

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa yang paling sulit untuk dilalui individu. Masa ini paling kritis untuk perkembangan pada tahap kehidupan selanjutnya. Banyak perubahan yang terjadi dalam diri individu baik fisik maupun psikologis dan perubahan dari ciri kanak – kanak menuju dewasa (Ermadona, 2015).

Gangguan gizi pada usia remaja yang sering terjadi diantaranya adalah kekurangan energi dan protein, anemia gizi. Kekurangan gizi merupakan penyebab anemia yang mencapai presentasi sekitar 85,5 %. Asupan gizi sehari – hari dipengaruhi oleh ketersediaan bahan pangan, pola makan dan peningkatan kebutuhan akan zat besi untuk pembentukan sel darah merah yang lazim berlangsung pada masa pertumbuhan (Wibowo, 2013).

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 adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Anemia biasanya didefinisikan sebagai kadar hemoglobin kurang dari 12,0 gram /100 ml (Proverawati, 2010).

Kejadian anemia banyak terjadi terutama pada usia remaja baik kelompok pria maupun wanita (Wibowo, 2013).

Anemia dapat menyebabkan komplikasi, termasuk kelelahan dan stress pada organ tubuh (Proverawati, 2011). Dampak anemia bagi remaja antara lain mudah lelah, tidak fokus dalam belajar, dan kurang bersemangat (Ermadona, 2015).

Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018, prevalensi anemia di Indonesia 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4 % sedangkan penderita anemia berumur 15-24 tahun sebesar 18,4%. Prevalensi anemia difisiensi zat besi pada remaja menurut jenis kelamin yaitu pada anak perempuan sekitar 22.7 % dan pada anak laki-laki 12,4%, sedangkan menurut tempat tinggal, yaitu : pedesaan 16,5% dan perkotaan 17,3%. Riskesdas tahun 2018 terjadi peningkatan menjadi 48,9% dengan proporsi anemia ada di kelompok umur 15-24 tahun dan 25-34 tahun (Riskesdas, 2018).

Dinas Kesehatan Kabupaten Klaten tahun 2017 angka kejadian anemia remaja putri usia 10-14 tahun sebanyak 65,3 %, usia 15-18% sebanyak 52,4%. Penelitian yang dilakukan Zakaria, Masmuni Wahda Aisyah, dan Yusna Lamatowa, 2018 dengan judul "*Effectiveness OF Mung Bean Drink on the Improvement of Hemoglobin in Female Adolescents in Paguyaman District*" dengan hasil uji statistik dan uji sampel yang diperoleh $p = 0,000$. Hasil ini menunjukkan ada perbedaan yang signifikan antara kelompok pretest dan posttest. Hal ini berarti ada efektivitas pemberian minuman kacang hijau dengan peningkatan hemoglobin pada remaja putri di Kabupaten Paguyaman.

Manfaat utama kacang hijau tentunya sebagai penyokong gizi bagi manusia. Kacang hijau merupakan sumber protein nabati yang baik, kalsium juga fosfor yang dikenal baik untuk tulang serta lemak tak jenuh yang tinggi. Kacang hijau juga membantu pemenuhan kebutuhan vitamin B1 atau Tiamin. Senyawa ini sendiri membantu mencegah penyakit beri-beri dan juga mendampingi pertumbuhan manusia. Vitamin B1 juga mampu meningkatkan nafsu makan serta memperbaiki saluran pencernaan. Kacang hijau juga mengandung vitamin B2 yang dikenal baik dalam membantu penyerapan protein oleh tubuh (.Mustakim,2016).

Berdasarkan studi pendahuluan pada 19 November 2018 di SMP N 1 Jogonalan, Siswa berpotensi besar menderita anemia dikarenakan kurang mengkonsumsi sayuran dan sarapan di pagi hari. Dari pihak kesiswaan mengatakan bahwa di SMP N 1 Jogonalan telah melakukan penanggulangan anemia dengan pemberian tablet tambah darah pada hari Jum'at minggu pertama di setiap bulannya dan sekolah bekerjasama dengan Puskesmas Jogonalan 1 dalam pemberian Tablet Fe, namun banyak siswi mengakui tidak bersedia untuk meminumnya dikarenakan berbau amis, menyebabkan mual dan muntah.

Hasil pemeriksaan kadar hemoglobin dari 12 siswi menunjukkan bahwa 5 siswi menderita dengan kadar Hb 8 gr% atau mengalami anemia, dan 7 siswi dengan kadar hemoglobin 11 gr% atau normal. Setelah dilakukan pemberian sari kacang hijau setiap pagi selama 7 hari kepada 5 siswi dengan kadar Hb 8 gr% didapatkan 4 siswi mengalami kenaikan kadar hemoglobin 1-2 gr/dl yaitu menjadi 9 gr% dan 10 gr% dan 1 siswi tidak

mengalami peningkatan kadar hemoglobin karena saat dilakukan pengecekan kadar hemoglobin ulang mengalami menstruasi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh sari kacang hijau terhadap kadar hemoglobin terhadap siswi kelas VIII di SMP N 1 Jogonalan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Siswi Kelas VIII di SMP N 1 Jogonalan” ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui “Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Siswi Kelas VIII di SMP N 1 Jogonalan”.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Kadar Hemoglobin pada Siswi Kelas VIII di SMP N 1 Jogonalan sebelum dan sesudah pemberian sari kacang hijau pada kelompok intervensi
- b. Mengetahui Kadar Hemoglobin pada Siswi Kelas VIII di SMP N 1 Jogonalan pretest dan posttest pada kelompok kontrol.

- c. Mengetahui Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Siswi Kelas VIII di SMP N 1 Jogonalan

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi SMP N 1 Jogonalan

Menambah informasi tentang pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap Kadar Hemoglobin pada Siswi Kelas VIII di SMP N 1 Jogonalan.

2. Bagi Siswi SMP N 1 Jogonalan

Siswi dapat mengetahui Hemoglobin pada dirinya dan siswi lebih meningkatkan konsumsi kacang hijau 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 kacang hijau serta kadar hemoglobin.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini mengenai Pengaruh Sari Kacang Hijau 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 eksperiment</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 Temanggung	Metode penelitian menggunakan <i>Quasy Eksperimen</i>	<i>One grup pre test-post 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
3.	Fatmah Zakaria/2018 / <i>Effectiveness OF Mung</i>	Metode Penelitian menggunakan Pra-	<i>One grup pre test-post design</i>	Hasil uji statistik dan uji sampel yang diperoleh $p = 0,000$	Variabel Bebas, Tempat Penelitian,

No	Nama Peneliti/ Tahun/ Judul	Desain/ Jumlah/ Sampel	Cara pengukuran	Hasil	Perbedaan
	<i>Bean Drink on the Improvement of Hemoglobin in Female Adolescents in Paguyaman District</i>	Eksperimen		diketahui ada perbedaan yang signifikan antara kelompok pretest dan posttest,oleh karena itu nilai signifikan kurang dari 5% ($p= 0,000<0,05$) sehingga dalam hal ini ada efektivitas pemberian minuman kacang hijau dengan peningkatan hemoglobin pada remaja putri di Kabupaten Paguyaman	Waktu, Sampel