

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan penyakit yang sering ditemui di tengah masyarakat khususnya pada remaja putri. Pada masa ini remaja mengalami pertumbuhan, sehingga membutuhkan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi, masa ini remaja putri juga mengalami menstruasi yang menyebabkan banyak kehilangan darah, kebiasaan remaja putri yang melakukan diet ketat, lebih banyak mengonsumsi makanan nabati yang kandungan zat besinya sedikit dibandingkan dengan makanan hewani, sehingga mengakibatkan kebutuhan zat besi tidak terpenuhi dan asupan gizinya tidak seimbang setiap hari (Puspita, 2022 & Apriyanti et al., n.d.).

Menurut (WHO, 2023) prevalensi anemia di dunia berkisar 40-88%, angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang sekitar 53,7% dari semua remaja putri. Menurut Kemenkes RI prevalensi anemia di Indonesia berkisar 21,7% dengan penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan 18,4% penderita berumur 15-24 tahun di 5 tahun terakhir.

Remaja yang mengalami anemia akan mudah terserang penyakit, karena daya tahan tubuhnya rendah sehingga tidak produktif dalam bekerja. Dilihat dari dampak ,anemia terdiri dari dampak langsung dan dampak jangka panjang, dampak langsung yang terkena anemia adalah keadaan tubuh yang sering mengeluh pusing dan mata berkunang- kunang, kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan menjadi pucat, lesu, lemah, letih, lelah, dan lunglai, sehingga sulit konsentrasi dalam belajar, sedangkan dampak jangka panjang dilihat pada saat terjadinya kehamilan (Setiawaty et al., 2024). Perempuan nantinya akan hamil dan memiliki anak, remaja yang sudah menderita anemia akan lebih parah anemianya karena masa hamil membutuhkan gizi yang lebih banyak lagi, jika tidak ditangani akan memperburuk keadaan pada ibu bayinya (Safitri,Julaecha. 2021).

Menurut Menteri Kesehatan, prevalensi anemia di Sumbar lebih tinggi dibandingkan rata-rata prevalensi nasional sebesar 14,8% (29,8% perempuan dan 27,6% laki-laki) Sumatera Barat mempunyai angka anemia tertinggi keempat setelah Maluku, Sulawesi Tenggara, dan Gorontalo. Proyeksi jumlah penduduk provinsi Sumatra Barat pada tahun 2019 adalah sebanyak 5.441.197 jiwa (Narulita & dkk, 2024). Berdasarkan survey data Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat pada tahun 2023 pada remaja putri kelas 7 dan kelas 10 di Sumatera Barat yang teridentifikasi anemia sebanyak 2.924 (20.30%) dari 14.472 remaja putri di Provinsi Sumatera Barat (Dinas Kesehata Sumatera Barat, 2023).

Strategi penanganan mencegah anemia akan lebih efektif bila diterapkan sejak masa remaja dengan melakukan perbaikan gizi. Namun, meski asupan makanan ditingkatkan, sangat sulit untuk memenuhi kebutuhan zat besi pada remaja. Program intervensi untuk mengatasi atau mencegah kekurangan zat besi terdiri atas pola makan kaya zat besi, fortifikasi pangan (menambahkan lebih banyak nutrisi ke dalam pola makan), suplementasi nutrisi, dan peningkatan konfigurasi kesehatan masyarakat global. Upaya pencegahan anemia bisa dengan terapi farmakologi ataupun non farmakologi. Suplemen tablet Fe adalah strategi farmakologi untuk meningkatkan penyerapan zat besi dan berhasil jika individu mematuhi aturan konsumsinya. Namun, ada banyak faktor yang dapat menyebabkan ketidak patuhan minum tablet Fe, termasuk efek samping yang tidak menyenangkan seperti mual. Adapun non farmakologi yaitu dengan mengkonsumsi bayam, lembayung, kacang panjang, madu, kurma, terong belanda, tomat, jambu biji merah(Safitri, 2022)(Wari Nurjanah, 2023).

Buah kurma memiliki kandungan zat besi yang lebih tinggi dibandingkan dengan sumber zat besi lainnya, kandungan zat besi pada buah kurma adalah 13,7 mg sedangkan kandungan kacang hijau dan kacang arab adalah sebesar 6,7 mg dan 6,2 mg. Kandungan zat besi yang ada dalam buah kurma inilah yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Selain kandungan zat besi, kurma juga memiliki kandungan vitamin C sehingga memaksimalkan penyerapan zat besi didalam tubuh (Puspita, 2022). Mengkonsumsi kurma selama 7 hari sebanyak 100 gram atau kurang lebih 5-7 buah secara rutin akan membantu meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah (Moonti & dkk, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian (Aisyah, 2022) didapatkan ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap kadar hemoglobin dan feritin serum penderita anemia remaja putri dengan nilai $p = <0,001$. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa pemberian buah kurma pada remaja putri dapat meningkatkan kadar hemoglobin dan feritin, ini dapat dilihat dari peningkatan rata-rata kadar hemoglobin pada kelompok intervensi sebelum perlakuan adalah 10,9 dan setelah perlakuan adalah 12,3 dan rata-rata kadar feritin pada kelompok intervensi sebelum perlakuan adalah 36,5 dan setelah perlakuan adalah 58,8.

Hasil penelitian (Mufidah et al., 2024) menunjukkan bahwa p value = 0,000 yang berarti bahwa ada Pengaruh Konsumsi Kurma dengan Peningkatan Haemoglobin Pada Remaja Putri Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Lampung. Buah kurma dapat menjadi alternative penanganan anemia pada remaja putri. Hasil penelitian (Moonti & Dkk, 2024) Analisa menunjukkan bahwa rata-rata kadar Hb sebelum diberikan jus kurma pada remaja putri 9,037, sedangkan nilai rata-rata kadar Hb sesudah diberikan jus kurma adalah 13,019. Analisis bivariat menunjukkan terdapat pengaruh pemberian jus kurma pada remaja putri ($P = 0,00$).

Berdasarkan laporan tahunan Dinas Kesehatan Kabupaten Solok Tahun 2023, dimana jumlah remaja putri anemia terbanyak di Puskesmas Alahan Panjang, Puskesmas Muara Panas dan Puskesmas Panningahan. Puskesmas Muara panas mempunyai angka anemia kedua dengan prevelensinya 31,33%.

Berdasarkan laporan tahunan dari Puskesmas Muara Panas tahun 2024 terdapat data remaja putri kelas VII dan X yang anemia di seluruh SMP dan SMA wilayah kerja puskesmas Muara Panas. Dari lima SMP di kecamatan Bukit Sundi

terdapat hasil pemeriksaan siswi kelas VII SMP ROIS dengan salah satu prevalensi tertinggi yaitu 61,5%, yang mana dari 26 siswi diantaranya 16 yang Anemia sedang & ringan, 10 yang tidak anemia.

Berdasarkan latar belakang tersebut sehingga peneliti tertarik untuk meneliti lebih dalam tentang pengaruh pemberian buah kurma terhadap kadar Hemoglobin pada remaja putri kelas VII di SMP Rois Muara Panas Tahun 2024.

B. Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang diatas, maka adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh pemberian buah kurma terhadap kadar Hemoglobin pada remaja putri kelas VII di SMP ROIS Muara Panas”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian buah kurma terhadap kadar Hb pada remaja putri kelas VII di SMP Rois Muara Panas Tahun 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui rerata kadar Hb sebelum dan sesudah diberikan kurma pada remaja putri kelas VII di SMP Rois Muara Panas Tahun 2024.
- b. Diketahui pengaruh pemberian buah kurma terhadap kadar Hb pada remaja kelas VII di SMP Rois Muara Panas Tahun 2024.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Peneliti

Dapat menambah ilmu pengetahuan, pengalaman dan kemampuan dalam menganalisis suatu masalah melalui penelitian serta menerapkan ilmu yang telah didapatkan khususnya tentang penatalaksanaan anemia non farmakologis pada penelitian ini.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan acuan untuk melakukan penelitian selanjutnya mengenai remaja yang memiliki kadar Hb Rendah.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan masukan ke pustakaan untuk meningkatkan dan pengembangan pendidikan serta ilmu pengetahuan.

b. Bagi Tempat Penelitian

Memberikan informasi bahwa kurma dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin

E. Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini untuk melihat adanya pengaruh pemberian buah kurma terhadap kadar Hb pada remaja putri kelas VII di SMP Rois Muara Panas Tahun 2024. Penelitian ini telah dilakukan pada bulan Agustus 2024 sampai Januari 2025. Pengumpulan data dilakukan 21 hari, mulai dari tanggal 2-22 November 2024. Variabel independen dalam penelitian ini yaitu pemberian buah

kurma dan variabel dependen yaitu hemoglobin remaja putri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui mengetahui rata-rata kadar remaja putri sebelum dan sesudah diberikan buah kurma dan pengaruh pemberian buah kurma terhadap Hemoglobin remaja putri. Adapun populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja Perempuan kelas VII di SMP Rois Muara Panas. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas VII di SMP Rois sebanyak 31 orang, sehingga peneliti mengambil keseluruhan remaja putri kelas VII sebagai sampel (total sampel). Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *quasi eksperimen*. Pengumpulan data dengan menggunakan alat pengukur kadar hemoglobin *easytouchGCHB* dan lembar observasi. Analisis data menggunakan univariat, bivariat dan uji t-test.

