

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia terjadi karena penurunan kadar hemoglobin atau sel darah merah ditandai dengan kurangnya kapasitas pembawa oksigen untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh manusia (Subham at al., 2020:58-75). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri, yaitu asupan energi, asupan protein, asupan zat besi, asupan vitamin C, kebiasaan minum teh atau kopi, pengetahuan, tingkat pendidikan dan pekerjaan orangtua, pendapatan keluarga, dan pola menstruasi. Anemia disebabkan karena darah tidak cukup untuk mengikat dan mengangkut oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Bila kebutuhan oksigen yang tidak mencukupi, maka akan berakibat pada sulitnya berkonsentrasi, daya tahan fisik rendah dan aktivitas fisik menurun (Budiarti et al., 2021:138)

Prevalensi anemia di Indonesia masih cukup tinggi. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan (Kemenkes) Republik Indonesia tahun 2018 terdapat kenaikan prevalensi anemia pada remaja yaitu 18,4% menjadi 32%. Artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia. Data anemia pada remaja putri di Dinas Kesehatan (Dinkes) Kabupaten Sragen pada tahun 2017 menunjukkan bahwa kejadian anemia pada remaja putri usia 10-14 tahun sebesar 1211 (3,5%) dan usia 15-19 tahun sebesar 846 (2,4%) dari 34.608 remaja, sebagaimana yang telah kita ketahui bahwa usia 10-14 tahun ini merupakan usia anak SMP.

Hasil survei Dinas Kesehatan Kabupaten Sragen tahun 2022 pada remaja putri di Kecamatan Sragen, terdapat 30,9% dari 800 sampel yang menderita anemia. Data ini mewakili kejadian anemia pada remaja putri di kecamatan Sragen pada tahun 2020 yang meningkat menjadi 51,08%. Analisis dari prevelensi ini adalah tablet tambah darah yang tidak dikonsumsi dengan tertib, kekurangan gizi, dan gaya hidup sehat yang belum diterapkan. Sulistiyani et al (2022) juga menyatakan bahwa anemia dipengaruhi oleh kebiasaan dan pola asupan gizi yang tidak optimal dan pengurangan aktifitas fisik.

Tingginya angka kejadian anemia pada remaja disebabkan karena berbagai aspek yaitu rendahnya zat besi yang diasup dan zat gizi lain misal vitamin A, C, folat, riboflavin beserta B12, serta konsumsi zat besi yang kurang tepat, seperti dikonsumsi bersama dengan zat lainnya yang bisa mengganggu penyerapan zat besi tersebut (Julaecha, 2020). Penanganan terhadap anemia dapat dilakukan dengan 2 cara yaitu secara farmakologi dan non farmakologi. Secara farmakologi dapat menggunakan tablet Fe, tetapi cara ini tidak begitu disukai karena sering menimbulkan mual dan muntah akibat bau besi. Oleh karena itu diperlukan terobosan lain yang sehat dan aman dengan mengonsumsi jus buah bit (*Beta vulgaris*). Buah bit kaya akan zat gizi yang dibutuhkan untuk pembentukan dan pematangan sel darah merah (Putri et al., 2021)

Buah Bit (*Beta vulgaris*) atau yang sering disebut umbi Bit, merupakan famili dari *Chenopodiaceae*, berasal dari Inggris dan Amerika Utara, tetapi juga banyak dijumpai di Indonesia, harganya yang terjangkau dan manfaatnya juga banyak. Salah satu manfaat buah bit adalah dapat dijadikan alternatif untuk mengatasi anemia. Buah Bit memiliki beberapa nutrisi yang dapat membantu meningkatkan haemoglobin, diantaranya adalah besi, folat, niacin, pyridoxine, vit.A, vit.C, sodium, kalium, magnesium, potasium, mineral, kalsium, betaine, seng dan lainnya. Sebuah penelitian pernah dilakukan pada 30 remaja putri anemia dengan memberikan 60 g buah Bit yang dikonsumsi dalam 200 ml/hari selama 7 hari dapat meningkatkan rata-rata kadar hemoglobin dalam darah 1,57 g/dl dari kadar hemoglobin awal (Safira dan Pibriyanti, 2021:55). Sebuah penelitian lain juga pernah dilakukan pada 17 remaja putri anemia dengan memberikan jus buah bit sebanyak 250 ml/hari selama 7 hari dapat meningkatkan rata-rata kadar hemoglobin dari 10,682 gr/dl menjadi 11,088 gr/dl (Zuhraeni et al., 2021:149).

Hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan oleh peneliti di SMP Darul Ihsan Muhammadiyah Sragen menyatakan bahwa sekitar 68 dari 236 atau 28,8% remaja putri mengalami tanda-tanda anemia seperti mudah lelah, wajah terlihat pucat, mengalami jaundice, konjungtiva anemis (konjungtiva berwarna pucat) pusing yang berkunang-kunang, mudah mengantuk. 68 siswi tersebut

juga tidak mengonsumsi tablet tambah darah dan belum pernah mengonsumsi jus buah bit. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Dengan Anemia” di SMP Darul Ihsan Muhammadiyah Sragen.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: “Apakah ada pengaruh pemberian jus buah bit terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Dengan Anemia.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kadar hemoglobin remaja putri sebelum mengonsumsi jus buah bit.
- b. Mengidentifikasi kadar hemoglobin remaja putri setelah mengonsumsi jus buah bit.
- c. Menganalisis perbedaan kadar hemoglobin sebelum dan setelah mengonsumsi jus buah bit pada remaja putri dengan anemia.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Dapat memberikan informasi dan memperkaya ilmu di bidang kesehatan khususnya kebidanan terkait dengan mengonsumsi jus buah bit untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi peneliti
Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengalaman peneliti serta penelitian selanjutnya tentang metode non farmakologis untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia melalui pemberian jus buah bit.

b. Bagi bidan

Bidan dapat memanfaatkan penelitian ini sebagai upaya promotif dan preventif kepada para remaja putri dengan anemia untuk meningkatkan kadar hemoglobinnnya dengan mengonsumsi jus buah bit.

c. Bagi institusi

Universitas 'Aisyiyah Surakarta dapat memanfaatkan hasil penelitian ini sebagai bahan masukan untuk menambah referensi dan kepustakaan mengenai pengaruh pemberian jus buah bit untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada remaja putri dengan anemia.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini belum pernah dilakukan sebelumnya namun ada beberapa penelitian yang hampir sama dan berkaitan dengan pengaruh pemberian jus buah bit untuk meningkatkan kadar hemoglobin, diantaranya yaitu:

1. Penelitian yang dilakukan oleh (Zuhraeni dkk, 2019) dengan judul "Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit Dengan Peningkatan Hb Pada Remaja Putri" menggunakan rancangan penelitian Quasi Eksperimental dengan pendekatan *one group pretest – posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas 1 dan 2 di SMAN 14 Bandar Lampung Tahun 2019 sebanyak 49 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel bebas (independen) yaitu Jus buah bit, sedangkan variabel terikat (dependen) yaitu Kadar Hb, analisa data univariat untuk mengetahui rata-rata kadar hemoglobin sebelum dan setelah pemberian jus buah bit, analisa data bivariat menggunakan uji T-test dependent. Hasil penelitian ini adalah diketahui rata-rata Hb pada remaja putri sebelum diberikan jus buah bit yaitu sebesar 10,682 gr/dl. Rata-rata sesudah diberikan jus buah bit sebesar 11,088 gr/dl. Diketahui ada pengaruh pemberian jus buah bit dengan peningkatan Hb pada remaja putri di SMAN 14 Bandar Lampung Tahun 2019, uji t didapat ($p \text{ value } 0,001 < \alpha 0,05$). Kesimpulannya, ada pengaruh pemberian jus buah bit dengan peningkatan Hb pada remaja putrid di SMAN 14 Bandar Lampung Tahun 2019.

2. Penelitian yang dilakukan oleh (Haliza dan Sinaga, 2022) dengan judul “Efektivitas Pemberian Buah Bit (*Beta Vulgaris*) Terhadap Perubahan Hemoglobin Pada Ibu Menyusui” merupakan penelitian Pra-Experimental dengan desain *one group-pretest-posttes*. Populasi pada penelitian ini diambil secara cluster sampling, yaitu diambil berdasarkan area yang menjadi pusat penelitian, populasi merupakan ibu menyusui yang berada di lingkungan posyandu kelurahan pasar baru, kota Tanjungbalai. Sampel diambil berdasarkan populasi ibu menyusui di lingkungan posyandu kelurahan pasarbaru kota Tanjungbalai, sampel merupakan ibu menyusui yang sering kontrol imunisasi anaknya diposyandu tersebut, dan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Dan untuk pengambilan sampel dihitung menggunakan rumus Slopin. Normalitas data diuji dengan menggunakan Shapiro-wilk dan dilanjutkan dengan uji T berpasangan. Hasil Penelitian didapatkan nilai P 0,000 (P,0,005). Maka pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terdapat perubahan kadar hemoglobin pada ibu menyusui setelah pemberian buah bit, dengan selisih sebelum dan sesudah pemberian buah bit sebanyak 1,64 g/dl dari hemoglobin awal.
3. Penelitian yang dilakukan oleh (Liesmayani dkk, 2022) dengan judul “Pengaruh Pemberian Jus Buah Bit Pada Ibu Hamil Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin di Wilayah UPTD Puskesmas Peulumat Kecamatan Labuhanhaji Timur” menggunakan jenis penelitian *quasi experiment* dengan rancangan *pretest-posttest with control group design*. Populasi dan sampel adalah 30 responden dengan kelompok Perlakuan sebanyak 15 responden dan kelompok kontrol sebanyak 15 responden dengan teknik pengambilan sampel secara *purposive sampling* dengan ketentuan inklusi dan eksklusi. Hasil penelitian menunjukkan uji statistik *paired sample t test* pada kelompok kontrol didapatkan Pvalue = 0,455 > 0.05 dan pada kelompok Perlakuan didapatkan Pvalue = 0.000 > 0.05. jadi, ada pengaruh pemberian jus buah bit pada ibu hamil terhadap peningkatan kadar hemoglobin.

Hal yang membedakan antara penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah sampel dan teknik *sampling*, alat ukur, dan perlakuan. Sampel yang diambil adalah remaja putri anemia menggunakan teknik *simple random sampling*, alat ukur yang digunakan adalah GCHb, dan perlakuan yang diterapkan adalah pemberian jus buah bit sebanyak 200ml/hari selama 7 hari kepada remaja putri anemia di SMP Darul Ihsan Muhammadiyah Sragen.