

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

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).

Menurut (WHO, 2023) prevalensi anemia pada remaja 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 (WHO, 2023).

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 dan me

nduduki posisi keempat teratas setelah provinsi Maluku, Provinsi Sulawesi Tenggara, dan Gorontalo. Proyeksi jumlah penduduk provinsi Sumatera Barat pada tahun 2019 adalah sebanyak 5.441.197 jiwa (Narulita & dkk, 2024).

Berdasarkan laporan Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2023 anemia pada remaja putri yaitu 34,12%. Data dari Dinas Kesehatan Kota Padang, Puskesmas Lubuk Buaya berada pada nomor 1 dengan kasus anemia tertinggi di antara 3 wilayah kerja puskesmas lainnya yaitu terdapat 46% kasus, Puskesmas Bungus dengan 27% kasus, Puskesmas Air Tawar 18% kasus (Dinkes Padang, 2023). Data dari Puskesmas Lubuk Buaya didapatkan 46% remaja putri anemia, pemeriksaan dilakukan di tingkat SMP dan SMA di wilayah Puskesmas Lubuk Buaya (Puskesmas Lubuk Buaya, 2023). Pada SMAN 07 Kota Padang di dapatkan jumlah siswa remaja putri yang mengalami anemia yaitu sebesar 45,3%.

Masih tingginya kejadian anemia pada remaja putri akan berdampak kedepannya dimana anemia memiliki dampak negatif dalam jangka pendek, seperti berkurangnya fungsi kekebalan tubuh, kapasitas aerobik, dan metabolisme yang dapat menyebabkan peningkatan penyakit, kelesuan, kelelahan, dan kurangnya konsentrasi. Dalam jangka menengah dan panjang, anemia defisiensi besi dikaitkan dengan berkurangnya kapasitas kerja dan kognisi yang dapat menyebabkan berkurangnya sumber daya manusia dan kehilangan potensi akademik. Secara global, anemia defisiensi besi adalah penyebab utama morbiditas dan mortalitas di antara remaja putri usia 10-19 tahun (Gosdin, *et al*, 2022)

Pada masa pertumbuhan, remaja putri membutuhkan asupan energi yang cukup, protein, zat besi, seng, dan zat gizi mikro lainnya. Dimana zat besi yang dibutuhkan dapat meningkatkan fungsi kognitif dan kinerja fisik pada remaja putri. Salah satu target SDG (*Sustainable Development Goals*) adalah mengakhiri segala bentuk malnutrisi, termasuk mencapai target, pada tahun 2030, salah satu target yang telah disepakati secara internasional adalah memenuhi kebutuhan gizi remaja perempuan, wanita hamil, dan menyusui (WHO, 2023).

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) merekomendasikan empat kombinasi strategi dasar termasuk suplementasi zat besi, pendidikan gizi yang tepat, memperkaya makanan dengan zat besi dan pengendalian penyakit parasit dan infeksi untuk mencegah dan mengendalikan anemia. Ada beberapa tindakan yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah yaitu secara farmakologi dan juga secara non farmakologi. Terapi farmakologi yang dapat diterapkan pada remaja seperti mengkonsumsi tablet tambah darah dan asam folat yang dikonsumsi setiap minggu sekali dan setiap hari ketika sedang menstruasi. Adapun non farmakologi yaitu dengan mengkonsumsi bayam, madu, kurma, tomat, jambu biji merah (Indriyani, dkk, 2022).

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. 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 di dalam

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).

Hasil penelitian (Mufidah et al, 2024) tentang Pengaruh Konsumsi Buah Kurma Terhadap Peningkatan Hemoglobin 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 hasil penelitian (Aisyah, 2022) tentang Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin dan Feritin Pada Mahasiswi 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 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.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 08 Oktober 2025 di SMAN 07 Kota Padang diketahui jumlah remaja putri kelas X sebanyak 148 orang, didapatkan dari 20 remaja putri ditemukan 15 orang remaja putri yang konjungtiva nya terlihat pucat, dengan kadar hemoglobin terendah 10,6 gr/dl dan kadar hemoglobin tertinggi 16,0 gr/dl. Remaja putri mengeluh mudah lemah, letih, lesu, lelah, dan lalai (5L). Untuk SMAN 07 Kota Padang belum pernah ada intervensi atau penelitian menggunakan buah kurma untuk peningkatan kadar hemoglobin. Oleh karena itu peneliti tertarik ingin melakukan penelitian lebih lanjut di SMAN 07 Kota Padang.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti ingin melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin pada Remaja Putri kelas X di SMAN 07 Kota Padang Tahun 2025”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan yang telah diuraikan, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Seberapa besar pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas X di SMAN 07 Kota Padang Tahun 2025?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas X di SMAN 07 Kota Padang Tahun 2025

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui rata-rata kadar hemoglobin remaja putri kelas X sebelum dan sesudah diberikan buah kurma di SMAN 07 Kota Padang Tahun 2025
- b. Diketahui pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri kelas X di SMAN 07 Kota Padang Tahun 2025

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

a. Bagi Peneliti

Menambah wawasan ilmu pengetahuan di bidang ilmu kebidanan dalam pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menjadi sumber informasi untuk peneliti selanjutnya tentang pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri.

2. Praktis

a. Bagi Tempat Penelitian

Memberikan informasi yang berguna tentang pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri

b. Bagi Institusi

Sebagai bahan bacaan yang berguna tentang pengaruh pemberian buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini membahas tentang Pengaruh Pemberian Buah Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Kelas X Di SMAN 07 Kota Padang Tahun 2025. Variabel independent dari penelitian ini adalah buah kurma, sedangkan untuk variabel dependent dari penelitian ini adalah peningkatan hemoglobin. Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan desain penelitian pre-eksperimen dengan rancangan *the one group pretest-posttest design*. Penelitian ini telah dilakukan pada bulan September 2025 – Februari 2026 di SMAN 07 Kota Padang dengan populasi 148 remaja putri. Adapun sampel dalam penelitian ini adalah 34 remaja putri di SMAN 07 Kota Padang dengan teknik *Stratified Random Sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan alat pengukur kadar hemoglobin *easytouch GCHB* dan lembar observasi serta dianalisa menggunakan uji statistik uji T-dependen dengan $p < 0,005$.