

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Anemia menjadi salah satu indikator status gizi dan kesehatan yang buruk (WHO, 2014). Menurut statistik kesehatan dunia 2021, prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif (15-49) di seluruh dunia pada tahun 2019 berkisar sebesar 29,9%, sementara prevalensi anemia pada wanita tidak hamil usia 15 hingga 49 tahun berkisar sebesar 29,6% (World Health Organization, 2020).

Anemia yaitu suatu keadaan dimana kadar Hemoglobin (Hb) di dalam darah lebih rendah dari nilai normal. Pada wanita remaja Hb normal adalah 12-15 g/dL dan pria remaja 13-17g/dL. Berdasarkan data (Kemenkes RI, 2018). Klasifikasi derajat anemia menurut WHO dalam Waryana (2010) yaitu: tidak anemia: Hb  $\geq$  11 gr/dl, ringan : Hb 9 gr/dl – 10 gr/dl, sedang : Hb 7 gr/dl – 8 gr/dl dan berat : Hb  $<$  7 gr/dl (Waryana, 2010).

Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2007, 2013 dan 2018 terlihat adanya trend peningkatan prevalensi anemia pada remaja. Pada tahun 2018, terdapat 32% remaja di Indonesia yang mengalami anemia. Menurut Kemenkes RI (2018) bahwa angka prevalensi anemia pada remaja usia 15-24 tahun sebesar 32%, artinya diperkirakan sebanyak 3-4 remaja dari total 10 remaja menderita anemia. Anemia lebih banyak dijumpai pada perempuan (remaja dan wanita dewasa) dibanding pada laki-laki, dengan proporsi anemia pada perempuan sebesar 27,2% dan laki-laki sebesar 20,3% (Kaimudin *et al.*, 2017; Kemenkes RI, 2018). Di provinsi Banten 35 % remaja putri menderita anemia. Di Kabupaten Tangerang 63,4 % remaja putri menderita anemia, bahkan data yang diperoleh dari situs resmi pemerintah kota Tangerang

menyatakan bahwa pada akhir tahun 2022 tercatat prevalensi anemia di Kota Tangerang berada pada angka 25,18 %. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Provinsi Banten (2017) ditemukan sebanyak 37,1 % remaja putri di Tangerang mengalami kejadian anemia. Laporan Kinerja Instansi Pemerintah (LKIP) tahun 2019 oleh Dinas Kesehatan Kota Tangerang Selatan, didapatkan sebanyak 411 pasien yang dirujuk dari seluruh puskesmas di wilayah Tangerang Selatan selama tahun 2019.

Anemia remaja disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi dan protein, remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan, diet makanan sehingga kurang asupan zat besi, dan pertumbuhan remaja sangat cepat sehingga butuh lebih banyak gizi (Kemenkes RI, 2020). Penyebab umum terjadinya anemia di Indonesia yaitu anemia kekurangan zat besi yang disebut dengan anemia gizi besi (Kemenkes RI, 2018). Penyebab anemia terbanyak adalah defisiensi zat besi yang disebabkan karena kurangnya asupan zat besi, tidak adekuatnya penyerapan zat besi dan peningkatan kebutuhan zat besi, serta peningkatan kehilangan zat besi seperti saat menstruasi (Kusuma, 2022).

Anemia pada remaja putri sendiri beresiko lebih tinggi karena dapat menyebabkan seseorang mengalami penurunan pada daya tahan tubuh sehingga seseorang tersebut mudah terkena masalah kesehatan (Nasruddin *et al.*, 2021). Anemia pada remaja memiliki dampak yang serius dan hampir seluruhnya merupakan konsekuensi dari defisiensi zat besi yang sangat berhubungan dengan tingkat keparahan anemia. Anemia dapat menyebabkan penurunan resistensi tubuh terhadap infeksi, gangguan pertumbuhan fisik dan perkembangan mental serta menurunkan kebugaran fisik, kapasitas kerja dan

performa belajar. Dampak anemia yang paling terlihat pada remaja adalah menurunnya pencapaian belajar selama di sekolah (Tesyafe *et al.*, 2015).

Intervensi pada remaja putri sangat penting dilakukan karena akan menentukan kualitas sumber daya manusia generasi berikutnya. Strategi penanggulangan masalah anemia untuk menghindari anemia saat hamil akan lebih efektif jika dilakukan melalui perbaikan gizi sejak remaja. Terdapat beberapa kelompok populasi yang rentan terhadap anemia, yaitu anak di bawah usia 5 tahun, remaja putri, termasuk wanita menstruasi, serta wanita hamil dan nifas (WHO, 2023). Rencana Strategis Kementerian Kesehatan RI tahun 2015-2019 menargetkan cakupan pemberian TTD pada rematri secara bertahap dari 10% (2015) hingga mencapai 30% (2019).

Guna menekan angka prevalensi anemia, Pemerintah Kota (Pemkot) Tangerang melalui Dinas Kesehatan (Dinkes) terus melakukan edukasi gizi kepada remaja di seluruh sekolah se-Kota Tangerang. Salah satunya, melalui program “Yuk Jaim” atau Yuk, Jadi Remaja Anti Anemia. Dalam program ini, 39 puskesmas yang ada di Kota Tangerang, melakukan kunjungan ke sekolah-sekolah di wilayahnya, untuk melakukan sosialisasi, edukasi dan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD). Puskesmas juga membentuk dan memiliki kader Yuk Jaim dalam membantu program pencegahan anemia kepada teman-teman sebayanya di sekolah. Selain itu, dilakukan pula skrining anemia pada remaja puteri di sekolah SMP/SMA sederajat. Yuk Jaim ini juga membantu memberikan edukasi makanan bergizi seimbang yang mengandung zat besi, melakukan berbagai aktifitas fisik, mencuci tangan bersama, serta pemeriksaan hemoglobin untuk mengetahui status anemia. Apabila ada remaja puteri yang

terindikasi anemia saat skrining, maka akan dirujuk ke Puskesmas untuk mendapatkan tatalaksana. Tentunya peran kader Yuk Jaim juga sampai membantu pencatatan dan pelaporan program suplementasi TTD rematri dengan baik dan benar di sekolah (tangerangkota.go.id, 2023)

Tidak hanya di Kota Tangerang, program dalam upaya mencegah kejadian anemia pada remaja putri juga dilakukan oleh Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang. Salah satunya yaitu Puskesmas Kedaung Barat yang memberikan Penyuluhan Gizi Seimbang Dan Anemia kepada ratusan remaja putri di sejumlah sekolah di wilayah kerjanya Kecamatan Sepatan Timur. Dimana, pelajar putri yang menjadi sasaran penyuluhan. Kegiatan penyuluhan tersebut berlangsung dengan pihak puskesmas mendatangi masing-masing sekolah dan melakukan sejumlah aktivitas seperti berolahraga bersama, sarapan bersama, dan minum tablet tambah darah bersama (Dinas Kesehatan Kabupaten Tangerang, 2023).

Upaya-upaya yang dilakukan oleh pemerintah, melalui program-program yang dibuat demi menekan kejadian anemia pada remaja putri harus terus didukung. Hal tersebut tentunya bertujuan untuk mengurangi resiko remaja putri terkena anemia. Salah satu bentuk intervensi lain yang dapat mengurangi resiko tersebut yaitu dengan program intervensi untuk menanggulangi ataupun mencegah kekurangan zat besi terdiri atas diet tinggi zat besi, fortifikasi makanan (penambahan zat gizi pada makanan dengan kadar yang lebih tinggi), suplementasi dan perbaikan status kesehatan masyarakat secara global. Buah yang dapat mengatasi anemia adalah kurma, karena di dalam kurma terkandung zat besi, yaitu 1,2 mg/100 gram kurma. Kandungan Fe pada kurma yaitu 1,02

mg sehingga mampu untuk membantu, mengobati maupun mencegah terjadinya anemia. Zat lain yang ada di dalam kurma yaitu Riboflavin, Piridoksal, Niasin, dan Folat, dimana 100 gram kurma dapat memenuhi lebih dari 9% kebutuhan vitamin tubuh untuk sehari (Rahmawati, 2019).

Zat besi yang terkandung di dalam buah kurma sebesar 1,2 mg/dl dapat mengatasi anemia, serta vitamin A dan B yang terkandung di dalamnya sangat dibutuhkan oleh tubuh untuk memproduksi hemoglobin dalam sum-sum tulang belakang (Andriawan, 2015). Berdasarkan hasil penelitian kurma dapat meningkatkan kadar HB dengan peningkatan rata-rata sebanyak 1,2 gr/dl setelah mengonsumsi kurma 7 butir setiap harinya dan dalam kurun waktu satu minggu berturut-turut (Ridwan, 2018).

Dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan, dengan menggunakan 15 sampel siswi SMA NEGERI 32 Kab. Tangerang didapatkan hasil bahwa 9 diantaranya mengalami anemia ringan hingga sedang. Terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kejadian anemia ini, diantaranya yaitu asupan zat gizi yang kurang karena beberapa siswi mengatakan tidak begitu memperhatikan asupan mereka. Selanjutnya mereka mengatakan bahwa jarang untuk mengonsumsi tablet Fe yang diberikan oleh pihak sekolah. Hal ini karena efek dan aroma yang dihasilkan dari tablet Fe yang mereka rasa cukup mengganggu.

Berdasarkan latar belakang di atas perlu adanya upaya yang dilakukan untuk mengatasi anemia pada remaja putri. Oleh karena itu, peneliti merasa perlu melakukan penelitian mengenai pengaruh pemberian sari buah kurma terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia. Dimana hal

tersebut, dapat menjadi salah satu intervensi non farmakologi yang minim efek samping sehingga diharapkan dapat berpengaruh pada kadar hemoglobin remaja putri.

## 1.2 Rumusan Masalah

Anemia merupakan salah satu masalah gizi di Indonesia selain malnutrisi dan obesitas. Remaja yang mengalami anemia cenderung akan merasa lemah dan lemas sehingga lambat dalam beraktivitas termasuk dalam menyelesaikan masalah, tentu hal ini akan mengancam generasi emas Indonesia. Selain itu, remaja yang sudah memiliki anemia berpeluang menderita anemia saat hamil (setelah menikah). Kondisi ini akan semakin buruk karena pada saat kehamilan seorang wanita membutuhkan asupan gizi yang lebih banyak. Dalam mengatasi hal tersebut, pemerintah tentu memiliki program-program yang bertujuan untuk menekan angka kejadian anemia pada remaja putri, seperti penyuluhan dan pemberian Tablet Fe. Adapun yang dapat diberikan sebagai intervensi untuk mencegah dan menanggapi anemia pada remaja putri yaitu, dengan meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja adalah dengan pemberian Sari Buah Kurma pada remaja putri.

Berdasarkan masalah tersebut, terdapat rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “apakah ada pengaruh pemberian sari buah kurma terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia di SMA NEGERI 32 Kabupaten Tangerang“

## 1.3 Rumusan Masalah

Anemia merupakan salah satu masalah gizi di Indonesia selain malnutrisi dan obesitas. Remaja yang mengalami anemia cenderung akan merasa lemah

dan lemas sehingga lambat dalam beraktivitas termasuk dalam menyelesaikan masalah, tentu hal ini akan mengancam generasi emas Indonesia. Selain itu, remaja yang sudah memiliki anemia berpeluang menderita anemia saat hamil (setelah menikah). Kondisi ini akan semakin buruk karena pada saat kehamilan seorang wanita membutuhkan asupan gizi yang lebih banyak. Dalam mengatasi hal tersebut, pemerintah tentu memiliki program-program yang bertujuan untuk menekan angka kejadian anemia pada remaja putri, seperti penyuluhan dan pemberian Tablet Fe. Adapun yang dapat diberikan sebagai intervensi untuk mencegah dan menanggapi anemia pada remaja putri yaitu, dengan meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja adalah dengan pemberian Sari Buah Kurma pada remaja putri.

Berdasarkan masalah tersebut, terdapat rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “apakah ada pengaruh pemberian sari buah kurma terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia di SMA NEGERI 32 Kabupaten Tangerang“

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh pemberian sari buah kurma terhadap kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia di SMA NEGERI 32 Kabupaten Tangerang.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- 1) Mengetahui kadar hemoglobin sebelum pemberian sari buah kurma pada remaja putri dengan anemia di SMA NEGERI 32 Kabupaten Tangerang pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

- 2) Mengetahui kadar hemoglobin setelah pemberian sari buah kurma pada remaja putri dengan anemia di SMA NEGERI 32 Kabupaten Tangerang pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.
- 3) Menganalisis perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan sari buah kurma pada remaja putri dengan anemia pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Bagi Remaja Putri**

Diharapkan dengan dilaksakannya penelitian ini dapat menambah wawasan serta pengetahuan mengenai manfaat sari buah kurma sebagai salah satu alternatif untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia.

##### **1.4.2 Bagi Instansi terkait (SMA NEGERI 32 Kabupaten Tangerang)**

Penulis mengharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi dalam kegiatan belajar mengajar di SMA NEGERI 32 Kabupaten Tangerang. Selain itu, peneliti juga mengharapkan penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan kajian mengenai pengaruh dalam meningkatkan kadar Hemoglobin pada remaja putri.

##### **1.4.3 Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan pengalaman khususnya mengenai pemanfaatan Sari Buah Kurma terhadap remaja putri dengan anemia.