

## **BAB 1. PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang masih menjadi isu penting dalam pembangunan kesehatan masyarakat di Indonesia. Kondisi ini ditandai dengan kadar hemoglobin (Hb) dalam darah yang berada di bawah batas normal sehingga mengganggu kemampuan darah dalam mengangkut oksigen ke seluruh tubuh (Putri dan Fauzia, 2022). Remaja putri menjadi kelompok yang berisiko tinggi mengalami anemia karena meningkatnya kebutuhan zat besi selama masa pertumbuhan serta adanya kehilangan darah secara rutin melalui menstruasi (Pasricha et al., 2021).

Prevalensi anemia pada remaja di Indonesia masih tergolong tinggi. Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada kelompok usia 5–14 tahun sebesar 26,8% dan pada kelompok usia 15–24 tahun mencapai 32% (Riskesdas, 2018). Di Provinsi Jawa Timur prevalensi anemia pada remaja putri mencapai 42% (Dinas Kesehatan Jawa Timur, 2020), sedangkan di Kabupaten Jember mencapai 56,9% (Dinas Kesehatan Kabupaten Jember, 2018/2019). Data triwulan I tahun 2025 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri kelas VII dan X di kecamatan Sukorambi mencapai 38,36% (Dinas Kesehatan Kabupaten Jember, 2025). Kecamatan Sukorambi berada pada urutan ketiga dengan prevalensi anemia tertinggi di Kabupaten Jember.

Kecamatan Sukorambi merupakan wilayah dataran tinggi yang didominasi oleh sektor pertanian dan perkebunan. Kondisi ini mendukung pengembangan komoditas seperti kopi. Penelitian oleh Sari et al. (2020) menunjukkan bahwa usahatani kopi terdapat di wilayah Kecamatan Sukorambi dan tersebar di beberapa desa seperti Sukorambi, Klungkung, dan Karangpring. Hasil studi pendahuluan juga menunjukkan bahwa masyarakat menanam, mengolah, hingga mengonsumsi kopi secara mandiri sebagai bagian dari kebiasaan sehari-hari. Selain itu, konsumsi teh juga banyak ditemukan di lingkungan sekolah, baik dalam bentuk teh seduh maupun teh kemasan yang dijual di kantin. Kebiasaan tersebut menjadi bagian dari pola konsumsi harian remaja putri di wilayah Sukorambi. Hal ini sejalan dengan tren konsumsi teh dan kopi di Indonesia yang

terus meningkat (Pramuji dan Basri, 2024; RADAR dePlantation, 2021).

Hasil studi pendahuluan melalui wawancara dengan bidan dan ahli gizi di Puskesmas Sukorambi menunjukkan bahwa belum pernah dilakukan penelitian mengenai anemia pada remaja putri di wilayah tersebut. Dari lima SMP yang ada di Kecamatan Sukorambi, SMPN Sukorambi dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki jumlah siswa terbanyak dibandingkan sekolah menengah pertama lainnya, yaitu sebanyak 502 siswa yang terdiri dari 284 siswa dan 218 siswi pada tahun 2025 (Dinas Pendidikan Kabupaten Jember, 2025). Jumlah tersebut lebih besar dibandingkan dengan sekolah lain di wilayah yang sama yang umumnya hanya memiliki sekitar 30 hingga 70 siswi, sehingga memungkinkan diperolehnya jumlah responden yang lebih memadai untuk penelitian.

Salah satu faktor yang memengaruhi kejadian anemia pada remaja putri adalah pola konsumsi. Remaja putri dengan pola konsumsi yang tidak sehat memiliki risiko anemia yang lebih tinggi dibandingkan dengan yang memiliki pola makan sehat (Fitriyani *et al.*, 2022). Selain makanan, konsumsi minuman juga berperan dalam memengaruhi status anemia. Wiafe *et al.* (2020) menyebutkan bahwa konsumsi minuman seperti teh dan kopi dapat menghambat penyerapan zat besi sehingga meningkatkan risiko anemia.

Teh dan kopi mengandung senyawa bioaktif seperti tanin dan kafein yang dapat menghambat penyerapan zat besi. Lain dan Zurimi (2021) menyebutkan bahwa kafein dapat menurunkan efisiensi penyerapan zat besi, sedangkan Djafaar *et al.* (2021) menunjukkan bahwa tanin dalam teh dapat berikatan dengan zat besi sehingga menghambat proses absorpsi di saluran pencernaan. Dalam jangka panjang, kondisi ini dapat meningkatkan risiko anemia, terutama pada remaja putri yang memiliki kebutuhan zat besi tinggi (Susilawati, 2023).

Selain itu, kepatuhan konsumsi tablet tambah darah (TTD) juga berperan dalam status anemia pada remaja putri. Hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa sebagian besar siswi di SMPN Sukorambi tidak rutin mengonsumsi TTD karena alasan rasa yang tidak enak dan menimbulkan mual. Rendahnya kepatuhan ini menyebabkan asupan zat besi tidak optimal sehingga meningkatkan risiko anemia (Titaley *et al.*, 2019; Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan hasil yang berbeda terkait hubungan konsumsi teh dan kopi dengan anemia. Andiani (2020) menemukan adanya hubungan antara konsumsi teh dengan kadar hemoglobin, sedangkan Ardiansyah et al. (2021) menunjukkan bahwa konsumsi kopi yang berdekatan dengan waktu makan dapat meningkatkan risiko anemia. Namun, Putri *et al.* (2023) menunjukkan bahwa konsumsi kafein yang berasal dari teh dan kopi tidak berhubungan signifikan dengan kadar hemoglobin.

Sebagian besar penelitian sebelumnya dilakukan pada remaja akhir atau mahasiswa. Penelitian pada remaja awal usia 12-15 tahun, khususnya siswa sekolah menengah pertama (SMP), masih terbatas. Selain itu, penggunaan metode pemeriksaan hemoglobin dengan metode *cyanmethemoglobin* yang merupakan metode *gold standard* memiliki tingkat akurasi dan presisi yang tinggi (WHO, 2011; ICSH, 2014), namun penggunaannya dalam penelitian di wilayah Jember masih jarang dilakukan.

Berdasarkan paparan di atas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan pola konsumsi teh dan kopi terhadap status anemia pada remaja putri SMPN Sukorambi di Kecamatan Sukorambi.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan pola konsumsi teh dan kopi terhadap status anemia pada remaja putri SMPN Sukorambi di Kecamatan Sukorambi?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola konsumsi teh dan kopi terhadap status anemia pada remaja putri SMPN Sukorambi di Kecamatan Sukorambi.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi pola konsumsi teh pada remaja putri SMPN Sukorambi.
- b. Mengidentifikasi pola konsumsi kopi pada remaja putri SMPN Sukorambi.

- c. Mengidentifikasi status anemia berdasarkan kadar hemoglobin pada remaja putri SMPN Sukorambi.
- d. Menganalisis hubungan pola konsumsi teh terhadap status anemia pada remaja putri SMPN Sukorambi.
- e. Menganalisis hubungan pola konsumsi kopi terhadap status anemia pada remaja putri SMPN Sukorambi.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Bagi Instansi**

Menambah ilmu pengetahuan di lingkungan Politeknik Negeri Jember tepatnya di program Gizi Klinik.

##### **1.4.2 Bagi Masyarakat**

Memberikan informasi bagi masyarakat tentang hubungan pola konsumsi teh dan kopi terhadap status anemia pada remaja putri

##### **1.4.3 Bagi Peneliti Lain**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar data awal untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pola konsumsi teh dan kopi terhadap status anemia pada remaja putri.