

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja memiliki resiko tinggi terhadap kejadian anemia terutama anemia gizi besi. Hal itu terjadi karena masa remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Remaja putri memiliki kebutuhan zat gizi yang lebih tinggi dibandingkan remaja putra, hal ini dikarenakan remaja putri setiap bulannya mengalami haid¹.

Masalah gizi yang banyak terjadi pada remaja putri adalah kurangnya zat gizi besi atau anemia. Anemia merupakan keadaan dimana kadar hemoglobin atau sel darah merah didalam tubuh berada dibawah normal, yang mana apabila dibiarkan dapat menyebabkan masalah kesehatan bagi si penderita². Anemia adalah salah satu kelainan darah yang umum terjadi saat kadar sel darah (eritrosit) dalam darah terlalu rendah. Kadar normal Hb pada remaja putri usia 12- 15 tahun adalah 12 g/dl³.

Menurut World Health Organization (WHO) prevalensi kejadian anemia pada tahun 2019 didapatkan pada wanita usia 15- 49 tahun sebesar 29,9%. Penelitian ini juga menunjukkan 3 wilayah penyumbang anemia tertinggi adalah Afrika Barat, Asia Selatan dan Afrika Tengah⁴.

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018, angka kejadian anemia di Indonesia pada kelompok usia remaja kelompok usia 15 – 24 tahun mengalami anemia sebanyak 32,0% dan lebih banyak dialami

perempuan (27,0%) dibandingkan dengan laki – laki (20,0%). Prevalensi kejadian anemia di Indonesia tahun 2019 terjadi kenaikan dari tahun 2018, yaitu pada wanita usia produktif (15-49 tahun) didapatkan sebesar 31,2% dengan usia terbanyak yaitu 20 – 44 tahun ⁵.

Menurut Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat pada Survey Nutrition International tahun 2020 menemukan kasus anemia remaja putri di Jawa Barat sebesar 40,6%. Dinas Kesehatan Kabupaten Ciamis menyatakan prevalensi kejadian anemia di Kabupaten Ciamis tahun 2022 sebesar 47,0%. Sementara itu, angka kejadian anemia yang terdapat di Puskesmas Panjalu sebesar 30,4% ⁶.

Puskesmas Panjalu melakukan program skrining terhadap kejadian anemia pada remaja putri kelas VII di Kecamatan Panjalu, didapatkan kejadian anemia di Kecamatan Panjalu paling banyak terdapat di SMPN 1 Panjalu. Didapatkan hasil dari 135 siswi kelas VII yang dilakukan skrining, terdapat 53 siswi yang mengalami anemia, dengan prevalensi sebesar 39,3% ⁷.

Secara umum tingginya prevalensi anemia pada remaja putri antara lain disebabkan oleh beberapa faktor, seperti pola menstruasi, pola makan yang kurang baik, infeksi cacingan, kebiasaan mengkonsumsi teh atau kopi setelah makan, durasi tidur, kurangnya asupan vitamin C dan faktor ekonomi ⁸. Terdapat 3 penyebab anemia defisiensi besi yaitu, kehilangan darah secara kronis, asupan zat besi dan penyerapan yang tidak adekuat, peningkatan kebutuhan asupan zat besi untuk pembentukan sel darah merah

yang lazim berlangsung pada masa pubertas. Anemia juga dapat disebabkan adanya faktor lain seperti lama haid, kebiasaan sarapan pagi, status gizi, pendidikan ibu, asupan zat besi dan protein tidak sesuai dengan kebutuhan serta adanya faktor inhibitor penyerapan mineral zat besi yaitu tanin dan oksalat¹.

Gejala yang sering terjadi ketika seseorang mengalami anemia adalah sering mengeluh pusing dan mata berkunang-kunang, kelopak mata, bibir, lidah, kulit dan telapak tangan menjadi pucat, lesu, lemah, letih, lelah, dan lunglai dan juga berdampak jangka panjang karena perempuan nantinya akan hamil dan memiliki anak. Pada masa hamil, remaja yang sudah menderita anemia akan lebih parah anemianya saat hamil karena masa hamil membutuhkan gizi yang lebih banyak lagi, jika tidak ditanganinya maka akan berdampak buruk pada ibu dan bayinya⁹.

Anemia dapat menyebabkan dampak buruk bagi remaja putri, diantaranya menurunkan daya tahan tubuh, menurunkan kebugaran serta ketangkasan berpikir dan menurunkan produktivitas kinerja. Selain itu, dampak anemia akan terbawa hingga dia menjadi Ibu hamil, karena anemia berdampak meningkatkan risiko BBLR, premature, stunting hingga perdarahan pada persalinan¹⁰.

Hasil studi pendahuluan pada bulan Desember tahun 2023 kepada 15 Siswi Kelas VII MTS As-Sakinah Kecamatan Sukamantri melalui pengisian kuisisioner, yaitu sebanyak 12 dari 15 siswi mengalami gejala anemia dan 3 siswi lainnya tidak merasakan gejala anemia. Seluruh siswi memiliki asupan

zat besi dan vitamin C kategori kurang dan tidak patuh dalam mengonsumsi TTD. Sebagian besar remaja putri juga memiliki tingkat pengetahuan dengan kategori kurang. Siswi tersebut belum mengetahui secara dalam mengenai manfaat dari konsumsi table fe, sehingga mempengaruhi terhadap kepatuhan dalam konsumsi tablet fe.

Salah satu upaya yang dilakukan pemerintah dalam penanggulangan anemia adalah dengan tablet fe. Suplementasi Tablet Tambah Darah (TTD) pada remaja putri dan WUS merupakan salah satu upaya pemerintah Indonesia untuk memenuhi asupan zat besi. Pemberian TTD dengan dosis yang tepat dapat mencegah anemia dan meningkatkan cadangan zat besi di dalam tubuh ¹⁰.

Pemerintah menetapkan kebijakan program pemberian TTD pada remaja putri usia 12-18 tahun dan WUS dilakukan setiap 1 kali seminggu dan sesuai dengan Permenkes yang berlaku ¹⁰. Proses penyerapan zat besi kedalam tubuh juga dipengaruhi oleh vitamin C. Konsumsi buah-buahan yang mengandung vitamin C sangat berperan dalam absorpsi besi dengan jalan meningkatkan absorpsi zat besi non hem hingga empat kali lipat. Sedangkan faktor yang menghambat adalah tanin dalam teh, fitat, fosfat dan serat dalam bahan makanan ¹¹.

Buah-buahan yang mengandung vitamin C salah satunya adalah pisang. Pisang merupakan salah satu buah yang memiliki banyak kandungan baik dan bermanfaat, manfaat buah ini sangat baik dikonsumsi karena kandungan vit.C, vit B6 dan zat besi pada pisang ambon dapat membantu memproduksi

sel-sel darah merah serta menstimulasi produksi Hb dalam darah pada penderita anemia¹². Pisang memiliki kadar zat besi dan vitamin C yang dapat membantu meningkatkan dan absorpsi zat besi dalam tubuh. Kadar vitamin C pada buah pisang adalah sebesar 8-10 mg vitamin C per 100 gram¹². Selain buah pisang, terdapat buah salak yang memiliki kandungan zat besi dan vitamin C. Salak mengandung zat besi, yang merupakan komponen utama dalam pembentukan hemoglobin. Zat besi membantu tubuh dalam memproduksi sel darah merah baru, yang dapat meningkatkan kadar hemoglobin. Dalam 100 gram buah salak memiliki kandungan zat besi mencapai 3,9 miligram dan kandungan vitamin C sebesar 8,4 miligram.

Berdasarkan uraian diatas, untuk menangani ketidakpatuhan dalam mengkonsumsi tablet fe, peneliti tertarik untuk membuat permen jelly buah pisang dan salak sebagai bahan alternatif pangan fungsional dalam peningkatan kadar haemoglobin pada remaja putri kelas VII.

1.2 Rumusan Masalah

“Adakah pengaruh permen jelly buah pisang dan buah salak terhadap kenaikan kadar haemoglobin pada siswi kelas VII di SMPN 1 Panjalu?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh permen jelly buah pisang dan buah salak terhadap perubahan kadar haemoglobin pada siswi kelas VII di SMPN 1 Panjalu.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Untuk mengetahui kadar haemoglobin sebelum diberikan permen jelly buah pisang dan buah salak serta tablet fe pada siswi kelas VII di SMPN 1 Panjalu.
- 2) Untuk mengetahui kadar haemoglobin sesudah diberikan permen jelly buah pisang dan buah salak serta tablet fe pada siswi kelas VII di SMPN 1 Panjalu.
- 3) Untuk menganalisis pengaruh pemberian permen jelly buah pisang dan buah salak serta tablet fe terhadap perubahan kadar haemoglobin pada siswi kelas VII di SMPN 1 Panjalu.

1.4 Kegunaan Penelitian

1.4.1 Aspek Teoritis

Diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan serta untuk meningkatkan pengetahuan pembaca mengenai perubahan kadar haemoglobin sebelum dan sesudah diberikan permen jelly buah pisang dan buah salak

1.4.2 Aspek Praktis

a) Bagi Institusi Pendidikan

Dapat digunakan sebagai referensi alternatif pencegahan anemia serta referensi untuk penelitian selanjutnya terkait dengan bentuk formulasi dan uji kandungan.

b) Bagi Peneliti

Penelitian ini di harapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan peneliti dalam melaksanakan pengaruh permen jelly buah pisang dan buah salak terhadap remaja putri.

c) Bagi Tenaga Kesehatan

Penelitian ini di harapkan dapat menjadikan permen jelly sebagai salah satu inovasi untuk menaikkan kadar darah dan mencegah anemia.

d) Bagi Responden

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan wawasan dan pengetahuan khususnya siswi kelas VII SMPN 1 mengenai pengaruh pada penerapan permen jelly buah pisang dan buah salak terhadap remaja putri.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

NO	PENELITI (TAHUN)	JUDUL	METODE	HASIL
1.	Meti Megawati, Toto Sudargo, Susetyowati (Tahun 2023)	<i>The Effect of Jelly Candy Snake Fruit and Banana With Ferrous Fumarat Fortified using Nano Technology in</i>	Penelitian ini menggunakan desain Quasi Eksperimen dengan Pre test-Post test dengan control group design	Terdapat perbedaan kadar Hb sebelum dan sesudah pemberian perlakuan. Namun terdapat

	<i>Adolescent Female at Junior High School</i>		perbedaan yang signifikan secara statistik antara perlakuan dengan kontrol 1 dan 2. Pemberian suplementasi mingguan pada pasien Anemia Defisiensi Besi sama baiknya dengan suplementasi mingguan pada kontrol 1 dan namun lebih tinggi dibandingkan kontrol 2
2.	Eva Puspawidari, Fanni Hanifa, Retno Puji Astuti (Tahun 2023)	<i>Pengaruh pemberian Fe dan pisang ambon terhadap peningkatan kadar hb remaja putri</i>	Penelitian ini menggunakan Quasi Eksperimen dengan Pre test - Post test with control group design Hasil uji t independen menunjukkan terdapat pengaruh pemberian Fe dan pisang ambon

	<i>yang mengalami anemia ringan di puskesmas leuwigoong kabupaten garut</i>		terhadap peningkatan kadar Hb remaja putri yang mengalami anemia ringan serta terdapat perbedaan kadar hemoglobin remaja putri pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol setelah diberikan intervensi.	
3.	Sarah Alfiah dan Nunung Cipta Dainy (Tahun 2023)	<i>Asupan Zat Besi, Vitamin C dan Konsumsi Tablet Tambah Darah Berhubungan dengan Kejadian Anemia Remaja Putri SMPIT</i>	Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan sampel 95 orang remaja putri yang diambil dengan cara consecutive sampling	Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara asupan zat besi, vitamin C, kepatuhan konsumsi TTD dan tingkat pengetahuan dengan

	<i>Majmaul Bahrain Bogor</i>		kejadian anemia pada remaja putri
4.	Luluk Handayani, Rini Sulistiawati Vera Renta Siahaan (Tahun 2022)	<i>The Effects of Fe Tablets and Ambon Banana towards Hemoglobin Levels to Female Teenagers</i>	Penelitian ini menggunakan desain quasy experiment dengan pre and post test nonequivalent control group design dimana peneliti tidak melakukan randomisasi
			Hasil penelitian adalah peningkatan kadar hemoglobin pada kelompok intervensi sebesar 1,2 g/dL lebih tinggi dibandingkan kelompok kontrol sebesar 0,3 g/dL. Hasil uji statistik sebesar 0,001 (P<0,05) sehingga terdapat pengaruh pemberian tablet Fe dan pisang ambon terhadap kadar hemoglobin pada remaja

			putri anemia. Vitamin C yang terkandung dalam pisang ambon dapat meningkatkan penyerapan zat besi, sehingga mengonsumsi pisang ambon dengan tablet Fe dapat meningkatkan kadar hemoglobin.
5.	Cynthia Almaratus Sholicha,Lailatul Muniroh (Tahun 2019)	<i>Hubungan asupan zat besi, protein, vitamin c dan pola menstruasi dengan kadar hemoglobin pada remaja putri di sman 1 manyar gresik</i>	Penelitian ini menggunakan desain cross sectional Hasil penelitian menunjukkan asupan Fe berhubungan dengan kadar hemoglobin, seperti halnya pola menstruasi berhubungan dengan kejadian anemia. Asupan Fe,

				protein, dan vitamin C yang rendah maka kadar hemoglobin juga rendah, sehingga kejadian anemia semakin tinggi.
6.	M A Nugraheni, D Indarto, E P Pamungkasari (Tahun 2019)	<i>Snake Fruit Seeds Flour-Fortified Jelly for Supplementary Feeding in Adolescent Girls with Anemia</i>	Penelitian ini menggunakan desain randomized control trial dengan desain pre-posttests group control.	Rata-rata BMI/umur pada kelompok kontrol lebih tinggi dibandingkan kelompok perlakuan namun secara statistik tidak berbeda ($p = 0,348$). Pemberian SSF tidak mempengaruhi BB dan BMI/umur pada remaja putri anemia.

Diperlukan penyelidikan lebih lanjut untuk memverifikasi apakah SSF mengandung karbohidrat dan serat yang tinggi atau tidak.
