

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia merupakan kondisi dimana terjadi penurunan jumlah masa eritrosit dalam darah yang ditunjukkan oleh penurunan kadar hemoglobin. Pada dasarnya, anemia dipengaruhi langsung oleh konsumsi makanan sehari-hari yang kurang mengandung zat besi. Anemia merupakan salah satu masalah global yang mempengaruhi kesehatan pada wanita usia subur, salah satu indikator gizi buruk seperti stunting dan wasting serta penurunan prestasi di sekolah (WHO, 2020).

Berdasarkan Riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2018 terjadi kenaikan kasus anemia pada remaja putri dari 37,1% menjadi 48,9% dari kelompok umur 15-34 tahun (Monika dkk., 2021:86-92). Pada provinsi Jawa Tengah prevalensi anemia menunjukkan data yang tinggi kurang lebih 57,7% dan masih menjadi masalah utama kesehatan masyarakat, karena persentasenya < 20% dari seluruh remaja di Jawa Tengah (Nasruddin, Faisal Syamsu dan Permatasari, 2021:357-364). Remaja putri merupakan kelompok rentan menderita anemia dikarenakan pada masa ini remaja putri mengalami masa pematangan reproduksi yaitu menstruasi serta kurangnya asupan zat gizi dari kebiasaan pola makan yang tidak teratur dan gaya hidup kurang baik (Sulistiani, Rizky Fitriyanti dan Dewi, 2021:39-47).

Faktor-faktor yang menjadi penyebab tingginya angka kejadian anemia pada remaja diantaranya yaitu rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya, misalnya vitamin A, vitamin C, Folat, Riboflavin dan B12, kesalahan dalam konsumsi zat besi misalnya konsumsi zat besi bersamaan dengan zat lain yang dapat mengganggu penyerapan zat besi tersebut (Nasruddin, Faisal Syamsu dan Permatasari, 2021:357-364). Dampak yang disebabkan anemia berpengaruh terhadap menurunnya konsentrasi dan prestasi belajar pada remaja, pada jangka panjang dapat mempengaruhi kualitas dari kehidupan remaja. Salah satu pencegahan anemia yang dapat dilakukan dengan pemberian tablet

besi atau fe, namun banyak orang yang kurang menyukai obat karena efek samping yang ditimbulkan oleh obat tersebut (Safitri dan Julaecha, 2022:127-134). Diperlukan alternatif pengganti tablet zat besi, salah satunya dengan buah kurma, buah kurma merupakan salah satu buah yang dapat digunakan dalam pencegahan anemia karena di dalamnya terdapat kandungan gizi mikro berupa (Fe, Ca, Vitamin C, Kalium, Glukosida, flavonoid luteolin, quercetin, dan apigenin) zat- zat tersebut merupakan zat yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin darah (Asnawi dkk., 2022:310-315). Konsumsi buah kurma segar dapat dimakan secara langsung tanpa pengasapan, akan tetapi untuk mengembangkan produk kurma yang diharapkan masyarakat maka buah kurma dapat diolah menjadi berbagai jenis misalnya minuman atau jus, sirup kurma atau pasta kurma (Zhen Xing, Shi and Aleid, 2013:2351-2361).

Pada studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti ditemukan remaja putri di MA Al-Ihsan memiliki gaya hidup yang kurang baik seperti suka konsumsi kopi atau teh yang dapat menghambat penyerapan zat besi di dalam tubuh, tidak terbiasa sarapan pagi dan suka mengonsumsi *junk food* yang kaya akan kandungan energi tetapi sangat minim kandungan vitamin dan mineral yang dibutuhkan untuk pembentukan hemoglobin darah, sehingga dapat mempengaruhi terjadinya anemia pada remaja putri (Budiarti, Anik dan Wirani, 2021:137-141) serta pada beberapa remaja menyampaikan bahwa tablet tambah darah yang diberikan dari sekolah sebanyak 2 tablet dalam 1 minggu tidak dikonsumsi karena tidak suka minum obat dan baunya amis, sehingga ditemukan beberapa gejala anemia seperti konjungtiva terlihat putih, tubuh terasa tidak bersemangat saat beraktivitas.

Oleh karena itu, kandungan mikro nutrien yang tinggi pada buah kurma serta kebiasaan yang kurang baik pada remaja disekolah membuat peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh pemberian kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan cara pengolahan direbus untuk mendapatkan air atau sari dari buah kurma yang akan dilakukan di MA Al Ihsan Boyolali.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan sebelumnya, maka rumusan masalah yang ditemukan adalah apakah air rebusan kurma efektif meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja MA Al-Ihsan yang mengalami anemia.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian air rebusan kurma terhadap peningkatan hemoglobin pada remaja MA Al Ihsan yang mengalami anemia.

2. Tujuan Khusus

- a) Mendiskripsikan kadar hemoglobin sebelum pemberian air rebusan kurma pada remaja kelas X-XI pada kelompok perlakuan.
- b) Mendiskripsikan kadar hemoglobin setelah pemberian air rebusan kurma pada remaja kelas X-XI pada kelompok perlakuan.
- c) Menganalisis perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian air rebusan kurma pada remaja kelas X-XI pada kelompok perlakuan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

a) Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan sebagai bentuk pengalaman dalam meralisasikan teori yang telah didapat di bangku kuliah, khususnya mengenai pengaruh pemberian air rebusan kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin.

b) Bagi Remaja Putri Kelas X-XI

Memberikan informasi bahwa kurma dapat membantu meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja anemia.

c) Bagi Ilmu Kebidanan

Sebagai referensi dan dapat dikembangkan dalam penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan dan referensi mengenai pengaruh pemberian air rebusan kurma terhadap anemia remaja untuk dikembangkan pada penelitian selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan literatur yang telah ada, penelitian ini mengacu dengan penelitian dahulu namun tetap ada perbedaan atau perubahan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya antarlain sebagai berikut:

1. (Irandegani et al., 2019) melakukan penelitian dengan judul *The Effect of a Date Consumption-Based Nutritional Program on Iron Deficiency Anemia in Primary School Girls Aged 8 to 10 Years Old in Zahedan (Iran)*. Desain Penelitian Semi Eksperimen dengan rancangan kombinasi dari stratified sampling dan multistage cluster sampling hasilnya yaitu konsumsi buah kurma meningkatkan kadar hemoglobin, hematokrit, dan feritin serum pada siswi sekolah dasar dengan anemia Defisiensi besi. Perbedaan populasi yang digunakan adalah anak perempuan dari usia 8-10 tahun (usia sekolah dasar)
2. (Yuniarti dan Damiri, 2020) dengan judul *Pengaruh Pemberian Sari Kurma Pada Remaja Putri Dengan Kadar Hemoglobin Di Palangkaraya*. Desain Penelitian pra-eksperimental, one group pra post test design. Tehknik sampel dengan purposive sampling. Dengan hasil terdapat pengaruh sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri di Poltekkes Palangka Raya, Perbedaan pada perlakuan berupa pemberian air rebusan buah kurma.
3. (Rohaninda, Herman dan Aluddin, 2021) *Studi Pemberian Jus Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Ibu Hamil di Wilayah Kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari*, desain Penelitian deskriptif observasional dengan pendekatan studi kasus. Hasilnya pemberian jus

kurma dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil di wilayah kerja Puskesmas Poasia Kota Kendari. Perbedaan Penelitian dengan sampel ibu hamil.

4. (Safitri dan Julaecha, 2022) dengan judul Konsumsi Buah Kurma Meningkatkan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri, desain Penelitian Quasi Experimen one group pre post test. Hasil penelitian yaitu terdapat efek terapi buah kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja putri.
5. (Umiyah, Qomari dan Habsyi, 2021) Pengaruh Pemberian Sari Kurma Terhadap Kenaikan Hemoglobn Pada Remaja, desain Penelitian Quasi Experimen one group pre-eksperimen post-eksperimen hasil penelitian konsumsi sari kurma diberikan pada 35 remaja putri dengan dosis sebanyak 1 sendok makan setiap hari selama 2 hari terdapat pengaruh terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia.