BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang berkaitkan dengan perkembangan fungsional menuju masa dewasa, sehingga pada masa itu mempunyai resiko tinggi terjadinya masalah gizi. Rentang usia remaja adalah 10-18 tahun, kelompok masyarakat yang terkena masalah gizi buruk pada usia ini dapat dikaitkan dengan remaja yang memerlukan asupan gizi lebih tinggi. Alasan mengapa diperlukan asupan yang besar pada masa ini karena pesatnya peningkatan proses tumbuh kembang. (Sartika, 2021).

Remaja di Indonesia mengalami tiga beban permasalah gizi (*triple burden of malnutrition*) yaitu pendek, obesitas, wasting dan malnutrisi, termasuk defisiensi mikronutrien (anemia) (Nations Children's Fund, 2021). Anemia adalah kadar hemoglobin normal pada remaja putri adalah >12 gr/dL. Hemoglobin merupakan bagian dari eritrosit untuk mengetahui dan menentukan status anemia seseorang (Kulsum, 2020).

Anemia merupakan masalah mikronutrien yang cukup serius karena menyebabkan berbagai komplikasi pada bayi baru lahir dan wanita (Herwandar & Soviyati, 2020). Ketika tubuh seseorang tidak memiliki cukup hemoglobin atau sel darah merah, tubuh tidak mendapatkan oksigen yang dibutuhkan, sehingga membuat seseorang akan terjadi anemia (Ningsih, 2021).

Anemia dipengaruhi secara langsung oleh asupan makanan harian yang kurang mengandung zat besi. Secara umum, asupan makanan erat kaitannya dengan status gizi. Semakin bergizi makanan yang dikonsumsi, maka semakin baik pula status gizi

seseorang. Sebaliknya jika makanan yang dikonsumsi kurang memiliki nilai gizi, maka seseorang bisa saja mengalami kekurangan nutrisi yang dapat memicu terjadinya anemia. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa anemia remaja merupakan masalah gizi terbesar di negara berkembang (Chandrakumari dkk., 2019).

Menurut *World Health Organization* (WHO) dalam world health statistics tahun 2021 menunjukan bahwa prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif (15-49) di dunia tahun 2019 berkisar sebanyak 29.9 % dan prevalensi anemia pada Wanita tidak hamil usia 15-49 tahun sebesar 29.6% yang mana kategori usia remaja termasuk didalamnya. Berdasarkan hasil laporan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 oleh Balitbangkes di Indonesia prevalensi anemia pada remaja putri berkisar sebesar 27.2% pada kelompok usia 15-24 tahun sedangkan pada remaja putra angka anemia lebih rendah yaitu sebesar 20.3 %

Anemia dapat disebabkan oleh kurangnya nutrisi yang mendukurng penyerapan zat besi (*enhancer* zat besi), seperti protein dan vitamin C. Sedangkan tanin, oksalat, phytat, dan kalsium dapat menghambat penyerapan zat besi (*inhibitor*) (Dya & Adiningsih, 2019). Remaja putri berisiko mengalami anemia karena membatasi asupan makanan yang kaya lemak dan karbohidrat, pada akhirnya mengurangi asupan sumber protein dan zat besi (Sartika, 2020).

Faktor penyebab tingginya kejadian anemia pada remaja antara lain rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lain seperti vitamin A, vitamin C, asam folat, riboflavin dan vitamin B12, termasuk kesalahan dalam konsumsi zat besi, dapat memperngaruhi penyerapan zat besi (Julaecha, 2020). Selain itu, anemia juga

disebabkan oleh faktor sosial ekonomi seperti pendidikan, pekerjaan, dan pendapatan (Darmawati dkk., 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Alfiah, S., dan Dainy, N.C. (2023) yang menjelaskan adanya hubungan antara asupan zat besi, vitamin C, kepatuhan konsumsi tablet penambah darah dan tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP IT Majmaul Bahrain Bogor dengan nilai *p- value* < 0,05. Peningkatan kadar hemoglobin setelah pemberian kurma pada remaja putri yang anemia defisiensi besi (Irandegani dkk, 2019)

Pemberian kurma pada remaja yang anemia menyebabkakn peningkatan kadar hemoglobin, dibuktikan pada penelitian kusumawardani, dkk.(2020). Kurma kaya akan zat besi dan mikronutrien penting untuk memproduksi hemoglobin. Pemberian tablet Fe dikombinasikan dengan kurma memberikan hasil yang lebih baik dalam meningkatkan kadar hemoglobin, sesuai dengan pada penelitian Widowati, dkk.(2019).

Kurma mengandung flavonoid 22,vitamin B kompleks, seperti tiamin (B1), riboflavin (B2), niasin (B3), pantotenat (B5), piridoksin (B6), dan folat (B9) serta mengandung sedikit vitamin C23 dan serat makanan 6,4-11,5%. Flavonoid membantu dalam pembentukan hemoglobin, yang berdampak pada penyerapan dan pelepasan zat besi dari transferin ke jaringan tubuh. Penambahan kurma pada tablet zat besi dianggap sebagai metode yang efektif untuk meningkatkan kadar hemoglobin (Amaris dan Hana, 2022).

Penambahan jus jeruk dan kurma juga dapat meningkatkan kadar hemoglobin (Rahayu dkk, 2019). Penyerapan besi di dalam tubuh, sangat terkait dengan lingkungan asam yang membantu penyerapan zat besi, ini terjadi di bagian pertama

dan kedua dari usus kecil. Pemberian senyawa asam seperti asam askobat dan vitamin C dapat meningkatkan penyerapan zat besi (Widowati dkk, 2019). Hal ini menunjukkan bahwa jus jeruk meningkatkan penyerapan zat besi, yang dapat mempengaruhi peningkatan pada hemoglobin.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti di SMP Muhammadiyah 1 Gresik, pada 34 remaja putri yang duduk dikelas VIII, didapatkan seluruh mengalami anemia dengan hasil kadar Hb rata-rata 8-11 gr/dl. Dari 34 Siswi yang mengalami anemia ringan 11,8% dan yang mengalami anemia sedang 88,2%.

Berdasarkan pembahasan diatas penulis tertarik untuk membuat alternatif makanan cemilan yang berupa permen jelly yang disukai oleh remaja yang berbahan dasar buah jeruk dan buah kurma. Pemilihan buah jeruk disebabkan karena buah jeruk mengandung vitamin C dapat membantu mempercepat penyerapan zat besi didalam tubuh serta berperan dalam memindahkan zat besi didalam darah. Serta buah kurma mengandung zat besi tinggi. Kandungan zat besi yang tinggi dapat digunakan untuk pengobatan anemia. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pemberian permen jelly berbahan dasar jeruk dan kurma terhadap peningkatan kadar Hemoglobin (Hb) pada remaja putri dengan anemia.

1.2. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian berdasarkan latar belakang tersebut, yaitu "Bagaimana pengaruh pemberian permen jelly berbahan dasar jeruk dan kurma terhadap peningkatan kadar Hemoglobin (Hb) pada remaja putri dengan anemia?"

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian permen jelly berbahan dasar jeruk dan kurma terhadap peningkatan kadar Hemoglobin (Hb) pada remaja putri dengan anemia.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi Hemoglobin (Hb) sebelum pemberian permen jelly berbahan dasar jeruk dan kurma pada remaja putri dengan anemia.
2. Mengidentifikasi Hemoglobin (Hb) sesudah pemberian permen jelly berbahan dasar jeruk dan kurma pada remaja putri dengan anemia.
3. Menganalisis pengaruh pemberian permen jelly berbahan dasar jeruk dan kurma terhadap peningkatan kadar Hemoglobin (Hb) pada remaja putri dengan anemia.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Dengan adanya penelitian ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan baru bagi peneliti bahwasannya permen jelly berbahan dasar jeruk dan kurma dapat meningkatkan kadar Hemoglobin (Hb) pada remaja putri dengan anemia.

1.4.2 Manfaat Bagi Responden

Diharapkan dapat diimplementasikan menjadi salah satu terapi nonfarmakologi yaitu dengan pemberian permen jelly berbahan dasar jeruk dan kurma pada remaja putri dengan anemia.

1.4.3 Manfaat Bagi Lahan Penelitian

Dengan adanya peneltian ini diharapkan petugas UKS dapat mengimplementasikan terapi secara nonfarmakologi yakni dengan cara pemberian permen jelly berbahan dasar jeruk dan kurma untuk meningkatkan Hemoglobin (Hb) pada remaja putri dengan anemia.

1.4.4 Manfaat Bagi Akademik

Diharapkan dengan hasil penelitian ini menjadi bahan pengembangan pengetahuan serta dapat menjadi referensi atau masukan bagi mahasiswa dan juga pengajar mengenai pemanfaatan jeruk dan kurma untuk meningkatkan Hemoglobin (Hb) pada asuhan kebidanan pada remaja putri dengan anemia.