

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja ialah masa-masa perubahan atau transisi dari anak-anak hingga dewasa. Dalam masa tersebut terlihat proses pendewasaan yang merupakan ciri dari masa dewasa yang terjadi tumbuh kembang fisik, mental, emosional serta psikologis yang amat pesat. Perlu adanya intervensi yang mendukung arah pertumbuhan dan perkembangan generasi muda yang sehat dan produktif untuk memotivasi generasi muda menuju masa depan yang lebih baik serta berkualitas (Dinkes, 2021). Kurangnya kesadaran dalam menjaga kesehatan dimasa remaja dan kebiasaan buruk yang dilakukan oleh remaja dapat menimbulkan masalah kesehatan. Kesehatan remaja ialah satu diantara penentu kesuksesan dalam pengembangan kesehatan, khususnya pada usaha membentuk mutu generasi penerus pada masa depan.

Satu diantara permasalahan medis yang sering dialami kaum muda terutama remaja putri ialah anemia. Anemia ialah sebuah keadaan dimana kandungan sel darah merah (hb) kluang dari kisaran normal, ataupun di bawah 12 g/dl. Anemia masih menjadi permasalahan medis dunia, terutama sejumlah negara berkembang sebagaimana Indonesia. Di Indonesia prevalensi anemia tergolong tinggi. Kondisi berikut diperlihatkan oleh Kemenkes (2020), dimana proporsi balita yang menderita anemia sebesar 47,0%; WUS 26,9%; remaja putri 26,50%; Ibu hamil 40,1% (Tim Poltekkes Depkes Jakarta I, 2020). Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi anemia terhadap remaja putri meningkat dari 37,1% pada Riskesdas 2013 menjadi 48,9%, dengan proporsi anemia terjadi dalam kelompok usia 15-24 tahun. Informasi dari pelaporan akhir Kajian Anemia Remaja yang dijalankan Dinkes DIY tahun 2018, anemia gizi besi terhadap wanita usia 12-18 tahun yakni senilai 19,30%. Grafik menunjukkan prevalensi tertinggi di Kabupaten Kulon Progo sebesar 34,75%, selanjutnya

di Kabupaten Gunungkidul sebesar 23,0%, di Kota Yogyakarta sebesar 19,30%, di Kabupaten Sleman sebesar 16,60% serta terendah di Kabupaten Bantul sebesar 14,40%. Analisis data pada pelaporan anemia remaja yang dilakukan oleh puskesmas DIY tahun 2018, menunjukkan kasus tertinggi terjadinya anemia remaja terjadi di kabupaten Kulonprogo yaitu sebesar 34,75% (Dinas Kesehatan DIY, 2018).

Penanggulangan anemia yaitu dengan cara pemberian suplemen zat besi, apabila asupan zat besi yang rendah serta kesalahan asupan zat besi merupakan faktor utama penyebab anemia (Nasruddin et al., 2021). Ketika masa remaja keperluan zat besi bertambah mulai taraf pra remaja 0.7-0.9 mg Fe/hari hingga 2.2 mg Fe/hari baik remaja pria ataupun wanita. Remaja putri memiliki beberapa faktor yang menyebabkan penurunan kadar hemoglobin yaitu kekurangan zat besi, pengetahuan tentang anemia yang masih kurang, menstruasi setiap bulan, perilaku tidak tepat artinya pada remaja putri sudah memperhatikan postur tubuhnya atau penampilannya untuk mengikuti diet, tetapi diet dilakukan secara tidak benar menyebabkan dirinya kekurangan zat besi (Resmi et al., 2020). Menurut Rosyidah (2022), mengatakan bahwa kurang tidur yang juga sering terjadi di kalangan pelajar, karena pelajar memiliki aktivitas yang cukup padat sehingga mudah mengalami gangguan tidur. Salah satu masalah yang disebabkan oleh kualitas tidur yang buruk pada pelajar dapat berakibat terjadinya penurunan kadar hemoglobin atau biasa disebut anemia.

Anemia pada remaja memiliki dampak dalam jangka pendek yaitu dapat menyebabkan keterlambatan pertumbuhan, penurunan pada kesehatan reproduksi, kecerdasan, gangguan kemampuan belajar di karenakan daya konsentrasi yang menurun. Sedangkan dampak dalam jangka panjang pada remaja putri jika kondisi anemia masih tidak diatasi menyebabkan komplikasi kehamilan karena tidak mampu mensuplai nutrisi pada janin yang menyebabkan perkembangan janin tidak dapat berkembang, keguguran, kelahiran prematur dan juga perdarahan saat persalinan (Akma L, 2016).

Menurut Sianturi (2012), mengatakan bahwa ada dua cara untuk mengatasi anemia, yaitu secara farmakologis dan non-farmakologis. Cara farmakologisnya adalah dengan meminum 1 tablet Fe perhari, akan tetapi banyak remaja yang menolak untuk mengonsumsi tablet Fe karena efek sampingnya yakni muntah, mual, serta BAB berwarna hitam pekat. Cara lainnya menggunakan metode nonfarmakologi yaitu jambu biji merah ialah buah yang bisa mengoptimalkan kandungan hb lantaran jambu biji merah kaya akan vitamin C dan zat besi 2x lipat dari buah jeruk. Selain itu, guna menunjang penyerapan zat besi dalam jambu biji merah, jambu biji merah sudah tersedia serta murah (Man et al., 2018).

Dari studi pendahuluan yang telah dijalankan pada 11 Februari 2023 di MAN 1 Kulon Progo, melalui wawancara secara langsung dengan guru BK yaitu ibu Hening Handayani, S.Pd mengatakan bahwa sudah ada penanganan pencegahan anemia dengan berkolaborasi kepada pihak puskesmas kulon progo dengan melakukan pemberian tablet Fe tiap 1 minggu sekali, Akan tetapi ibu hening handayani juga mengatakan masih cukup banyak anak yang mengalami keluhan pertanda anemia yakni lemah, lesu, lelah, letih, serta lunglai (5L). Setelah itu dilakukan juga skrining terhadap 15 siswi melalui wawancara serta pemeriksaan konjungtiva. Dari skrining tersebut dari 15 siswi ada 7 siswi yang mengalami gejala anemia dengan konjungtiva yang pucat dan sering mengalami mata berkunang-kunang. Dari wawancara tersebut faktor siswi mengalami gejala anemia dilihat mulai dari sarapan yang terlewatkan, waktu istirahat yang kurang cukup karena jadwal kegiatan yang banyak dan pola makan yang salah dalam meningkatkan kadar Hb. Dengan sudah adanya penangan pemberian tablet fe namun masih didapati sejumlah anak yang terkena gejala anemia sehingga dilakukan wawancara lebih dalam ternyata ada beberapa siswi yang tidak teratur meminum tablet fe tersebut walaupun sudah diwajibkan, dikarenakan tablet fe memiliki aroma yang kurang disukai dan efek samping yang dirasakan.

Berdasarkan penjelasan diatas, penulis mempunyai ketertarikan menjalankan riset dengan judul **“Pengaruh Pemberian Jus Jambu Biji Terhadap Kenaikan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di MAN 1 Kulon Progo”** untuk mengetahui adakah perubahan signifikan pada kenaikan kadar hemoglobin.

B. Rumusan Masalah

Mengacu dari latar belakang itu bisa dibuat rumusan diantaranya “Apakah ada pengaruh pemberian jus jambu biji terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada remaja putri di MAN 1 Kulon Progo?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian jus jambu biji terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada remaja putri di Di MAN 1 Kulon Progo

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui kandungan hb (hemoglobin) sebelum mengkonsumsi jus buah jambu biji pada remaja putri kelas XI di MAN 1 Kulon Progo.
- b. Mengetahui kandungan hb (hemoglobin) setelah mengkonsumsi jus buah jambu biji pada remaja putri kelas XI di MAN 1 Kulon Progo.
- c. Menganalisis pengaruh kandungan hb sebelum dan setelah mengkonsumsi jus buah jambu biji terhadap kenaikan kadar hb terhadap remaja putri kelas XI di MAN 1 Kulon Progo.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil riset berikut bisa memperbanyak informasi serta rujukan tentang dampak konsumsi jus jambu biji pada kenaikan kandungan hb terhadap remaja anemia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil riset berikut bisa berguna menjadi sumber informasi ilmiah guna menambah pengetahuan pada penanganan masalah anemia terhadap remaja putri.

b. Bagi Remaja Putri

Sebagai pengetahuan dan wawasan baru bahwasannya jus jambu biji dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada tubuh, sehingga menjadi pacuan untuk mengatasi anemia pada remaja putri agar menjadi generasi yang lebih baik lagi.

c. Bagi Sekolah

Hasil riset berikut harapannya bisa menjadi masukan dalam melakukan program anemia dan juga sebagai tambahan informasi bagi siswa MAN 1 Kulon Progo.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Nama Peneliti/Tahun	Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan	Persamaan
1.	Pemberian Jus Jambu Biji Berpengaruh Pada Kenaikan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Di Asrama Putri SMA Muhammadiyah 2 Yogyakarta	Sholaikhah Sulistyoningtyas, Rifa'atul / 2022	Pretest dengan Pretest - Posttest One Group Design. Jumlah sampel adalah 29 responden. Pengumpulan data menggunakan tabel master dan analisis data menggunakan uji nonparametrik Wilcoxon	Adanya pengaruh pemberian jus jambu biji diantara setelah dan sebelum diberi dimana taraf signifikasinya 0,000 ataupun < 0,05.	Terdapat perbedaan dari waktu penelitian, tempat penelitian, teknik pengambilan sampel, serta jumlah responden	Penelitian ini memiliki kesamaan mulai dari desain Eksperimen, cara pengukur Kadar Hb, dan paengolahan analisis data
3.	Efektivitas Pemberian Jus Jambu Biji Terhadap	Damayanti, Rizka Novianti,	<i>Quasi eksperiment dengan pre test and post</i>	Penelitian menunjukka n terdapat perbedaan	Terdapat perbedaan dari judul penelitian,	Penelitian ini memiliki kesamaan

	Perubahan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Nurul Jadid Kumpai Kabupaten Kubu Raya	Wahyu Astuti / 2020	<i>test nonequivalent control group design.</i> Teknik pengambilan sampel dengan (simple random sampling), Analisis data melalui uji <i>paired t-test</i> dan <i>independent t-test.</i>	signifikan antara kadar hemoglobin sebelum dan sesudah.	waktu penelitian, tempat penelitian, teknik pengambilan sampel, dan jumlah responden	dalam analisis data dan metode penelitian
3.	<i>Randomized Placebo-Controlled Trial of Guava Juice as a Source of Ascorbic Acid to Reduce Iron Deficiency in Tarahumara Indigenous Schoolchildren of Northern Mexico</i>	Joel Monarrez-Espino, MD, PhD, Mardia Lopez-Alarcon, MD, PhD & Ted Greiner, PhDP / 2013	Metode <i>quasi eksperiment</i> dengan <i>random sampling</i> , jumlah sampel sebanyak 95 sampel. Dengan Analisis data melalui ANOVA.	Dengan analisis varians (ANOVA) untuk pengukuran berulang, kelompok jambu biji memiliki 0,64 g/dL Hb lebih tinggi (CI95, 0,18–1,11; p = 0,01) dan 2,47 ng/mL PF lebih tinggi (CI95, –1,04 hingga 5,98; p = 0,12) dibandingkan dengan kelompok plasebo	Terdapat perbedaan dari judul penelitian, waktu dan tempat penelitian.	Persamaan penelitian ini dengan metode yang sama.