

BAB 1

PENDAHULUAN

1.2 Latar Belakang

Secara umum ibu hamil mengalami penyesuaian fisiologis hemodelusi, yang artinya terdapat peningkatan volume plasma darah lebih besar dibandingkan peningkatan eritrosit sekitar 30-40%, sehingga jika dibiarkan puncak dari hemodelusi sendiri akan terjadi pada usia kehamilan 32-34 minggu yang menyebabkan ibu hamil mengalami anemia (Mujahadatuljannah & Rabiattunnisa, 2024). Upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah serta mengatasi anemia, maka terdapat Peraturan Kesehatan Republik Indonesia pada nomor 88 tahun 2014 yang mengatur mengenai standart tablet tambah darah bagi wanita usia subur dan ibu hamil. Namun pada kenyataannya masih banyak ibu hamil yang mengalami anemia. dilihat dari data dinas kesehatan di Jember tahun 2023 walaupun pada kenyataannya penyebaran pemberian tablet tambah darah sudah di angka 79%, masih banyak dan tertinggi se Jawa Timur di Jember ibu hamil yang mengalami anemia (Kementrian Kesehatan, 2023). Kaitannya dengan permasalahan anemia di Jember perlu disoroti kaitannya dengan dampak lain penyebab anemia, salah satunya adalah kebiasaan dan jarak konsumsi teh ibu hamil, hal tersebut sejalan dengan beberapa teori penyebab anemia, banyaknya outlet serta murah nya harga jual maupun budaya yang

menjadi keseharian yang sering dijumpai sehari-hari dapat menjadi penyebab anemia pada ibu hamil sendiri.

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), presentase ibu hamil yang mengalami anemia diseluruh dunia mencapai diangka 35,5% dari ibu hamil yang tidak mengalami anemia dengan populasi jika dihitung 355.000 dan jika dilihat dari ambang tingkat permasalahan termasuk dalam angka yang tinggi. Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI), 3 dari 10 ibu hamil menderita anemia (*Indonesian Ministry Of Health Development Policy Board, 2023*). Dan jika dilihat dari data Rikesdas tahun 2018, prevalensi anemia di kalangan wanita hamil di Indonesia diangka 48,9% dan jika dipopulasikan mencapai 489.000 ibu hamil yang mengalami anemia dan tergolong mencangkup hampir setengah dari ibu hamil di Indonesia (Kementerian Kesehatan RI, 2023). Data dari profil kesehatan Jawa Timur menunjukkan bahwa prevalensi anemia di kalangan ibu hamil di Jawa Timur mencapai 10,6% dengan populasi 62.225 dari total keseluruhan ibu hamil 588.048 yang mencangkup seluruh wilayah kabupaten di Jawa Timur (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur, 2024) Kabupaten Jember merupakan wilayah dengan prevalensi ibu hamil anemia tertinggi di Jawa Timur pada tahun 2023 dengan populasi 7.795 ibu hamil anemia, dengan wilayah ibu hamil anemia tertinggi no. 1 di wilayah Puskesmas Sukorambi sebanyak 530 ibu hamil. Namun setelah dilihat dari data terbaru Dinas Kesehatan Kabupaten Jember pada tahun 2024 populasi anemia di Jember menurun menjadi 3.178 untuk kunjungan K4 terakhir dengan anemia rentang 8-11 mg/Dl. Kondisi yang tertinggi berada diwilayah Sumberjambe sebanyak

246 ibu hamil dan Sukowono sebanyak 238 ibu hamil yang terkena anemia. (Dinas Kesehatan Kabupaten Jember, 2023). Berdasarkan data hasil studi pendahuluan di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe didapatkan 2 dari 10 ibu hamil trimester 3 mengkonsumsi teh secara sering dan 8 orang lainnya jarang mengkonsumsi teh serta dengan jarak konsumsi 4 dari 10 ibu hamil mengkonsumsi dengan jarak dekat dan 6 lainnya jarak jauh.

Penyebab dari anemia terjadi karena beberapa faktor, umumnya dikarenakan defisiensi zat besi, asam folat maupun vit B12. Faktor lain yang dapat mempengaruhi diantaranya kepatuhan ibu dalam mengkonsumsi tablet tambah darah, kemudian ibu hamil yang konsumsi makanan yang mengandung protein cukup rendah, serta ibu hamil yang mengkonsumsi makanan maupun minuman yang mengganggu penyerapan dari nutrisi yang dikonsumsi oleh ibu Hamil. Diantara beragamnya jenis makanan dan minuman yang sering dikonsumsi oleh ibu hamil dan menyebabkan terjadinya anemia, teh adalah salah satu minuman yang sering dikonsumsi oleh ibu hamil dikarenakan mudah ditemukan, proses pembuatannya yang instan dan cocok di beragam kondisi. (Noor Naini Choiriyah et al., 2024)(Gilang Nugraha, 2023). Menurut analisis yang dilakukan oleh Indi Imelia (2025) pada 4 jurnal dengan literatur review, didapatkan tinjauan bahwasannya teh memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kejadian anemia pada ibu hamil hal tersebut dikarenakan adanya kandungan zat tanin pada teh yang dapat mengganggu penyerapan nutrisi yang dikonsumsi (Imelia et al., 2025). Sedangkan teh sering dikonsumsi karena minuman yang sangat populer di kalangan masyarakat Indonesia. Harga, akses

serta penjualannya yang relatif terjangkau dan kemudahan merupakan faktor utama yang telah menjadikan konsumsi teh sebagai kebiasaan di kalangan masyarakat Indonesia (Zahroh & Indra Kumala Dewi, 2024). Pada ibu hamil yang terdapat di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe berdasarkan data dari hasil studi pendahuluan didapatkan bahwa kebiasaan konsumsi teh oleh ibu hamil dipengaruhi karena faktor cuaca serta minuman yang dikonsumsi oleh anak kecil ketika ibu hamil tersebut melakukan aktivitas rumah tangga seperti menjemput anak sekolah. Kemudian beberapa perilaku berisiko terkait konsumsi teh meliputi minum teh dalam jumlah berlebihan, mengonsumsinya selama makan, dan minum teh kurang dari satu jam sebelum atau setelah makan. Mengonsumsi lebih dari satu cangkir teh (≥ 200 ml) per hari juga dikaitkan dengan peningkatan risiko anemia. Kondisi ini dapat mengganggu penyerapan zat besi dari makanan atau suplemen, seperti tablet zat besi. Adanya teh mengandung tanin, senyawa yang diketahui menghambat penyerapan zat besi. Berdasarkan penjelasan tersebut maka pola konsumsi teh yang tidak tepat secara signifikan berkontribusi pada perkembangan anemia selama kehamilan (Imelia et al., 2025) (A. Safitri et al., 2022).

Akibat yang dapat timbul jika ibu hamil mengalami anemia defisiensi zat besi adalah terjadinya gejala sesak napas, kelelahan, gangguan tidur, penurunan kinerja, merasa lemas dan kurang bertenaga hingga menyebabkan depresi. Kondisi tersebut akan berdampak secara perilaku ketika hamil hingga berpengaruh saat pasca persalinan (Wibowo et al., 2021). Tidak hanya itu, terjadinya anemia selama kehamilan dikaitkan dengan risiko meningkat

terjadinya *solusio plasenta*, *preeklampsia*, dan perdarahan *postpartum* berat, hingga syok, kematian ibu dan rawat inap yang lebih lama dari perawatan paska persalinan yang normal (Kharate & Choudhari, 2024). Pada janin dan bayi baru lahir, anemia defisiensi besi dapat menyebabkan berat badan lahir rendah, kelahiran prematur, dan kematian pada janin (Kharate & Choudhari, 2024). Anak-anak yang lahir dengan defisiensi besi berisiko mengalami kesulitan dalam perkembangan kognitif, sosial-emosional, adaptif, dan motorik yang berdampak pada kehidupan anak dikemudian hari, hingga berisiko penyapihan dini dari menyusui meningkatkan risiko lebih lanjut, hal tersebut terjadi karena kurangnya zat besi yang dimiliki oleh ibu yang menyusui tersebut (Wibowo et al., 2021) (Abu-Ouf & Jan, 2015).

Teh meskipun dikenal dengan manfaatnya dalam membantu mencerna dan memiliki kandungan antioksidan, juga memiliki kandungan tanin yang dapat menghambat penyerapan zat besi dalam tubuh. Hal ini menimbulkan kekhawatiran terkait pengaruh kebiasaan konsumsi teh terhadap kadar hemoglobin ibu hamil. Terlebih, kebiasaan konsumsi teh yang tidak terkontrol dan jarak konsumsi teh yang dekat dengan waktu makan dapat memperburuk kondisi anemia pada ibu hamil. Oleh karena itu secara keseluruhan, penelitian ini penting dilakukan untuk memperdalam pemahaman tentang pengaruh kebiasaan konsumsi teh terhadap kadar hemoglobin ibu hamil, serta sebagai dasar bagi intervensi yang lebih efektif dalam pencegahan dan pengelolaan anemia pada ibu hamil di Indonesia. Salah satu pencegahan dan penanganan ibu hamil anemia adalah dengan pemberian tablet tambah darah untuk wanita usia

subur dan wanita hamil. Hal tersebut sudah dilaksanakan dengan prevalensi pemberian serta konsumsi di Jember 79%, namun masih banyak sekali ibu hamil yang mengalami anemia dengan peringkat nomor 1 daerah Jember di Jawa Timur. Dilihat dari faktor lain yang dapat mempengaruhi yang dapat dilakukan adalah pendekatan dengan memberikan saran nutrisi kepada ibu hamil dan mengedukasi pada setiap posyandu mereka tentang efek teh terhadap penyerapan zat besi. Minuman alternatif seperti jus jeruk atau air, yang dapat meningkatkan penyerapan zat besi juga perlu diperkenalkan. Waktu konsumsi teh juga perlu ditekankan dalam edukasi. Ibu hamil mungkin disarankan untuk tidak minum teh selama atau menjelang waktu makan, atau saat mengonsumsi suplemen zat besi, untuk menghindari gangguan penyerapan zat besi. Sehingga kesehatan ibu dan janin sejahtera (Ibrahim et al., 2024)

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah yang muncul yaitu “Apakah terdapat hubungan kebiasaan dan jarak konsumsi teh dengan kadar hemoglobin ibu hamil TM III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisa hubungan kebiasaan dan jarak konsumsi teh dengan kadar hemoglobin ibu hamil TM III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kebiasaan konsumsi teh ibu hamil TM III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe.
- b. Mengidentifikasi jarak konsumsi teh ibu hamil TM III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe.
- c. Mengidentifikasi kadar hemoglobin ibu hamil TM III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe.
- d. Menganalisis hubungan kebiasaan konsumsi teh dengan kadar hemoglobin ibu hamil TM III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe.
- e. Menganalisis hubungan jarak konsumsi teh dengan kadar hemoglobin ibu hamil TM III di wilayah kerja Puskesmas Sumberjambe.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi baru sebagai pengembangan ilmu pengetahuan maupun wawasan mengenai hubungan kebiasaan dan jarak konsumsi teh dengan kadar hemoglobin ibu hamil TM III.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat

Hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan ini, diharapkan dapat bermanfaat bagi ibu hamil sebagai pencegahan anemia.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan ini, diharapkan dapat berguna dan bermanfaat sebagai masukan terlebih untuk bidan yang sedang melaksanakan tugas serta kewajibannya dalam menanggulangi dan mencegah terjadinya anemia pada ibu hamil.

c. Bagi Peneliti Lain

Hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan ini, diharapkan dapat berguna sebagai bahan untuk penelitian selanjutnya.