

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi. Angka kejadian anemia pada remaja putri di negara-negara berkembang menurut WHO sekitar 53,7% dari semua remaja putri, anemia sering menyerang remaja putri disebabkan karena keadaan stres, haid atau terlambat makan (WHO, 2014). Anemia adalah keadaan dimana kadar hemoglobin, hematokrit, dan sel darah merah lebih rendah dari nilai normal, sebagai akibat dari defisiensi salah satu atau beberapa unsur makanan yang esensial dapat mempengaruhi timbulnya defisiensi tersebut (Arisman, 2010). Anemia dapat membawa dampak kurang baik pada remaja seperti menurunnya kesehatan reproduksi, perkembangan motorik mental, kecerdasan terhambat, menurunnya prestasi belajar, tingkat kebugaran menurun, dan tidak tercapainya tinggi badan maksimal (Andriani dan Wirjatmadi, 2013).

Akibat jangka panjang dari anemia pada remaja putri sebagai calon ibu yang nantinya akan hamil, remaja putri tidak akan mampu memenuhi zat-zat gizi bagi dirinya dan juga janin yg ada dalam kandungannya dan juga dapat menyebabkan komplikasi pada kehamilan dan persalinan, risiko kematian maternal, angka prematuritas, BBLR dan angka kematian perinatal (Marlina dan Winda, 2015).

Anemia gizi dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya jumlah asupan zat besi tidak cukup, penyerapan zat besi rendah, kebutuhan meningkat, kekurangan darah, pola makan tidak baik, status sosial ekonomi, penyakit infeksi, pengetahuan yang rendah tentang zat besi (Puji, 2010). Pencegahan dan penanganan masalah anemia pada remaja ada dua cara yaitu farmakologi dan non farmakologi. Cara farmakologi yaitu bisa dengan mengkonsumsi fe 1 kali/minggu dengan dosis 60 mg. Dan non farmakologi yaitu asupan makanan yang mengandung zat besi salah satunya adalah jambu biji (Sianturi, 2012).

Jambu biji merupakan buah yang sangat dikenal masyarakat sebagai sumber vitamin C. Jambu biji dengan daging berwarna merah mempunyai kandungan vitamin C lebih tinggi, dibandingkan buah jeruk, hal ini diungkapkan oleh Damayanti (2020), bahwa dalam 100 gram jambu biji mengandung 200-400 mg vitamin C, sedangkan pada 100 gram jeruk hanya mengandung 50-70 mg vitamin C.

Hal ini sependapat dengan Cahyono (2010), yang mengatakan kandungan gizi dalam 100 gram jambu biji merah adalah: 36-50 kalori, 77-86 g air, 2,8-5,5 g serat, 0,9-1,0 g protein, 0,1-0,5 g lemak, 0,43-0,7 g abu, 9,5-10 g karbohidrat, 9,1-17 mg kalsium, 17,8-30 mg fosfor, 0,3-0,7 mg besi, 200-400 IU vitamin A, 200 -400 mg vitamin C, 0,046 mg vitamin B1. Di dalam buah Jambu biji merah mengandung senyawa yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah, antara lain: zat besi dan vitamin C, vitamin A. Zat besi merupakan mineral yang diperlukan untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Kekurangan zat besi dalam tubuh dapat membuat seseorang mengalami penurunan sistem kekebalan tubuh dan sering merasa lesu, hal ini merupakan salah satu penyebab anemia. Sedangkang vitamin C membantu penyerapan dari senyawa besi pada jambu biji yang dapat meningkatkan absorpsi zat besi non heme (nabati) hingga sebesar 0,06 dl/gram. Pengubahan zat besi non-heme dalam bentuk senyawa etabolis Ferri menjadi Ferro akan semakin besar bila pH di dalam lambung semakin asam. Dengan pemberian jus jambu biji akan terjadi skema dalam tubuh berupa penyerapan zat besi yang lebih cepat karena kandungan dari vitamin C yang lebih tinggi didalam jus jambu biji, kemudian terjadi pemenuhan zat besi yang membantu meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah (Sianturi 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sulistiyowati (2017), pemberian jus jambu biji merah 400 gram yang diberikan selama tujuh hari menunjukkan terdapat pengaruh jambu biji merah terhadap kadar Hb saat menstruasi.

Studi pendahuluan yang dilakukan tanggal 12 Februari 2020 pada remaja putri karang taruna mekarsari didapat hasil, bahwa 6 dari 10 remaja putri mengalami anemia ringan, setelah dilakukan wawancara pada remaja putri di

dapatkan hasil bahwa remaja sering mengalami, sulit konsentrasi di kelas, sulit menerima pelajaran di sekolah, sering mengantuk, sering pusing, warna pucat pada kulit dan konjungtiva. Dari studi pendahuluan dan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya peneliti ingin mengambil judul “Pemberian jus jambu biji untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri ”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut “Bagaimana peningkatan kadar Hb setelah pemberian jus jambu biji pada remaja putri ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mendiskripsikan bagaimana pemberian jus jambu biji dapat meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan hasil pengamatan kadar hemoglobin sebelum pemberian jus jambu biji pada remaja putri.
- b. Mendiskripsikan hasil pengamatan kadar hemoglobin setelah pemberian jus jambu pada remaja putri.
- c. Mendiskripsikan perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan setelah diberikan jus jambu biji pada remaja putri.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikaan manfaat bagi :

1. Manfaat Teoritis

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi pembaca mengenai penanggulangan anemia pada usia remaja khususnya pada remaja putri dengan konsumsi jus jambu biji dan sebagai sarana pembelajaran dalam melakukan penelitian ilmiah .

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pemerintah Desa

Hasil studi kasus ini dapat dijadikan informasi dan upaya dalam meningkatkan kualitas kesehatan di masyarakat desa, khususnya bagi remaja putri dengan gangguan anemia.

b. Bagi Bidan

Hasil studi kasus ini diharapkan dapat membantu rekan profesi atau bidan dalam upaya menanggulangi masalah anemia yang banyak terjadi pada kelompok perempuan khususnya remaja.