hasil pada tanggal 21 Mei 2026

Penguji Ketua



Syiska Atik Maryanti, S.SiT., M.Keb.

NIP. 197804172002122003

Dewan Penguji
Penguji Anggota I



Lulut Sasmito, S.Kep.,Ns. M.Kes

NIP. 196905091989031001

Penguji Anggota II



I Gusti Ayu Karnasih, M.Kep., Ns.Sp.Kep.Mat.

NIP. 197804172002122003

Mengetahui,

Ketua Jurusan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Malang



Rita Yulifah, S.Kp. M.Kes

NIP.196607271991032003

Ketua Program Studi
Sarjana Terapan Kebidanan Jember



Susilawati, SST., M.Kes

NIP. 197412032002122002

Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan oleh Balai Besar Sertifikasi Elektronik (BSrE), Badan Siber dan Sandi Negara (BSSN).

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur kehadiran Allah SWT Tuhan Yang rahmat Esa, karena kasih dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini dengan judul “Hubungan Kebiasaan dan Jarak Konsumsi Teh Dengan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Sumberjambe”. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Progam Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa dalam penulisannya masih jauh dari kesempurnaan. Untuk itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini, sehingga dapat menjadi pedoman yang berkualitas dan layak.

Dalam hal ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dari berbagai pihak karena itu pada kesempatan kali ini penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada Bapak/Ibu:

1. Dr. Siti Nur Kholifah, S.K.M., M.Kep., Sp.Kom., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang, yang telah memberikan kesempatan menyusun skripsi.
1. Rita Yulifah, S.Kp., M.Kes sebagai Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.
2. Susilawati, SST., M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang
3. I.G.A Karnasih, M,Kep., Ns.Sp.Kep.Mat. selaku pembimbing yang telah dengan sabar mendampingi, mengarahkan dan mendampingi dan mengarahkan serta selaku Penguji Anggota II yang telah memberikan kesempatan menyusun skripsi ini.
4. Bdn. Syiska Atik Maryanti, S.SiT., M.Keb. selaku Ketua Penguji atas saran dan masukan yang berharga dalam penyempurnaan skripsi ini.
5. Lulut Sasmito, S.Kep.,Ns. M.Kes. selaku Penguji Anggota I atas saran dan masukan yang berharga dalam penyempurnaan skripsi ini.
6. Puskesmas Sumberjambe beserta seluruh jajaran tenaga kesehatan yang telah memberikan izin dan bantuan kepada penulis dalam melaksanakan penelitian di Puskesmas Sumberjambe.

Jember, 14 April 2026

Penulis

PERSEMBAHAN

1. Kepada Allah SWT

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kekuatan, kesabaran, kemudahan, serta jalan terbaik dalam setiap proses yang saya lalui. Atas izin dan ridha-Nya, saya dapat menyelesaikan pendidikan dan skripsi ini dengan baik. Semoga setiap langkah perjuangan yang telah ditempuh menjadi amal ibadah dan membawa keberkahan dalam kehidupan saya.

2. Teristimewa untuk Alm. Bapak dan Ibuk tercinta

Skripsi ini saya persembahkan dengan penuh cinta, rasa hormat, dan terima kasih yang tak terhingga kepada almarhum Bapak dan Ibu tercinta, yang telah menjadi motivasi, panutan, sumber kekuatan, serta semangat terbesar dalam hidup saya. Untuk almarhum Bapak, terima kasih atas segala kasih sayang, kerja keras, pengorbanan, dan perjuangan yang telah Bapak berikan. Meskipun kini Bapak tidak lagi berada di sisi saya untuk menyaksikan pencapaian ini, setiap nasihat, doa, dan harapan yang pernah Bapak titipkan selalu menjadi pengingat bagi saya untuk terus berjuang dan tidak menyerah. Kerinduan kepada Bapak menjadi kekuatan yang mendorong saya untuk menyelesaikan pendidikan ini dengan sebaik-baiknya. Semoga Allah SWT senantiasa melimpahkan rahmat dan menempatkan Bapak di tempat terbaik di sisi-Nya. Untuk Ibu tercinta, terima kasih atas cinta yang tulus, doa yang tidak pernah putus, kesabaran yang tanpa batas, serta dukungan yang selalu mengiringi setiap langkah perjuangan saya. Ibu adalah sosok yang selalu hadir memberikan kekuatan saat saya merasa lelah, menguatkan saat saya menghadapi kesulitan, dan menjadi alasan terbesar saya untuk terus berusaha meraih masa depan yang lebih baik. Kepada Bapak dan Ibu, terima kasih karena telah menjadi panutan, sumber kekuatan, motivasi, serta semangat terbesar dalam hidup saya.

3. Untuk keluarga besar tercinta

Terima kasih kepada seluruh keluarga besar yang selalu memberikan doa, dukungan, perhatian, motivasi, dan kasih sayang selama perjalanan pendidikan saya. Kehadiran kalian menjadi sumber semangat dan penguat ketika saya menghadapi berbagai tantangan dalam menyelesaikan skripsi ini. Semoga Allah SWT senantiasa membalas segala kebaikan yang telah diberikan.

4. Untuk diri saya sendiri

Terima kasih kepada diri saya sendiri yang telah mampu bertahan, berjuang, dan tidak menyerah dalam menghadapi berbagai proses, tantangan, dan rintangan selama menempuh pendidikan hingga menyelesaikan skripsi ini. Terima kasih karena tetap memilih untuk bangkit setiap kali merasa lelah, tetap melangkah meskipun penuh keraguan, dan tetap percaya bahwa setiap usaha akan menemukan hasil terbaik pada waktunya. Skripsi ini menjadi bukti bahwa

tidak ada perjuangan yang sia-sia ketika dijalani dengan kesabaran, doa, dan keyakinan.

5. Untuk teman dan sahabat tercinta

Terima kasih kepada teman-teman dan sahabat yang telah menemani perjalanan saya selama masa perkuliahan. Terima kasih atas dukungan, bantuan, motivasi, doa, kebersamaan, serta berbagai cerita yang telah menjadi bagian dari perjalanan hidup saya. Terima kasih karena selalu hadir untuk berbagi suka dan duka, memberikan semangat ketika saya merasa lelah, serta membantu saya melewati berbagai proses hingga skripsi ini dapat terselesaikan.

ABSTRAK

Mawarni, Linda, 2026. Hubungan Kebiasaan dan Jarak Konsumsi Teh dengan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III di Wilayah Kerja Puskesmas Sumberjambe-Jember, Skripsi, Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jember. Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang. Pembimbing Utama : I Gusti Ayu Karnasih, M.Kes., Ns.Sp.Kep.Mat.

Latar Belakang : Anemia pada ibu hamil masih menjadi masalah kesehatan, termasuk di Kabupaten Jember. Data Dinas Kesehatan tahun 2024 menunjukkan wilayah Sumberjambe memiliki kasus anemia tertinggi sebanyak 246 kasus. Salah satu faktor yang diduga memengaruhi kadar hemoglobin adalah kebiasaan konsumsi teh, karena kandungan tanin dapat menghambat penyerapan zat besi. Selain frekuensi konsumsi, jarak waktu minum teh dengan makan atau tablet Fe juga diduga berpengaruh. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan kebiasaan dan jarak konsumsi teh dengan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe Jember. **Metode :** Penelitian ini menggunakan desain penelitian survei analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel sebanyak 50 ibu hamil trimester III yang memenuhi kriteria inklusi. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji Spearman Rank, Chi-Square. **Hasil :** Terdapat hubungan signifikan antara kebiasaan konsumsi teh dengan kadar hemoglobin ($p=0,001$). Hasil uji Spearman Rank menunjukkan koefisien korelasi (r) sebesar 0,690 yang menunjukkan hubungan kuat dan positif, dengan kontribusi sebesar 47,61%, sedangkan 52,39% dipengaruhi oleh faktor lain. Hal ini menunjukkan bahwa semakin jarang konsumsi teh, maka kadar hemoglobin cenderung semakin baik. Sementara itu, jarak konsumsi teh tidak berhubungan signifikan dengan kadar hemoglobin ($p=0,220$). **Kesimpulan :** Terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi teh dengan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III, dimana semakin sering konsumsi teh maka semakin tinggi risiko anemia akibat hambatan penyerapan zat besi. Namun, kadar hemoglobin tidak hanya dipengaruhi oleh konsumsi teh, melainkan juga oleh faktor lain seperti kepatuhan konsumsi tablet Fe, asupan zat besi, status gizi, dan kondisi maternal. Oleh karena itu, pencegahan anemia perlu dilakukan secara komprehensif, termasuk pengaturan konsumsi teh yang tepat.

Kata Kunci : Jarak Konsumsi Teh, Kadar Hemoglobin, Kebiasaan Konsumsi Teh, Ibu Hamil Trimester III.

ABSTRACT

Mawarni, Linda, 2026. The Relationship between Tea Consumption Habits and Tea Consumption Interval with Hemoglobin Levels among Third-Trimester Pregnant Women in the Working Area of Sumberjambe Public Health Center, Jember. Undergraduate Thesis, Applied Bachelor Program in Midwifery, Jember. Health Polytechnic of the Ministry of Health Malang. Main Advisor: I Gusti Ayu Karnasih, M.Kes., Ns.Sp.Kep.Mat.

Background : Anemia in pregnant women remains a public health problem, including in Jember Regency. Data from the Health Office in 2024 showed that the Sumberjambe area had the highest number of anemia cases, totaling 246 cases. One factor suspected to influence hemoglobin levels is tea consumption habits, as tannin content can inhibit iron absorption. In addition to consumption frequency, the timing of tea intake relative to meals or iron (Fe) supplementation is also considered influential. This study aimed to analyze the relationship between tea consumption habits and timing with hemoglobin levels among third-trimester pregnant women in the working area of Sumberjambe Public Health Center, Jember. **Methods :** This study used an analytical survey design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 50 third-trimester pregnant women who met the inclusion criteria. Data were collected using questionnaires and analyzed using Spearman Rank and Chi-Square tests. **Results :** There was a significant relationship between tea consumption habits and hemoglobin levels ($p=0.001$). The Spearman Rank test showed a correlation coefficient (r) of 0.690, indicating a strong positive relationship, with a contribution of 47.61%, while the remaining 52.39% was influenced by other factors. This finding indicates that less frequent tea consumption tends to be associated with better hemoglobin levels. Meanwhile, the interval of tea consumption was not significantly associated with hemoglobin levels ($p=0.220$). **Conclusion :** There was a significant relationship between tea consumption habits and hemoglobin levels among third-trimester pregnant women, where more frequent tea consumption was associated with a higher risk of anemia due to impaired iron absorption. However, hemoglobin levels are influenced not only by tea consumption but also by other factors, such as adherence to iron tablet supplementation, iron intake, nutritional status, and maternal conditions. Therefore, anemia prevention should be carried out comprehensively, including appropriate regulation of tea consumption.

Keywords : Tea Consumption Interval, Hemoglobin Levels, Tea Consumption Habits, Third-Trimester Pregnant Women

DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR.....	vi
PERSEMBAHAN.....	vii
ABSTRAK	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
DAFTAR SINGKATAN.....	xvii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.2 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	7
1.4 Manfaat Penelitian.....	7
1.4.1 Teoritis	7
1.4.2 Manfaat Praktis	8
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....	9
2.1 Konsep Dasar Kehamilan Trimester III	9
2.1.1 Pengertian Kehamilan Trimester III.....	9
2.1.2 Perubahan Psikologis Kehamilan Trimester III.....	10
2.1.3 Perubahan Fisiologis Kehamilan Trimester III.....	10
2.2 Kadar Hemoglobin dalam Kehamilan	12
2.2.1 Pengertian Hemoglobin	12
2.2.2 Fungsi Hemoglobin pada Kehamilan.....	13
2.2.3 Patofisiologi Perubahan Kadar Hemoglobin pada Kehamilan	13

2.2.4 Nilai dan Klasifikasi Kadar Hemoglobin pada Kehamilan	15
2.2.5 Klasifikasi Penurunan Kadar Hemoglobin pada Kehamilan	15
2.2.6 Penyebab Penurunan Kadar Hemoglobin pada Kehamilan	17
2.2.7 Faktor Resiko yang Mempengaruhi Hemoglobin pada Kehamilan	20
2.2.8 Dampak Penurunan Kadar Hemoglobin pada Kehamilan	24
2.2.9 Pemeriksaan dan Penegakan Kadar Hemoglobin pada Kehamilan	25
2.2.10 Pencegahan Penurunan Kadar Hemoglobin pada Kehamilan	28
2.2.11 Penanganan Penurunan Kadar Hemoglobin pada Kehamilan	29
2.3 Teh	30
2.3.1 Definisi Teh	30
2.3.2 Jenis-Jenis Teh	31
2.3.3 Kandungan Teh	34
2.3.4 Manfaat Teh	38
2.4 Kebiasaan Konsumsi Teh	38
2.4.1 Definisi Kebiasaan Konsumsi Teh	38
2.4.2 Pengaruh Kebiasaan Konsumsi Teh Terhadap Kadar Hemoglobin	38
2.4.3 Pengukuran Kebiasaan Konsumsi Teh	39
2.5 Jarak Konsumsi Teh	40
2.5.1 Definisi Jarak Konsumsi Teh	40
2.5.2 Pengaruh Jarak Konsumsi Teh Terhadap Kadar Hemoglobin	40
2.5.3 Pengukuran Jarak Konsumsi Teh	41
2.6 Hubungan Kebiasaan dan Jarak Konsumsi Teh Dengan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil	41
2.7 Kerangka Konsep	45
2.8 Hipotesis	46
BAB 3 METODE PENELITIAN	48
3.1 Desain Penelitian	48
3.2 Kerangka Operasional	50
3.3 Populasi, Sampel dan Sampling	51
3.3.1 Populasi	51
3.3.2 Sampel	51
3.3.3 Teknik Sampling	52

3.4 Kriteria Sampel.....	52
3.5 Variabel Penelitian	53
3.6 Definisi Operasional Variabel	54
3.7 Lokasi dan Waktu.....	55
3.7.1 Lokasi Penelitian.....	55
3.7.2 Waktu Penelitian.....	55
3.8 Alat Pengumpulan Data atau Instrument Penelitian.....	55
3.9 Uji Validitas dan Reliabilitas	56
3.9.1 Uji Validitas.....	56
3.9.2 Uji Reliabilitas	57
3.10 Metode Pengumpulan Data	57
3.11 Metode Pengolahan Data.....	59
3.12 Analisa Data	60
3.13 Etika Penelitian.....	62
BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN	64
4.1 Hasil Penelitian.....	64
4.2 Data Umum	65
4.3 Data Khusus	67
4.4 Pembahasan	71
BAB 5 PENUTUP.....	91
5.1 Kesimpulan.....	91
5.2 Saran.....	93
DAFTAR PUSTAKA.....	95

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Definisi Operasional Hubungan Kebiasaan Konsumsi Teh Dengan Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester 3	54
Tabel 4.1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe-Jember tahun 2026.....	65
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan pendidikan terakhir ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe-Jember tahun 2026.	65
Tabel 4.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jumlah paritas ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe-Jember tahun 2026.....	66
Tabel 4.4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jarak kehamilan terakhir ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe-Jember tahun 2026.	66
Tabel 4.5 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe-Jember tahun 2026.	67
Tabel 4.6 Distribusi frekuensi responden berdasarkan kebiasaan konsumsi teh ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe-Jember tahun 2026.	68
Tabel 4.7 Distribusi frekuensi responden berdasarkan jarak konsumsi teh ibu hamil trimester III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe-Jember tahun 2026.	68
Tabel 4.8 Hubungan Kebiasaan Konsumsi Teh dengan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe-Jember tahun 2026.	69
Tabel 4. 9 Hubungan Jarak Konsumsi Teh dengan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe-Jember tahun 2026.	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Konsep	45
Gambar 3.1 Kerangka Operasional.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan Skripsi	103
Lampiran 2 Permohonan Menjadi Responden	104
Lampiran 3 Persetujuan Menjadi Responden	105
Lampiran 4 Instrument Penelitian	106
Lampiran 5 Hasil Uji Validitas dan Reabilitas	108
Lampiran 6 Persetujuan Pembimbing	109
Lampiran 7 Studi Pendahuluan	110
Lampiran 8 Surat Bakesbangpol	111
Lampiran 9 Surat Balasan Izin Tempat Penelitian	112
Lampiran 10 Layak Etik	113
Lampiran 11 Tabulasi Data	114
Lampiran 12 Hasil Coding	115
Lampiran 13 Hasil Uji SPSS	116
Lampiran 14 Lembar Konsultasi	119
Lampiran 15 Dokumentasi	124

DAFTAR SINGKATAN

HB	: Hemoglobin
FFQ	: <i>Food Frequency Questionnaire</i>
TM	: Trimester
WHO	: <i>World Health Organization</i>
SPSS	: <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
g/dL	: Gram per desiliter
BBLR	: Berat Bayi Lahir Rendah
KEMENKES	: Kementrian Kesehatan
RISKESDAS	: Riset Kesehatan Dasar