

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang ditandai dengan terjadinya perubahan sangat cepat secara fisik, psikis, dan kognitif. Perubahan fisik, psikis, dan kognitif ini berdampak langsung pada status gizi remaja. Berdasarkan Angka Kecukupan Gizi (AKG) kebutuhan zat besi (Fe) lebih tinggi pada perempuan, hal ini terkait kebutuhan di awal menstruasi (Fikawati, 2017). Ketika sedang mengalami menstruasi, remaja harus memperhatikan asupan gizi besi yang masuk kedalam tubuhnya, agar gizi besi yang masuk dan keluar seimbang.

Keadaan seimbang terdapat 1-2 mg zat besi yang keluar dan masuk tubuh setiap hari (Briawan, 2014). Rendahnya asupan zat besi yang dikonsumsi pada remaja tidak mencukupi dengan kebutuhan yang seharusnya. Kecenderungan remaja dalam mengonsumsi makanan-makanan yang tidak bergizi lebih tinggi, sedangkan kecenderungan untuk mengonsumsi buah dan sayur lebih rendah, sehingga hal tersebut dapat menyebabkan anemia pada remaja.

Anemia adalah suatu kondisi dimana kadar hemoglobin berada di bawah normal (Umiyarni, 2018). WHO (*World Health Organization*) menyebutkan bahwa anemia merupakan 10 masalah kesehatan terbesar di abad modern ini (Briawan, 2014). Sekitar 50% kasus anemia diakibatkan karena defisiensi besi. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh WHO (2015) menyatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 29%. Prevalensi anemia pada remaja

putri usia (usia 10-18 tahun) mencapai 41,5% di negara berkembang. Indonesia merupakan salah satu negara berkembang, prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia menurut WHO sebesar 37% lebih tinggi dari prevalensi anemia di dunia (Nureaeni, 2019). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar Indonesia tahun 2013 anemia gizi besi pada anak balita sebesar 28,1%, anak umur 5-12 tahun 20%, ibu hamil 37,1%, remaja putri umur 13-18 tahun dan wanita usia subur 15-49 tahun masingmasing sebesar 22,7% (Risksesdas, 2013).

Angka kejadian anemia di Propinsi Sumatera Utara pada tahun 2015 mencapai 57,1%, tahun 2016 sebanyak 54,5%, dan tahun 2017 meningkat menjadi 58,2%. Anemia pada remaja putri di Kota Medan masih merupakan masalah kesehatan masyarakat karena prevalensinya lebih dari 25%. Angka kejadian anemia di Kabupaten Kota Medan didapatkan anemia pada balita umur 0-5 tahun sebesar 40,5%, remaja putri sebesar 26,5%, Wanita Usia Subur (WUS) sebesar 39,5%, pada ibu hamil sebesar 43,5% (Tamala, 2018).

Anemia dapat menimbulkan risiko pada remaja putri baik jangka panjang maupun dalam jangka pendek. Dalam jangka pendek anemia dapat menimbulkan keterlambatan pertumbuhan fisik, menurunkan produktivitas kerja, maturitas seksual tertunda dan menurunkan kemampuan akademis (Briawan, 2014). Penelitian yang dilakukan oleh WHO di sekolah-sekolah beberapa Negara seperti di Mesir, India, Thailand, Amerika, dan Indonesia menunjukkan bahwa anemia memperlambat perkembangan psikomotorik, kemampuan kognitif pada anak, nilai yang rendah pada kemampuan bahasa dan keterampilan gerak dan mempunyai 5-10 poin IQ (*Intelligence Quotient*) yang lebih rendah (Umiyarni, 2018). Dampak

jangka panjang remaja putri yang mengalami anemia adalah sebagai calon ibu yang nantinya hamil, maka remaja putri tidak akan mampu memenuhi zat-zat gizi bagi dirinya dan juga janin dalam kandungannya yang dapat menyebabkan komplikasi pada kehamilan, persalinan, risiko kematian maternal, prematuritas, BBLR (Bayi Berat Lahir Rendah) dan angka kematian perinatal (Listiana, 2016).

Mencegah kekurangan gizi besi, remaja perempuan harus didorong untuk menyertakan makanan kaya akan zat besi dalam menu makanannya sehari-hari. Konsumsi zat besi dan seng dalam jumlah yang cukup penting dilakukan selama masa remaja untuk mendukung peningkatan volume darah, dan jaringan otot, serta tulang (Fikawati, 2017). Konsumsi zat besi dapat didapat dari buah dan sayur, salah satunya buah kurma. Kurma merupakan buah yang kaya kandungan zat gizi, kurma kaya dengan protein, serat, gula, Vitamin A dan C, mineral seperti zat besi, kalsium, sodium, dan potassium (Rinanto, 2015).

Penelitian Nurcholifa dan Amalia tahun 2017 serta beberapa penelitian lainnya yang meneliti tentang mengonsumsi kurma sebagai upaya peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri yang mengalami anemia, menyebutkan bahwa kurma meningkatkan kadar hemoglobin sehingga dapat mengatasi anemia, dimana kurma mengandung zat yang dibutukan tubuh untuk pembentukan dan maturasi sel darah untuk mengetahui pengaruh aplikasi pemberian kurma sebagai upaya peningkatan kadar Hb pada remaja putri yang mengalami anemia (Cholifah dan Amalia, 2017).

Beberapa penelitian yang dilakukan menggunakan metode sederhana, yaitu dengan memakan kurma langsung. Namun peneliti membuat inovasi terbaru

dengan cara pembuatan *infused water* kurma. *Infused water* merupakan minuman yang terdiri dari air putih dengan ditambahkan buah-buahan segar dan dilakukan perendaman atau pendiaman secara bersama-sama dalam waktu tertentu. Pembuatan *infused water* dilakukan dengan proses perendaman selama rentang waktu 0 sampai dengan 12 jam, unsur-unsur dalam bahan akan terekstrak atau keluar, sehingga *infused water* menjadi media cair yang membawa nutrisi lebih banyak dibandingkan dengan air biasa serta akan lebih mudah diserap oleh sel-sel dan di distribusikan ke seluruh tubuh (Sidauruk, 2018).

Studi pendahuluan yang dilakukan di Poltekkes Medan D-IV Tingkat I Kebidanan Medan pada tanggal 18 Oktober 2019, dari 111 mahasiswa didapatkan kurang lebih 44,4% (40 mahasiswa) yang mengalami anemia ditinjau dari tanda dan gejalanya. Hasil penelitian Novita (2019) di Poltekkes Medan D-III Tingkat I Kebidanan Medan dari 106 mahasiswa, terdapat 89,04% (84 mahasiswa) yang mengalami anemia, dengan melihat fenomena yang ada, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Efektivitas Pemberian *Infused Water* Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Kebidanan Poltekkes Medan Tahun 2019“.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka yang menjadi masalah oleh peneliti sebagai berikut : “Apakah pemberian *infused water* kurma efektif terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja putri Kebidanan Poltekkes Medan tahun 2019?“.

C. Tujuan Penelitian

C.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektivitas pemberian *infused water* kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja putri Kebidanan Poltekkes Medan tahun 2019.

C.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi peningkatan kadar hemoglobin sebelum dan sesudah pemberian *infused water* kurma pada remaja putri Poltekkes Medan tahun 2019.
2. Menganalisis efektivitas pemberian *infused water* kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin remaja putri Kebidanan Poltekkes Medan tahun 2019.

D. Manfaat Penelitian

D.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan sumber ilmu pengetahuan dibidang kebidanan yang dapat dikembangkan dalam proses pembelajaran mengenai peningkatan kadar hemoglobin dan dapat dikembangkan dikemudian hari untuk diteliti lebih lanjut.

D.2 Manfaat Praktis

1. Bagi tenaga kesehatan

Hasil penelitian ini dapat diharapkan memberikan kontribusi kepada tenaga kesehatan khususnya bidan dalam menangani kejadian anemia pada remaja dan ibu hamil.

2. Bagi institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan kajian dalam proses pembelajaran serta menambah pengalaman dan menambah wawasan mengenai *infused water* kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin serta sebagai salah satu syarat untuk peneliti menyelesaikan studi di Poltekkes Kemenkes RI Medan Prodi D-IV Kebidanan.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1
Keaslian Penelitian

No	Nama, Tahun dan Tempat Penelitian	Judul Penelitian	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
1	Diyah Ayu Susilowati, 2017. BPM Tri Rahayu Setyaningsih Cangkringan Sleman Yogyakarta	Pengaruh Pemberian Buah Kurma Pada Ibu Hamil Tm III Dengan Anemia Terhadap Kadar Hemoglobin Di BPM Tri Rahayu Setyaningsih Cangkringan Sleman Yogyakarta	Metode <i>Quasi Eksperiment</i>	<ul style="list-style-type: none"> a. Rancangan penelitian <i>non-randomized control group pre-test</i> dan <i>posttest</i>. b. Pengambilan sampel menggunakan <i>quota sampling</i> c. Sampel sebanyak 30 ibu hamil d. Uji statistic yang digunakan <i>test Paired t-test</i> dan <i>Independet t-test</i> e. Menggunakan uji normalitas <i>One-sampelKalmogro w-Smirnov</i> f. Aplikasi memakan buah kurma langsung

2	Noor Cholifah dan Elva Amalia, 2017. SMK Raden Umar Said Kudus	Aplikasi Pemberian Kurma Sebagai Upaya Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Yang Mengalami Anemia	Metode <i>Quasi Eksperiment</i>	<ul style="list-style-type: none"> a. Rancangan penelitian <i>Pre-Post Test With Control Grup</i> b. Sampel sebanyak 20 siswi SMK c. Uji Statistic yang digunakan <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i>. d. Menggunakan teknik <i>Random Samling</i> e. Aplikasi memakan buah kurma langsung
3	Hijra Hidayana, 2019. Poltekkes Medan	Efektivitas Pemberian <i>Infused Water</i> Kurma Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Remaja Putri Kebidanan Poltekkes Medan Tahun 2019	Metode <i>Quasi Eksperiment</i>	<ul style="list-style-type: none"> a. Rancangan penelitian <i>One Group Pretest-Posttes Without Control Design</i> b. Menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> c. Sampel sebanyak 20 mahasiswa d. Aplikasi dengan <i>Infused Water</i> Kurma e. Uji statistic yang digunakan <i>T-Test Dependent</i> f. Uji normalitas yang digunakan <i>Shapiro-wilk</i>