

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah usia di mana pertumbuhan fisik, gairah, sosial, dan seksual dimulai dan berlanjut hingga dewasa. Anak-anak di pertengahan masa remaja mengalami pertumbuhan tinggi dan berat badan yang cepat (Apriliani et al., 2021). Kebutuhan akan nutrisi meningkat karena peningkatan aktivitas fisik bersamaan dengan pertumbuhan yang cepat. Masalah gizi seperti kekurangan gizi atau anemia akan muncul jika asupan dan kebutuhan gizi tidak seimbang

Remaja paling sering mengalami anemia. Hal ini menyebabkan penurunan kemampuan fisik, penurunan kemampuan kognitif, dan penurunan kemampuan belajar. Pada masa remaja, nutrisi yang baik sangat penting. Kekurangan zat besi atau anemia adalah masalah gizi yang paling umum pada remaja, terutama remaja putri. Ketika jumlah sel darah merah (eritrosit) dan hemoglobin yang terkandung dalam sel darah merah berada di bawah batas normal, itu disebut anemia.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan bahwa prevalensi anemia di seluruh dunia adalah antara 40 hingga 88%. Wilayah Asia dan Afrika memiliki kasus tertinggi, dengan tingkat anemia sebesar 85%, dan perempuan mengalami anemia. Selanjutnya, data yang ditemukan di wilayah Asia Tenggara menunjukkan bahwa lebih dari 202 juta remaja perempuan di India mengalami anemia, dengan prevalensi anemia pada remaja perempuan di India mencapai 45%, yang disebabkan oleh kekurangan besi (Sari et al., 2021).

Berdasarkan survei yang dilakukan kementerian kesehatan pada tahun 2018 terhadap 1.500 remaja putri di 5 kabupaten dan kota, 19,3% remaja putri

mengalami anemia dengan Hb di bawah 12 g/dl (Dinkes 2023). Prevalensi anemia gizi besi pada remaja putri usia 12-19 tahun di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) adalah 36,00%. Di kabupaten Sleman, angka tersebut mencapai 18,4%, di Gunung Kidul juga 18,4%, Kota Yogyakarta sebesar 35,2%, sementara di Bantul mencapai 54,8%, dan di Kulonprogo mencapai 73,8% (Mataram, 2018). Program pemerintah untuk mencegah anemia masih terfokus pada ibu hamil, tetapi juga perlu memperhatikan remaja, terutama remaja perempuan, karena mereka akan menjadi ibu di masa depan (Istawati, 2022). Berdasarkan Data Dinas Kesehatan pada puskesmas se-kabupaten Bantul tahun 2023, kasus anemia pada perempuan untuk usia 15-19 tahun sebanyak 67 remaja putri, peringkat pertama di puskesmas Pleret ada 7 kasus diikuti Puskesmas Pandak 1 ada 6 kasus dan Sewon 1 ada 5 kasus (Bantul, 2020).

Konsentrasi hemoglobin dianggap normal ketika mencapai Hb 12 gr%. Namun, tingkat anemia dapat terlihat pada kisaran 11,9 hingga 11 gr% sebagai anemia ringan, dan menurun lebih lanjut menjadi 10,9 hingga 8 gr% untuk anemiasedang, dan anemia berat jika konsentrasi hemoglobin <8 gr%. Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), Sekitar 53,7% remaja perempuan di negara berkembang mengalami anemia. Penyebabnya adalah remaja putri mengalami menstruasi bulanan, asupan zat gizi rendah, dan kebutuhan zat besi meningkat karena pertumbuhan yang cepat. Karena pertumbuhan yang cepat dan konsumsi zat gizi yang terbatas, kebutuhan zat besi meningkat, sehingga kadar zat besi dalam darah dapat menurun, mengakibatkan penurunan hemoglobin atau sel darah merah dan menyebabkan anemia. (Sari et al., 2021).

Anemia pada remaja dapat memiliki dampak serius pada kesehatan dan perkembangan mereka. Kasus anemia sering kali mengakibatkan penurunan konsentrasi hemoglobin, yang dapat menyebabkan kelelahan, kurangnya energi, dan penurunan daya tahan tubuh. Dampak psikososial juga dapat terlihat, seperti penurunan konsentrasi belajar dan kinerja sekolah. Penting untuk diingat bahwa sejumlah faktor dapat menyebabkan anemia, seperti kekurangan zat besi, asam folat, atau vitamin B12. Oleh karena itu, penanganan

kasus anemia perlu mencakup diagnosis yang tepat untuk menentukan penyebabnya. Kasus anemia pada remaja menunjukkan perlunya perhatian terhadap aspek gizi, pencegahan defisiensi zat-zat penting, serta upaya edukasi untuk mempromosikan pola makan sehat. Tindakan ini akan berkontribusi pada kesehatan jangka panjang remaja dan mencegah dampak negatif anemia terhadap perkembangan fisik, kognitif, dan sosial mereka. Penyebab anemia Darah di negara-negara yang angka anemianya lebih dari 20% disebabkan oleh anemia. terhadap defisiensi Fe atau anemia defisiensi gabungan. Ada dua cara untuk mengobati anemia: obat-obatan dan non-obat. Contoh obat-obatan yaitu Folavit, Sangobion, Sakatonik Liver, Moloco Plus, dan Maltofer Fol Chewable. Kemudian contoh non-obat seperti pemberian sari kacang hijau, pemberian sari kurma, daun bayam, jus jambu, Jeruk dan buah-buahan lainnya yang mengandung vitamin C.

Kacang hijau mengandung nutrisi yang diperlukan untuk Pembentukan sel darah merah bertujuan untuk mengatasi penurunan kadar hemoglobin akibat anemiadefisiensi besi. Kacang hijau kaya akan mineral seperti kalsium, fosfor, zat besi, natrium, dan kalium. Vitamin C dan A dalam kacang hijau membantu meningkatkan penyerapan zat besi dalam tubuh. Mengonsumsi 2 cangkir kacang hijau per hari, akan memenuhi 50% kebutuhan vitamin C harian atau 75 mg. Vitamin A dalam setengah cangkir kacang hijau adalah 7 mg (Putri et al., n.d.).

Hasil penelitian Cindy, M. dkk. (2023) tentang Pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri yang menderita anemia di MAN Model Manado dianalisis dengan uji statistik Paired Sample T-test. Hasil uji tersebut menunjukkan nilai P Value (Sig. 2 tailed) sebesar 0.000, yang berarti <0.05 . Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian Umi Faridah (2017) yang berjudul "Pemberian kacang hijau sebagai upaya meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri," di mana kacang hijau terbukti efektif meningkatkan kadar hemoglobin dengan p value = 0.005. Hipotesis peneliti menyatakan bahwa anemia pada remaja putri dapat mempengaruhi kemampuan konsentrasi di sekolah. Oleh karena itu, diperlukan

upaya preventif untuk mengatasi rendahnya kadar hemoglobin pada remaja putri. Salah satu solusinya adalah memanfaatkan kacang hijau yang diolah menjadi jus untuk meningkatkan kadar Hb.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan pada bulan April didapatkan hasil bahwa sebanyak 98 siswa kelas XII di SMA Negeri 1 Pleret sudah pernah dilakukan pemeriksaan Hb pada saat kelas X saja oleh pihak puskesmas dan ada beberapa siswa yang terkena anemia, kemudian belum ada tindak lanjut untuk penanganan anemia tersebut. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada lokasi tersebut, pemilihan tempat penelitian bisa didasarkan pada beberapa faktor, seperti ketersediaan sumber daya, aksesibilitas populasi target, dan keberadaan fasilitas penelitian yang sesuai. Untuk penelitian tentang pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap remaja anemia, tempat yang dipilih mungkin memiliki tingkat kejadian anemia yang signifikan di antara remaja.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka masalah yang didapatkan adalah “Apakah ada pengaruh pemberian minuman sari Kacang Hijau (*Vigna Radiata*) Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Di SMA Negeri 1 Pleret ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya pengaruh pemberian minuman sari kacang hijau (*Vigna Radiata*) terhadap kejadian anemia pada remaja di SMA Negeri 1 Pleret.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya karakteristik responden sebelum pemberian minuman sari kacang hijau (*Vigna Radiata*) pada remaja di SMA Negeri 1 Pleret.
- b. Diketuinya karakteristik responden setelah pemberian minuman sari kacang hijau (*Vigna Radiata*) pada remaja di SMA Negeri 1 Pleret.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan sumber pengetahuan baru bagi bidan atau tenaga kesehatan serta remaja putri dan masyarakat. Bahwa pemberian

minuman sari kacang hijau (*Vigna Radiata*) untuk meningkatkan kadar hemoglobin remaja yang terkena anemia di SMA Negeri 1 Pleret.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Instansi Pendidikan

Merupakan dokumen yang dimaksudkan untuk memberikan kontribusi yang bermanfaat sebagai bahan pembelajaran dan meningkatkan pengetahuan dari hasil penelitian sebagai acuan ilmiah dalam pengobatan dan pencegahan mencegah anemia dengan mengonsumsi sari kacang untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

b. Bagi Responden

Untuk mengetahui apakah konsumsi sari kacang hijau dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan mengurangi gejala anemia pada remaja. Hal ini bisa menjadi panduan bagi mereka untuk memperbaiki pola makan mereka.

c. Bagi Pihak Sekolah

Sebagai rujukan sekolah dalam penanganan anemia pada remaja putri dengan mengonsumsi sari kacang hijau untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan pengetahuan peneliti, ada beberapa rujukan penelitian yang berhubungan dengan penelitian peneliti

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Nama Peneliti & Tahun	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan
(Cindy M & dkk, 2023)	Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Anemia di MAN Model Manado	Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan sebelum dan sesudah diberikan sari kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin menggunakan hasil uji statistic Paired Sample T-test. Hasil dari uji Paired Sample T-test didapatkan nilai P	Variabel penelitian menggunakan dependent. Intervensi yang dilakukan dengan memberikan sari kacang hijau sebanyak 300 ml/hari dipagi hari selama 7 hari

		Value (Sig. 2 tailed) = 0.000 dengan nilai <0.05 maka H_0 diterima dan H_a ditolak. hal ini menunjukkan terdapat pengaruh sari kacang hijau terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja putrianemia di MAN Model Manado. Sesudah diberikannya sari kacang hijau yang dilakukan selama 7 hari dengan dosis 300 ml telah terjadi peningkatan kadar hemoglobin remaja putrianemia di MAN Model Manado.	
		Se sudah diberikannya sari kacang hijau yang dilakukan selama 7hari dengan dosis 300 ml telah	
Zaimy & dkk. 2021.	Pengaruh Pemberian sari kacang hijau terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri stikes syedza sainitika padang	Penelitian ini menunjukan hasil uji statistik dengan menggunakan uji Independence Sample t test untuk perbedaan kadar haemoglobin didapatkan p value = 0,000 ($p < 0,05$), terdapat perbedaan yang signifikan kadar haemoglobin sebelum dan setelah pemberiansari kacang hijau, artinya ada pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap kadar haemoglobin pada ramaja putri di asramaputri Stikes Syedza Sainitika Padang	Desain penelitian yang digunakan yaitu <i>quasi eksperimen</i> . Variabel penelitian menggunakan independent, sampel yang digunakan yaitu asrama stikes, Desain penelitian menggunakan two group. Intervensi pemberian sari kacang hijau diberikan pada 2 grup yaitu kelompok intervensi dan kelompok kontrol Teknik pengambilan

(Elvika S & dkk, 2022) Pemberian sari kacang hijau untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada siswi anemia

Berdasarkan hasil analisa data di dapatkan bahwa rata -rata kadar Hb remaja putri sebelum pemberian sari kacang hijau adalah 10.67 gr/dl. Pada pengukuran setelah pemberian sari kacang hijau didapatkan rata -rata kadar Hb adalah 14.04 gr/dl. Sehingga terjadi peningkatan kadar hemoglobin (Hb) yaitu 3,36 gr/dl. Nilai mean perbedaan antara pengukuran kadar Hb sebelum dan sesudah pemberian sari kacang hijau adalah 3.3667.

Metode pengambilan sampel dengan metode *preexperimental design tipe one group pretest-posttest*. Intervensi yang diberikan adalah memberikan sari kacang hijau sebanyak 300 ml/hari selama 7 hari.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA