

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kejadian anemia merupakan masalah yang paling banyak ditemukan pada remaja putri. Remaja putri memerlukan perhatian khusus dalam hal kebutuhan zat besi karena pertumbuhan dan datangnya menstruasi, sehingga pada remaja putri sangat rentan sekali terjadi anemia (Carolin et al., 2021). Remaja putri berisiko sepuluh kali untuk menderita anemia dibanding dengan remaja putra. Selain karena ketidakseimbangan asupan zat gizi, faktor pertumbuhan, juga adanya siklus menstruasi bulanan menyebabkan remaja putri membutuhkan asupan Fe lebih banyak. Kebiasaan membatasi konsumsi makanan dan pantangan terhadap makanan juga menjadi faktor penyebab anemia pada remaja putri (Carolin et al., 2021).

Kebutuhan gizi remaja pada masa pertumbuhan meningkat secara drastis. Zat besi sangat diperlukan untuk semua sel yang ada didalam tubuh seseorang dan merupakan dasar dari proses fisiologis, seperti pembentukan hemoglobin dan fungsi enzim. Kebutuhan asupan zat besi pada wanita lebih tinggi dibandingkan dengan pria, yakni sebanyak 1-1,2 mg/hari. Sedangkan angka kecukupan gizi (AKG), pada remaja perempuan usia 13-29 tahun adalah 20 mg, angka ini jauh lebih tinggi bila dibandingkan laki-laki seusianya (Fauziah et al., 2021).

Anemia adalah penyakit darah yang sering ditemukan terutama pada remaja putri, kadar Hb normal pada remaja putri adalah 12gr/dl. Remaja putri dikatakan anemia jika kadar Hbnya kurang dari 12 gr/dl. Remaja putri lebih rentan terkena anemia dibandingkan dengan remaja laki-laki karena kebutuhan zat besi pada remaja putri adalah 3 kali lebih besar dari pada laki-laki, remaja putri setiap bulannya mengalami menstruasi dimana kehilangan zat besi $\pm 1,3$ mg/hari (Mawaddah, 2019).

Anemia menyebabkan darah tidak cukup untuk mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh (Budiarti et al., 2021). Apabila anemia ini tidak ditangani, maka akan berdampak pada remaja putri karena anemia dapat membuat tubuh kurang tahan terhadap penyakit, menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan mental, serta mengganggu kesehatan, kemampuan kerja, dan kemampuan belajar. Dampak yang terlihat dari anemia pada anak muda adalah prestasi sekolah yang buruk (Tsfaye et al, 2022).

Anemia pada remaja putri dapat memiliki dampak yang serius jika tidak ditangani. Beberapa dampak anemia pada remaja putri yang tidak teratasi diantaranya penurunan imunitas, gangguan konsentrasi, penurunan prestasi belajar, dan gangguan kebugaran serta produktivitas. Selain itu, anemia pada remaja putri juga dapat menyebabkan KEK (kekurangan Energi Kronis), meningkatkan risiko kematian saat melahirkan, menyebabkan bayi lahir prematur, dan berat bayi yang cenderung rendah. Oleh karena itu, penting bagi remaja putri untuk memperhatikan asupan nutrisi yang mencukupi, termasuk zat besi, asam folat, vitamin A, C, dan zinc, serta mendapatkan pemberian tablet tambah darah sesuai dengan program yang disediakan pemerintah. Jika anemia pada remaja putri tidak teratasi, dapat berisiko terjadinya pendarahan saat persalinan, bayi berat badan rendah, dan akhirnya melahirkan bayi stunting.

Kebijakan Pemerintah setempat dalam menurunkan prevalensi anemia remaja dengan cara pembagian tablet tambah darah dan pendidikan kesehatan. Namun harus dilakukan lebih optimal, mengingat angka anemia remaja masih menjadi permasalahan kesehatan di Bangka Belitung (Dinkes Pangkal Pinang, 2022).

Kurma (*Phoenix dactylifera*) memberi banyak manfaat bagi tubuh, salah satu manfaat yang diberikan yakni mampu mencegah anemia, karena kaya akan kandungan zat besi dan kalsium yang merupakan dua unsur yang sangat penting untuk pembentukan darah dan sumsum tulang (Dwi, 2022). Kandungan zat besi, akan diserap oleh usus dan dibawa oleh darah untuk

hemopoiesis (proses pembentukan darah). Zat besi akan berikatan dengan heme dan empat buah globin, yang nantinya akan membentuk satu kesatuan menjadi hemoglobin. Sehingga, kurma dapat membantu menambah hemoglobin sampai ke angka normal bagi penderita anemia. Kurma memiliki keistimewaan lebih tinggi kalori, vit c dan fe dibandingkan dengan bayam. Oleh karena itu sari kurma lebih cepat meningkatkan stamina tubuh dan hemoglobin.

Dari hasil cek laboratorium, sari kurma sahara memiliki kandungan Fe sebanyak 5,4 mg/100 gram sari kurma. Pemberian 2 kali dalam sehari (20 gram/hari) selama 7 hari sebanyak 140 gram, hampir setara dengan pemberian dosis tablet Fe yang di anjurkan pemerintah yakni 200 gram/7 hari, karena mendapatkan bantuan zat Fe dari asupan nutrisilainya. Dimana menurut hasil penelitian pemberian sari kurma ini sudah mampu menaikkan hemoglobin.

Dalam penelitian (Julaecha, 2020) upaya alternative lain untuk meningkatkan kadar hemoglobin diantaranya dengan cara mengkonsumsi makanan yang tinggi zat besi antara lain, pada hewani seperti ayam, telur, ikan, dan daging, sayur-sayuran dan buah-buahan yang banyak mengandung vitamin c seperti, daun katuk, daun singkong, bayam, jambu, tomat, jeruk, kurma dan nanas. Makanan- makanan tersebut sangat bermanfaat untuk meningkatkan penyerpan dalam usus (Aras Utami, 2021).

Hasil penelitian Sofia Mawaddah (2020), dan Yuniarti, dan Yulia Damiri (2020) menunjukkan nilai rata-rata kadar Hb remaja putri mengalami peningkatan sesudah diberikan sari kurma 2x1 sendok makan dalam sehari atau sebanyak 20 gram dalam sehari selama 7 hari di dapatkan hasil bahwa terdapat peningkatan Hb sebanyak 1 gr/dl -1,2 gr/dl. Penelitian lain Apriyanti Dwi (2022) terdapat pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja puteri anemia desa Ranggai dengan hasil Rata-rata kadar hemoglobin sesudah diberikan buah kurma pada kelompok intervensi sebanyak 12,355 gr% dan pada kelompok control sebesar 10,864 gr%.

Menurut data WHO, penyebab utama anemia adalah kekurangan gizi yang paling umum terjadi sehingga mempengaruhi 42% remaja di seluruh dunia. Pada tahun 2021 WHO juga menyebutkan, prevalensi anemia di Indonesia pada wanita berusia 15-49 tahun sebesar 31,2 %, dan di tahun 2022 sebesar 29,9%. Dari hasil data tersebut dapat disimpulkan bahwa angka anemia remaja di Indonesia mengalami penurunan sebanyak 1,3%.

Berdasarkan Hasil Survey SDKI tahun 2021, sekitar 23% remaja mengalami anemia (SDKI, 2021). Sedangkan menurut data SDKI tahun 2022, menunjukkan bahwa prevalensi anemia masih sama dari tahun sebelumnya pada remaja umur 13-18 tahun sebanyak 23% (Yulandari, 2022) .

Data prevalensi anemia pada remaja putri di Bangka Belitung berkisar antara 26-32%, merupakan angka yang memprihatinkan. Penting untuk diketahui bahwa anemia merupakan masalah kesehatan serius yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi. Oleh karena itu sangat penting untuk mengambil tindakan pencegahan dan mengobati anemia di wilayah tersebut (Dinkes Pangkal Pinang, 2022).

Data laporan terakhir dari pemeriksaan anemia remaja sekota Pangkal Pinang yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan Kota Pangkal Pinang mengalami peningkatan yang signifikan dari tahun 2020 sebanyak 159 orang, tahun 2021 sebanyak 134 orang dan tahun 2022 sebanyak 362 orang. Menurut data Dinas Kesehatan kota Pangkal pinang angka kejadian anemia remaja paling banyak terjadi di kecamatan Air Itam dengan jumlah 142 orang pada tahun 2020, sebanyak 122 orang pada tahun 2021 dan 331 orang pada tahun 2022. Upaya pencegahan anemia defisiensi besi pada remaja putri dengan pembagian tablet Fe dan pendidikan kesehatan pada remaja (Dinkes Pangkal Pinang, 2023).

Air Itam menempati posisi pertama 91% (331 orang) prevalensi anemia remaja pada tahun 2022 sekota Pangkal Pinang, di susul dengan Girimaya sebesar 3,8% (14 orang), dan Kacang Pedang sebanyak 3,5% (13 orang).

Peneliti melakukan study pendahuluan pada tanggal 16 September 2023 di Pondok Pesantren Hidayatussalikin Pangkal Pinang. Hasil wawancara

terhadap 20 santriwati Pondok Pesantren Hidayatussalikin didapatkan jumlah seluruh remaja putri kelas X, XI dan XII berjumlah 238 orang . Peneliti melakukan wawancara terbuka kepada seluruh santri puteri . Hasil observasi dengan 20 siswa didapatkan 5 santriwati tidak mengalami keluhan, 12 santriwati mengalami keluhan pusing, lemah letih dan lesu pada saat ada kegiatan di luar asrama, 3 santriwati mengalami keluhan kurang nafsu makan dan tidak konsentrasi saat belajar. Selain wawancara peneliti juga melakukan pemeriksaan fisik (area mata bibir dan ektermitas atas).

Berdasarkan hasil latar belakang diatas maka dari itu penulis tertarik membahas tentang pengaruh sari kurma untuk meningkatkan hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia di Pondok Pesantren Hidayatussalikin Kota Pangkal Pinang, karena menurut data Dinas Kesehatan Kota Pangkal Pinang bahwa kejadian anemia tertinggi berada di Kecamatan Air Itam. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pengaruh sari kurma untuk meningkatkan kadar *hemoglobin* pada remaja putri yang mengalami anemia di pondok pesantren Hidayatussalikin Air Itam Kota Pangkal pinang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penulis tertarik meneliti “Pengaruh Pemberian Sari Kurma untuk Meningkatkan Kadar *Hemoglobin* Pada Remaja Putri dengan Anemia Di Pondok Pesantren Hidayatussalikin Kecamatan Air Itam Kota Pangkal pinang.”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui pengaruh pemberian sari kurma untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik responden seperti usia, kelas, dan kadar hemoglobin remaja putri di pondok pesantren Hidayatussalikin.

- b. Diketahui kadar hemoglobin sebelum pemberian sari kurma pada remaja putri di pondok pesantren Hidayatussalikin.
- c. Diketahui kadar hemoglobin setelah pemberian sari kurma pada remaja putri di pondok pesantren Hidayatussalikin.
- d. Diketahui pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan hemoglobin pada remaja putri di pondok pesantren Hidayatussalikin.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini di harapkan dapat menambah informasi bahwa sari kurma bisa meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri.

2. Manfaat Praktis

1. Bagi Remaja Putri

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

2. Bagi Pondok Pesantren

Sebagai bahan pertimbangan dalam memperhatikan kesehatan santriwati dan bahan evaluasi.

3. 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	Mawadda Shofia, (2019) "Pengaruh Pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia".	<i>Quasi Eksperiment</i>	<i>Consecutive Sampling</i>	Berdasarkan data tabel 3 didapatkan rata-rata kadar Hb remaja putri sebelum dan sesudah diberikan sari kurma mengalami peningkatan yaitu 0,9771 dengan standar deviasi 0,327 dan standar error 0,553. Berdasarkan tabel 3 juga diketahui hasil uji statistik yaitu didapatkan nilai p-Value 0,00 (>0,005). Maka dapat disimpulkan, ada perbedaan yang signifikan antara kadar Hb remaja putri sebelum dan sesudah diberikan sari kurma.	Persamaan: Metode Penelitian Perbedaan: Teknik pengambilan sampel, Populasi, Tempat Dan Waktu.
2	Apriyanti I Dwi et al. (2022) "Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Anemia".	<i>Quasy Eksperimenta l dengan pendekatan PrePost Test With Control</i> desain.	<i>purposive sampling</i>	Berdasarkan hasil penelitian menggunakan uji statistic Paired t-test menunjukkan nilai Sig. (2-tailed) $0.000 < 0.05$ artinya ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada Remaja Putri Anemia di Desa Rangai Tritunggal Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020. Kesimpulan Ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri anemia di desa Rangai Tritunggal Kecamatan Katibung Kabupaten Lampung Selatan Tahun 2020.	Persamaan: Metode Penelitian dan teknik pengambilan sampel. Perbedaan: Populasi, Waktu Dan Tempat

3	Yuniarti, Damiri Yulia(2020)” Pengaruh Pemberian Sari Kurma Pada Remaja Putri Dengan Kadar Hemoglobin Di Palangka Raya”	Pra- Experiment al Design dengan menggunakan an One Group Pra Post Test Design.	<i>purposive sampling</i>	Berdasarkan hasil uji statistic menggunakan uji Wilcoxon signed rank test, didapatkan nilai mean rank pada pre test adalah 2,83 dan sum of rank 8,50. Sedangkan pada post test,nilai mean rank adalah 13,38 dan sum of rank 267,50. Dengan <i>nilai p-value</i> 0,000 (<0,005), maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh sari kurma terhadap kadar haemoglobin pada remaja puteri yag anemia.	Persamaan: Teknik pengambilan sempel (<i>puspositive sampling</i>) Perbedaan: Metode Penelitian, Populasi, Tempat Dan Waktu
---	---	---	-------------------------------	---	---

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YUNIKS
PERPUSTAKAAN
YOGYAKARTA