

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO), anemia merupakan suatu keadaan ketika kadar hemoglobin di dalam darah manusia berada di posisi bahwa angka normal. Pada tahun 2019, menurut (WHO) prevalensi anemia global cukup tinggi yakni 29,9%. Anemia merupakan masalah kesehatan global, terutama pada wanita hamil dan anak-anak (WHO). Anemia gizi adalah suatu keadaan ketika kadar hemoglobin yang terdapat pada sel darah merah berada pada di bawah angka normal, penyebab dari ini salah satunya adalah kurangnya pemenuhan terhadap unsur makanan pokok. Nilai normal kadar hemoglobin baik pada laki-laki maupun perempuan yakni ≥ 12 gr%, disebut anemia ringan bila memiliki kadar hemoglobin berkisar 10-11,9 gr%, anemia sedang dengan nilai 8-9,9 gr% dan anemia berat bila kadar hemoglobinnya < 8 gr% (Rusdi, 2018).

Jika dalam darah mengandung kada hemoglobin yang rendah, maka hal ini dapat menyebabkan menurunnya kemampuan eritrosit dalam mengikat oksigen, yang dapat menjadi penyebab munculnya anemia. Dampak dari anemia antara lain; sering mengantuk, sulit konsentrasi, turunnya keinginan belajar, gangguan pertumbuhan fisik, emosional, intelektual, dan penurunan daya tahan tubuh. Pada sistem reproduksi, anemia dapat mengganggu siklus menstruasi. Anemia yang dialami oleh wanita dapat menyebabkan bayi mengalami berat badan lahir rendah, bayi prematur, stunting, komplikasi persalinan, AKI dan AKB yang tinggi (Nisa et al., 2020) .

Beberapa faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia yakni kurangnya asupan energi, zat besi, vitamin C, kebutuhan yang meningkat, kekurangan sel darah merah, mengalami penyakit/infeksi, status sosial dan ekonomi, pola makan tidak teratur, tingkat pengetahuan kesehatan, dan pola menstruasi. Menurut Riskesdas (2013), anemia terjadi di sebabkan oleh volume plasma yang mengalami

peningkatan sehingga mengakibatkan pengenceran kadar hemoglobin tanpa adanya perubahan bentuk pada sel darah merah. Hemoglobin (Hb) bertugas membawa oksigen, karbondioksida, serta proton.

Menurut *World Health Organization* (2018), remaja memiliki rentang usia dari 10 hingga 19 tahun. Penduduk di Indonesia pada bulan September 2020 adalah 270,20 juta jiwa yang sebagian besar merupakan generasi Z yang lahir antara tahun 1997 hingga 2012 dengan proporsi 27,94% atau sekitar 74,93 juta jiwa (Badan Pusat Statistik, 2020). Permasalahan kesehatan pada masa remaja yakni, angka kejadian anemia yang cukup tinggi di Indonesia.

Menurut Briawan (2014), remaja putri rawan terkena anemia karena setiap bulan secara biologis mereka mengalami menstruasi. Menurut Handayani et al., (2021), ketika menstruasi, remaja juga akan kehilangan basal, sehingga jika ditotal mereka akan kehilangan kadar zat besi sekitar 1,25 mg per hari. Menurut Telisa & Eliza, (2020), setiap remaja wanita membutuhkan zat besi sebanyak 2,2 mg setiap harinya, dan ketika menstruasi maka kebutuhan zat besi akan meningkat. Prevalensi anemia remaja di Indonesia pada rentang usia 15-24 tahun mengalami peningkatan, pada tahun 2013 sebanyak 18,4% menjadi 32% atau sebanyak 14,7 juta jiwa pada tahun 2018 (Risikesdas, 2018b). Prevalensi anemia dari 10 remaja terdapat 4 yang mengalami anemia, atau sebesar 32%. Kejadian anemia pada perempuan sebesar 27,2%, angka ini lebih tinggi dibandingkan angka kejadian anemia pada laki-laki yakni sebesar 20,3% (Handayani et al., 2021).

Prevalensi anemia remaja di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta menempati urutan ke-11 dari 34 provinsi (Risikesdas, 2018). Hasil survei Risikesdas (2013), menunjukkan prevalensi anemia pada remaja putri umur 12-19 tahun pada 2012 di DIY yakni Kulonprogo (73,8%), Bantul (54,8%), Sleman (36%), Kota Yogyakarta (35,2%), dan Gunung Kidul (18,4%). Dari survei yang dilakukan oleh (Dinas Kesehatan DIY, 2018), sebanyak 19,3% remaja putri mengalami anemia atau kondisi kadar Hb dibawah nilai normal. Sasaran pada survei ini adalah 1500 remaja putri dari 5 Kabupaten dan Kota di Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa 1 dari 5 remaja putri menderita anemia.

Menurut Dinas Kesehatan DIY (2020), Pemerintah memberikan program penanggulangan anemia dengan memberikan pelayanan kesehatan remaja, anjuran mengkonsumsi tablet tambah darah, konsumsi gizi seimbang yang mendukung penyerapan zat besi, dan screening gizi. Selain itu, pemerintah memberikan tablet tambah darah ke setiap sekolah SMA/SMK yang diarahkan untuk diberikan setiap satu kali seminggu pada remaja putri (Kementerian Kesehatan, 2021). Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2018), Kejadian anemia dapat ditangani dengan penanganan farmakologi dan non farmakologi. Memberikan gizi seimbang pada remaja putri perlu dilakukan karena kedepannya mereka akan melahirkan generasi selanjutnya yang diharapkan akan menjadi generasi yang lebih baik. Salah satu unsur yang memiliki pengaruh terhadap kadar hemoglobin darah adalah zat besi. Absorpsi zat besi dapat dipengaruhi oleh kandungan dari vitamin C, hal tersebut karena vitamin C dapat memberi peningkatan terhadap absorpsi zat besi mencapai 30% Zat besi (Rusdi, 2018). Menurut Tasalim & Fatmawati, (2021) faktor yang dapat mempengaruhi proses absorpsi zat besi lebih penting daripada jumlah kandungan zat besinya dalam mempengaruhi kadar hemoglobin. Oleh karena itu, remaja dianjurkan untuk memaksimalkan konsumsi bahan yang mengandung zat besi serta vitamin C agar kadar hemoglobin meningkat. Beberapa makanan yang memiliki kandungan tersebut yakni buah jambu biji merah, kiwi, apel, dan jeruk.

Psidium guajava L. merupakan nama lain dari buah jambu biji merah. Buah ini merupakan buah yang memiliki kandungan nutrisi antioksidan. Jika dibandingkan dengan buah lain seperti jeruk, maka pada buah ini terdapat kandungan vitamin C yang lebih besar. Terkandung 183,5 mg vitamin C dalam setiap 100 gram dari jambu biji merah, sedangkan pada buah jeruk mengandung 50-70 mg vitamin C di setiap 100 gram (Rusdi, 2018). Pada 100 gram jambu biji merah mengandung 1,10 mg zat besi, 0,30 gram lemak, 87,00 mg vitamin C, 0,90 mg protein, dan 14,00 gram kalsium (Yuviska & Armiyanti, 2019). Keunggulan buah jambu biji merah adalah mudah didapatkan dan mudah diolah menjadi produk minuman maupun makanan seperti jus jambu biji merah.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pemberian jus jambu biji merah yang diberikan 7 hari berturut-turut menunjukkan hasil yang signifikan yakni kenaikan kadar hemoglobin remaja putri (Fitri Damayanti et al., 2019; Rusdi, 2018; Sulistyoningtyas & Atul, 2022; Yuviska & Armiyanti, 2019). Pada SMA N 1 Kasihan pernah digunakan untuk penelitian dengan judul Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMAN 1 Kasihan (Indriani, 2017). Selain itu, pihak sekolah pernah bekerjasama dengan Puskesmas untuk pemberian tablet Fe bagi para siswi pada tahun 2022 namun sudah berhenti. Di SMA N 1 Kasihan masih kurang dalam hal pemberian edukasi dan tindakan penanganan kesehatan, seperti anemia.

Berdasarkan Studi Pendahuluan, di SMA N 1 Kasihan, dilakukan wawancara pada 10 remaja putri terdapat 7 (70%) remaja putri yang mengalami lemah, letih, lesu, pucat, pusing berkunang-kunang, dan konjungtiva anemis. Oleh sebab itu, peneliti akan melakukan penelitian ini di SMA N 1 Kasihan, Tirtonirmolo, Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta.

Merujuk pada uraian di atas, maka dapat dirumuskan masalah yaitu “Apakah Ada Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava L.*) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Di SMA N 1 Kasihan Tahun 2023?”. Bertolak dari rumusan masalah tersebut, maka penulis melakukan penelitian terkait “Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava L.*) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Di SMA N 1 Kasihan Tahun 2023”.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam analisis ini adalah “Apakah Ada Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah (*Psidium Guajava L.*) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Di SMA N 1 Kasihan Tahun 2023?”.

C. Tujuan Penyusunan Skripsi

1. Tujuan Umum

Bertujuan untuk mencari tahu terkait pengaruh dari pemberian jus buah jambu biji merah (*Psidium Guajava L.*) terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja di SMA N 1 Kasihan tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus pada penelitian ini adalah

- a. Diketahui karakteristik remaja (siklus menstruasi, konsumsi tablet Fe, dan konsumsi teh) di SMA N 1 Kasihan tahun 2023
- b. Diketahui kadar hemoglobin remaja sebelum pemberian jus jambu biji merah (*Psidium Guajava L.*) di SMA N 1 Kasihan tahun 2023.
- c. Diketahui kadar hemoglobin remaja sesudah pemberian jus jambu biji merah (*Psidium Guajava L.*) di SMA N 1 Kasihan tahun 2023.
- d. Diketahui pengaruh pemberian jus jambu biji merah (*Psidium Guajava L.*) terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja di SMA N 1 Kasihan tahun 2023.

D. Manfaat Penyusunan Skripsi

Manfaat yang diharapkan peneliti pada penelitian ini adalah

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan, teori-teori baru, maupun dijadikan dasar penelitian di bidang yang sama selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi responden: Hasil penelitian ini diharapkan mampu memberikan pengetahuan dan informasi terhadap remaja terkait manfaat dari mengkonsumsi jus jambu biji merah terhadap kadar hemoglobin, mencegah anemia, serta menjaga kesehatan.
- b. Bagi SMA N 1 Kasihan: Hasil penelitian ini diharapkan mampu dijadikan bahan masukan untuk meningkatkan pemberian edukasi

mengenai gizi serta permasalahan pada remaja terutama anemia di SMA N 1 Kasihan.

- c. Bagi Universitas Jenderal Achmad Yani: Penelitian ini diharapkan mampu menambah literatur di perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan menjadi referensi bagi mahasiswa lainnya.
- d. Bagi peneliti selanjutnya: Hasil penelitian ini diharapkan layak menjadi referensi untuk dijadikan bahan pengembangan penelitian di masa yang akan datang.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

E. Keaslian Penelitian

Terdapat beberapa penelitian terdahulu mengenai penelitian ini sebagai berikut :

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Nama Peneliti/ Tahun	Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan	Persamaan
1.	Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Merah (<i>Psidium Guajava.L</i>) Terhadap Kadar Hemoglobin Penderita Anemia Remaja Putri	Pagdy Haninda Nusantri Rusdi/2018	Penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen, desain <i>quasi eksperiment Pre-Test and Post-Test</i> . Dengan populasi remaja putri Pantia Asuhan Tri Murni Kota Padang Panjang, sampel yang memenuhi kriteria inklusi sebanyak 2 kelompok dengan jumlah 34.	Hasil penelitian ini menunjukkan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan jus jambu biji merah terdapat selisih rata-rata sebesar 0,72 gr% pada kelompok kontrol dan 1,98 gr% pada kelompok intervensi. Disimpulkan bahwa jus jambu biji merah dapat meningkatkan kadar hemoglobin, serta dianjurkan untuk mengkonsumsi setiap hari.	Menggunakan metode <i>simple random sampling</i> , membuat jus 100gram buah jambu.	Melakukan penelitian selama 7 hari dan menunjukkan adanya peningkatan kadar hemoglobin yang signifikan dengan intervensi jus jambu biji merah.
2.	Efektifitas Pemberian Jus Jambu Biji Terhadap Perubahan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Nurul Jadid Kumpai	Dini Fitri Damayanti, Rizka Novianti, Wahyu Astuti/2020	Penelitian kuantitatif dengan metode <i>quasi eksperiment dengan pre test and post test nonequivalent control group design</i> . Adapun populasi dalam penelitian ini	Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat selisih dari kadar hemoglobin rata-rata sebelum dan sesudah diberikan jus jambu biji merah pada kelompok intervensi sebesar 1,1 gr%	Menggunakan metode <i>simple random sampling</i> . Terdapat perbedaan intervensi, kelompok yang diberikan jus jambu biji merah dengan tablet Fe dan	Penelitian dilakukan selama 7 hari dan menunjukkan adanya peningkatan kadar hemoglobin.

	Kabupaten Kubu Raya		adalah santriwati di Pondok Pesantren Nurul Jadid Kumpai Kabupaten Kubu Raya menggunakan simple random sampling, sebanyak 24 sampel yang terbagi menjadi 2 kelompok.	dan pada kelompok kontrol sebesar 0,7 gr%. Oleh karena itu, dianjurkan konsumsi jus jambu biji merah dan lebih baik apabila disertai tablet Fe.	kelompok control hanya diberikan jus jambu biji merah	
3.	Pemberian Jus Jambu Biji Berpengaruh Pada Kenaikan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Di Asrama SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta	Sholaikha Sulistyoningtyas, Rifa'atul/2022	Jenis penelitian kuantitatif, metode <i>pre-eksperimental dengan rancangan Pretest – Posttest One Group Design</i> . Menggunakan sampel sebanyak 29 remaja putri berusia 15-18 tahun di Asrama Putri SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta	Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan sebelum dan sesudah di berikan jus jambu dengan signifikansi 0,000 atau < 0,05. Yang disimpulkan bahwa pemberian jus jambu biji merah berpengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja.	Penelitian ini <i>Pre-Eksperimental</i> dan uji <i>Non Parametrik Wilcoxon</i>	Penelitian ini dilakukan selama 7 hari yang menunjukkan hasil signifikan dengan hanya diberikan intervensi jus jambu biji merah.

Sumber : (Fitri Damayanti et al., 2019; Rusdi, 2018; Sulistyoningtyas & Atul, 2022)