

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja dalam bahasa latin disebut *adolescence*, berasal dari bahasa *adolescere* yang artinya “tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan”. Bangsa primitif dan orang-orang purbakala memandang masa puber dan masa remaja tidak berbeda dengan periode lain dalam rentang kehidupan. Anak dianggap sudah dewasa apabila sudah mampu mengadakan reproduksi (Ali & Asrori, 2006). Remaja merupakan kelompok yang rentang terhadap defisiensi zat besi dan dapat mengenai semua kelompok status ekonomi, terutama yang bersosial ekonomi rendah (Istiya Putri Lestari, 2017)

World Health Organization (WHO) Regional Office SEARO tahun 2016, prevalensi anemia pada anak usia 6-59 bulan adalah 53,8% sebesar 96,7 juta anak-anak yang terkena dampak, diantara wanita hamil, 48,7% mengalami anemia berat mempengaruhi 1,1%, sementara 41,5% wanita tidak hamil mengalami anemia dengan 1,9% wanita sangat anemia, mempengaruhi total 202,0 juta wanita anemia usia reproduksi (WHO, 2016)

Anemia lebih dikenal masyarakat sebagai penyakit kurang darah. Penyakit ini rentan dialami oleh semua siklus kehidupan (bayi, remaja, dewasa, ibu hamil, busui, dan manula). Anemia didefinisikan sebagai sesuatu keadaan dimana rendahnya konsentrasi haemoglobin (Hb) atau hematokrit berdasarkan nilai ambang batas (referensi) yang disebabkan oleh rendahnya produksi sel darah merah (eritrosit) dan Hb, meningkatnya kerusakan eritrosit (*hemolisis*), atau kehilangan darah yang berlebihan (Citrakesumasari, 2012). Kadar Hb normal

pada remaja putri adalah >12 g/dl. Remaja putri dikatakan anemia jika kadar Hb <12 g/dl.

Anemia masih merupakan salah satu masalah gizi yang prevalensinya paling tinggi dibandingkan dengan masalah masalah kurang gizi lainnya. Kurang darah yang terjadi pada remaja dapat mengganggu proses tumbuh kembangnya, bahkan perkembangan berfikir juga bisa terganggu dan mudah terserang penyakit (WHO, 2011).

Remaja putri memiliki resiko sepuluh kali lebih besar untuk menderita anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak (Tarwoto, 2010).

Angka kejadian anemia pada remaja putri di Negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri, anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stress, haid, atau telambat makan (WHO, 2011). Hemoglobin adalah suatu protein yang terdapat dalam sel darah merah. Hemoglobin berfungsi membawa oksigen dalam sel darah merah dari paru-paru ke seluruh jaringan di dalam tubuh (WHO, 2011). Hemoglobin (Hb) merupakan parameter yang digunakan untuk menetapkan prevalensi anemia. Hemoglobin merupakan senyawa pembawa oksigen pada sel darah merah. Diperkirakan lebih dari 30% penduduk dunia atau 1,5 miliar orang menderita anemia dengan sebagian besar diantaranya tinggal di daerah tropis. Prevalensi anemia secara global sekitar 51%. Menurut Departemen Kesehatan tahun 2014, prevalensi anemia pada remaja dan usia produktif sebesar 17-18%. Kandungan hemoglobin yang rendah mengindikasikan anemia (Supariasa, 2012).

Anemia pada remaja dapat berdampak pada menurunnya produktifitas kerja ataupun kemampuan akademis disekolah, karena tidak adanya gairah belajar dan kosentrasi. Anemia juga dapat mengganggu pertumbuhan dimana tinggi dan berat badan menjadi tidak sempurna. Selain itu, daya tahan tubuh menurun mudah terserang penyakit. Anemia juga dapat menyebabkan menurunnya produksi energi dan akumulasi laktat dalam otot (Adriani, 2012).

Menurut penelitian Hapzah dan Yulita (2012), faktor yang mempengaruhi anemia antara lain yaitu status gizi, bila makanan yang dikonsumsi mempunyai nilai gizi baik, maka status gizi nya juga baik. Namun sebaliknya bila makanan yang dikonsumsi kurang nilai gizinya, maka dapat menyebabkan kekurangan gizi dan dapat menimbulkan anemia. Selain status gizi, faktor yang mempengaruhi kejadian anemia yaitu pengetahuan remaja. Pengetahuan yang kurang dapat meningkatkan resiko remaja terkena anemia terutama remaja putri pada saat menstruasi yang seharusnya mengkonsumsi tambahan asupan zat besi (FKUI, 2009).

Untuk mengatasi kurangnya asupan zat gizi pada remaja, pemerintah memberikan suplementasi tablet penambah darah (Fe). Tablet tambah darah merupakan tablet yang diberikan kepada wanita usia subur dan ibu hamil. Bagi wanita usia subur diberikan sebanyak 1 kali seminggu dan 1 kali sehari selama minimal 90 tablet (Kemenkes RI, 2014).

Selain itu dapat dilakukan dengan cara alami yaitu mengkonsumsi produk alami. Sumber makanan kaya zat besi dan asam folat umumnya terdapat pada sumber protein hewani seperti hati, ikan, daging yang harganya relative mahal dan belum sepenuhnya terjangkau masyarakat Indonesia (Kemenkes RI, 2014).

Produk alami yang meningkatkan kadar HB dengan harga terjangkau salah satunya adalah pemberian sari buah kurma. Buah kurma merupakan makanan yang mengandung energy tinggi dengan komposisi ideal, didalamnya memiliki kandungan karbohidrat, *triptofan*, *omega-3*, vitamin C, vitamin B6, Ca²⁺, Zn, dan Mg. Buah Kurma mengandung serat yang sangat tinggi, selain itu juga mengandung kalium, mangan, fosfor, besi, belerang, kalsium juga magnesium yang sangat baik untuk dikonsumsi. Menurut Guru Besar bidang Pangan dan Gizi, Fakultas Ekologi Manusia (FEMA) IPB Universitas Ahmad Sulaeman, banyak sekali zat yang terkandung di dalam buah kurma, salah satunya adalah zat besi yang mampu mengatasi anemia. Dalam hal ini, ia menyampaikan bahwa kurma dengan kandungan zat besi di dalamnya mampu mengurangi gejala penurunan kadar hemoglobin dalam darah. Kurma juga mengandung banyak glukosa yang baik untuk penambah darah sehingga mampu mencegah anemia.

Penelitian terdahulu oleh Wiulin Setiowati dan Siti Nuriah (2018) berjudul "Pengaruh Sari Kurma terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III" menunjukkan terdapat hubungan yang bermakna antara pemberian sari kurma dan kadar hemoglobin dengan nilai $p=0,002$. Perbedaan penelitian yang akan dilakukan dengan penelitian terdahulu adalah desain yang digunakan, tempat, dan subjek penelitian.

Berdasarkan studi pendahuluan yang di laksanakan pada 14 Desember 2019 di Lembaga Kesejahteraan Anak (LKSA) 'Aisyiyah Ngawen Klaten. Remaja putri berpotensi besar menderita anemia dikarenakan oleh padatnya agenda kegiatan yang ada di panti dan kurangnya konsumsi sayur dan buah-buahan yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Berdasarkan studi pendahuluan hasil pemeriksaan kadar hemoglobin dari 40 remaja putri menunjukkan bahwa 24

remaja putri mengalami anemia dengan kadar hemoglobin ≤ 12 gr/dl dan 16 remaja putri tidak mengalami anemia dengan kadar hemoglobin ≥ 12 gr/dl atau normal. Dapat disimpulkan juga 60% remaja putri mengalami anemia, dengan anemia ringan berjumlah 12 orang, anemia sedang 12 orang, dan tidak ada yang menderita anemia berat.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengambil judul “Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Kadar Hamoglobin Remaja Putri di Lembaga Kesejahteraan Anak (LKSA) ‘Aisyiyah Ngawen Klaten”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, dapat dirumuskan masalah penelitian adalah “Apakah terdapat pengaruh pemberian sari kurma terhadap kadar hemoglobin remaja putri?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian sari kurma terhadap kadar hemoglobin remaja putri

2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui Kadar Hemoglobin pada remaja putri di Lembaga Kesejahteraan Anak (LKSA) ‘Aisyiyah Ngawen Klaten sebelum dan sesudah pemberian sari kurma pada kelompok kasus.

- b. Mengetahui Kadar Hemoglobin pada remaja putri di Lembaga Kesejahteraan Anak (LKSA) 'Aisyiyah Ngawen Klaten pretest dan posttest pada kelompok kontrol.
- c. Mengetahui Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Kadar Hemoglobin Pada remaja putri di Lembaga Kesejahteraan Anak (LKSA) 'Aisyiyah Ngawen Klaten.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Lembaga Kesejahteraan Anak (LKSA) 'Aisyiyah Ngawen Klaten.

Menambah informasi tentang pengaruh pemberian sari kurma terhadap Kadar Hemoglobin pada remaja putri Lembaga Kesejahteraan Anak (LKSA) 'Aisyiyah Ngawen Klaten.

2. Bagi remaja putri Lembaga Kesejahteraan Anak (LKSA) 'Aisyiyah Ngawen Klaten.

Remaja putri dapat mengetahui kadar Hemoglobin pada dirinya dan remaja putri lebih meningkatkan konsumsi kurma sebagai pendamping Fe karena dapat menaikkan kadar hemoglobin.

3. Bagi Institusi

Menambah ilmu pengetahuan serta bahan informasi dalam ilmu kesehatan sehingga dapat memperkaya dan menambah wawasan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan ilmu informasi dasar dalam penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan kurma serta kadar hemoglobin.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini mengenai Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Kadar Hemoglobin. Adapun penelitian sejenis yang pernah dilakukan adalah :

Tabel 1.1. Penelitian sebelumnya

No	Nama Peneliti/ Tahun/ Judul	Desain/ Jumlah/ Sampel	Cara pengukuran	Hasil	Perbedaan
1.	Miftachul Jannah/ 2018/ Peningkatan kadar Hb ibu hamil dengan jus kurma dan sari kacang hijau di Kota Pekalongan.	Metode Penelitian menggunakan Eksperimen Semu (<i>quasy ekseriment</i>)	<i>Paired T-test</i>	Hasil penelitian didapatkan nilai $p = 0.555$ yang menunjukkan tidak ada kenaikan kadar Hb ibu hamil setelah mengkonsumsi jus kurma , dan untuk kelompok sari kacang hijau didapatkan nilai $p = 0,021$ yang menunjukkan adanya kenaikan kadar Hb ibu hamil setelah mengkonsumsi sari kacang hijau	Variabel Bebas, Tempat Penelitian, Waktu, Sampel
2.	Dewi Luh Retnorini/2017/ Pengaruh Pemberian Tablet FE dan sari kacang hijau terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamil TM III di Puskesmas Pare	Metode penelitian menggunakan <i>Quasy Eksperimen</i>	<i>One grup pre test- post test design</i>	Hasil penelitian menunjukkan rata- rata kadar Hemoglobin ibu hamil sebelum mendapatkan perlakuan pada kelompok intervensi adalah 9,8906 dan pada kelompok kontrol adalah 10,1063	Variabel Bebas, Tempat Penelitian, Waktu, Sampel

No	Nama Peneliti/ Tahun/ Judul	Desain/ Jumlah/ Sampel	Cara pengukuran	Hasil	Perbedaan
Temanggung					
3.	Wiulin Setiowati, Siti Nuriyah/2018/ Pengaruh Sari Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Ibu Hamil Trimester III	Metode Penelitian Menggunakan Quasi Eksperimen rancangan yang digunakan adalah rancangan pre and post test without control. Metode Penelitian menggunakan Pra-Eksperimen	<i>One grup pre test-post test design</i>	Ada hubungan antara pengaruh sari kurma (phoenix dactylifera) terhadap peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil trimester III dengan p value 0,002 (<0,05)	Variabel Bebas, Tempat Penelitian, Waktu, Sampel

