

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah periode transisi menuju kedewasaan yang ditandai dengan perkembangan fisik yang pesat. Pertumbuhan remaja berhubungan dengan asupan gizi, salah satunya konsumsi zat besi. Kekurangan zat besi dalam tubuh dapat menyebabkan anemia pada remaja (Wahyuningsih dan Uswatun, 2019). Remaja putri sebagian besar mengalami anemia karena setiap bulannya mengalami menstruasi sehingga membutuhkan asupan zat besi yang banyak (Astuti, 2023).

Anemia adalah kondisi dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah di bawah batas normal. Tubuh membutuhkan zat besi untuk proses pembentukan hemoglobin, bagian sel darah merah yang bertanggung jawab untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa suplementasi zat besi dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin dan mengurangi risiko anemia pada remaja putri yang kekurangan zat besi (Citta *et al.*, 2024). Remaja putri membutuhkan 15 mg zat besi setiap hari. Transferin adalah cara zat besi digunakan untuk membuat hemoglobin. Kadar transferin yang rendah dalam darah dapat disebabkan oleh kurangnya asupan zat besi dari makanan, penyerapan zat besi yang tidak efektif oleh usus, atau peningkatan kebutuhan zat besi. Penyerapan zat besi dari makanan berkisar antara 10 hingga 15 persen, tergantung pada sumber zat besi yang dikonsumsi (Rizki *et al.*, 2022).

Anemia merupakan masalah kesehatan yang banyak menyerang kelompok rentan, termasuk anak-anak di bawah usia 5 tahun, terutama bayi dan balita, remaja

putri yang mengalami menstruasi, serta wanita hamil dan pasca persalinan. Menurut data *World Health Organization (WHO)* tahun 2019, sekitar 500 juta wanita berusia 15-49 tahun dan 269 juta anak berusia 6-59 bulan mengalami anemia. Sebanyak 30% wanita yang tidak hamil dan 37% wanita hamil dalam kelompok usia tersebut juga terdampak. Wilayah Afrika dan Asia Tenggara menjadi yang paling terpengaruh, dengan jutaan wanita dan anak-anak mengalami anemia. WHO telah memperbarui batasan hemoglobin untuk mendefinisikan anemia, yang dapat memengaruhi prevalensi anemia, terutama di daerah dataran tinggi.

Studi terbaru menganalisis data dari 406.106 anak di 48 negara dan menemukan bahwa prevalensi anemia secara keseluruhan mencapai 61,4%, anemia pada remaja (usia 10-19 tahun) mencapai 30% dan anemia pada remaja perempuan memiliki prevalensi lebih tinggi, yaitu mencapai angka 37-40% berdasarkan kriteria WHO 2024. Perubahan ini menyoroti perlunya pengawasan dan intervensi lebih lanjut untuk mengatasi anemia secara global (WHO, 2024).

Prevalensi anemia di Indonesia menunjukkan variasi yang signifikan di berbagai kelompok. Anak usia 0-59 bulan memiliki angka prevalensi tertinggi, yaitu 38,5%. Perempuan lebih rentan mengalami anemia (27,2%) dibandingkan laki-laki. Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2018 mengungkapkan bahwa 48,9% remaja putri di Indonesia menderita anemia, menyoroti pentingnya intervensi seperti pemberian tablet tambah darah. Rendahnya kesadaran akan manfaat suplemen ini menjadi tantangan utama dalam upaya pencegahan anemia. Secara keseluruhan, prevalensi anemia nasional mencapai 23,7% (Riskes, 2018). Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) 2023 mengungkapkan bahwa

Prevalensi anemi pada Remaja Putri usia 15-24 tahun sekitar 30,3% dan angka ini menurun di bandingkan dengan data Riskesdas 2018 (RISKESDAS, 2023).

Berdasarkan data Dinkes Kota Singkawang Tahun 2024 Cakupan anemia pada remaja putri di kota Singkawang sebanyak 25.77%. Dari 7 jumlah SMAN yang berada diwilayah kerja Puskesmas Singkawang Selatan I. SMAN 9 Singkawang Selatan masih ada mempunyai remaja putri yang mengalami anemi. Berdasarkan data kesehatan reproduksi Puskesmas Singkawang Selatan I tahun 2023 sebesar 3,5% dan di tahun 2024 sebesar 7,01% (Profil Puskesmas Singkawang Selatan I, 2024).

Remaja putri rentan untuk mengalami anemia karena kebutuhan akan nutrisi terkait dengan percepatan pertumbuhan, kehilangan darah menstruasi, malnutrisi dan asupan zat besi yang buruk (Ariana dan Fajar 2024). Beberapa faktor yang dapat menyebabkan anemia meliputi kekurangan vitamin A, vitamin B12, asam folat, dan zat besi, peradangan kronis, infeksi parasit, serta penyakit keturunan. Namun, anemia defisiensi besi (IDA) menjadi penyebab utama anemia di seluruh dunia, karena kekurangan zat besi yang dibutuhkan untuk produksi sel darah merah di dalam tubuh (Permata *et al.*, 2023).

Dampak anemia pada remaja putri yaitu pertumbuhan terhambat, mudah terinfeksi, mengakibatkan kebugaran tubuh berkurang, semangat belajar menurun dan Penyakit ini berkembang menjadi masalah kesehatan yang menyebabkan penderitanya merasa lelah, lesu, dan kurang energi, yang berdampak pada kemampuan mereka untuk menjadi kreatif dan produktif. Anemia juga meningkatkan risiko penyakit pada masa dewasa dan dapat menyebabkan masalah gizi pada generasi berikutnya (Dewi *et al.*, 2024).

Untuk mengatasi kekurangan zat besi dapat dilakukan dengan pemberian Tablet Tambah Darah, kemudian bisa juga di kombinasikan dengan terapi non farmakologi yaitu dengan mengkonsumsi sari kacang hijau. Kandungan nutrisi tinggi dalam sari kacang hijau mengandung lemak, karbohidrat, kalsium, fosfor, zat besi, provitamin A, vitamin B kompleks dan air, membuatnya sangat baik untuk mencegah anemia. Konsumsi sari kacang hijau dalam jumlah 1 x 200 ml selama 7 hari dan tablet tambah darah 1 tablet seminggu dapat menunjukkan peningkatan kadar Hb sebesar 0,9 g/dL, yang disebabkan oleh fakta bahwa 100 mL sari kacang hijau mengandung 0,70 mg (Rizki *et al.*, 2022).

Menurut Kepala Sekolah SMAN 9 Singkawang Selatan, Bapak Sarkawi, M. Pd, bahwa sekolah sejak tahun 2023 sudah menerapkan pemberian tablet tambah darah pada siswi 1x1 setiap minggu dan setiap hari pada saat haid. Tablet tambah darah yang di berikan ke sekolah SMAN 9 di peroleh dari UPT. Puskesmas Singkawang Selatan 1.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Dan Tablet Tambah Darah Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri SMAN 9 Singkawang Selatan Kalimantan Barat.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan konteks yang diuraikan dalam penulisan, maka rumusan masalah yang ingin dikaji adalah Apakah terdapat pengaruh dari pemberian sari kacang hijau dan tablet tambah darah terhadap kenaikan kadar Hemoglobin pada remaja putri SMAN 9 Singkawang Selatan Kalimantan Barat.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh dari pemberian sari kacang hijau dan tablet tambah darah terhadap kenaikan kadar Hemoglobin pada remaja putri dengan anemia di SMAN 9 Singkawang Selatan Kalimantan Barat.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui rata-rata kadar Hemoglobin sebelum dan sesudah diberikan sari kacang hijau dan tablet tambah darah pada remaja putri di kelompok intervensi I dan kelompok intervensi II.
2. Menganalisis pengaruh pemberian sari kacang hijau dan tablet tambah darah terhadap kadar Hemoglobin pada remaja putri di kelompok intervensi I.
3. Menganalisis pengaruh pemberian sari kacang hijau terhadap kadar Hemoglobin pada remaja putri di kelompok intervensi II.
4. Menganalisis perbedaan pemberian sari kacang hijau dan tablet tambah darah terhadap kenaikan kadar Hemoglobin pada remaja putri di SMAN 9 Singkawang Selatan Kalimantan Barat.

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Jurusan Kebidanan Universitas Nasional Jakarta.

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan bacaan untuk mengembangkan intervensi yang dapat dilakukan siswa terhadap informasi tentang Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Dan Tablet Tambah Darah Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di SMAN 9 Singkawang Selatan Kalimantan Barat. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai referensi bagi siswa untuk memberikan pengetahuan dan seminar.

1.4.2 Bagi Responden

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi kepada remaja tentang pentingnya mengonsumsi sari kacang hijau dan tablet tambah darah guna menurunkan anemia remaja. Jika remaja mengetahui dan memahami, maka remaja dapat mencegah anemia dengan cara mengonsumsi sari kacang hijau dan tablet tambah darah.

1.4.3 Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai referensi untuk penelitian lanjutan dan penelitian tambahan tentang komponen yang berhubungan dengan Pengaruh Pemberian Sari Kacang Hijau Dan Tablet Tambah Darah Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Dengan Anemia Di SMAN 9 Singkawang Selatan Kalimantan Barat.

1.4.4 Bagi SMAN 9 Singkawang Selatan Kalimantan Barat

Hasil penelitian ini sebagai bahan informasi tentang pentingnya mencegah anemia untuk meningkatkan kualitas pembelajaran khususnya di SMAN 9 Singkawang Selatan Kalimantan barat.

