

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang dapat terjadi pada semua kelompok umur mulai dari anak-anak hingga usia lanjut. Remaja putri (Rematri) rentan terhadap anemia karena siklus menstruasi yang mereka alami setiap bulannya. Anemia ini juga dapat menurunkan *stamina* serta produktivitas. Anemia yang dialami remaja putri dapat berisiko ketika saat hamil dan akan memberikan pengaruh *negatif* terhadap pertumbuhan dan perkembangan janin dalam kandungan serta dapat menyebabkan *komplikasi* pada kehamilan dan persalinan, termasuk menjadi salah satu penyebab kematian pada ibu dan anak (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018).

Menurut Data (WHO, 2022) (*World Health Organization*), prevalensi global anemia pada wanita berusia 15–49 tahun adalah 29,9% pada tahun 2021. Untuk data negara Indonesia sendiri, WHO menyebutkan prevalensi anemia pada wanita berusia 15-49 tahun sebesar 31,2 % pada tahun yang sama. Hal ini sejalan dengan kejadian anemia di Indonesia masih cukup tinggi. Hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan anemia di Indonesia tahun 2018 pada karakteristik umur 5-14 tahun sebesar 26,8% dan umur 15-24 tahun sebesar 32,0% dan prevalensi anemia secara keseluruhan dari jenis kelamin menunjukkan anemia pada laki-laki sebesar 20,3% dan perempuan sebesar 27,2% dapat dilihat dari data tersebut bahwa kejadian anemia lebih tinggi terjadi pada perempuan (Sandala et al., 2022).

Setelah melalui masa *pandemic covid-19* yang berujung terhadap upaya pelayanan kesehatan masyarakat termasuk dengan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri yang diharapkan tetap dapat dilaksanakan. Biasanya tablet tambah besi untuk remaja putri dibagikan melalui sekolah, namun karena adanya *pandemic* yang

mengharuskan kebijakan belajar dilakukan di rumah (*Daring*), sesuai dengan anjuran pemerintah untuk dapat memberikan suplemen zat besi berupa tablet tambah darah sebanyak 52 tablet. Maka, pemberian suplemen zat besi ini dapat disesuaikan dengan kebijakan daerah setempat (Kemenkes RI., 2022).

Pemberian tablet tambah darah di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) pada remaja putri jauh melampaui apa yang diharapkan. Anemia pada remaja putri di wilayah Yogyakarta menjadi salah satu masalah khusus bagi pemerintah setempat. Dapat dilihat dari hasil *survey* pada tahun 2012 terdapat 36% remaja putri di Yogyakarta yang mengalami anemia, sedangkan hasil *survey* pada tahun 2018 menunjukkan prevalensi anemia pada remaja yaitu sebesar 19,3% dengan resiko (Kekurangan Energi Kronis) KEK sebesar 46%. Hal ini menunjukkan bahwa masih diperlukan upaya lebih lanjut dalam meningkatkan kualitas gizi pada remaja putri (Dinas Kesehatan DIY, 2020).

Anemia pada wanita akan menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan yang tidak optimal dan akan mempengaruhi kemampuan belajar karena gejala cepat lesu, kehilangan minat belajar, dan ketidakmampuan untuk berkonsentrasi. Anemia yang jika tidak ditangani sejak dini pada remaja akan mengakibatkan peningkatan risiko pada saat ketika ia menjadi seorang ibu dengan kondisi bayinya yang mengalami berat badan lahir rendah (BBLR) akibat anemia ini. Selain dampak yang diberikan oleh anemia dapat berakibat kepada ia di masa depan, maka seharusnya perlu dilakukan penanganan dalam mengatasi anemia tersebut guna mempersiapkan remaja putri menjadi seorang ibu dimasa depan yang dapat menurunkan angka kematian ibu dan anak. Pemberian suplementasi zat besi merupakan salah satu cara yang efektif untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan wanita subur atau remaja putri yang secara umum dapat meningkatkan kadar hemoglobin, terutama jika diberikan pada saat menstruasi (Puspitasari & Sari, 2015).

Indonesia telah mengambil berbagai langkah untuk mengatasi perlambatan pertumbuhan (*Stunting*), langkah yang diambil merupakan sebuah langkah khusus di bidang kesehatan berupa program 1000 HPK (Hari

Pertama Kehidupan). Namun, setelah program ini berjalan belum mampu menjadikan prioritas bagi program pelayanan kesehatan remaja. Oleh karena itu pemerintah perlu memperpanjang program kesehatan remaja yang tadinya program 1000 HPK diubah menjadi program 8000 HPK (Rizkiana, 2022).

Program 8000 HPK ini pertama kali disampaikan oleh Bundy dalam buku yang berjudul "*Disease Control Priorities, Third Edition: Volume 8. Child and Adolescent Health and Development*" lalu kemudian di Kota Yogyakarta pada tahun 2021 ialah kota yang memulainya program 8000 HPK. Program ini diadopsi dan lahir melalui Keputusan Walikota Yogyakarta Tahun 2021 Nomor 81 tentang Rencana Aksi Daerah mempersiapkan generasi unggul dengan program 8000 HPK di tahun 2021 dan beberapa daerah lain mulai menyusul. Program 8000 HPK menggunakan pendekatan sepanjang hayat (*Lifecourse*), pendekatan ini sepanjang hidup (*Lifecourse*) tidak hanya terfokus pada perawatan kesehatan aspek biomedis, tetapi juga memperhatikan faktor-faktor social dan ekonomi sehingga hal ini sejalan dengan Indeks Pembangunan Manusia (IPM). Selain itu, melalui program 8000 HPK diharapkan memberikan tujuan untuk memutus siklus stunting dan menciptakan generasi yang lebih baik dan unggul di masa depan (Rahayu Widaryanti, 2022).

Faktor risiko utama anemia defisiensi besi adalah asupan zat besi yang rendah, daya serap zat besi yang buruk, serta periode kehidupan yang butuh asupan zat besi yang tinggi seperti pada masa pertumbuhan, kehamilan, dan menyusui. Remaja putri pun begitu butuh asupan zat besi yang tinggi selama menstruasi. Saat ini anemia defisiensi besi masih merupakan salah satu masalah gizi terbesar di Indonesia bersama dengan kekurangan kalori protein, vitamin A dan yodium (Nisa et al., 2020).

Hemoglobin atau Hb adalah protein yang berada pada sel darah merah. Protein ini yang mengubah darah menjadi merah. Hemoglobin terdiri dari protein globin, protofirin dan besi (Utami et al., 2021). Kadar hemoglobin (Hb) digunakan untuk mengklasifikasi derajat anemia. Klien yang mengalami anemia ringan (Hb 10-14 g/dL), biasanya tidak menunjukkan gejala,

kemudian ada Klien dengan anemia sedang (Hb 6-10 g/dL) dan Anemia berat (HB <6 g/dL) (Dwi, 2018).

Anemia ini dapat dicegah salah satu cara mengatasinya dengan mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi zat besi. Di Indonesia, Fortifikasi makanan/fortifikasi pangan merupakan upaya pemenuhan serta perencanaan yang dilakukan pemerintah untuk membantu perbaikan pemenuhan kebutuhan gizi. Fortifikasi makanan dapat membantu pencegahan anemia defisiensi zat besi. Salah satu makanan yang dapat mencegah zat besi adalah kacang hijau (Nisa et al., 2020).

Kacang hijau (*Vigna Radiata*) bermanfaat untuk mencegah kekurangan zat besi, 0,1 kg kacang hijau mengandung 0,124 gram kalsium dan 0,326 mg fosfor, yang efektif untuk memperkuat tulang. Selain itu, Kacang hijau juga mengandung 19,7-24,2 % protein dan 5,9-7,8 % besi (Kurniyati et al., 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Susanti, 2022), tentang Pemeriksaan Hemoglobin sebagai Evaluasi Pemberian Tamblet Tambah Darah (TTD) di SMAN 1 Godean Sleman Yogyakarta menyatakan bahwa kebanyakan remaja putri ketika yang diberikan Tablet Tambah Darah di sekolahnya, mereka tidak mengkonsumsi Tablet Tambah Darah tersebut. Sehingga sebagian besar siswi yang tidak patuh mengkonsumsi Tablet Tambah Darah sebesar 68 (83,9%).

Dari penjelasan latar belakang diatas dan studi pendahuluan yang dilakukan, diketahui bahwa terdapat sebanyak 143 siswi yang berada pada kelas XI di SMAN 1 Godean. Maka, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin (Hb) Darah Saat Menstruasi di SMAN 1 Godean Tahun 2022”** sebagai salah satu upaya dalam pencegahan anemia selain dengan suplementasi zat besi, dapat melakukan fortifikasi makanan dengan sari kacang hijau dalam meningkatkan kadar hemoglobin darah saat menstruasi pada remaja putri di SMA N 1 Godean.

B. Rumusan masalah

Dari hasil penjelasan tersebut di atas, dapat dirumuskan masalah penelitian ini adalah apakah terdapat “Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin (Hb) Darah Saat Menstruasi di SMAN 1 Godean Tahun 2022”?

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Kadar Hemoglobin (Hb) Darah Saat Menstruasi di SMAN 1 Godean Tahun 2022.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap kadar Hb saat menstruasi pada remaja putri sebelum diberikan sari kacang hijau.
- b. Untuk mengetahui pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap kadar Hb saat menstruasi pada remaja putri sesudah diberikan sari kacang hijau.
- c. Untuk mengetahui perbedaan hasil pemberian sari kacang hijau terhadap kadar Hb saat menstruasi pada remaja putri sebelum dan setelah mengonsumsi minuman sari kacang hijau.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi sebuah *evidence based* kepada remaja putri yang mengalami anemia. Selain menggunakan farmakologis adapun dapat menggunakan metode *Non Farmakologis* dengan mengkonsumsi minuman sari kacang hijau.

2. Manfaat Praktis

- a. Manfaat Praktis Bagi Institusi, yaitu dapat dijadikan referensi bahan pembelajaran kedepan dan menjadi panduan dalam pembuatan skripsi dan ketika hendak melakukan penelitian terkait pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap kadar hemoglobin (Hb) darah saat Menstruasi pada remaja putri.
- b. Manfaat Praktis Bagi Peneliti, yaitu untuk menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam mengaplikasikan *evidence based* dalam praktik kebidanan.
- c. Manfaat Praktis Bagi SMAN 1 Godean, yaitu sebagai referensi terhadap kesehatan remaja khususnya pihak sekolah. Dengan adanya penelitian ini, pihak sekolah bisa melakukan setidaknya pemeriksaan kesehatan sebulan sekali guna memperhatikan kesehatan remaja dan mengadakan acara tersebut setiap tahunnya untuk menanggulangi anemia dan mengedukasi pola hidup sehat agar remaja putri di Indonesia ini bisa senantiasa selalu terjaga dan sehat.
- d. Manfaat Praktis Bagi Remaja, yaitu dapat meningkatkan kadar HB saat anemia dan dapat mengkonsumsi sari kacang hijau dan Tablet tambah darah untuk memenuhi kebutuhan zat besi dalam tubuh.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Nama Peneliti, Judul Penelitian dan Tahun Terbit	Perbedaan	Persamaan	Hasil penelitian
1.	Santoso,Budi.,dkk Pengaruh Sari Kacang Hijau (Vigna Radiata) Terhadap Kadar Hemoglobin Anak Usia Sekolah Dengan Anemia Defisiensi Zat Besi Tahun 2020.	Metode pada penelitian ini menggunakan praeksperimental.	Teknik pengumpulan data dengan lembar obeservasi dan alat ukur Hb.	Hasil uji statistik menunjukkan bahwa nilai p value yang diperoleh adalah 0,001. Hal ini menunjukkan bahwa nilai p value <0,05, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemberian sari kacang hijau (Vigna radiata) terhadap kadar Hemoglobin anak usia sekolah dengan anemia defisiensi zat besi di SDN Cimahi Mandiri 1
2.	Carolin, Bunga Tiara., Dkk.Pemberian Sari Kacang HIjau Untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Siswi Anemia. 2021 (Carolin et al., 2021)	Penelitian ini menggunakan sari kacang hijau buatan sendiri.	Penelitian ini menggunakan quasi eksperimen. Dan teknik pengambilan sampel menggunakan <i>purposive sampling</i> . Alat pengumpulan data ialah lembar observasi dan alat ukur Hb	Hasil uji statistik Wilcoxon didapatkan (p=0,000<0,5) maka Ho ditolak. Artinya bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian sari kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada siswi anemia di SMPN 3 Bandar Lampung.

3.	<p>Anggaraini, Yurina Puspa, dan Putri Widelia Welkriana. Kadar Hemoglobin Pada Mahasiswi Tingkat Tiga Yang Sedang Menstruasi Setelah Diberi Minuman Sari Kacang Hijau (Instan) Poltekkeslu Tahun 2021 (Angggraini & Welkriana, 2021).</p>	<p>Jenis penelitian ini adalah deskriptif.</p>	<p>Alat yang digunakan ialah alat ukur Hb digital dan lembar observasi</p>	<p>Dari hasil tersebut menunjukkan bahwa hampir seluruh mahasiswi Kampus A Poltekkes Kememkes Bengkulu mengalami peningkatan kadar hemoglobin setelah diberi minuman sari kacang hijau, sebagian kecil mengalami penurunan kadar hemoglobin dan sebagian kecil lagi tidak ada perubahan kadar hemoglobin.</p>
----	--	--	--	---

PEPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YOGYAKARTA