

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Gambaran Umum Lokasi Kegiatan

Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Godean berdiri pada tahun 1986 yang berada di Jl. Sidokarto No. 5, Area Sawah Dusun Nogosari, Sidokarto, Kecamatan Godean, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Luas tanahnya sekitar 9.865 meter persegi. Sekolah Menengah 1 Godean memiliki akreditasi A dan memiliki dua jurusan atau peminatan, yaitu MIPA dan IPS. Total keseluruhan siswa sebanyak 639 dan mayoritas perempuan sebanyak 435 siswi serta dilengkapi 66 tenaga pendidik.

SMA Negeri 1 Godean memiliki berbagai sarana dan prasarana seperti gedung utama berlantai dua yang dilengkapi wifi (*hotspots area*), ruang kelas sebanyak 23 ruang, ruang perpustakaan, ruang laboratorium biologi, kimia dan fisika, ruang komputer, ruang multi media, ruang sanggar musyawarah guru mata pelajaran, ruang kepala sekolah, ruang guru, ruang bimbingan dan konseling, ruang piket, lapangan basket, lapangan *volley ball*, lapangan sepak bola, halaman parkir, masjid Baitus-Salam, kantin, *green house*, UKS dan toilet. Selain itu, SMA Negeri 1 Godean memiliki program bersama puskesmas terkait kesehatan yang meliputi program pemberian tablet tambah darah sebulan sekali 1 strip yang berisikan 10 tablet, terdapat posbindu yang mencakup cek kesehatan, cek Hemoglobin, cek perilaku merokok dan kader remaja sehat.

2. Analisis Hasil

a. Analisis Univariat

1) Karakteristik responden

Pada penelitian ini meliputi usia, kepatuhan minum tablet tambah darah, siklus menstruasi, status konsumsi *junk food* serta status konsumsi teh dan kopi. Berikut table hasil yang diperoleh :

Tabel 4. 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (n=58)

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Usia 15-17 tahun	58	100,0
2	Kepatuhan minum tablet tambah darah		
	Patuh	9	15,5
	Tidak patuh	49	84,5
3	Siklus menstruasi		
	Normal	49	84,5
	Tidak normal	9	15,5
4	Status konsumsi <i>junk food</i>		
	Jarang	32	55,2
	Sering	25	43,1
	Selalu	1	1,7
	Total	58	100,0

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel 4.1 dapat disimpulkan bahwa karakteristik responden berdasarkan usia yaitu seluruh responden yang berjumlah 58 (100,0%) berusia 15-17 tahun. Sebanyak 49 responden (84,5%) tidak patuh dalam mengkonsumsi tablet tambah darah, 49 responden (84,5%) memiliki siklus menstruasi yang normal dan 32 responden (55,2%) jarang mengkonsumsi *junk food*.

- 2) Frekuensi konsumsi teh dan kopi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean.

Berikut tabel 4.2 yang menjelaskan tentang frekuensi konsumsi teh dan kopi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean.

Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi Konsumsi Teh dan Kopi Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Godean (n=58)

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Normal	56	96,6
Tidak normal	2	3,4
Total	58	100,0

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa sebanyak 56 responden (96,6%) memiliki frekuensi konsumsi teh dan kopi dalam kategori normal.

3) Gejala anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean

Berikut tabel 4.3 yang menjelaskan tentang gejala anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean.

Tabel 4. 3 Gejala Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Godean (n=58)

Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Non suspek anemia	38	65,5
Suspek anemia	20	34,5
Total	58	100,0

Sumber : Data Primer, 2024

Berdasarkan tabel diatas dapat disimpulkan bahwa gejala anemia di SMA Negeri 1 Godean sebanyak 38 responden (65,5%) masuk kedalam kategori non suspek anemia.

b. Analisis Bivariat

Berikut hasil analisis dengan uji *Somers'd* yang disajikan dalam tabel 4.4 terkait hubungan frekuensi konsumsi teh dan kopi dengan gejala anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean.

Tabel 4. 4 Hasil Uji Korelasi Hubungan Frekuensi Konsumsi Teh dan Kopi dengan Gejala Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Godean

Frekuensi konsumsi teh dan kopi	Gejala anemia				Total	<i>r</i>	<i>P-value</i>
	Non supek anemia		Suspek anemia				
	n	%	n	%			
Normal	36	62,1	20	34,5	56	96,6	0,357 0,149
Tidak normal	2	3,4	0	0,0	2	3,4	
Total	38	65,5	20	34,5	58	100,0	

Sumber : Data Primer, 2024

Tabel di atas menunjukkan hasil *uji Somers'd*, yang menyatakan nilai $p= 0,149$ ($p>0,05$), yang berarti tidak ada hubungan antara konsumsi teh dan kopi dengan gejala anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean.

B. Pembahasan

1. Karakteristik Remaja Putri di SMA Negeri 1 Godean

a. Usia

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa mayoritas usia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean masuk kedalam kategori usia 15-17 tahun dengan jumlah 58 responden (100%). Sejalan dengan penelitian Nursyam, (2023) yang menunjukkan bahwa mayoritas siswi di Indonesia tingkatan SMA berada pada usia sekitar 15-18 tahun. Hal ini dapat didukung dengan teori bahwa batas usia remaja sendiri terdiri dari tiga tahap: remaja awal dari 11 hingga 14 tahun, remaja menengah dari 15 hingga 17 tahun, dan remaja akhir dari 18 hingga 20 tahun (Diorarta & Mustikasari, 2020) yang berarti dalam penelitian ini remaja putri di SMA Negeri 1 Godean tergolong remaja menengah.

b. Kepatuhan minum tablet tambah darah

Sebagian besar siswi di SMA Negeri 1 Godean tidak patuh mengonsumsi tablet tambah darah dengan benar yaitu sebanyak 49 siswi (84,5%) dan yang patuh hanya 9 siswi (15,5%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Susanti, (2022) yang menunjukkan bahwa siswi tidak patuh dalam konsumsi tablet tambah darah sebanyak 83,9%. Hasil penelitian Pamangin, (2023) juga menunjukkan 79,7% responden tidak teratur dalam mengonsumsi tablet tambah darah. Penelitian Yulianti *et al.*, (2023) juga menunjukkan hasil bahwa remaja putri sebanyak 82,35% tidak patuh dalam mengonsumsi tablet tambah darah.

Kepatuhan dalam mengonsumsi TTD merupakan suatu bentuk perilaku dan indikator keberhasilan dalam pencegahan anemia. Ketidapatuhan remaja dalam penggunaan tablet tambah darah dapat disebabkan karena mengalami perasaan bosan, malas, rasa dan aroma yang tidak enak, serta efek samping yang dialami seperti mual, muntah, nyeri, dan masalah pencernaan (Quraini, 2020).

c. Siklus menstruasi

Hasil penelitian didapatkan persentase siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean dalam kategori normal sebanyak 49 siswi (84,5%). Hasil ini didukung dengan penelitian Deviliawati, (2020) yang menunjukkan bahwa siklus menstruasi pada remaja paling banyak dalam kategori normal 97,2%. Pada proses reproduksi, periode menstruasi sangat penting yang biasanya terjadi setiap bulan dan dipengaruhi oleh hormon. Siklus menstruasi yang teratur menunjukkan fungsi organ reproduksi yang baik (Darmiati, 2022).

d. Status konsumsi *junkfood*

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa status konsumsi *junkfood* pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean masuk kategori jarang sebanyak 32 siswi (55,2%). Penelitian ini mendukung hasil penelitian Annisa (2022) yang menemukan bahwa kebanyakan orang (58%) jarang mengonsumsi *junk food*. Perkembangan teknologi yang pesat dan gaya hidup modern yang serba cepat telah mendorong remaja untuk lebih memilih makanan cepat saji. Faktor kecepatan penyajian, harga yang terjangkau, serta persepsi sosial yang positif terhadap jenis makanan ini menjadi faktor pendorong utama (Alfora, 2023).

2. Frekuensi konsumsi teh dan kopi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean

Berdasarkan frekuensi konsumsi teh dan kopi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean mendapatkan hasil frekuensi sebesar 56 responden (96,6%) dalam kategori normal yaitu 1-2 gelas per hari. Hal ini sejalan dengan Faiha, (2021) yang menunjukkan bahwa frekuensi konsumsi teh dan kopi sebagian besar subjek memiliki kategori jarang atau 1-3 kali seminggu sebanyak 59,1% remaja putri di Kabupaten Sukoharjo. Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Simanungkalit & Simarmata, (2019) yang menunjukkan bahwa frekuensi konsumsi teh dan kopi sebesar 51,2%. Serta penelitian dari Fitripancari *et al.*, (2023) yang menunjukkan mayoritas responden memiliki frekuensi konsumsi teh jarang sebanyak 75,6% dan kopi jarang sebanyak 87%.

Namun berbeda dengan penelitian Br Ginting *et al.*, (2022) yang menunjukkan prevalensi konsumsi kafein pada mahasiswa cukup tinggi yaitu sebesar 82,58%. Berdasarkan hasil penelitian Sugeha *et al.*, (2023) yang menunjukkan bahwa 43 dari 80 responden sering mengkonsumsi kopi dan penelitian dari Hanafi *et al.*, (2018) menunjukkan bahwa sebanyak 66% responden dengan usia 18-25 tahun dan 57% responden usia 30-50 tahun suka mengkonsumsi kopi. Perbedaan karakteristik responden dapat menjadi penyebab hasil yang berbeda, dimana mayoritas usia dewasa muda hingga tua memiliki kebiasaan mengkonsumsi saat aktivitas kerja, pada saat santai, berwisata dan berkumpul dengan teman-teman sedangkan dengan usia remaja, frekuensi konsumsi teh dan kopi tergolong kategori normal bisa terjadi karena minat dan kebiasaan yang berbeda dengan usia dewasa yang sering melakukan kegiatan atau lebih sering mengerjakan tugas di warung kopi atau *café* (Pramelani, 2020).

Popularitas teh dan kopi di Indonesia terus meningkat. Selain dinikmati oleh orang dewasa, minuman ini juga mulai menjadi incaran kalangan remaja. Kandungan kafein di dalamnya memberikan manfaat seperti meningkatkan semangat, memperbaiki konsentrasi, dan mengurangi rasa lelah. Namun jika mengkonsumsi teh dan kopi secara berlebihan dan di waktu yang salah akan berdampak bagi kesehatan (Marini & Stefani, 2024).

3. Gejala anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean

Hasil penelitian menunjukkan gejala anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean menunjukkan hasil responden dengan kategori non suspek anemia sebesar 38 responden (65,5%). Seiring dengan penelitian Hapsari & Hidayati, (2023) yang menyimpulkan subjek dengan kategori non suspek anemia mencapai 65,5% dan penelitian Pratiwi, (2021) yang menunjukkan persentase responden sebesar 69,1% kategori non suspek anemia. Data yang diperoleh Nurazizah *et al.*, (2022) mengindikasikan bahwa sebanyak 73,3% dari populasi yang diteliti tidak anemia. Hasil penelitian yang dilakukan juga menunjukkan sebanyak 73,3% tidak anemia. Namun berbeda dengan penelitian Farida *et al.*, (2023) yang menunjukkan tingkat kejadian anemia

dengan kategori anemia sedang sebesar 48,1% dan penelitian Izmah, (2023) yang mengungkapkan bahwa 70% remaja putri di SMK Al-Muhtadin Depok mengalami anemia. Perbedaan hasil dapat terjadi karena lokasi penelitian, karakteristik dari responden seperti perbedaan usia dan status seperti ibu hamil serta instrument penelitian yang berbeda.

Gejala anemia sering terjadi pada remaja putri, hal ini dipengaruhi oleh ketidakseimbangan asupan zat gizi pada tubuh, melakukan program diet, konsumsi *junkfood*, inhibitor zat besi dan adanya siklus menstruasi bulanan sehingga membutuhkan asupan Fe lebih banyak untuk mengembalikan keadaan tubuh pasca menstruasi. Berdasarkan hasil distribusi frekuensi terkait status konsumsi *junkfood* pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean menunjukkan bahwa 32 siswi (55,2%) dalam kategori jarang, 25 siswi (43,1%) sering dan 1 siswi (1,7%) dalam kategori selalu. Hal tersebut dapat menimbulkan kemungkinan keterkaitannya terhadap gejala anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean dengan kategori non suspek anemia sebanyak 38 siswi (65,5%) dan suspek anemia 20 siswi (34,5%).

Didukung dengan hasil penelitian Khotijah, (2024) yang menunjukkan bahwa sebagian besar mengkonsumsi *junkfood* dan mengalami anemia yang dapat disimpulkan terdapat hubungan konsumsi *junkfood* dengan anemia pada remaja putri. Selain itu penelitian menunjukkan sebagian besar remaja putri memiliki pola makan yang buruk dan hampir setengahnya mengalami anemia, dengan kesimpulan terdapat hubungan antar variabel tersebut. Pola makan yang buruk, di mana remaja putri jarang mengkonsumsi sayur, sering mengonsumsi makanan cepat saji dan rendah gizi, dan pola makan yang tidak teratur adalah penyebab utama anemia remaja putri Wardhani *et al.*, (2024). Beberapa gejala anemia yang dirasakan penderita seperti mudah lelah, pusing, mata berkunang-kunang, sulit berkonsentrasi dan beberapa tanda anemia lain. Dampak yang dapat ditimbulkan dari kejadian ini adalah menurunnya kemampuan motorik, kognitif, mental, imunitas dan pengaruh buruk lainnya ketika hamil nantinya (Indriani *et al.*, 2023).

4. Hubungan frekuensi konsumsi teh dan kopi dengan gejala anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean

Berdasarkan tabel 4.4 hubungan frekuensi konsumsi teh dan kopi dengan gejala anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean menunjukkan hasil uji *Somers' d* dengan nilai $p = 0,149$ yang mengindikasikan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara variabel independen frekuensi konsumsi teh dan kopi dengan variabel dependen gejala anemia. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Faiha, (2021) yang hasil penelitiannya menunjukkan tidak terdapat hubungan antara frekuensi konsumsi kopi dan teh dengan kejadian anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo. Hasil penelitian Fitripancari *et al.*, (2023) juga sejalan dengan penelitian ini karena menunjukkan hasil tidak terdapat hubungan konsumsi teh dan kopi dengan kejadian anemia defisiensi besi remaja putri. Penelitian Putri *et al.*, (2023) juga menunjukkan hasil bahwa tidak ada hubungan antara asupan kafein remaja putri dengan kadar hemoglobin.

Penelitian Baya, (2021) bertolak belakang dengan penelitian ini, karena hasil penelitiannya menunjukkan adanya korelasi antara kebiasaan minum teh dengan kejadian suspek anemia. Hasil penelitian Susantini & Bening, (2023) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan konsumsi inhibitor zat besi salah satunya teh dan kopi dengan risiko terjadinya anemia. Hasil penelitian Yuliadharma *et al.*, (2023) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan konsumsi inhibitor zat besi seperti teh dan kopi dengan kadar hemoglobin. Perbedaan hasil dapat terjadi karena faktor lain yang mempengaruhi yaitu dari jenis makanan yang dikonsumsi, waktu konsumsi agar tidak mempengaruhi penyerapan zat besi, serta konsumsi zat atau suplemen yang dapat meningkatkan penyerapan besi (Rahfiludin *et al.*, 2021).

Konsumsi teh dan kopi merupakan salah satu penyebab terjadinya anemia pada remaja putri, hal ini didukung oleh penelitian Wartiningih *et al.*, (2023) yang membuktikan adanya pengaruh kebiasaan konsumsi teh dan kopi dengan penurunan kadar hemoglobin, serta frekuensi minum teh dan kopi dimana semakin banyak konsumsi setiap hari nya akan semakin besar potensi

penurunan kadar hemoglobin. Anemia terjadi karena terjadinya pengurangan daya serap zat besi, dimana ini diakibatkan oleh zat tanin yang terkandung di dalam minuman teh. Zat tanin tersebut ialah zat yang memiliki sifat yang mengikat mineral maupun zat besi dalam tubuh. Selain itu, kopi juga memiliki senyawa yang dapat mengurangi penyerapan zat besi pada tubuh yaitu kafein. Hal ini menunjukkan bahwa konsumsi teh dan kopi dapat menjadi faktor penyebab anemia pada remaja putri, namun hasil penelitian ini remaja putri SMA Negeri 1 Godean sebagian besar tidak suspek anemia karena jarang / normal dalam mengkonsumsi teh dan kopi. Oleh karena itu, penting adanya penyuluhan terkait penyebab anemia yaitu bisa disebabkan karena konsumsi teh dan kopi saat makan atau setelah makan (Eriyani *et al.*, 2023).

C. Keterbatasan

1. Kesulitan

Adanya libur semester menjadi hambatan utama dalam pelaksanaan pengumpulan data penelitian dan dilanjutkan dengan masa perkenalan sekolah pada siswa baru yang menyebabkan waktu peneliti mengambil data serta proses penyusunan menjadi kurang efektif.

2. Kelemahan

Penggunaan kuesioner sebagai instrumen tunggal membatasi cakupan variabel yang diteliti sehingga data dan variabel dalam penelitian ini belum mewakili faktor yang mempengaruhi suspek anemia.