

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perkembangan seseorang ketika remaja diartikan sebagai bentuk perubahan pada fisik, biologis, kognitif, sosial-ekonomi (Maedy et al., 2022). Masa usiaremaja putri terjadi pada umur 14-15 tahun yang cukup beresiko tinggi mengalami anemia karena kekurangan zat besi akibat kondisi yang mendapatkan keadaan stress, menstruasi, terlambat makan, dan kurangnya asupan nutrisi yang menyebabkan kebiasaan hidup remaja yang kurang baik, pertumbuhan dan perkembangan terhambat, menurunnya daya tahan tubuh dan mudah terserang berbagai penyakit yang membuat terganggunya aktivitas pada remaja (Pramudita, N, S, Sulistiyanti, A, Hanifah, 2022).

Remaja, ibu hamil, dan orang tua termasuk kelompok yang sering terkena anemia (Nusantri Rusdi, 2020). Anemia sebagai masalah yang terjadi ketika darah tidak memiliki cukup hemoglobin. Kadar hemoglobin yang rendah, berarti tubuh tidak dapat membawa oksigen dalam jumlah yang cukup dan memenuhi kebutuhannya (Pramudita, N, S, Sulistiyanti, A, Hanifah, 2022).

Protein dalam darah yang disebut hemoglobin memiliki banyak zat besi di dalamnya. Zat besi ini terikat dengan oksigen. Oksigen dalam sel darah merah menghasilkan oksihemoglobin. Karena fungsi ini, oksigen berpindah dari paru-paru ke seluruh sel tubuh. Anemia adalah sesuatu yang WHO sebut sebagai kadar hemoglobin yang dari 12 gram per desiliter (Pramudita, N, S, Sulistiyanti, A, Hanifah, 2022).

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).

Remaja putri bias terkena anemia karena beberapa alasan yaitu kurangnya asupan energi, asupan protein, asupan zat besi, asupan vitamin C, minum teh atau kopi, pengetahuan, pendidikan dan jenis pekerjaan orang tua, pendapatan keluarga dan siklus menstruasi. Penderita 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 kurangnya olahraga jika yang menyebabkan tidak mendapat cukup oksigen (Budiarti et al., 2021).

Penderita anemia dapat ditanggulangi dengan mengkonsumsi makanan dengan kandungan zat besi dan mengubah kebiasaan pola makan dengan mengkonsumsi makanan seperti daging, hati, ikan, susu, yoghurt, kacang-kacangan, bayam, brokoli, dan buah buahan. Pengobatan non farmakologi bias menggunakan buah yang sederhana dan mudah didapatkan yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin yaitu buah jambu biji merah. Kandungan yang terdapat pada jambu biji yaitu kalori, protein, lemak, kalsium, fosfor, seng, besi, dan vitamin C (Lastri Mei, 2020).

Jambu biji memiliki kandungan zat besi untuk mencegah terjadinya anemia dan mengandung vitamin C untuk membantu penyerapan zat besi didalam tubuh. Kandungan vitamin C yang paling tinggi terdapat didalam jambu biji dibandingkan dengan jeruk. Kandungan vitamin C didalam

jambu biji pada 100g mengandung 87mg sedangkan jeruk pada 100g mengandung 50-70mg vitamin C (Rusdi et al., 2018).

Pada tahun 2020, Pagdya Haninda Nusantri Rusdi melakukan penelitian di Panti Asuhan Tri Murni Kota Padang Panjang. Rata-rata kadar hemoglobin orang yang mengikuti penelitian yaitu 10,50 gr% sebelum mengkonsumsi jambu biji merah dan 12,48 gr% setelah mengkonsumsi jus jambu biji merah. Hal ini menunjukkan bahwa setelah 7 hari mengkonsumsi jus jambu biji merah, rata-rata jumlah hemoglobinnya meningkat (Nusantri Rusdi, 2020).

Anemia pada remaja memiliki dampak seperti terhambatnya perkembangan fisik dan kognitif pada remaja, menurunnya daya tahan tubuh sehingga rawan mengalami penyakit, serta dapat mempengaruhi saat melahirkan seperti bayi yang lahir dapat mengalami berat badan lahir rendah dan bahkan dapat berdampak dengan kematian ibu dan bayi ((Dienyet al., 2021).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (RIKESDAS) prevalensi anemia pada remaja berusia 13-18 tahun sebesar 22,7%, artinya 3-4 dari 10 orang remaja menderita anemia. Prevalensi anemia sebesar 20,35% pada laki-laki, prevalensi tersebut lebih rendah dibandingkan prevalensi anemia pada Perempuan yaitu sebesar 27,2% (Riskesdas, 2021). Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2022, prevalensianemia pada remaja umur 13-18 tahun adalah 23% sedangkan pria 17% (Sihombing, 2023).

Prevalensi anemia pada remaja putri di Bangka Belitung berkisar antara 26-32%, merupakan angka yang memprihatinkan. Menurut data Dinas Kesehatan (DINKES) Kota Pangkalpinang berdasarkan data laporan terakhir jumlah anemia pada tiga tahun terakhir yaitu 2022 sebanyak 362 orang, tahun 2021 sebanyak 134 orang, dan tahun 2020 sebanyak 159 orang. Dengan anemia remaja terbanyak terjadi di Air Itam dengan jumlah 142 pada tahun 2020, sebanyak 122 pada tahun 2021, dan 331 pada tahun

2022. (Dinkes Pangkal pinang, 2023). Berdasarkan Data Dinkes Pangkal Pinang, Air Itam menduduki posisi pertama yaitu sebanyak 331 orang (91%) pada tahun 2022, disusul dengan Girimaya sebanyak 14 orang (3,8%), dan Kacang Pedang sebanyak 13 orang (3,5%).

Peneliti melakukan studi pendahuluan pada tanggal 16 September 2023 di Pondok Pesantren Hidayatussalikin, Kecamatan Air Itam Kota Pangkal Pinang. Hasil wawancara terhadap remaja putri Pesantren Hidayatussalikin 20 santri kelas XII didapatkan 5 siswi tidak mengalami keluhan, 12 siswi mengalami keluhan pusing, lemah letih lesu lunglai pada saat ada kegiatan. 3 siswi mengalami keluhan kurang nafsu makan dan tidak konsentrasi saat belajar. Selain wawancara peneliti juga melakukan pemeriksaan fisik yang memperlihatkan gejala anemia seperti pucat pada konjungtiva, bibir, lidah sebanyak 15 siswi.

Berdasarkan hasil latar belakang diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian mengenai anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Hidayatussalikin, karena menurut data Dinas Kesehatan Pangkal Pinang bahwa kejadian anemia tertinggi berada di Kecamatan Air Itam. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pengaruh pemberian jus jambu biji merah untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia di Pondok Pesantren Hidayatussalikin di Kecamatan Air Itam.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, maka penulis merumuskan masalah yaitu “Adakah pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri di Pondok Pesantren Hidayatussalikin?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap kadar hemoglobin remaja putri di Pondok Pesantren Hidayatussalikin.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden seperti pola konsumsi, usia, dan kelas pada remaja putri di Pondok Pesantren Hidayatussalikin.
- b. Mengetahui kadar hemoglobin pada remaja putri sebelum diberikan jus jambu biji merah.
- c. Mengetahui kadar hemoglobin pada remaja putri sesudah diberikan jus jambu biji merah.
- d. Mengetahui pengaruh pemberian jus jambu biji merah terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di Pondok Pesantren Hidayatussalikin.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penulis berharap dapat memberikan informasi mengenai terapi tambahan pemberian jus jambu biji merah dapat menaikkan kadar Hb terhadap remaja putri anemia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja Putri

Sebagai pengetahuan baru jus jambu biji dapat meningkatkan kadar Hb pada tubuh dan dapat mengatasi anemia pada remaja putri.

b. Bagi Pondok Pesantren Hidayatussalikin

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dalam memberikan asuhan bahwa pemberian jus jambu biji merah dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan bias berguna menjadi sumber informasi ilmiah guna menambah pengetahuan pada penanganan masalah anemia terhadap remaja putri.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama Penelitian Dan Judul penelitian	Desain Penelitian	Teknik Sampling	Hasil Penelitian	Persamaan Dan Perbedaan
1	Pagdy Haninda Nusantri Rusdi (2020) "Pengaruh konsumsi jambu biji merah (Psidium guajava L.) terhadap peningk atan kadar hemoglobin pada remaja putri Di Panti Asuhan Tri Murni".	<i>Quasi Eksperiment</i>	<i>Simple Random Sampling</i>	Berdasarkan Uji Statistik (Uji T-dependent dengan derajat kemaknaan $\alpha=0,05$. Rata-rata kadar Hb <i>petest</i> 10,26 gr% (kontrol) dan 10,50 gr% (intervensi) . Maka Dapat Disimpulkan Ada Pengaruh Terhadap Peningkatan Hemoglobin Remaja Putri Yang Mengalami Anemia Di Panti Asuhan Tri Murni.	Persamaan: Metode Penelitian, cara pengukura n Hb Perbedaan: Populasi, Tempat Dan Waktu
2	Nikhen sinky, Anik, Lilik(2022) "Pengaruh konsumsi jambu biji merah (Psidium guajava L.)terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri Di SMK Citra Mediks"	<i>Pre Eksperiment</i>	<i>purposive sampling.</i>	Hasil uji paired sample t-test dengan p value 0,000. Terdapat pengaruh konsumsi jambu biji merah (Psidium Guajava L.) terhadap peningkatan kadar haemoglobin yang dapat membantu mencegah anemia pada remaja putri.	Persamaan: Teknik sampling, cara pengukura n Hb. Perbedaan: Populasi, Waktu Dan Tempat, desain penelitian