

## **FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN GEJALA ANEMIA PADA SISWA/I SDN MUSTIKAJAYA VII KOTA BEKASI TAHUN 2025**

### **FACTORS RELATED TO ANEMIA SYMPTOMS IN STUDENTS OF SDN MUSTIKAJAYA VII, BEKASI CITY IN 2025**

**Sabrina Syifa Pratiwi<sup>1</sup>, Rony Darmawansyah Alnur<sup>2</sup>.**

*Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka<sup>1,2</sup>*

*Email korespondensi : [sabrinasyifapратиwi@gmail.com](mailto:sabrinasyifapратиwi@gmail.com)*

#### **ABSTRACT**

Anemia can occur in all age groups, including school-aged children. If left unaddressed, anemia in children can have negative impacts such as impairing cognitive development, intelligence, immune function, and can also affect the menstrual cycle and future pregnancy phases in female students. This study aims to identify the factors associated with anemia symptoms at SDN Mustikajaya VII, Bekasi City, in 2025. This is a quantitative study using a cross-sectional design. The population consists of 4th and 5th-grade students at SDN Mustikajaya VII, Bekasi City, with a total sample of 167 students. The sampling technique used was stratified random sampling, utilizing questionnaires and observational results. Data analysis included univariate analysis using frequency distribution and bivariate analysis using the chi-square test. The univariate analysis results showed that 25.7% of students had anemia symptoms, 53.3% had good knowledge, 70.7% had no history of illness, 62.9% had good nutritional status, 70.7% had mothers with higher education, 55.7% had breakfast habits, and 41.3% frequently consumed tea. The bivariate analysis results indicated a significant relationship between knowledge ( $p = 0.017$ ), mother's educational background ( $p = 0.000$ ), and breakfast habits ( $p = 0.000$ ) with anemia symptoms among 4th and 5th grade students at SDN Mustikajaya VII, Bekasi City, in 2025.

**Keywords: Anemia, Symptoms, Factors, Elementary School Students**

#### **ABSTRAK**

Kejadian anemia dapat terjadi pada semua kalangan usia, termasuk pada anak usia sekolah. Kondisi anemia pada anak yang jarang diperhatikan akan memiliki dampak negatif seperti, dapat memengaruhi perkembangan kognitif, kecerdasan, daya tahan tubuh, serta dapat memengaruhi fase menstruasi dan kehamilan yang akan terjadi pada siswa perempuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan gejala anemia di SDN Mustikajaya VII Kota Bekasi Tahun 2025. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa/i kelas 4 dan 5 pada SDN Mustika Jaya VII Kota Bekasi, dengan jumlah sampel sebanyak 167 orang. Pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik *stratified random sampling* dan menggunakan kuesioner serta hasil observasi. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dengan distribusi frekuensi dan analisis bivariat dengan *chi square*. Hasil analisis univariat menunjukkan siswa/i yang memiliki gejala anemia (25,7%), pengetahuan baik (53,3%), tidak ada riwayat penyakit (70,7%), status gizi baik (62,9%), pendidikan ibu tinggi (70,7%), memiliki kebiasaan sarapan (55,7%), dan jarang mengonsumsi teh (58,7%). Hasil bivariat menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan ( $p=0,017$ ), tingkat pendidikan ibu ( $p=0,000$ ) dan kebiasaan sarapan ( $p=0,000$ ) dengan gejala anemia pada siswa/i kelas 4 dan 5 SDN Mustikajaya Kota Bekasi Tahun 2025.

**Kata Kunci : Anemia, Gejala, Faktor, Siswa Siswi Sekolah Dasar**

## PENDAHULUAN

Anemia atau yang umumnya dikenal dengan kekurangan darah tetap menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat yang serius, tidak hanya dialami oleh negara-negara berkembang, tetapi juga banyak terjadi di negara maju (Fadhilah et al., 2022). Anemia ditandai dengan rendahnya Hb dan kurangnya jumlah eritrosit dalam tubuh, sehingga hal ini menyebabkan sulitnya proses pertukaran oksigen pada jaringan dan darah (Chasanah et al., 2019). Di tingkat global, kejadian anemia diperkirakan memengaruhi 571 juta wanita dan 269 juta anak-anak. Pada tahun 2019, pada anak berusia 6 bulan sampai dengan 5 tahun prevalensi anemia mencapai 40%, pada wanita hamil 37% dan prevalensi anemia pada wanita berusia 15 - 49 tahun sebesar 30%. Berdasarkan wilayahnya, Afrika memiliki angka kejadian anemia tertinggi, diikuti oleh Asia Tenggara dengan 244 juta kasus pada kelompok wanita dan 83 juta kasus pada kelompok anak-anak (WHO, 2023).

Faktor yang mempengaruhi anemia dapat diklasifikasikan ke dalam dua kelompok, yaitu faktor ekstrinsik dan intrinsik. Faktor ekstrinsik mencakup faktor pengetahuan gizi mengenai anemia, tingkat pendidikan orang tua, status ekonomi, infeksi serta gaya hidup. Faktor intrinsik meliputi kehilangan darah kronis, kurangnya zat besi pada tubuh, penyerapan yang tidak adekuat, infestasi parasit serta tingginya jumlah kebutuhan sel darah pada masa pertumbuhan, pubertas, kehamilan dan menyusui (Putri et al., 2021). Tidak hanya pada orang dewasa, anemia juga dapat terjadi pada kelompok lansia, ibu hamil, remaja, bahkan pada anak usia sekolah dasar (Ferdina et al., 2023). Anak-anak pada usia sekolah dasar memerlukan asupan gizi yang lebih tinggi dari biasanya untuk mendukung mereka dalam masa tumbuh kembangnya (Iriyanti et al., 2020). Kejadian anemia pada usia anak sekolah juga masih jarang diteliti dan kurang mendapatkan perhatian, padahal kenyataannya banyak masalah kesehatan di usia dipengaruhi oleh pola hidup sejak kanak-kanak hal inilah yang menjadikan anemia masuk dalam kategori masalah kesehatan yang harus segera diatasi oleh pemerintah dan beberapa sektor yang bertanggung jawab. Tanda atau gejala anemia ringan yang dapat dikenali apabila terjadi pada anak yaitu melalui 5L (lemah, letih, lesu, lelah dan lunglai). Gejala ini sering diabaikan karena dianggap sebagai kondisi normal sehari-hari, bukan tanda dari sebuah penyakit. Selain itu anemia juga menyebabkan kelelahan, sesak napas dan penurunan kapasitas kerja fisik pada anak (Kemenkes RI, 2023).

Dampak anemia pada anak usia sekolah yaitu dapat menurunkan kemampuan anak dalam belajar dan berprestasi, selain itu risikonya akan meningkat pada anak perempuan apabila mereka sudah memasuki fase pubertas dan mengalami menstruasi yang terjadi sekali dalam sebulan. Karena pada umumnya siswi akan kehilangan darah dalam jumlah cukup banyak saat mengalami menstruasi. Jika tidak mendapatkan perhatian khusus, baik dalam jangka pendek maupun jangka panjang akan mengancam pembangunan dan perkembangan bangsa (Ferdina et al., 2023).

Di Indonesia, angka kejadian anemia dinilai masih melebihi standar nasional yang diterapkan oleh WHO yaitu  $\leq 20\%$ . Berdasarkan data yang diteliti oleh Riset Kesehatan Dasar (2018) di Indonesia, prevalensi anemia pada kelompok usia (5-14 tahun) mengalami peningkatan dari 26,4% pada tahun 2013 menjadi 26,8% pada tahun 2018. Disisi lain angka kejadian anemia pada remaja mencapai 32% (Kemenkes, 2018). Menurut data Dinas Kesehatan Jawa Barat, anemia pada kelompok usia sekolah tercatat sebesar 7,30% dan pernah menempati urutan pertama di Indonesia berdasarkan provinsinya. Sedangkan prevalensi kejadian anemia pada remaja mencapai angka 41,5% (Marhani, 2016; Susilawati et al., 2024)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SDN Mustikajaya VII Kota Bekasi Tahun 2025, didapatkan rerata persentase anak yang mengalami gejala anemia sebesar 56.4%, sehingga dapat diartikan bahwa siswa/i kelas 4 dan 5 SDN Mustika Jaya VII Kota Bekasi

beresiko mengalami gejala anemia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan gejala anemia pada anak usia sekolah dasar.

## METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan studi penelitian *Cross Sectional*. Populasi kasus dalam penelitian ini adalah seluruh siswa dan siswi kelas 4 dan 5 SDN MustikaJaya VII Kota Bekasi. Sampel yang digunakan yaitu *stratified random sampling*. Sampel yang didapat sebanyak 167 orang yang terdiri dari 77 orang di kelas 4 dan 90 orang di kelas 5. Penelitian ini dilakukan di SDN Mustikajaya VII Kota Bekasi pada bulan Januari-Mei tahun 2025. Pengumpulan data dilakukan dengan pengukuran langsung untuk tinggi badan dan berat badan serta pengisian kuesioner yang berisi sejumlah pertanyaan atau pernyataan. Uji analisis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu uji *Chi square*.

## HASIL

### Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mengetahui gambaran atau distribusi frekuensi dari masing masing variabel independen.

**Tabel 1. Rekapitulasi Hasil Analisis Univariat Faktor Faktor yang Berhubungan dengan Gejala Anemia pada Siswa/i SDN Mustikajaya VII Kota Bekasi Tahun 2025.**

Variabel	Kategori	Distribusi Frekuensi	
		n	%
Gejala Anemia	Ya	42	25,7
	Tidak	125	74,3
Pengetahuan	Baik	89	53,3
	Kurang	78	46,7
Riwayat penyakit	Ada	49	29,3
	Tidak ada	118	70,7
Status Gizi	Tidak Baik	62	37,1
	Baik	105	62,9
Pendidikan Ibu	Rendah	49	29,3
	Tinggi	118	70,7
Kebiasaan Sarapan	Tidak	74	44,3
	Ya	93	55,7
Kebiasaan Minum teh	Sering	69	41,3
	Jarang	98	58,7

Tabel 1 menunjukkan bahwa lebih banyak siswa/i yang tidak memiliki gejala anemia (74,3%). Sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik (53,3%) tidak memiliki riwayat penyakit menular seperti kecacingan dan malaria (70,7%), dan memiliki status gizi baik (62,9%). Mayoritas responden memiliki ibu dengan riwayat pendidikan tinggi (70,7%), memiliki kebiasaan sarapan (55,7%) serta jarang mengonsumsi teh (58,7%).

### Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilakukan untuk melihat variabel yang signifikan atau berhubungan dengan gejala anemia.

**Tabel 2. Rekapitulasi Hasil Analisis Bivariat Faktor Faktor yang Berhubungan dengan Gejala Anemia pada Siswa/i SDN Mustikajaya VII Kota Bekasi Tahun 2025.**

Variabel	Gejala Anemia						P- Value	PR (95% CI)
	Ada		Tidak ada		Jumlah			
	n	%	n	%	n	%		
<b>Pengetahuan</b>								
Kurang	31	32,6	64	67,4	95	100	0,017	2,136
Baik	11	15,3	61	84,7	72	100		(1,154-3,954)
<b>Riwayat penyakit</b>								
Tidak ada	31	24,6	95	75,4	126	100	0,938	1,090
Ada	11	26,8	30	73,2	41	100		(0,604 -1,969)
<b>Status Gizi</b>								
Baik Kurang	19	30,6	43	69,4	62	100	0,283	1,399
<b>Pendidikan ibu</b>								
Rendah	23	21,9	82	78,1	105	100		(0,832-2,534)
Tinggi	23	46,9	26	53,1	49	100	0,000	2,915
	19	16,1	99	83,9	118	100		(1,754-4,846)
<b>Kebiasaan Sarapan</b>								
Tidak	35	47,3	39	52,7	74	100	0,000	6,284
Ya	7	7,5	86	92,5	93	100		(2,963-13,328)
<b>Kebiasaan Minum teh</b>								
Sering	22	31,9	47	68,1	69	100	0,133	1,562
Jarang	20	24,6	78	73,4	98	100		(0,928-2,631)

Pada tabel 2 diatas didapatkan bahwa siswa/i yang memiliki pengetahuan kurang dan ada gejala anemia lebih banyak (32,6%), dibandingkan dengan siswa/i yang memiliki pengetahuan baik namun mengalami gejala anemia (15,3%). Siswa/i yang tidak ada riwayat penyakit (24,6%) lebih banyak mengalami gejala anemia daripada siswa/i yang ada riwayat infeksi (26,8%). Siswa/i yang memiliki status gizi baik (21,9%) lebih banyak mengalami gejala anemia dibandingkan dengan siswa/i yang memiliki status gizi tidak baik (30,6%). Siswa/i yang memiliki ibu dengan tingkat pendidikan terakhir rendah mengalami gejala anemia dalam proporsi yang lebih tinggi (46,9), dibandingkan dengan siswa/i yang ibunya memiliki tingkat pendidikan tinggi (16,1%). Siswa/i yang tidak memiliki kebiasaan sarapan memiliki proporsi gejala anemia yang lebih tinggi (47,3%), dibandingkan dengan siswa/i yang memiliki kebiasaan sarapan (7,5%). Proporsi siswa/i yang memiliki kebiasaan minum teh dengan kategori sering dan mengalami gejala anemia (31,9%) lebih tinggi dengan mereka yang memiliki kebiasaan minum teh dengan kategori jarang (24,6). Adapun hasil analisis bivariat menunjukkan bahwa variabel yang berhubungan adalah pengetahuan (*p-value* 0,017; PR 2.136 (1,154-3,954)), Pendidikan Ibu (*p-value* 0,000; PR 2,915 (1,754 – 4,846)), dan kebiasaan sarapan (*p-value* 0,000; PR 6,284 (2,963-13,328)).

## PEMBAHASAN

### Hubungan Pengetahuan dengan Gejala Anemia pada Siswa dan Siswi

Kerangka etiologi anemia dari WHO, edukasi termasuk ke dalam faktor dasar yang memiliki peran penting dalam terjadinya anemia, sehingga tingginya pengetahuan seseorang dapat mempengaruhi perilaku dan kebiasaan sehatnya. Hasil *Chi-square* menunjukkan nilai *P-value* sebesar 0,017 ( $P < 0,05$ ) yang menandakan adanya hubungan yang signifikan dan didapatkan nilai PR sebesar 2,13 yang berarti siswa/i yang memiliki pengetahuan kurang memiliki kecenderungan 2,13 kali lebih berisiko mengalami gejala anemia dibandingkan pengetahuan baik. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Dalle dkk (2024) yang menyatakan bahwa pengetahuan yang baik mengenai anemia defisiensi besi berperan penting dalam kesehatan, tingkat kecerdasan serta intensitas aktifitas fisik pada anak usia sekolah. Namun, berbeda dengan penelitian Halimatussa'diah & Ervan (2022) yang menunjukkan hasil uji *Chi-square P-value*  $> 0,05$  yang berarti tidak ada kaitan yang bermakna antara tingkat pengetahuan anak dengan gejala anemia. Dilihat dari hasil temuan di lapangan mengindikasikan bahwa edukasi mengenai anemia di sekolah dasar masih kurang. Ketiadaan poster maupun materi pelajaran terkait anemia menunjukkan bahwa pemahaman dan upaya pencegahan terhadap anemia belum menjadi perhatian, sehingga siswa/i sekolah dasar masih awam terhadap isu tersebut.

### Hubungan Riwayat Penyakit dengan Gejala Anemia pada Siswa dan Siswi

Riwayat penyakit seperti kecacingan, malaria dapat menyebabkan terjadinya anemia. Infeksi cacing dapat mempengaruhi penyerapan nutrisi makanan dalam metabolisme tubuh anak dan malaria dapat merusak pembuatan sel darah merah yang berasal dari sumsum tulang belakang (Ferdina et al., 2023). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, uji *Chi-square* menunjukkan nilai *p-value* sebesar 0,938 yang berarti tidak terdapat hubungan serta didapatkan nilai PR sebesar 1,09 yang berarti siswa/i yang tidak ada riwayat penyakit berisiko 1,09 kali mengalami gejala anemia dibandingkan ada riwayat. Namun, arah hasil yang diperoleh tidak sesuai atau berbeda dengan dugaan peneliti, kemungkinan hal ini terjadi dikarenakan adanya faktor lain seperti faktor lingkungan, kecukupan asupan zat gizi, dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.

Hasil penelitian ini selaras dengan temuan yang ditulis oleh penelitian Listiana (2016) yang memperoleh *p-value* sebesar 0,011 sehingga dapat disimpulkan bahwa dalam penelitiannya terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat infeksi dengan kejadian anemia. Namun berbeda dengan penelitian Sofiana (2019) dimana diperoleh *p-value* sebesar 0,214 yang menunjukkan tidak adanya hubungan yang bermakna antara infeksi kecacingan dan gejala anemia. Perbedaan ini kemungkinan dipengaruhi oleh sejumlah faktor, salah satunya karena kebiasaan siswa siswi SDN Mustikajaya VII yang masih jarang mencuci tangan sebelum makan. Selain itu, prasarana sekolah seperti kamar mandi juga kurang mendukung kebersihan lingkungan, karena masih banyak yang kotor dan berbau.

### Hubungan Status Gizi dengan Gejala Anemia pada Siswa dan Siswi

Menurut Kementerian Kesehatan upaya pencegahan anemia dapat dilakukan dengan menerapkan konsumsi makanan bergizi seimbang. Salah satunya upaya yang dapat dilakukan adalah dengan memenuhi kebutuhan zat besi harian, dimana kebutuhan tertinggi terjadi pada pada usia produktif yaitu 13 hingga 49 tahun dengan 15-18 mg/hari. Selain itu, seseorang juga dapat memungkinan terhindar dari berbagai penyakit menular dengan cara menjaga berat badan agar tetap ideal dengan tinggi badannya.

Penelitian yang telah dilakukan, melalui uji *Chi-square* memperlihatkan nilai *p-value* sebesar 0,283 yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara status gizi dengan gejala anemia. Selain itu, didapatkan nilai PR sebesar 1,39 yang berarti bahwa siswa/i

yang memiliki status gizi tidak baik berisiko 1,39 kali mengalami gejala anemia dibandingkan status gizi baik. Hasil ini mendukung penelitian yang dilakukan oleh Surtimanah (2023) yang memperoleh *p-value* sebesar 0,117 pada kategori kurus dan sangat kurus serta *p-value* sebesar 0,691 pada kategori normal dan gemuk, temuan ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan gejala anemia. Namun, hasil ini berbeda dengan hasil observasi yang dilakukan oleh Fitriyanti & Achadi (2024) di salah satu SMA Kota Bekasi yang memperoleh nilai *p-value* 0,0001 (*pvalue* <0,05) dimana hal tersebut mengindikasikan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia. Hasil temuan di sekolah juga menunjukkan bahwa banyak siswa dan siswi membawa bekal dari rumah. Selain itu, kantin yang berada di lingkungan sekolah turut menyediakan pilihan makanan berat dengan gizi yang baik. Oleh karena itu, asupan makanan yang bergizi dari rumah maupun kantin berkontribusi pada pemenuhan kebutuhan nutrisi harian. Seseorang yang rutin mengonsumsi makanan dengan kandungan gizi yang baik umumnya akan memiliki status gizi yang baik pula.

### **Hubungan Pendidikan Ibu dengan Gejala Anemia pada Siswa dan Siswi**

Secara teori kejadian anemia pada anak-anak biasanya terjadi pada kategori penduduk dengan tingkat pendidikan yang rendah. Ibu memainkan peran penting dalam menyediakan makanan bergizi bagi keluarga, dengan pendidikan yang tinggi dapat diasumsikan bahwa seorang ibu dapat memilih menu makanan bergizi untuk keluarganya yang berdampak pada status gizi, anemia serta status kesehatan keluarganya. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, hasil uji *Chi-square* menunjukkan nilai sebesar 0,000 sehingga dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pendidikan ibu dengan gejala anemia. Hasil temuan juga mendapatkan nilai PR sebesar 2,95 yang berarti siswa/i yang memiliki ibu dengan pendidikan terakhir rendah cenderung mengalami gejala anemia 2,95 kali dibandingkan dengan ibu yang memiliki pendidikan tinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Alvia (2024) yang menunjukkan *p-value* sebesar 0,046 (<0,05) yang artinya terdapat hubungan antara pendidikan ibu dengan anemia. Namun penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Rahayu & Susan (2020) yang menunjukkan angka *p-value* sebesar 0,519 (>0,05) yang dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara pendidikan ibu dengan anemia. Hasil ini kemungkinan disebabkan oleh kondisi dimana ibu dengan tingkat pendidikan tinggi cenderung memiliki kesibukan yang tinggi, sehingga waktu yang tersedia untuk memperhatikan status gizi dan gejala anemia pada anak menjadi terbatas. Selain itu, sebagian dari mereka mungkin kurang menyadari pentingnya pemantauan kesehatan anak secara rutin, meskipun memiliki latar belakang pendidikan yang lebih baik.

### **Hubungan Kebiasaan Sarapan dengan Gejala Anemia pada Siswa dan Siswi**

Sarapan bisa memenuhi zat gizi harian anak sebesar 15-30% apabila pemilihan makanannya tepat bukan sekedar pangan di pagi hari. Kurangnya gizi pada anak usia sekolah bisa menjadikan anak mudah terserang penyakit, mudah lelah serta mempengaruhi prestasi atau kecerdasan anak. Kemendikbud beserta Program Gizi Anak Sekolah (Progas) bahkan membuat program untuk memantau kebiasaan sarapan, meningkatkan status gizi serta pendidikan berkarakter dalam membiasakan hidup bersih dan sehat pada tahun 2018 (Aulia, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, hasil uji *Chi-square* menunjukkan nilai sebesar 0,000 sehingga dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan dengan gejala anemia. Hasil analisis diperoleh nilai PR 6,28 yang berarti responden yang tidak memiliki kebiasaan sarapan memiliki kecenderungan 6,28 kali lebih berisiko mengalami gejala anemia dibandingkan dengan memiliki kebiasaan sarapan.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Fadila (2024) yang menunjukkan nilai *p-value*

sebesar 0,010 ( $<0,05$ ) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara kebiasaan sarapan dengan kejadian anemia. Pada penelitian Hermanto juga mendukung bahwasannya kebiasaan sarapan berhubungan dengan anemia ( $P<0,05$ ). Namun berbeda dengan penelitian Zanuba yang menunjukkan bahwa kebiasaan sarapan tidak berhubungan dengan kejadian anemia dengan hasil *P-value* sebesar 0,522 ( $>0,05$ ). Mayoritas responden sudah melakukan sarapan dirumah bersama keluarga dan yang tidak sempat biasanya dibekali makanan atau uang saku untuk membeli makanan di kantin. Akan tetapi, makanan yang dibawa atau yang dibeli di kantin umumnya akan dimakan pada istirahat awal di jam 10.00 pagi, sehingga hal tersebut tidak termasuk jam sarapan.

### **Hubungan Kebiasaan Minum Teh dengan Gejala Anemia pada Siswa dan Siswi**

Zat tanin dalam teh mampu mengurangi daya serap zat besi. Jika meminum teh sejam atau setelah makan hal tersebut mampu mengurangi daya serap sel darah terhadap zat besi sebesar 64%, hal ini lebih besar dibandingkan apabila kita meminum kopi setelah makan yang hanya mengurangi daya serap zat besi sebesar 39%. Sehingga dapat disimpulkan bahwa penyebab anemia defisiensi besi adalah kebiasaan minum teh (Yuniarti & Zakiah, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, hasil uji *Chi-square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan minum teh dengan gejala anemia dengan nilai *p-value* sebesar 0,133 dan nilai PR sebesar 1,5 yang berarti bahwa siswa/i yang sering meminum teh berisiko 1,5 kali mengalami gejala anemia dibandingkan yang jarang meminum teh. Hasil temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yuniarti & Zakiah (2021) yang menunjukkan tidak adanya hubungan antara kebiasaan minum teh dengan kejadian anemia dengan *p-value* sebesar 0,937 ( $>0,05$ ). Hasil ini juga mendukung penelitian Putri dkk (2021) yang memperoleh *p-value* sebesar 0,632 ( $>0,05$ ). Namun hasil penelitian ini berbeda atau tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mayasari (2025) yang menunjukkan adanya hubungan antara kebiasaan minum teh dengan kejadian anemia dengan *p-value* sebesar 0,000 ( $<0,05$ ).

Pada penelitian ini mayoritas anak jarang mengonsumsi teh saat makan. Akan tetapi, masih banyak penjual es teh yang ada di kantin dan di sekitar lingkungan sekolah. Ini menunjukkan bahwa akses terhadap minuman teh masih tersedia namun tidak ada korelasi langsung antara kebiasaan minum teh pada waktu makan.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa dan siswi SDN Mustikajaya VII Kota Bekasi pada tahun 2025 dapat disimpulkan bahwa hasil penelitian menunjukkan terdapat 42 siswa/i (25,7%) yang mengalami gejala anemia. variabel yang memiliki hubungan dengan gejala anemia diantaranya adalah Pengetahuan (nilai  $p = 0,017$ ), pendidikan ibu ( $p = 0,000$ ) dan kebiasaan sarapan ( $p = 0,000$ ). Dengan begitu, sekolah diharapkan dapat bekerja sama dengan puskesmas dalam memberikan penyuluhan kesehatan atau mengedukasi siswa dan siswi mengenai gejala anemia. Selain itu, diharapkan orang tua dapat memberikan contoh pentingnya bersarapan dan menjaga pola makan anak supaya mendapatkan zat gizi yang cukup, sesuai dan terhindar dari berbagai penyakit atau infeksi. Keterbatasan dalam penelitian ini yaitu pada variabel pendidikan terakhir ibu mayoritas responden mengalami *recall bias*, sehingga peneliti perlu menanyakan secara berulang untuk memperoleh jawaban yang lebih akurat.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Alvia, N., Fatmawati, T. Y., Aisah, & Indrawati, I. (2024). *Hubungan Pengetahuan Gizi dan Pendidikan Ibu dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMP Pelita Raya Kota Jambi.*

September, 190– 198.

- Aulia, J. N. (2022). Masalah Gizi Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 11(1), 22–25. <https://doi.org/10.33475/jikmh.v11i1.290>
- Chasanah, S. U., Basuki, P. P., & Dewi, I. M. (2019). Anemia Penyebab, Strategi Pencegahan dan Penanggulangannya bagi Remaja. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2.
- Dalle, A., Jaya, N., Angriani, S., & Baharuddin, B. (2024). Upaya Tindak Lanjut dalam Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Cilik Kesehatan untuk Deteksi Anemia Defisiensi Besi pada Anak Sekolah di SDN Mamajang I Makassar. *Bhakti Persada*, 10(1), 7–13. <https://doi.org/10.31940/bp.v10i1.7-13>
- Fadhilah, A. N., Simanjuntak, B. Y., & Haya, M. (2022). Kajian Literatur: Studi Intervensi Media Edukasi Visual dan Audiovisual terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja tentang Anemia di Negara Berkembang. *Amerta Nutrition*, 6(1), 91. <https://doi.org/10.20473/amnt.v6i1.2022.91-99>
- Fadila, A., Nurbaiti, L., & Wiguna, P. A. (2024). Hubungan kebiasaan sarapan dan konsumsi tablet tambah darah dengan kejadian anemia pada remaja putri di smpn 13 mataram. 010.
- Ferdina, A. R., Widyawaty, E. D., Rahmawati, I. T., Gunawan, L. S., Rohmah, M. K., Afriansyah, M. A., Kusumaningrum, Y. D., Ulfah, N. H., Putri, P. M. S., Kuntari, T., Supadmi, S., & Purwoko, S. (2023). *Mengenal Anemia Patofisiologi, klasifikasi dan diagnosis*.
- Fitriyanti, N., & Achadi, A. (2024). Factors Associated to the Incidence of Anemia Among Adolescent Girls in Muaragembong District Bekasi Regency. *Journal of Public Health for Tropical and Coastal Region*, 7(3), 256–266. <https://doi.org/10.14710/jphtcr.v7i3.24877>
- Halimatussa'diah, H., & Ervan, E. (2022). Kecacingan Dan Pengetahuan Orang Tua Sebagai Faktor Kejadian Anemia Defisiensi Besi Pada Anak-Anak Sekolah Dasar Kota Bengkulu. *Jurnal Fatmawati Laboratory & Medical Science*, 2(1), 22–30. <https://doi.org/10.33088/flms.v2i1.227>
- Iriyanti, S., Gultom, M. P., & Raya, M. K. (2020). Analisa Penyakit Kecacingan, Tingkat Asupan Zat Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Anak Sekolah Dasar Di Sd Inpres Sereh Distrik Sentani Kabupaten Jayapura. *Gema Kesehatan*, 11(2), 48–57. <https://doi.org/10.47539/gk.v11i2.80>
- Kemenkes. (2018). Laporan Riskesdas 2018 Nasional.pdf. In *Lembaga Penerbit Balitbangkes* (p. hal 156). Kemenkes RI. (2023). Buku Saku Pencegahan Anemia Pada Ibu Hamil Dan Remaja Putri. In *IEEE Sensors Journal* (Vol. 5, Issue 4). <http://dx.doi.org/10.1016/j.snb.2010.05.051>
- Listiana, A. (2016). Analisis Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Gizi Besi pada Remaja Putri di SMKN 1 Terbanggi Besar Lampung Tengah. *Jurnal Kesehatan*, 7(3), 455. <https://doi.org/10.26630/jk.v7i3.230>
- Marhani. (2016). *Hubungan Asupan Gizi dengan Kejadian Anemia Pada Anak Sekolah Dasar*.
- Mayasari, O. (2025). *The Relationship Between Breakfast and Tea Drinking Habits with the Incidence of Anemia in Adolescent Girls in the Randublutung Health Center Working Area Hubungan antara Kebiasaan Sarapan dan Minum Teh dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Wilayah*. 6(1), 31–39.
- Putri, N. M., Briawan, D., & Baliwati, Y. F. (2021). Faktor Risiko Anemia pada Anak Sekolah Dasar di Temanggung. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 8(1), 33–45. <https://doi.org/10.21776/ub.ijhn.2021.008.01.4>

- Rahayu, R., & Susan, Y. (2020). Hubungan Pengetahuan dan Faktor Lain dengan Anemia pada Siswi SMP. *Jurnal Keperawatan BSI*, 8(2), 278–285. <http://ejurnal.ars.ac.id/index.php/keperawatan/article/view/604/409%0A>
- Sofiana, L., Gustina, E., & Pratiwi, L. L. (2019). Hubungan Antara Kecacingan Dengan Anemia Pada Anak Sekolah Dasar Di Wilayah Kerja Puskesmas Moyudan, Sleman. *Jurnal Medika Respati*, 14(2), 95–103.
- Surtimanah, T. (2023). Determinants of Anemia Symptoms in Adolescent Girls. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 6(6), 1179–1186. <https://doi.org/10.56338/mppki.v6i6.3449>
- Susilawati, Fadillah, N. M., Budhiana, J., & Suherman, R. (2024). Hubungan Pengetahuan tentang Anemia dan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Journal of Midwifery Care*, 5(01), 144–151. <https://doi.org/10.34305/jmc.v5i1.1366>
- WHO. (2023). *Prevalence of anaemia in women and children, by population country, and WHO region*. [https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia\\_in\\_women\\_and\\_children](https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anaemia_in_women_and_children)
- Yuniarti, & Zakiah. (2021). *Anemia Pada Remaja Putri Di Kecamatan Cempaka Kota Banjarbaru*. 2(7).