

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Usia remaja merupakan usia peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa dengan batasan umur menurut *World Health Organization* (WHO) yaitu 10-20 Tahun. Remaja banyak mengalami perubahan termasuk perubahan fisik seperti bertambahnya massa otot, bertambahnya jaringan lemak dalam tubuh, juga terdapat jaringan hormonal, sehingga mempengaruhi kebutuhan gizi dan makanan mereka (Ida Magdalena, 2017)

Anemia defisiensi adalah kondisi di mana seseorang tidak memiliki cukup sel darah merah yang sehat untuk membawa oksigen yang cukup ke jaringan tubuh dan juga bisa diartikan konsentrasi hemoglobin lebih rendah dari biasanya. Akibatnya, jumlah oksigen yang dikirim ke jaringan tubuh berkurang (Tarpwoto, 2017). Dampak dari anemia adalah penurunan kemampuan kognitif pada anak sekolah, gangguan pertumbuhan fisik, dan penurunan kekebalan tubuh (Briawan, 2014)

Prevalensi anemia pada remaja menurut *World Health Organization* (WHO) 2015 adalah 30 %. Di Amerika 47%, Di Afrika sebanyak 45%, Indonesia 44.8%, Karibia 40% (Hariani Analisa, 2017)

Menurut (Kemenkes RI 2018) penduduk remaja putri berjumlah 32.737.098 jiwa. Di Indonesia menurut Riskesdas (2013) anemia remaja putri sebanyak 37.1% dan terjadi peningkatan pada tahun 2018 menjadi 48.9% (Kemenkes RI, 2018). Anemia terbesar terdapat di Provinsi Jawa Tengah yaitu 48.9% (Profil Kesehatan Indonesia, 2017), di Provinsi Sumatra Utara sebanyak 40% di 4 kota/kabupaten diantaranya Medan, Binjai, Deli Serdang, dan Langkat (Suryani, 2016).

Penyebab anemia meliputi jumlah zat besi yang dikonsumsi tidak sesuai dengan jumlah yang dibutuhkan, pola makan yang tidak baik, pola tidur dan pola istirahat dapat mempengaruhi Anemia. Pada remaja putri saat menstruasi darah yang keluar merupakan akibat peluruhan dinding rahim (endometrium) sehingga terdapat pengeluaran zat besi yang berjumlah 1-2 mg/hari dan darah yang dikeluarkan berjumlah 35-50 ml selama siklus menstruasi (Laila, 2018). Penelitian oleh (Arisnawati 2018) yang dilakukan di Kabupaten Muaro Jambi dengan jumlah sampel 180 siswa-siswi kelas X, diketahui rata-rata remaja putri mengalami anemia sebanyak 66.7% ketika mengalami menstruasi.

Program pemerintah untuk memberantas anemia di kalangan remaja putri yaitu dengan memberikan tablet tambah darah (TTD) dosis yang diberikan adalah setiap orang mendapat 1 table per minggu selama setahun, dan setiap hari pada saat menstruasi yang di pantau

oleh petugas puskesmas(Topu, 2018). Pemberian TTD dapat meningkatkan kadar Hb 8.6 g/L atau sekitar 50%. Menurut (Profil Kesehatan Indonesia 2017) remaja putri yang mendapatkan TTD sebanyak 29.51 % dan yang tidak mendapat sebanyak 70.39 %, dan pada tahun 2018 terjadi peningkatan yaitu sebanyak 76.3% dan yang tidak mendapat sebanyak 23.80% , sementara sekolah-sekolah yang sudah memberikan tablet tambah darah pada remaja sebanyak 76.2% dan sekolah yang belum memberikan 23.8% (Kemenkes RI 2018).

Selama menstruasi inilah dibutuhkan tablet Fe neo yang mengandung ferro fumarat 60 mg dan asam folat 0,40 mg. Sementara yang membantu penyerapan zat besi yaitu dengan mengkonsumsi buah-buahan yang mengandung vitamin C salah satunya adalah buah jeruk yang mengandung 50 mg asam folat dan vitamin C 50 mg dalam 100 gr buah jeruk . Selain sumber vitaminya yang tinggi pada buah jeruk dan rasanya yang manis serta sedikit asam jarang sekali orang yang tidak menyukai buah jeruk tersebut (Sulistiyowati, 2016). Hasil penelitian (Arum and Sadiman, 2018) tentang pengaruh pemberian teblet Fe saat menstruasi mencegah penurunan kadar Hb pada mahasiswa di prodi Kebidanan metro dengan jumlah responden 20. Tablet Fe diberikan selama 6 hari menstruasi sebanyak satu kali diminum pada malam hari. Rata-rata kadar Hb sebelum mengkonsumsi tablet Fe adalah 11.6 gr/dL dan setelah mengkonsumsi tablet Fe

menjadi 12.2 gr/dL, rata-rata kenaikan kadar hb pada responden adalah 0.6 gr/dL.

Studi pendahuluan yang dilakukan di Kampus Kebidanan Poltekkes Medan pada tanggal 23 september 2019, dengan melakukan wawancara pada 10 Mahasiswa tingkat I prodi DIV Kebidanan Poltekkes Medan bahwa mereka mengatakan ketika menstruasi mengalami pusing, lemas, sehingga konsentrasi belajar menurun dan kurang semangat dalam melakukan aktivitas sehari-hari serta pola makan yang di tidak baik dan banyaknya aktivitas mereka di asrama dan dikampus yang membuat pola istirahat dan pola tidur mereka juga berkurang , dengan mendengar keluhan mereka maka peneliti melakukan pemeriksaan fisik dengan mencek konjungtiva dan membandingkan telapak tangan yang tidak anemia kepada mahasiswa tersebut dan terdapat 5 dari 10 mahasiswa tersebut memiliki tanda-tanda anemia, dengan melihat fenomena yang ada maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh pemberian tablet Fe kombinasi Jus jeruk terhadap kadar Hb Mahasiswa Tingak I Prodi DIV Kebidanan Poltekkes Medan tahun 2019.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas maka dapat dirumuskan masalah penelitian :” apakah ada pengaruh pemberian tablet Fe kombinasi jus

jeruk terhadap rerata kadar Hb saat menstruasi pada mahasiswa tingkat I Prodi D-IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan Tahun 2019”

C. Tujuan

1 .Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian tablet FE kombinasi jus jeruk terhadap rerata kadar Hb saat menstruasi pada mahasiswa tingkat I Prodi D-IV Kebidanan Poltekkes Kemenkes Medan Tahun 2020.

2 .Tujuan khusus

1. Mengetahui rerata kadar Hb saat menstruasi sebelum dan sesudah pemberian tablet Fe kombinasi jus jeruk saat pada mahasiswa tingkat I prodi D-IV Kebidanan Poltekkes Medan Tahun 2020.
2. Menganalisi pengaruh pemberian tablet Fe kombinasi jus jeruk terhadap rerata kadar Hb saat menstruasi pada Mahasiswa Kebidanan Tingkat I Prodi D-IV Kebidanan Poltekkes Medan Tahun 2020 .

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi serta reverensi bacaan di perpustakan Poltekkes Kemnkes Medan karena adanya pengaruh pemberian tablet fe kombinasi jus jeruk terhadap rerata kadar Hb saat menstruasi.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini merupakan pengaplikasian teori-teori yang dipelajari oleh peneliti selama perkuliahan di laboratorium pada mata pelajaran biokimia dan biofisika kesehatan dimana penelitian melakukan pemeriksaan Hb menggunakan metode sahli maupun secara digital.

E. Keaslian Penelitian

1. Hasil penelitian (Sulistiyowati 2016) yang berjudul Pengaruh jambu biji merah terhadap kadar Hb saat menstruasi pada Mahasiswa DIII Kebidanan Stikes Muhammadiyah Lamongan, dengan menggunakan metode penelitian *Quasi eksperimen* dengan *design pratest-postest design without control* terhadap 25 responden dengan *purposive sampling* metode dengan cara pengumpulan data menggunakan Hb *electrik* dan lembar observasi dan menggunakan analisis uji *paired T-test*.
2. Hasil penelitian (Nurhudhariani et al. n.d.) yang berjudul pengaruh pemberian suplemen besi saat menstruasi terhadap kadar Hb Naghasiswa tingkat I DIII Keperawatan Stikes Karya Husada Semarang, dengan menggunakan metode penelitian *Quasi eksperimen*

dengan *design pratest-postest design without control* dengan 42 Responden dengan cara pengambilan data secara *non probability sampling* dengan *purposive sampling*.