

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Menurut WHO (*World Health Organization*) mengatakan bahwa masa remaja merupakan masa seorang individu yang mengalami perkembangan sejak terdapatnya tanda-tanda seksualitas hingga sampai mencapai kematangan seksualitas tersebut. Pada masa remaja tersebut akan mengalami yang namanya perkembangan psikologi, perkembangan dari masa kanak-kanak sampai dewasa dan merupakan masa perpindahan dari keadaan yang ketergantungan sangat penuh kehidupan sosialnya hingga menjadi pribadi yang keadaannya dominan lebih mandiri (YusufLN, 2020). Pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja di bagi menjadi tiga fase, yaitu saat umur 11-14 masuk kedalam remaja tahap awal, pada umur 14-17 tahun masuk kedalam remaja tengah dan pada umur 17-20 tahun masuk pada masa remaja akhir (Sirupa et al., 2016) .

Pada usia remaja akan terjadi pertumbuhan fisik yang sangat pesat (*adolescent growth spurt*) dan datangnya menstruasi, adanya fase tersebut remaja putri memerlukan zat gizi yang harus terpenuhi. Zat gizi yang dibutuhkan relatif lebih banyak diperlukan oleh tubuh remaja putri diantaranya zat besi. Sehingga pada fase ini remaja putri rentan sekali mengalami anemia (Budianto, 2016). Maka dari itu remaja perlu mendapatkan perhatian khusus mengenai kebutuhan akan zat besi khususnya adalah pada remaja putri dikarenakan nantinya remaja putri akan mengalami percepatan pertumbuhan dan akan mengalami menstruasi, yang akan dapat menyebabkan rentan mengalami anemia (Arisman, 2009).

Anemia yaitu salah satu kondisi dimana kadar hemoglobin didalam darah mengalami penurunan dari kadar normalnya berdasarkan kelompok usia dan berdasarkan jenis kelamin. Anemia merupakan kondisi kesehatan yang menjadikan masalah bagi tubuh yang mana efek sampingnya adalah lemah, letih dan lesu pada penderitanya serta dapat mengganggu aktifitas dan

produktivitas. Anemia bisa diakibatkan oleh rendahnya zat besi, menstruasi, nutrisi, vitamin B12, asam folat dan adanya penyakit infeksi (Tutik & Ningsih, 2019). Dampak anemia pada remaja bisa terjadi secara langsung dan tidak langsung. Akibat langsung dari anemia pada remaja adalah sering mengeluh pusing, kemudian palpebra, lidah, kulit, bibir dan bagian telapak tangan terlihat pucat, serta merasa lemas, letih, lesu, lemas dan letih.. Dampak tidak langsung atau jangka panjangnya adalah nantinya wanita akan hamil dan akan memiliki keturunan, dimana remaja yang saat masa remajanya mengalami anemia nanti anemianya akan lebih buruk saat hamil, dikarenakan selama kehamilan membutuhkan lebih banyak gizi (Sanjaya et al., n.d. 2019).

Hemoglobin yaitu adalah metaloprotein dalam sel darah merah yang berguna sebagai pengangkut oksigen (O<sub>2</sub>) yang disalurkan menuju paru-paru serta pengangkut karbon dioksida (CO<sub>2</sub>). Dimana kadar hemoglobin ini dapat diukur secara kimiawi menjadi 100/ml, yang dapat digunakan sebagai tanda bahwa oksigen sudah masuk ke dalam sel darah merah. Dalam skala besar, status anemia sering dinilai menggunakan hemoglobin sebagai parameter (Gita, 2019). Hemoglobin bisa mengalami peningkatan dan penurunan, dimana menurunnya hemoglobin di dalam darah tersebut dapat diakibatkan oleh beberapa faktor yaitu perdarahan, anemia, leukemia, penyakit ginjal kronis, dan menurunnya ferrum (fe), vitamin B9 dan asam folat (Tutik & Ningsih, 2019). Dimana sebagian besar keadaan tersebut terjadi pada usia muda karena variabel kekurangan zat besi yang dialami adalah penurunan kadar hemoglobin (Rusdi et al., 2018). Kadar hemoglobin dapat dikategorikan ke dalam normal yaitu 12 g/dL, ringan hingga sedang berkisar 10 dan 11 g/dL, serta berat berkisar dari 8 g/dL (Mariyona, 2020).

Menurut WHO (2019), prevalensi global anemia berkisar antara 50 hingga 80 persen pada remaja putri. Di dunia terdapat kasus penderita anemia berkisar 1,32 miliar orang atau 25% bagian masyarakat yang ada di dunia. Benua Afrika memiliki jumlah kasus tertinggi, dengan 44,4%, benua Asia memiliki 25-33%, dan benua Amerika Utara memiliki kasus paling sedikit hingga saat ini, dengan total 7,6%.

Penderita anemia pada wanita di Indonesia menurut Survei Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018, pada remaja putri usia 15-49 tahun berkisar 31,2% dan diperkirakan usia yang rentan anemia pada 20-44 tahun. Kemudian pada kelompok usia 15-24 tahun lebih tinggi, tepatnya 32,0%. Pada wanita lebih tinggi dibandingkan pria, khususnya pada wanita (27,0%) pria (20,0%) (Sanjaya et al., n.d., 2019).

Pengobatan Anemia bisa dilakukan dengan dua jenis, antara lain yaitu dengan menggunakan metode nonfarmakologi dan farmakologi. Pada metode farmakologi ini merupakan pengobatan yang menggunakan obat konsumsi dan biasanya dapat mengonsumsi tablet penambah darah 1 kali sehari selama periode menstruasi berlangsung. Tetapi, kebanyakan masyarakat dan remaja umumnya ketika diberi tablet tambah darah tidak diminum secara rutin dikarenakan saat meminum pil penambah darah terdapat beberapa yang mengalami efek samping yaitu mual, susah BAB, dan feses warnanya cenderung gelap. Sehingga untuk mengatasi hal berikut masyarakat ataupun remaja disarankan untuk mengonsumsi bahan makanan yang didalamnya banyak kandungan zat besi atau zat gizi sehingga meningkatkan kadar hemoglobin dalam tubuh. Diantaranya ada kacang hijau, makanan tersebut termasuk kedalam pengobatan anemia secara nonfarmakologi (Mariyona, 2020).

Bahan pangan yang mengandung zat yang dibutuhkan tubuh salah satunya kacang hijau (*Phaseolus radiatus* L.), dimana kacang hijau ini terkandung zat yang dibutuhkan tubuh dalam eritropoiesis sehingga dapat melakukan pembentukan sel darah merah yang berguna untuk menangani efek menurunnya kadar sel darah merah. Kacang hijau (*Phaseolus radiatus* L.) memiliki banyak manfaat seperti digunakan untuk mencegah terjadinya anemia dikarenakan didalam kacang hijau terdapat kandungan fitonutrien atau fitokimia yang sangat lengkap yang bisa menunjang pembentukan darah atau hematopesis. Kacang hijau memiliki kandungan zat baik yang banyak diantaranya vitamin dan mineral (Mariyona, 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan Yuviska, I. A., & Armiyanti, L. (2019) bahwa kandungan zat besi yang ada didalam kacang hijau lebih tinggi dibandingkan dengan yang lain, salah satunya pada jambu biji merah. Dimana pada jambu biji merah per 100 gram memiliki kandungan zat besi sebesar 0,26 mg sedangkan pada kacang hijau kandungan zat besi didalamnya sebesar 6,7 mg dalam 100 g kacang hijau (Yuviska & Armiyanti, 2019) . Dimana zat besi yang dibutuhkan pada remaja putri yaitu sebanyak 2,2 mg setiap hari dan kebutuhan tersebut akan mengalami peningkatan saat remaja putri mengalami menstruasi (Suparyanto dan Rosad (2015, 2020). Dari hal tersebut diyakini bahwa pemberian sari dari kacang hijau bisa memberikan peranan dalam mencegah anemia, karena kacang hijau adalah salah satu bahan pangan yang didalamnya banyak kandungan partikel-partikel yang diperlukan untuk eritropoiesis (pembentukan sel darah merah) yang mana dapat mengatasi penyebab rendah atau menurunnya kadar hemoglobin.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Santoso, M.B., Mulyati, R., dan Rukmana, A.F. (2020) menyatakan bahwa, pada anak sekolah yang belum diberikan kacang hijau kadar hemoglobinnya yaitu 11,4 gr/dl kemudian sesudah mengonsumsi kacang hijau kadar meningkat sebesar 13,3 gr/dl. Berdasarkan hal tersebut pemberian ekstrak kacang hijau dapat meningkatkan zat besi pada anak sekolah yang menderita anemia dan dengan dosis zat besi 200 mililiter per hari selama 7 hari, menurut hasil statistik dengan nilai p 0,001 (0,05).

Penelitian yang dilakukan oleh Mariyona, K. (2019), menyatakan bahwa Hasil analisis didapat bahwa rata-rata kadar ferritin serum kelompok intervensi sebelum diberikan jus kacang hijau adalah 36,91 ( $\mu\text{g/L}$ ) dan sesudah diberikan jus kacang hijau terjadi peningkatan yaitu 65,10 ( $\mu\text{g/L}$ ). sehingga dapat disimpulkan bahwa pemberian jus kacang hijau (*Phaseolus radiatus L.*) berpengaruh dalam meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri yang menderita anemia dengan dosis intervensi sebanyak 200 gr selama 7 hari.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 11 Februari 2023 di MAN 1 Kulon Progo, melalui wawancara langsung dengan guru BK. didapat kan bahwa upaya untuk pencegahan anemia di MAN 1 kulon Progo sudah berkolaborasi dengan puskesmas untuk dilakukan pemberian tablet tambah darah setiap minggu 1 kali, kemudian dari hasil wawancara guru BK didapatkan bahwa banyak siswi yang mengalami keluhan seperti mudah lelah, lemes dan terlihat lesu. Kemudian juga dilakukan skrining juga terhadap 15 siswi yaitu 5 siswi dari kelas X, 5 siswi dari kelas XI, dan 5 siswi dari kelas XII melalui wawancara dan pemeriksaan didapatkan 8 dari 15 siswi yang mengalami gejala anemia seperti (lemah, letih, lesu, lunglai dan lelah, serta konjungtiva terlihat pucat) karena padatnya jam pembelajaran yang dimulai dari jam 07. 00 Wib - 15.00 Wib, kemudian juga remaja tersebut jarang sarapan pagi dan ditambah banyak siswi yang ikut organisasi sehingga membuat jadwal mereka sangat padat.

Kemudian mengambil MAN 1 Kulon Progo untuk dilakukan penelitian adalah karena menurut Dinkes Kulon Progo 2017 data menunjukkan bahwa terdapat 5 puskesmas dengan prevalensi tertinggi anemia remaja di kabupaten kulon progo berdasarkan wilayah kerja puskesmas yaitu puskesmas kokap 1, puskesmas lendah 1, puskesmas sentolo 1, puskesmas nanggulan dan puskesmas pangasih 1. Data diatas menunjukkan bahwa kasus anemia remaja tertinggi salah satunya berada pada puskesmas pangasih 1 dimana wilayah kerja dari puskesmas pangasih 1 salah satunya adalah MAN 1 Kulon Progo. Dimana dibandingkan dengan sekolah lainnya yang berada pada salah satu wilayah kerja puskesmas dengan prevalensi tertinggi anemia, MAN 1 Kulon Progo merupakan sekolah yang belum pernah dilakukan penelitian terkait dengan anemia. Dibandingkan di wilayah kerja puskesmas lainnya sudah ada penelitian terkait dengan anemia. Salah satunya yaitu di SMAN 1 Kokap yang mana masuk didalam wilayah kerja dari puskesmas kokap 1, didapatkan dari penelitian yang dilakukan oleh Nuraini, U. D., Theresia, E. M., & Es, D. (2020) didapatkan yaitu dari total

siswi 36 terdapat 29 siswi (80,6 %) tidak mengalami anemia dan 7 siswi (19,4%) mengalami anemia.

Ditinjau dari data Riskesdas 2018 prevalensi anemia pada remaja putri di DIY berdasarkan kabupaten/kota yaitu kota Yogyakarta 35,2%, Kabupaten Sleman 18,1%, Kabupaten Kulon Progo 73,8%, Kabupaten Gunung Kidul 18,4% dan Kabupaten Bantul 54,8%. Dari data tersebut didapatkan bahwa kabupaten Kulon Progo menduduki peringkat tertinggi terjadinya anemia dan mengingat tingginya kandungan besi yang ada didalam kacang hijau maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Anemia di MAN 1 Kulon Progo”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembahasan latar belakang, dapat dirumuskan sebagai berikut “Apakah terdapat pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri anemia di MAN 1 Kulon Progo?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri anemia di MAN 1 Kulon Progo

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui kadar hemoglobin sebelum pemberian sari kacang hijau (*Phaseolus radiatus L.*)
- b. Mengetahui kadar hemoglobin sesudah pemberian sari kacang hijau (*Phaseolus radiatus L.*)

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menambah pengetahuan dan sebagai dasar pengembangan manfaat kacang hijau dalam ilmu kebidanan

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Responden

Penelitian ini, diharapkan mampu mengatasi masalah mengenai rendahnya kadar hemoglobin, mencegah dan menangani terjadinya anemia secara non farmakologi.

#### b. Bagi Sekolah MAN 1 Kulon Progo

Diharapkan adanya perlakuan terhadap responden dapat menjadikan angka anemia berkurang, produktifitas siswi meningkat dan juga dapat meningkatkan prestasi belajar.

#### c. Bagi Institusi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai tambahan pengetahuan dan sebagai tambahan sumber informasi di perpustakaan.

#### d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat berguna sebagai sumber literatur yang dapat digunakan dalam penanganan masalah anemia.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No.	Keaslian Penelitian	
1.	Nama Peneliti/Tahun	: Mariyona, K. (2019)
	Judul	: Pengaruh Pemberian Jus Kacang Hijau ( <i>Phaseolus Radiatus L</i> ) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Serum Pada Penderita Anemia Remaja Putri
	Desain Penelitian	: <i>Quasy Experiment</i> dengan desain penelitian <i>Pretest – Posttest</i>
	Hasil	: Terdapat hasil yang signifikan diberikannya jus kacang hijau ( <i>Phaseolus radiatus L</i> ) dengan meningkatnya kadar hemoglobin pada remaja

---

	Persamaan	putri yang memiliki anemia : Perlakuan yang diberikan sama yaitu sari kacang hijau dan mengukur kadar hemoglobin remaja putri. Analisis data yang digunakan juga sama yaitu menggunakan uji statistik <i>dependent t-test</i>
	Perbedaan	: Perlakuan yang digunakan berupa jus, sedangkan penelitian ini dalam bentuk sari, desain yang digunakan adalah <i>quasi eksperimen</i> dengan <i>one grub pretest-posttest</i> . Berbeda dengan penelitian ini yang digunakan adalah <i>quasy eksperimen</i> dengan <i>pre-test and post-test control groups design</i>
2.	Nama Peneliti/Tahun	: Maulina, N., Choirunissa, R., & Azzahroh, P. (2022)
	Judul	: Pengaruh Sari Kacang Hijau dan Tablet FE Terhadap Kadar Hemoglobin Remaja Putri dengan Anemia di MTs Ar Roudloh Kabupaten Bandung Tahun 2021.
	Desain Penelitian	: <i>Quasi-experiment</i> menggunakan rancangan <i>pre-test post-test two groups design</i>
	Hasil	: Hasil uji statistik <i>independent t test</i> menampilkan bahwa nilai $P_{value}=0,000$ lebih rendah dibanding $\alpha$ (0,05) yang artinya terdapat hasil yang akurat antara kadar Hb selesai diberikan sari kacang hijau dan pemberian tablet Fe
	Persamaan	: Sampel yang digunakan sama yaitu remaja putri penderita anemia dan mengukur kadar hemoglobin serta analisis data yang digunakan juga sama yaitu menggunakan uji statistik <i>independent t-test</i>
	Perbedaan	: Intervensi yang diberikan ada dua yaitu sari kacang hijau dan tablet fe sementara penelitian ini intervensi yang digunakan sari kacang hijau. Kemudian kelompok kontrol penelitian sebelumnya diberikan tablet fe sementara dalam penelitian ini tidak di berikan intrvensi apapun.
3.	Nama Peneliti/Tahun	: Santoso, M. B., Mulyati, R., & Rukmana, A. F. (2020)
	Judul	: Pengaruh Sari Kacang Hijau (Vigna Radiata) Terhadap Kadar Hemoglobin Anak Usia Sekolah Dengan Anemia Defisiensi Zat Besi
	Desain Penelitian	: <i>Pra-eksperimen</i> dengan rancangan <i>One group pretest posttest</i>

---



---

Hasil	: Hasil statistik diperoleh $p \text{ value } (0,001) < \alpha (0,05)$ , bisa atau dapat ditarik hasil bahwa sari kacang hijau efektif dalam digunakan untuk meningkatkan kadar <i>Hemoglobin</i> pada anak usia sekolah dengan anemia defisiensi zat besi
Persamaan	: Intervensi yang dilakukan sama adalah sari kacang hijau dan mengukur kadar Hemoglobin
Perbedaan	: Desain penelitian yang di gunakan adalah <i>praeksperiment</i> dengan rancangan <i>one group pretest posttests</i> sedangkan penelitian ini menggunakan <i>quasy eksperiment</i> dengan rancangan <i>pre-test and post-test control groups design</i> , Populasi yang di gunakan adalah anak usia sekolah, sedangkan penelitian ini menggunakan populasi remaja usia 16-18 tahun

---

PERPUSTAKAAN  
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD  
YOGYAKARTA