

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang ditandai adanya perubahan fisik, psikis dan psikososial. Salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada usia remaja ini terutama remaja putri yaitu anemia. Remaja putri memiliki risiko tinggi terhadap kejadian anemia karena kebutuhan zat besi pada remaja putri lebih tinggi daripada remaja putra (Azizah et al., 2024).

Menurut World Health Organization (WHO, 2021) Prevalensi anemia remaja putri di Indonesia pada tahun 2018, yaitu berada pada kelompok remaja usia 11-14 tahun sebesar 13,5% dan usia 15-22 tahun sebesar 29,5%. Remaja putri yang mengalami anemia di Jawa tengah berjumlah 33,7%, dan masih menjadi masalah kesehatan masyarakat (Dinkes,2021). Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Wonogiri tahun 2023, didapatkan bahwa tingkat prevalensi anemia remaja putri 38,2% (Dinkes Kab.Wonogiri., 2023).

Dampak yang ditimbulkan akibat penurunan kadar Hb atau anemia pada remaja putri adalah menurunnya daya tahan tubuh sehingga mudah terkena infeksi, menurunnya kebugaran dan ketangkasan berpikir, semangat, kinerja dan prestasi belajar (Azizah et al., 2024).

Upaya pencegahan dan penanggulangan anemia terdiri dari terapi farmakologi dan non farmakologi. Salah satu intervensi farmakologis yang dilakukan oleh memiliki nutrisi lengkap yang diperlukan tubuh. Kandungan,zat besi, vitamin B2, dan vitamin C dalam buah naga membantu metabolisme tubuh dan dapat meningkatkan kadar hemoglobin dalam darah (Azizah et al., 2024).

Buah naga mengandung banyak zat besi, yang merupakan 8% dari kebutuhan zat besi harian tubuh, mempunyai banyak vitamin c yang membantu tubuh menyerap zat besi lebih banyak, dan vitamin B2 atau riboflavin yang diperlukan tubuh untuk membantu pembentukan sel darah merah, sehingga mengonsumsi buah naga merah secara teratur,dapat menghilangkan anemia

pada tubuh dan meningkatkan produksi sel darah merah. Buah naga dalam bentuk olahan jus atau dihaluskan, proses absorpsi yang dilakukan oleh sistem pencernaan akan lebih cepat yaitu sekitar 20 menit (Azizah et al., 2024).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan Di Posyandu Remaja Dusun Wonoleren, Desa Karangtengah, Kabupaten Wonogiri pada bulan Oktober 2024 yang memiliki kadar Hemoglobin <11 g/dL terdapat 38 remaja putri. Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang " Pengaruh Pemberian Jus Buah Naga Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Mengalami Anemia".

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang dapat dibahas dalam penelitian ini adalah ini adalah “Apakah ada pengaruh pemberian jus buah naga terhadap peningkatan hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia?”.

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Megetahui pengaruh pemberian jus buah naga terhadap peningkatan hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi rata-rata kadar hemoglobin sebelum pemberian jus buah naga terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada remaja putri.
- b. Mengidentifikasi rata-rata kadar hemoglobin sesudah pemberian jus buah naga terhadap kenaikan kadar hemoglobin pada remaja putri.
- c. Menganalisis peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri sebelum dan sesudah pemberian jus buah naga.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Sebagai sarana dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu kesehatan, khususnya dalam memahami efektivitas jus buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri, serta dapat memperkaya teori tentang intervensi gizi berbasis pangan lokal sebagai alternatif dalam pencegahan anemia.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai acuan untuk instansi dan mahasiswa untuk melakukan penelitian sejenis dan dapat menjadi bahan bacaan dan informasi bagi mahasiswa tentang gambaran peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri menggunakan terapi alternatif.

b. Bagi Remaja

Hasil penelitian diharapkan remaja dapat meningkatkan kadar hemoglobin dengan menggunakan jus buah naga.

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dasar untuk pelayanan kesehatan tambahan terhadap remaja putri sebagai terapi alternatif dalam meningkatkan kadar hemoglobin yang mudah diterapkan di lingkungan sekolah maupun masyarakat.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1	Munadira Usman, Arman & Een Kurnaesih (2019)	Pengaruh pemberian jus buah naga terhadap peningkatan hemoglobin pada remaja putri mengalami anemia di SMAN 4 Pangkep	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan penelitian pengaruh jus buah naga untuk meningkatkan kadar hemoglobin remaja putri - Populasi penelitian adalah remaja putri anemia - Alat ukur Hb digital dan lembar observasi 	<ul style="list-style-type: none"> - Jumlah sampel sebanyak 44 - Lokasi penelitian di SMAN 4 Pangkep - Menggunakan quasi eksperimen dengan rancangan nonequivalent control group design
2	Decy Priyanti, Gaidha Khusnul Pangestu & Retno Sugesti (2023)	Efektivitas pemberian tablet Fe dan jus buah naga terhadap peningkatan kadar Hb remaja putri yang mengalami anemia di desa Ciretas kabupaten Garut	<ul style="list-style-type: none"> - Melakukan penelitian pengaruh jus buah naga dan tablet Fe untuk meningkatkan kadar hemoglobin remaja putri - Alat ukur Hb digital dan lembar observasi - Populasi penelitian adalah remaja putri anemia menggunakan metode quasy eksperimen dengan pre tere-post test with control grup design 	<ul style="list-style-type: none"> - Lokasi penelitian di wilayah Desa Ciretas Kabupaten Garut - Jumlah sampel sebanyak 40
3	Lutvi nur azizah, Yona Desni Sagita, et al.,	Pengaruh pemberian jus buah naga terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia di pondok pesantren Riyadhul Muhtadi'ien Kabupaten Pesawaran	<ul style="list-style-type: none"> - Penelitian jenis kuantitatif - Melakukan penelitian pengaruh jus buah naga untuk meningkatkan kadar hemoglobin remaja putri anemia - Populasi penelitian adalah remaja putri anemia 	<ul style="list-style-type: none"> - Menggunakan metode pre-eksperimen - Pengambilan sampel sebanyak 32 - Lokasi penelitian di daerah Pesawaran