

Original Article\*)

**Hubungan Antara Frekuensi Minum Teh, Siklus Dan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Kelas 7 Di Mtsn 2 Pandeglang Tahun 2022**

*(Relationship Between Frequency of Drinking Tea, Menstrual Cycles, and Length with Anemia Incidence of Grade 7 Young Girls at Mtsn 2 Pandeglang in 2022)*

**Yuliasih<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>*Puskesmas Labuan Pandeglang Banten*

Email Correspondent: st.yuliasih74@gmail.com

---

**Abstract**

**Introduction:** Observations made at MTSN 2 Pandeglang as many as 15-20 young women consume tea every day in the form of cold and hot drinks. All types of packaged teas and teabags contain tannins derived from tea extracts that can inhibit the absorption of iron nutrients. If drinking tea occurs continuously, it is certainly not good for the health of young women, especially since young women experience menstrual bleeding every month. Based on these problems, it is necessary to conduct research on the relationship between the frequency of drinking tea, cycles, and menstrual length with the incidence of anemia of grade 7 adolescent girls in MTSN 2 Pandeglang.

**Methods:** This study uses a descriptive-analytical method with a Cross-Sectional study design. With a total sample of 59 people, the sampling technique was carried out by purposive sampling. Data analysis was carried out by means of univariate and bivariate analysis using the chi-square test.

**Results:** There is a relationship between the frequency of drinking tea (p-value = 0,000 and OR = 0,030), menstrual cycle (p-value = 0,001 and OR = 0,101), with the incidence of tea drinking in young women and there is no relationship between menstrual length (P-value = 1,000 and OR = 1,367) with the incidence of anemia in adolescent girls grade 7 in MTSN 2 Pandeglang in 2022.

**Discussion:** There is a relationship between the frequency of drinking tea, and the menstrual cycle with the incidence of anemia in young women, and there is no relationship between the length of menstruation and the incidence of anemia in adolescents in grade 7 MTSN 2 Pandeglang 2022.

**Keywords:** frequency of tea drinking, cycle and duration of menstruation, anemia in young women

**Artikel**

Disubmit (Received) : 21 October 2022  
Diterima (Accepted) : 19 November 2022  
Diterbitkan (Published) : 22 November 2022

**Copyright: © 2022 by the authors. License DPOAJ, Jakarta, Indonesia. This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)**

## Pendahuluan

Manusia mengalami masa pertumbuhan dan perkembangan dalam kehidupan salah satunya adalah masa remaja. Masa remaja merupakan masa tumbuh dan kembang dari peralihan masa kanak-kanak menuju masa dewasa.<sup>1</sup> Permenkes RI Nomor 25 Tahun 2014 menyatakan bahwa usia 10-18 tahun merupakan rentang usia masa remaja.<sup>2</sup> Sedangkan rentang usia remaja berdasarkan *World Health Organization* (WHO) yaitu usia 10-19 tahun.<sup>3</sup> Masa remaja banyak mengalami perubahan baik secara fisik, kebutuhan gizi, emosional, intelektual dan lain-lain. Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang masih menyerang Indonesia tanpa mengenal batas usia dan jenis kelamin, anemia dapat di derita oleh siapapun tanpa disadari. Anemia didefinisikan sebagai suatu keadaan kadar hemoglobin di dalam darah lebih rendah dari pada nilai normal untuk kelompok umur dan jenis kelamin.<sup>4</sup>

Hal ini terjadi karena kurang mengkonsumsi makanan yang mengandung zat gizi besi.<sup>5</sup> *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa kematian yang disebabkan oleh anemia pada negara berkembang sebanyak 40,3%. Riset kesehatan dasar Kemenkes RI menyatakan bahwa hasil riset menemukan peningkatan kejadian anemia sebanyak 48,9% di Indonesia.<sup>6</sup> Provinsi Banten mengalami fluktuatif dalam tiga tahun terakhir yakni pada tahun 2017 sebanyak 226 kasus, tahun 2018 sebanyak 135 kasus, dan tahun 2019 sebanyak 215 kasus yang disebabkan karena anemia.<sup>7</sup> Kabupaten/Kota dengan kasus anemia tertinggi tahun 2019 adalah Kabupaten Serang sebanyak 66 kasus, Lebak 38 kasus, dan Pandeglang 34 kasus yang disebabkan oleh anemia.<sup>7</sup>

Anemia dapat menyerang semua kalangan termasuk remaja putri, hal tersebut selaras dengan hasil riset dari Permatasari (2016) bahwa terdapat kasus anemia remaja putri di daerah Surabaya sebanyak 51,79% mengalami anemia dengan rata-rata kadar Hb sebesar 11,87 g/dl.<sup>8</sup> Faiha (2021) menyatakan bahwa terdapat kasus anemia pada remaja putri di Kabupaten Sukoharjo sebanyak 30,9%.<sup>9</sup> Berdasarkan Riskesdas RI menyatakan bahwa kasus anemia di Indonesia masih cukup tinggi yaitu sebesar 32% artinya bahwa 3-4 dari 10 remaja putri menderita anemia.<sup>6</sup> Remaja putri yang sedang hamil berusia dibawah 20 tahun di daerah Kecamatan Magelang Selatan ditemukan data sebanyak 13,2% mengalami anemia.<sup>10</sup> Selaras dengan hasil riset yang dikemukakan oleh Aprilia (2020) bahwa remaja putri yang sedang hamil berusia 15-19 tahun terkena anemia.<sup>11</sup> Kejadian anemia sangat mengkhawatirkan karena akan berdampak pada kesehatan mental, tingkat kebugaran menurun, mengganggu perkembangan motorik, penurunan hasil belajar, berdampak buruk bagi kesehatan ibu dan bayi dan bahkan berdampak pada kematian.<sup>8</sup> Oleh karena itu Kementerian Kesehatan RI membuat program gerakan pekerja perempuan sehat dan produktif (GP2SP) dalam rangka penanggulangan dan percepatan gizi dengan memfokuskan pada kegiatan promosi dan pencegahan dengan cara meningkatkan konsumsi makanan yang mengandung zat besi, peningkatan fortifikasi asam folat.<sup>6</sup>

Pemerintah memberikan tablet zat besi disetiap Puskesmas dan Posyandu secara gratis.<sup>6</sup> Program pemerintah tidak akan terlaksana dengan baik apabila warga negara khususnya remaja putri tetap tidak menjaga pola makan dan minum dengan baik serta tidak memperhatikan makanan maupun minuman yang dikonsumsi, besar kemungkinan anemia dapat menyerang remaja putri. Seperti hasil pengamatan yang dilakukan di MTSN 2 Pandeglang sebanyak 15-20 remaja putri setiap harinya mengkonsumsi teh dalam bentuk minuman dingin maupun panas. Segala jenis teh kemasan maupun teh celup mengandung tanin yang bersal dari ekstrak teh, seperti yang dibuktikan oleh Suriyanto (2019) hasil uji teh kemasan maupun teh yang di seduh secara dicelup terdapat kandungan tanin yang dapat mengikat zat gizi besi sehingga dapat menghambat tubuh dalam proses penyerapan zat gizi besi.<sup>12</sup>

Widya (2020) menyatakan bahwa sebanyak 54,5% siswa remaja putri SMA Negeri 1 Banyudono mengalami kejadian anemia yang disebabkan terlalu seringnya mengkonsumsi minuman teh.<sup>13</sup> Faiha (2021) menyatakan bahwa teh mengandung tanin yang dapat mengikat zat besi sehingga penyerapan zat besi dalam tubuh terganggu.<sup>9</sup> Jika minum teh terjadi terus menerus tentunya kurang baik bagi kesehatan remaja putri, apalagi remaja putri setiap bulannya mengalami pendarahan menstruasi. Sarni (2020) menyatakan bahwa siswa remaja putri mengalami pendarahan yang disebabkan oleh menstruasi sehingga kurangnya darah yang berdampak rentan terkena anemia.<sup>14</sup> Selaras dengan hasil penelitian Ansari *et al* (2020) menyatakan bahwa sebanyak 42% siswa remaja putri SMPN 18 Banjarmasin

mengalami anemia dengan siklus menstruasi yang berisiko 40% dan lama menstruasi yang berisiko 42%.<sup>15</sup> Dengan demikian frekuensi minum teh, siklus dan lama menstruasi menjadi salah satu faktor yang dapat menyebabkan kejadian anemia khususnya pada siswa remaja putri. Berdasarkan permasalahan tersebut perlu dilakukan penelitian tentang hubungan antara frekuensi minum teh, siklus dan lama menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri kelas 7 di MTSN 2 Pandeglang.

### Metode

Jenis penelitian ini menggunakan metode analitik deskriptif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi pada penelitian ini seluruh siswa putri kelas 7 di MTSN 2 Pandeglang sebanyak 142 orang dengan sampel penelitian sebanyak 59 orang. Cara menentukan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu sampel yang memenuhi kriteria-kriteria tertentu. Adapun kriteria untuk mengambil sampel yaitu dengan memperhatikan kriteria inklusi dan eksklusi, siswa remaja putri kelas 7 MTSN 2 Pandeglang yang memenuhi ketentuan inklusi dan eksklusi dapat dijadikan sampel penelitian. Pengambilan data penelitian menggunakan instrumen data primer berupa kuesioner yang berisi tentang frekuensi minum teh, siklus dan lama menstruasi, selanjutnya dilakukan pengambilan darah untuk melihat kadar hemoglobin dari masing-masing siswa remaja putri kelas 7 MTSN 2 Pandeglang.

### Hasil

#### Analisis Univariante

Analisis univariate bertujuan untuk mengetahui distribusi frekuensi dari masing-masing variabel yang diteliti, meliputi frekuensi minum teh, siklus dan lama menstruasi dengan kejadian anemia. Berikut ini hasil data analisis univariate.

**Tabel 1.** Frekuensi Minum Teh

Kategori Frekuensi Minum Teh	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Tidak baik	18	30,5
Baik	41	69,5
Total	59	100,0

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa dari 59 orang responden, sebanyak 18 orang (30,5%) memiliki frekuensi minum teh dengan kategori tidak baik, sedangkan 41 orang (69,5%) memiliki frekuensi minum teh dengan kategori baik.

**Tabel 2.** Siklus Menstruasi

Kategori Siklus Menstruasi	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Tidak normal	22	37,3
Normal	37	62,7
Total	59	100,0

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa dari 59 orang responden, sebanyak 22 orang (37,3%) mengalami siklus menstruasi dengan kategori tidak normal, sedangkan 37 orang (62,7%) mengalami siklus menstruasi dengan kategori normal.

**Tabel 3.** Lama Menstruasi

Kategori Lama Menstruasi	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Normal	50	84,7
Tidak normal	9	15,3
Total	59	100,0

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa dari 59 orang responden, sebanyak 50 orang (84,7%) mengalami lama menstruasi dengan kategori normal, sedangkan 9 orang (15,3%) mengalami lama menstruasi dengan kategori tidak normal.

**Tabel 4.** Kejadian Anemia

Kategori Anemia	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Tidak anemia	43	72,9
Anemia	16	27,1
Total	59	100,0

Berdasarkan tabel 4 diketahui bahwa dari 59 responden, sebanyak 43 orang (72,9%) tidak mengalami kejadian anemia, sedangkan 16 orang (27,1%) mengalami kejadian anemia.

**Analisis Bivariate**

**Tabel 5.** Hubungan Antara Frekuensi Minum Teh Dengan Kejadian Anemia

		Kejadian Anemia		Total	Nilai P	OR
		Anemia	Tidak Anemia			
Frekuensi Minum Teh	Baik	3 5,1%	38 64,4%	41 69,5%	0,000	0,030
	Tidak Baik	13 22,0%	5 8,5%	18 30,5%		
Total		20 27,1%	51 72,9%			

Sumber Pengolahan SPSS 22

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa dari 59 responden remaja putri yang memiliki frekuensi minum teh baik dan tidak mengalami kejadian anemia sebanyak 38 orang (64,4%). Sedangkan remaja putri yang memiliki frekuensi minum teh tidak baik dan mengalami kejadian anemia sebanyak 13 orang (22,0%). Dari uji statistik diperoleh *nilai prob.* (0,000) <  $\alpha$  (0,05), maka dapat dikatakan bahwa ada hubungan antara frekuensi minum teh dengan kejadian anemia remaja putri kelas 7 di MTSN 2 Pandeglang tahun 2022. Dari hasil analisis diperoleh OR = 0,03 dengan taraf kepercayaan 95%.

**Tabel 6.** Hubungan Antara Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia

		Kejadian Anemia			Total	Nilai P	OR
		Anemia	Tidak Anemia				
Siklus Menstruasi	Tidak	12	10	22	0,001	0,101	
	Normal	20,3%	16,9%	37,2%			
	Normal	4	33	37			
		6,79%	55,93%	62,7%			
Total		16	43				
		27,1%	72,8%				

Sumber Pengolahan SPSS 22

Berdasarkan tabel 6 diketahui bahwa dari 59 responden remaja putri yang mengalami siklus menstruasi normal dan tidak mengalami kejadian anemia sebanyak 33 orang (55,93%). Sedangkan remaja putri yang mengalami siklus menstruasi tidak normal dan mengalami kejadian anemia sebanyak 12 orang (20,3%). Dari uji statistik diperoleh *nilai prob.*  $(0,001) < \alpha (0,05)$ , maka dapat dikatakan bahwa ada hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri kelas 7 di MTSN 2 Pandeglang tahun 2022. Dari hasil analisis diperoleh  $OR = 0,101$  dengan taraf kepercayaan 95%.

**Tabel 7.** Hubungan Antara Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia

		Kejadian Anemia			Total	Nilai P	OR
		Anemia	Tidak Anemia				
Lama Menstruasi	Tidak	1	2	3	1,000	1,367	
	Normal	1,7%	3,4%	5,1%			
	Normal	15	41	56			
		25,4%	69,5%	94,9%			
Total		16	43				
		27,11%	72,89%				

Sumber Pengolahan SPSS 22

Berdasarkan tabel 7 diketahui bahwa dari 59 responden remaja putri yang mengalami lama menstruasi normal dan tidak mengalami kejadian anemia sebanyak 41 orang (69,5%). Sedangkan remaja putri yang mengalami lama menstruasi tidak normal dan mengalami kejadian anemia sebanyak 1 orang (1,7%). Dari uji statistik diperoleh *nilai prob.*  $(1,00) < \alpha (0,05)$ , maka dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri kelas 7 di MTSN 2 Pandeglang tahun 2022. Dari hasil analisis diperoleh  $OR = 1,367$  dengan taraf kepercayaan 95%.

## **Pembahasan**

### **Analisis Univariante**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 59 responden remaja putri yang memiliki frekuensi minum teh dengan kategori baik sebanyak 41 orang (69,5%). Sedangkan sebanyak 18 orang (30,5%) memiliki frekuensi minum teh dengan kategori tidak baik. Hal tersebut menunjukkan hampir seluruh siswa remaja putri dari total 59 orang mengkonsumsi minuman teh kemasan maupun teh celup buatan sendiri kurang dari 7 kali/minggu. Hasil distribusi siklus menstruasi siswa remaja putri dengan kategori normal sebanyak 37 orang (62,7%). Sedangkan sebanyak 22 orang (37,3%) mengalami siklus menstruasi dengan kategori tidak normal. Berdasarkan hasil tersebut lebih banyak remaja putri yang memiliki siklus menstruasi normal daripada tidak normal. Hasil penelitian diketahui bahwa siswa remaja putri yang mengalami lama menstruasi normal sebanyak 50 orang (84,7%). Sedangkan 9 orang (15,3%) mengalami siklus menstruasi dengan kategori tidak normal. Remaja putri yang tidak mengalami kejadian anemia sebanyak 43 orang (72,9%). Sedangkan 16 orang (27,1%) mengalami kejadian anemia. Jika merujuk pada hasil penelitian diatas dapat dilihat bahwa sebagian remaja putri tidak mengalami kejadian anemia. Jika terjadi anemia akan berdampak pada kapasitas imun tubuh menurun sehingga mengganggu konsentrasi belajar.

### **Analisis Bivariate**

#### **Hubungan Frekuensi Minum Teh Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 59 responden remaja putri yang memiliki frekuensi minum teh baik dan tidak mengalami kejadian anemia sebanyak 38 orang (64,40%). Sedangkan remaja putri yang memiliki frekuensi minum teh tidak baik dan mengalami kejadian anemia sebanyak 13 orang (22,0%). Dari uji statistik diperoleh nilai prob.  $(0,000) < \alpha (0,05)$ , maka dapat dikatakan bahwa ada hubungan antara frekuensi minum teh dengan kejadian anemia pada siswa putri kelas 7 MTSN 2 Pandeglang. Dari hasil analisis diperoleh  $OR=0,03$  dengan taraf kepercayaan 95%, maka siswa remaja putri yang memiliki frekuensi minum teh tidak baik memiliki resiko 0,30 kali lebih besar mengalami kejadian anemia dibandingkan dengan remaja putri yang memiliki frekuensi minum teh baik.

Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Siti Amiroh pada tahun 2018. Hubungan Frekuensi Minum Teh dan Pola Menstruasi dengan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri di SMK Negeri 4 Surakarta dengan nilai Prob. =  $0,000 < \alpha (0,05)$  dengan tingkat kemaknaan 95% atau  $\alpha = 0,05$ . Artinya ada hubungan yang signifikan antara frekuensi minum teh dengan kejadian anemia pada remaja putri. Amiroh menyatakan bahwa banyak remaja putri yang kurang memperhatikan asupan makan sehingga berdampak terkena anemia.<sup>16</sup> Minuman teh dapat menurunkan kadar hemoglobin dalam darah karena darah kekurangan zat gizi besi yang diikat oleh tanin yang terkandung dalam teh<sup>16</sup>. Berdasarkan keterangan siswa remaja putri yang diperoleh dari hasil kuisisioner diketahui bahwa sering mengkonsumsi minum teh sebelum dan sesudah makan, bahkan ada yang mengkonsumsi minum teh pada saat sarapan pagi. Hal tersebut dapat mengganggu penyerapan zat gizi yang terkandung dalam makanan sehingga dapat berpotensi terjadinya anemia. Sariyanto (2019) mengemukakan bahwa mengkonsumsi teh pada saat makan pagi maupun makan disiang hari atau malam hari dapat menghambat penyerapan zat gizi yang terkandung dalam makanan atau bahkan mengkonsumsi makanan dalam kurun waktu satu jam setelah makan dapat pula menyerap zat gizi.<sup>12</sup>

Dengan demikian dari hasil data yang diperoleh tergambarakan apabila semakin sedikit mengkonsumsi minum teh maka akan berpeluang untuk terhindar dari kejadian anemia, begitupun sebaliknya semakin banyak mengkonsumsi minuman teh maka semakin rentan terkena kejadian anemia pada siswa remaja putri sehingga terdapat hubungan antara frekuensi minum teh dengan kejadian anemia pada siswa remaja putri.

### **Hubungan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 59 responden remaja putri yang mengalami siklus menstruasi secara normal dan tidak mengalami kejadian anemia sebanyak 33 orang (55,93%). Sedangkan remaja putri yang mengalami siklus menstruasi secara tidak normal dan mengalami kejadian anemia sebanyak 12 orang (20,3%). Dari uji statistik diperoleh nilai prob.  $(0,001) < \alpha (0,05)$ , maka dapat dikatakan bahwa ada hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada siswa putri kelas 7 MTSN 2 Pandeglang. Dari hasil analisis diperoleh  $OR = 0,101$  dengan taraf kepercayaan 95%, maka siswa remaja putri yang mengalami siklus menstruasi tidak normal memiliki resiko 0,10 kali lebih besar bisa mengalami kejadian anemia dibandingkan dengan remaja putri yang mengalami siklus menstruasi secara normal.

Penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan Wahyu Mahar Permatasari pada tahun 2016. Hubungan antara Status Gizi, Siklus dan Lama Menstruasi dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMA Negeri 3 Surabaya dengan nilai Prob. =  $0,001 < \alpha (0,05)$  dengan tingkat kemaknaan 95% atau  $\alpha = 0,05$ . Artinya ada hubungan yang signifikan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia. Ansari, (2020) menyatakan ada hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia<sup>[15]</sup>. Berdasarkan uraian diatas peneliti berasumsi bahwa semakin pendek siklus menstruasi maka semakin sering frekuensi remaja putri mengalami menstruasi, hal tersebut semakin banyak darah yang dikeluarkan. Banyaknya darah yang keluar bersamaan dengan kandungan zat besi dapat menyebabkan kejadian anemia.

### **Hubungan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri**

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 59 responden remaja putri yang mengalami lama menstruasi secara normal dan tidak mengalami kejadian anemia sebanyak 41 orang (69,5%). Sedangkan remaja putri yang mengalami lama menstruasi secara tidak normal dan mengalami kejadian anemia sebanyak 1 orang (1,7%). Dari uji statistik diperoleh nilai prob.  $(1,000) > \alpha (0,05)$ , maka dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia pada siswa putri kelas 7 MTSN 2 Pandeglang. Dari hasil analisis diperoleh  $OR = 1,367$  dengan taraf kepercayaan 95%, maka siswa remaja putri yang mengalami lama menstruasi secara tidak normal memiliki resiko 1,36 kali lebih besar bisa mengalami kejadian anemia dibandingkan dengan remaja putri yang mengalami lama menstruasi secara normal.

Lama menstruasi ditentukan dari bagaimana kondisi tubuh individu karena banyak faktor yang mempengaruhinya seperti stress, hormon, kelelahan, kurang istirahat, mengkonsumsi makanan maupun minuman yang kurang sehat dan lain-lain.<sup>17</sup> Penelitian ini tidak ditemukan adanya hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia karena berdasarkan keterangan yang diperoleh dari kuisioner banyak faktor yang mempengaruhi seperti sampel/responden rutin untuk istirahat dengan cukup sehingga tidak mudah lelah, tidak sedang stress, mengkonsumsi makanan maupun minuman yang bergizi dan lain-lain, sehingga kondisi fisiknya tetap baik. Kondisi fisik akan mempengaruhi metabolisme sel tubuh sehingga apabila kondisi fisik menurun maka metabolisme tubuh akan menurun sehingga kandungan zat gizi besi dalam tubuh ikut menurun.<sup>16</sup> Banyak siswa remaja putri yang rutin melaksanakan olahraga sehingga tubuhnya tetap terjaga bugar dan sehat. Lestari (2017) menyatakan bahwa sering menjaga pola makan yang teratur dan mengkonsumsi makanan yang bergizi dapat meningkatkan kadar hemoglobin dengan baik sehingga terhindar dari anemia.<sup>18</sup>

Berdasarkan uraian diatas peneliti berasumsi bahwa semakin normal lama menstruasi pada remaja putri maka dapat terhindar dari kejadian anemia karena tidak terlalu banyak darah yang keluar sehingga sedikit kandungan zat gizi yang keluar bersama darah dari dalam tubuh. Sebaliknya semakin tidak normal lama menstruasi maka rentan terkena kejadian anemia karena lama menstruasi melebihi ambang batas yakni lebih dari 8 hari sehingga dapat menyebabkan banyak darah yang keluar, hal tersebut rentan terkena resiko anemia. Andriani (2021) menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia.<sup>17</sup> Memorisa, (2020) mengemukakan bahwa lama menstruasi tidak ada korelasi dengan kejadian anemia karena banyak faktor lain yang mempengaruhi hal tersebut.<sup>19</sup>

Korelasi antara lama menstruasi dengan kejadian anemia belum bisa dipastikan karena banyak faktor yang dari dalam tubuh seseorang.<sup>15</sup> Dengan demikian lama menstruasi dapat dikategorikan normal dan tidak ada hubungan dengan kejadian anemia apabila individu dapat menjaga pola makan dan kesehatan tubuh dengan baik.

### Makna Singkatan (Abbreviations)

WHO : World Health Organization  
Hb : Hemoglobin

### Persetujuan Etik

Penelitian ini telah melalui proses uji etik pada Komisi Etik Penelitian Kesehatan Universitas Indonesia Maju dan dinyatakan lulus uji etik dengan surat keputusan nomor: 996/Sket/Ka-Dept/RE/UIMA/VII/2022.

### Konflik Kepentingan

Penelitian ini dilakukan secara independent dan tidak ada sangkut paut dengan organisasi manapun. Penelitian ini merupakan syarat kelulusan Sarjana Kebidanan dengan tujuan mengetahui Hubungan Antara Frekuensi Minum Teh, Siklus Dan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Kelas 7 di MTSN 2 Pandeglang Tahun 2022.

### Pendanaan

Sumber dana dalam penelitian ini yaitu menggunakan pendanaan pribadi.

### Kontribusi Penulis

penelitian ini mendapatkan hasil mengenai Hubungan Antara Frekuensi Minum Teh, Siklus Dan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Kelas 7 di MTSN 2 Pandeglang Tahun 2022.

### Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada seluruh pihak yang telah membantu dalam menyelesaikan penelitian ini.

### References

1. Asiah N, Suza DE, Arruum D. Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Remaja Tentang Kesehatan Reproduksi (Internet). Vol. 5, Media Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan. 2012. Available From: <https://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/view/639>.
2. Permenkes RI. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 (Internet). Vol. 7, Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014. 2014. Available From: <http://observatorio.epacartagena.gov.co/wp-content/uploads/2017/08/metodologia-de-la-investigacion-sexta-edicion.compressed.pdf>.
3. World Health Organization. Guidance on Ethical Considerations in Planning and Reviewing Research Studies on Sexual and Reproductive Health in Adolescents. Switzerland: Creative Commons: 2018.
4. Adriani M., Bambang Wijatmadi. Pengantar Gizi Masyarakat. Jakarta: Kencana: 2012.
5. Masrizal. Anemia Defisiensi Besi. J Kesehat Masy (Internet). 2018: 4(2):1. Available From: <http://jurnal.fkm.unand.ac.id/index.php/jkma/article/view/23/22>.
6. Sarni A. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Siswi SMA. J Ilmu Perumahan J Ilmu STIKES Kendal (Internet). 2020: 10(3). Available From: <https://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM/article/download/821/499/>
7. Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. Kementerian Kesehatan RI (Internet). 2018: 53(9): 1689-99. Available From: [https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir\\_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018\\_1274.pdf](https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-riskesdas-2018_1274.pdf).
8. Dr. Rukmaini S.ST. MK., Hisni ND., Fauziah FU. Pengaruh Konsumsi Makanan Terhadap Jenis Anemia Pada Ibu Hamil Di Padeglang Banten 2021 (Internet). 2021. Available From: [http://repository.unas.ac.id/4755/1/Rukma\\_Laporan\\_Penelitian\\_Genap\\_2020\\_2021-3.pdf](http://repository.unas.ac.id/4755/1/Rukma_Laporan_Penelitian_Genap_2020_2021-3.pdf).

9. Permatasari WM. Hubungan Antara Status Gizi, Siklus Dan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di SMA Negeri 3 Surabaya. Universitas Airlangga: 2016.
10. Faiha JA. Hubungan Frekuensi Minum Kopi, Teh Dan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Suspek Anemia Pada Remaja Putri Di Kabupaten Sukoharjo. 2021.
11. Rahayu HSE., Purwandari S., Wijayanti K. Faktor Determinan Dan Resiko Kehamilan Remaja Di Kecamatan Magelang Selatan Tahun 2017. 6th Univ Res Colloq 2017 [Internet]. 2017;377–84. Available From: <http://journal.ummg.ac.id/index.php/urecol/article/download/1543/886/>
12. Aprilia. I. N. Pengaruh Kehamilan Usia Remaja Terhadap Kejadian Anemia Dan KEK Pada Ibu Hamil. J Ilm Kesehatan Sandi Husada (Internet). 2020: 11(1): 554-9. Available From: <https://akper-sandikarsa.e-journal.id/JIKSH>.
13. Sariyanto I. Serapan Zat Besi Dalam Minuman Teh Kemasan Menggunakan Spektrofotometer. J Anal Kesehat (Internet). 2019: 8(1): 7. Available From: <https://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JANALISKES/article/download/1641/981>.
14. Widya Y. Hubungan Antars Konsumsi Teh Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri SMA Negeri 1 Banyudono. Universitas Muhammadiyah Surakarta (Internet). 2020: Available From: [http://eprints.ums.ac.id/83576/17/NASKAH\\_PUBLIKASI\\_NEW.pdf](http://eprints.ums.ac.id/83576/17/NASKAH_PUBLIKASI_NEW.pdf)
15. Ansari MH., Heriyani F., Noor MS. Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 18 Banjarmasin. Homeostasis (Internet). 2020: d: 209-16. Available From: <https://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/hms/article/view/2264>.
16. Saputro KZ. Memahami Ciri Dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. J Aplikasi Ilmu-ilmu Agama (Internet). 2017;17(1):25. Available from: [ejournal.uin-suka.ac.id/pusat/aplikasia](http://ejournal.uin-suka.ac.id/pusat/aplikasia).
17. Taufiq Z., Ekawidyan Karina Rahmadia, Tirta Prawita Sari. Aku Sehat Tanpa Anemia (Buku Saku Anemia Untuk Remaja Putri). Jakarta: Wonderland Publisher: 2020.
18. Nurbaya S., Yusra, Supri Irianti Handayani. Cerita Anemia. Jakarta: UI Publishing: 2018.
19. Sinaga FNP. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Trimester III Di Wilayah Kerja Puskesmas Medan Johor Tahun 2019. J Ilmu Kohesi (Internet). 2020: 4(4). Available From: <https://kohesi.sciencemakarioz.org/index.php/JIK/article/view/189>.
20. Amiroh S. Hubungan Frekuensi Minum Teh Dan Pola Menstruasi Dengan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMK Negeri 4 Surakarta (Internet). STIKES Muhammadiyah Surakarta: 2018. Available From: <http://repository.itspku.ac.id/198/>
21. Memorisa G., Aminah S., Galuh Pradiyan Y. Hubungan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja. J Mahasiswa Kesehatan (Internet). 2020: 1(2). Available From: <https://core.ac.uk/download/pdf/322505147.pdf>
22. Sujarweni VW. Statistika Untuk Penelitian. Yogyakarta: Graha Ilmu: 2012.
23. Lestari IP., Lipoeto NI, Almurdi A. Hubungan Konsumsi Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Murid SMP Negeri 27 Padang. J Kesehatan Andalas. 2017: 6(3): 507.
24. Afyah RK. Konsumsi Teh Mempengaruhi Kejadian Anemia Pada Ibu Hamil Di Wilayah BPS Ny. Nur Isnafiyah Bringin Wetan Taman Sidoarjo. J Keperawatan Matern (Internet). 2015: 3(2): 143-51. Available From: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKMat/article/view/4039/3757>.
25. Andriani. Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Di Pesantren Teknologi Riau. Heal Care Media. 2021: 5(1): 23-8.
26. Djunaid U., Hilmuhu F. Studi Literatur: Hubungan Pola Menstruasi Dan Tingkat Konsumsi Zat Besi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. J Komunitas Kesehat Masy. 2021: 3(2): 1-10.

\*) Original Article

--- ISJNMS ---