

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan reproduksi merupakan aspek kesehatan terpenting pada masa remaja. Masa remaja merupakan fase peralihan kehidupan dari masa anak-anak tanpa tanggung jawab menjadi masa dewasa dengan berbagai tanggung jawab (Manuaba, 2015).

Berdasarkan data yang diperoleh dari UPT Puskesmas Buru Kabupaten Karimun, pada tahun 2023 dilakukan pemeriksaan hemoglobin pada 336 remaja putri dan ditemukan 44 orang yang mengalami anemia. Sedangkan pada tahun 2024 telah dilakukan pemeriksaan hemoglobin terhadap 25 remaja putri di SMAN 1 Buru Kepulauan Riau dan ditemukan 7 orang remaja putri yang mengalami anemia.

Masa remaja dalam proses perjalanan hidup manusia sangat penting untuk diperhatikan karena pada masa remaja ini terjadi proses awal kematangan organ reproduksi yang ditandai dengan adanya peristiwa menstruasi pada remaja putri. Hal ini dapat menyebabkan penurunan kadar besi dalam darah atau anemia (Kusmiran, 2016).

Anemia pada remaja merupakan masalah yang signifikan di seluruh dunia. Prevalensi anemia pada remaja putri di dunia berkisar antara 40-88%. Di negara-negara berkembang, anemia mempengaruhi sekitar 53,7% dari seluruh remaja putri. Remaja putri seringkali menderita anemia akibat stres, terlambat makan, atau menstruasi (Kaimudin *et al.*, 2017).

Menurut hasil Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023, prevalensi anemia pada perempuan (18%) lebih tinggi dibandingkan laki-laki (14,4%). Sementara prevalensi anemia pada kelompok usia 15-24 tahun sebesar 15,5%. Hal ini mengindikasikan bahwa anemia lebih rentan terjadi pada perempuan dibandingkan laki-laki (BKPK, 2023).

Remaja putri sangat rentan mengalami anemia karena tubuh mereka mengalami kekurangan sel darah merah pada masa menstruasi selama 2-7 hari setiap bulannya. Volume darah yang hilang diperkirakan sekitar 35-50 ml, mereka juga akan kehilangan 30 mg zat besi dari tubuhnya (WHO, 2011). Selain itu, anemia pada remaja putri dipengaruhi oleh tingkat pendidikan orang tua, status ekonomi, pengetahuan tentang kondisi tersebut, serta asupan vitamin C dan zat besi (Kaimudin *et al.*, 2017).

Masalah anemia yang terjadi pada remaja perlu segera diatasi ataupun ditangani. Ada tindakan farmakologis dan nonfarmakologis yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin darah. Pengobatan farmakologisnya adalah dengan meminum tablet tambah darah 1 tablet setiap minggu atau 52 tablet selama setahun (Kemenkes, 2020). Sementara pilihan pengobatan nonfarmakologis antara lain mengonsumsi buah-buahan, sayur mayur, kurma, teh rosella, dan ekstrak daun kelor. Bahan-bahan ini bisa dibuat menjadi jus, puding atau teh yang menarik untuk dikonsumsi oleh remaja (Resmi dan Setiani, 2020).

Kelor (*Moringa oleifera Lam*) merupakan tanaman lokal yang telah lama dikenal sebagai tanaman serba guna, kaya nutrisi dan berkhasiat obat. Memiliki variasi senyawa alami yang lebih banyak dibandingkan jenis tumbuhan lainnya. Berdasarkan hasil penelitian, daun kelor mengandung vitamin A, vitamin B,

vitamin C, kalsium, potasium, zat besi dan protein yang sangat tinggi yang diproses secara efektif oleh tubuh manusia. Kandungan zat besi (Fe) pada daun kelor kering atau tepung daun kelor lebih tinggi 25 kali lipat dari bayam. (Siagian, 2020).

Selain itu, bunga rosella juga mengandung zat besi dan sumber vitamin C. Rosella (*Hibiscus sabdariffa linn*) terkenal dengan manfaat kesehatan dari kelopaknya. Kandungan vitamin C yang tinggi pada kelopak bunga rosella dapat membantu absorpsi zat besi sehingga dengan mengkonsumsi tablet Fe dan kelopak bunga rosella dapat meningkatkan kadar hemoglobin, serum ferritin dan tingkat BMI (Nisa, 2017 dalam Tarwihah *et al.*, 2023).

Hasil Penelitian yang dilakukan oleh Widiatrilupi (2023) pada remaja putri di ITSK RS dr. Soepraeon, dari 32 responden hampir seluruh responden mengalami peningkatan kadar hemoglobin. Sebelum pemberian teh daun kelor, responden yang mengalami anemia sedang berjumlah 10 orang (31,3%) dan anemia ringan berjumlah 22 orang (68,7%). Sedangkan setelah pemberian teh daun kelor, tidak ada lagi responden yang menderita anemia sedang, anemia ringan 12 orang (37,5%) dan menjadi tidak anemia 20 orang (62,5%).

Hasil penelitian yang dilakukan Tarwihah *et al.* (2023) pada 36 remaja putri di SMA Al-Ghozali Bunduran Arosbaya Barat Bangkalan Madura menunjukkan kadar hemoglobin seluruh responden sebelum diberikan teh rosella dibawah nilai normal yaitu <12 gr/dL. Sementara setelah diberikan teh rosella, 19 responden menjadi tidak anemia lagi dengan kadar hemoglobin >12 gr/dL.

Hasil penelitian Dewisari *et al.* (2024) tentang “Efektivitas Teh Daun Kelor Dan Teh Rosella Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Anemia Ringan di UPT Puskesmas Airgegas Tahun 2023” menjelaskan bahwa teh yang

terbuat dari daun kelor mengandung banyak zat besi yang diperlukan tubuh untuk membuat hemoglobin. Remaja rentan mengalami defisiensi zat besi karena perkembangan dan pertumbuhan tubuh yang cepat. Dengan rutin mengonsumsi teh daun kelor, remaja dapat meningkatkan asupan zat besi, membantu produksi hemoglobin, dan pada akhirnya meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah. Sedangkan teh rosella kaya akan zat besi dan vitamin C, yang keduanya diperlukan untuk pembentukan hemoglobin. Vitamin C membantu penyerapan zat besi dalam tubuh, sedangkan zat besi sendiri merupakan bagian utama dari hemoglobin. Remaja bisa mendapatkan lebih banyak vitamin C dan zat besi, meningkatkan produksi hemoglobin, dan pada akhirnya meningkatkan kadar hemoglobin darah dengan meminum teh rosella secara rutin.

Berdasarkan hasil penelitian sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk mengambil judul penelitian “Perbedaan Pemberian Teh Daun Kelor dan Teh Rosella Terhadap Kadar Hemoglobin Remaja Putri di SMAN 1 Buru Kepulauan Riau”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang dapat diambil yaitu “Bagaimana Perbedaan Pemberian Teh Daun Kelor dan Teh Rosella Terhadap Kadar Hemoglobin Remaja Putri di SMAN 1 Buru Kepulauan Riau ?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbedaan pemberian teh daun kelor dan teh rosella terhadap kadar hemoglobin remaja putri di SMAN 1 Buru Kepulauan Riau.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Diketuahuinya rata-rata kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian teh daun kelor pada remaja putri di SMAN 1 Buru Kepulauan Riau.
- 2) Diketuahuinya rata-rata kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian teh rosella pada remaja putri di SMAN 1 Buru Kepulauan Riau.
- 3) Diketuahuinya pengaruh pemberian teh daun kelor terhadap kadar hemoglobin remaja putri di SMAN 1 Buru Kepulauan Riau.
- 4) Diketuahuinya pengaruh pemberian teh rosella terhadap kadar hemoglobin remaja putri di SMAN 1 Buru Kepulauan Riau.
- 5) Diketuahuinya perbedaan pemberian teh daun kelor dan teh rosella terhadap kadar hemoglobin remaja putri di SMAN 1 Buru Kepulauan Riau.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Untuk menambah wawasan dalam mengkaji perbedaan pemberian teh daun kelor dan teh rosella terhadap kadar hemoglobin remaja putri di SMAN 1 Buru Kepulauan Riau.

1.4.2 Bagi Instansi Pendidikan

Sebagai bahan bacaan untuk menambah wawasan tentang perbedaan pemberian teh daun kelor dan teh rosella terhadap kadar hemoglobin remaja putri di SMAN 1 Buru Kepulauan Riau dan memberikan referensi dalam meningkatkan kualitas pendidikan di Universitas Nasional.

1.4.3 Bagi Responden

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi kepada remaja putri tentang manfaat teh daun kelor dan teh rosella untuk meningkatkan kadar hemoglobin.

