

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah suatu kondisi di mana kadar *hemoglobin* dan sel darah merah lebih rendah dari normal. Untuk kelompok usia dan jenis kelamin, kadar *hemoglobin* (Hb) normal adalah 12-15 g/dl untuk remaja putri dan 13-17 g/dl untuk remaja pria. Wanita yang lebih muda berisiko lebih besar mengalami anemia gizi besi, karena melemahkan pertahanan tubuh dan dapat dengan mudah memengaruhi masalah kesehatan. (Sarni Anggoro 2020).

Banyak faktor yang berhubungan dengan anemia pada remaja putri yaitu asupan energi, asupan protein, asupan zat besi, asupan vitamin C, minum teh atau kopi, investasi cacing, pengetahuan, pendidikan dan jenis pekerjaan orang tua, pendapatan keluarga dan siklus menstruasi. Anemia menyebabkan darah tidak cukup untuk mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Jika oksigen yang diperlukan tidak cukup, akan membuat sulit berkonsentrasi, daya tahan tubuh rendah dan mengurangi olahraga. (Budiarti et al. 2021).

Efek anemia yang berkelanjutan adalah kekurangan *makronutrien*, yaitu karbohidrat, protein, lemak, dan kekurangan *mikronutrien*, yaitu vitamin dan mineral. Dampak anemia pada remaja putri adalah terhambatnya pertumbuhan, dan tubuh rentan terhadap infeksi selama masa pertumbuhan, sehingga terjadi penurunan kebugaran jasmani atau kebugaran jasmani, dan penurunan semangat belajar atau rasa berprestasi. Efek dari status besi (Fe) yang rendah dapat menyebabkan anemia dengan gejala seperti pucat, lesu atau lelah, mudah lelah, sesak napas dan kehilangan nafsu makan, serta gangguan pertumbuhan. (Yulita et al. 2022).

Salah satu upaya mengatasi anemia adalah dengan merubah pola makan menjadi lebih baik, dan salah satunya dengan menyadari bahwa buah-buahan sangat bermanfaat, salah satunya adalah kurma dan air kelapa muda. Kurma mengandung zat besi. Kandungan zat besi yang tinggi dapat digunakan untuk

mengobati anemia. Zat besi yang ada pada kurma nantinya akan diserap oleh usus dan dibawa melalui darah untuk hemopoiesis (pembentukan darah). Air kelapa muda (*Cocos Nucifera L*) juga mengandung beberapa komponen yang dapat membantu dalam pembentukan darah yaitu asam folat sebagai zat pembangun yang penting memblokir inti sel darah merah. (Kurniati Ilahi, Susyani 2019).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Kurniati Ilahi, Susyani dan Terati (2019) di MA Al-Mu'aawanahogon Ilir. Didapatkan hasil sebagian besar responden memiliki asupan energi dalam kategori baik sebesar 96,0%, asupan protein dalam kategori kurang yaitu sebesar 12,0% asupan asam folat dalam kategori kurang yaitu sebesar 72,0%, asupan zat besi dalam kategori kurang yaitu sebesar 56,0% , asupan vitamin c dalam kategori kurang yaitu sebesar 32,%. Rata-rata Hb sebelum diberi jus kurma air kelapa (kurlapa) yaitu 11,116g/dl, dan rata-rata Hb setelah diberi jus kulapa yaitu 11,976g/dl. Peningkatan rata-rata kadar hemoglobin remaja putri setelah pemberian jus kurlapa yaitu 0,8600 g/dl. Maka pemberian jus kurlapa ada pengaruh terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia. (Kurniati Ilahi, Susyani 2019).

Menurut Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SKDI) tahun 2017, angka anemia pada anak usia 5-12 tahun di Indonesia sebesar 26%, pada wanita usia 13-18 tahun sebesar 23%. Prevalensi anemia pada laki-laki lebih rendah dibandingkan perempuan, yaitu 17% pada laki-laki usia 13 sampai 18 tahun. (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Menurut Survei Kesehatan Keluarga (SKRT) tahun 2016, prevalensi anemia pada remaja putri usia 15-20 adalah 57,1%. Angka anemia di Indonesia menurut umur bayi (1-5 tahun) adalah 40,5%, ibu hamil 50,5%, dan ibu melahirkan 45,1%, pada anak perempuan (10-18 tahun) 57,1% pada usia 18 tahun. kelompok (19-45 tahun) mencapai 39,5%. Terlihat dari beberapa kelompok usia tersebut, wanita lebih rentan mengalami anemia. (Arisman, 2019). Prevalensi anemia pada remaja di Indonesia masih tinggi yaitu 32%. (Kemenkes RI, 2018).

Data laporan akhir pemeriksaan anemia pada remaja yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta (Dnkes DIY) tahun 2018, jumlah remaja putri usia 10 hingga 19 tahun di DIY sebanyak 146.959. Jumlah zat besi dalam tubuh. Anemia pada remaja putri DIY usia 12-18 adalah 19,30%. Grafik tersebut menunjukkan bahwa angka tertinggi berada di Kabupaten Kulon Progo 34,75%, diikuti Kabupaten Gunungkidul 23,0%, Kota Yogyakarta 19,30%, Kabupaten Sleman 16,60%, dan terendah Kabupaten Bantul 14,40%. Analisis data Laporan Penilaian Anemia Remaja yang dilakukan oleh Puskesmas DIY tahun 2018, menunjukkan bahwa Kabupaten Kulon Progo merupakan daerah dengan risiko tertinggi dibandingkan dengan daerah/kabupaten lain karena persentase anak perempuan dengan hemoglobin (Hb) di bawah 12 g/dl adalah persentase tertinggi mencapai 34,75%, ini mencapai lebih dari 30%. (Dinas Kesehatan Provinsi Yogyakarta 2018). Menurut data Dinas Kesehatan Kulon Progo, Kecamatan Kokap diketahui memiliki angka kejadian anemia tertinggi di Kabupaten Kulon Progo dengan prevalensi 33,44%. (Dinas Kesehatan Kabupaten Kulon Progo, 2018).

Hal ini didukung oleh hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Fukes Hariya Fitri, Dewi Susilowati dan Ari Kurniarum (2022) di Pondok Pesantren Nurul Qur'an. Data anemia didapatkan dari 30 responden dengan anemia ringan 23 orang, anemia sedang 4 orang dan tidak anemia 3 orang. Hasil wawancara dengan staf pengajar Pesantren Nurul Quran menunjukkan banyak siswi yang mengalami keluhan seperti sakit kepala, pandangan kabur, sulit konsentrasi dan kelelahan akibat beban kerja sekolah yang berat mengganggu mereka dan remaja tidak makan secara teratur dan remaja putri mengatakan mereka tidak pernah meminum tablet besi dan tidak mengetahui makanan yang mengandung zat besi. (Fitri, Susilowati, and Kurniarum, 2022).

Peneliti melakukan studi pendahuluan pada tanggal 19 Januari 2023 di Pondok Pesantren Nurul Qur'an Kecamatan Kokap Kabupaten Kulon Progo. Hasil wawancara terhadap pengasuh Pondok Pesantren Nurul Qur'an

didapatkan jumlah seluruh remaja putri kelas X, XI dan XII berjumlah 25 orang (100%). Peneliti melakukan wawancara dengan 15 (60%) siswi. Hasil yang didapatkan yaitu 5 (20%) siswi sedang menstruasi dan ketika menstruasi merasakan ketidaknyaman seperti mudah capek dan pegal pegal di area punggung. 7 (28%) siswi mengalami keluhan lemah letih dan lesu pada saat ada kegiatan di luar asrama, 3 (12%) siswi mengalami keluhan kurang nafsu makan dan tidak konsentrasi saat belajar. Selain wawancara peneliti juga melakukan pemeriksaan fisik (area mata bibir dan ekstermitas atas) dan pengukuran tekanan darah. Pada pemeriksaan fisik didapatkan (40%) siswi mengarah ke tanda-tanda anemia seperti konjungtiva pucat, bibir pucat dan telapak tangan pucat. Pada pengukuran tekanan darah di dapatkan tekanan darah (60%) siswi dalam batas normal.

Sesuai hasil wawancara dan pemeriksaan, hal tersebut merupakan tanda-tanda anemia. Apabila tidak ditangani maka akan berdampak pada remaja putri karena dapat meningkatkan risiko anemia selama kehamilan dan juga berdampak negatif pada pertumbuhan serta perkembangan janin dalam kandungan, kemungkinan beberapa komplikasi selama kehamilan dan persalinan. Maka salah satu untuk mencegah terjadinya anemia peneliti akan memberikan jus kurma air kelapa muda, hal ini dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia.

Berdasarkan hasil latar belakang diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian mengenai anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Nurul Qur'an Kecamatan Kokap, karena menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Kulon Progo bahwa kejadian anemia tertinggi berada di Kecamatan Kokap. Selain itu juga hasil penelitian terdahulu bahwa Pondok Pesantren Nurul Qur'an masih banyak remaja putri mengalami keluhan yang mengacu pada tanda-tanda anemia, karena diakibatkan tidak normalnya kadar *hemoglobin*. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pengaruh pemberian jus kurma air kelapa muda untuk meningkatkan kadar *hemoglobin* pada remaja putri dengan anemia di Pondok Pesantren Nurul Qur'an

Kecamatan Kokap Kabupaten Kulon Progo Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

“Adakah Pengaruh Pemberian Jus Kurma Air Kelapa Muda untuk Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri dengan Anemia di Pondok Pesantren Nurul Qur’an Kecamatan Kokap Kabupaten Kulon Progo Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuainya pengaruh pemberian jus kurma air kelapa muda untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia di Pondok Pesantren Nurul Qur’an.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui kadar hemoglobin sebelum pemberian jus kurma air kelapa muda terhadap kenaikan hemoglobin pada remaja putri.
- b. Diketahui kadar hemoglobin setelah pemberian jus kurma air kelapa muda terhadap kenaikan hemoglobin pada remaja putri.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini di harapkan dapat menambah informasi bahwa pemberian jus kurma air kelapa muda bisa meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Dapat memberikan kesadaran dan masukan bagi remaja putri dalam melaksanakan pencegahan anemia serta dapat menambah pengetahuan dan wawasan remaja tentang kejadian anemia.

b. Bagi Pondok Pesantren Nurul Qur'an

Sebagai masukan untuk referensi bahwa pemberian jus kurma air kelapa muda dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri di Pondok Pesantren.

c. Bagi Universitas Jenderal Achmad Yani

Hasil penelitian ini dapat memberikan masukan dan referensi ilmu yang berguna, sebagai bahan pembelajaran dan memperkaya ilmu pengetahuan dari hasil penelitian.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Penelitian dan Judul penelitian	Desain Penelitian	Teknik Sampling	Hasil Penelitian	Persamaan Dan Perbedaan
1	Kurniati Ilahi, Susyan, Terati (2019) "Pemberian Jus Kurlapa Dalam Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Yang Anemia Di Ma Al-Mu'aawanah ogan Ilir".	<i>Quasi Eksperiment</i>	<i>Simple Random Sampling</i>	Berdasarkan Uji Statistik (Uji T-Dependen) Didapatkan Nilai P Value = 0,0005 (P < 0,05). Maka Dapat Disimpulkan Ada Pengaruh Terhadap Peningkatan Hemoglobin Remaja Putri Yang Mengalami Anemia Di Ma Al-Mu'aawanah Ogan Ilir.	Persamaan: Metode Penelitian Perbedaan: Populasi, Tempat Dan Waktu
2	Yulia Yolanda Gracia Silalahi (2021) "Efektivitas Pemberian Jus Kurma Kelapa Terhadap Peningkatan Kadar Hb Pada Remaja Putri Dengan Anemia"	<i>Quasi Eksperiment</i>	<i>Wilcoxon Signed Rankstest.</i>	Berdasarkan Analisis Data Bivariat Pada Remaja Putri Dengan Anemia, Maka Diperoleh Perbedaan Rata-Rata Kadar Hemoglobin Sebelum Dan	Persamaan: Metode Penelitian Perbedaan: Populasi, Waktu Dan Tempat

Sesudah
Pemberian Jus
Kurma Kelapa
Dan Nilai Uji
Wilcoxon Yaitu
 $P=0,000<0,05$
Yang Artinya
Pemberian Jus
Kurma Kelapa
Dapat
Meningkatkan
Kadar Hb Remaja
Putri Di Dusun
Viii Desa
Marindal ii

UNIVERSITAS PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA