

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Permasalahan kekurangan darah dari populasi murid-murid sekolah dasar tetap merupakan isu gizi yang signifikan dan masih belum teratasi sepenuhnya. Faktor ini disebabkan oleh fakta bahwa prevalensi kekurangan darah pada kelompok anak usia sekolah ternyata melampaui ambang batas standar nasional yang ditetapkan, yaitu melebihi angka 20% (Riawan and Dewi, 2023). Data yang diambil dari laporan Riskesdas tahun 2013 membuktikan sekitar 21,7% dari populasi penduduk Indonesia mengalami anemia. Selain itu, terdapat proporsi sekitar 26,4% yang mengalami anemia pada kelompok anak usia 5-14 tahun di Indonesia (Kemenkes RI, 2013). Menurut Laporan Riskesdas tahun 2018, anak sekolah dasar yang mengalami anemia sebanyak 26,8 % (Kemenkes RI, 2018).

Anemia adalah kondisi Ketika kadar hemoglobin dalam tubuh berada di bawah ambang batas normal. Keadaan anemia pada murid-murid sekolah dasar memiliki potensi untuk mengakibatkan gangguan dalam pertumbuhan dan perkembangan fisik, menurunkan resistensi tubuh terhadap penyakit, mengurangi kemampuan belajar akibat kurangnya fokus dalam proses belajar, sehingga menunjukkan wajah yang pucat, kelelahan, lesu, dan keletihan (Safitri, 2019).

Terjadinya anemia pada anak-anak dapat terpengaruh dari beberapa faktor, salah satunya adalah adanya kebiasaan makan yang kurang sehat, asupan zat-zat yang memiliki potensi merangsang timbulnya anemia karena kemampuannya menghambat penyerapan zat besi (contohnya teh), penggunaan obat-obatan tertentu seperti antibiotik, serta kondisi seperti luka bakar, diare, dan gangguan fungsi ginjal (Prasetya, 2019).

Akibat dari anemia membawa dampak pada penurunan produktivitas individu maupun masyarakat secara keseluruhan. Anemia dipicu oleh sejumlah faktor yang mengakibatkan penurunan ketahanan

respons tubuh terhadap infeksi, gangguan dalam mencapai kemajuan belajar karena kesulitan fokus dan penurunan kapasitas berpikir. Pada anak-anak yang bersekolah, terdapat hubungan yang terlihat antara tingkat hemoglobin dan kemampuan belajar mereka. Dalam keadaan anemia, daya konsentrasi dalam proses pembelajaran menunjukkan penurunan. (Suryani and Satriyasa, 2018).

Mie adalah varian makanan yang terdiri dari karbohidrat, dan dikenal sebagai pilihan yang bisa menggantikan nasi, diminati oleh berbagai kalangan usia. Pada tahun 2019, jumlah konsumsi mi instan mencapai 290 juta porsi setiap harinya di seluruh dunia. Menurut data dari Asosiasi Mie Instan Sedunia (World Instant Noodles Association), pada waktu yang sama, permintaan mi instan di Indonesia mencapai 12.520 juta porsi. Faktor-faktor seperti kemudahan dalam penyajian, harga yang terjangkau, dan cita rasa yang lezat menjadi pendorong utama tingginya konsumsi mi instan dalam kelompok. Hasil riset yang dilakukan oleh Ratnasari menunjukkan bahwa sekitar 87,5% siswa-siswi sekolah dasar memiliki kebiasaan mengkonsumsi mi instan sebanyak 2-3 kali dalam seminggu. Namun demikian, mi instan yang tersedia di pasaran saat ini umumnya memiliki kandungan zat gizi yang minim, terutama protein, sementara kandungan natrium cenderung tinggi (Roziana, Fitriani and Marlina, 2020).

Belut merupakan varian ikan air tawar yang kaya akan protein, lemak, kalium, vitamin A, serta kalsium. Kandungan zat besi pada belut nilainya cukup tinggi sehingga bagus dikonsumsi untuk anak SD untuk mencegah anemia. Komposisi gizi dalam daging belut mengandung nilai energi sekitar 303 kilokalori, protein sejumlah 14 gram, lemak sekitar 27 gram, fosfor sekitar 200 miligram, kalsium sekitar 200 miligram, zat besi sekitar 20 miligram, vitamin A sekitar 1600 satuan internasional, vitamin B sekitar 0,1 miligram, vitamin C sekitar 2 miligram, dan kandungan air sekitar 58 gram. Dalam keadaan segar, belut memiliki proporsi protein total sebesar 79 persen, dengan kandungan protein sekitar 66,7 persen, lemak sekitar 10,74 persen, dan abu sekitar 7 persen. Di sisi lain, belut

yang telah diolah menjadi asap memiliki komposisi protein total sekitar 76 persen, dengan kandungan protein sekitar 57,1 persen, lemak sekitar 9,82 persen, dan abu sekitar 6 persen (Kurnia *et al.*, 2019).

Bayam ialah jenis sayuran hijau yang memiliki potensi dalam pengobatan anemia, dikarenakan kandungannya yang tinggi akan mineral, vitamin dan terutama zat besi yang sangat signifikan (Dhilon, Lubis and Arsita, 2020). Sayuran bayam adalah jenis tumbuhan berdaun hijau yang memiliki kandungan nutrisi yang melimpah, terutama zat besi (Fe) yang mencapai jumlah yang cukup tinggi, yakni sekitar 6,43 mg per setiap porsi 180 gram. Selain itu, tidak terdapat zat berbahaya bagi tubuh yang ditemukan dalam bayam. Bayam adalah jenis makanan yang mudah rusak sehingga dibuatlah produk mie untuk mempertahankan zat besi pada bayam dan menjadi produk makanan yang sangat disukai oleh anak Sd (Dheny Rohmatika, 2019).

Mie Beba adalah makanan olahan dari belut dan bayam, yang dijadikan sebagai makanan selingan yang baik dikonsumsi untuk anak sekolah dasar, karena mengandung zat gizi yang tinggi. Kandungan zat gizi pada mie beba yaitu energi 302 kkal yang telah mencapai standar kebutuhan harian energi yang dianjurkan berdasarkan AKG 2019 yaitu 1900 kkal (15,8 %), protein 30,4 gr yang telah mencapai standar kebutuhan harian protein yang dianjurkan sebesar 55 gr (55,2 %), zat besi 2.3 mg yang telah mencapai standar kecukupan harian zat besi yang dianjurkan sebanyak 19 mg (12,1 %), Vitamin C 8,5 mg yang telah mencapai standar kebutuhan harian Vitamin C yang dianjurkan sebesar 50 mg (17 %), kalsium 116,3 mg yang telah mencapai standar kebutuhan harian kalsium yang dianjurkan sebesar 1200 mg (9,7%), Zink 1,15 mg "yang telah mencapai standar kebutuhan harian zink yang dianjurkan sebesar 8 mg (14,3%).

Temuan dari studi ini sejalan dengan riset yang dilaksanakan oleh (Safitri, 2019) dalam judul Pengaruh pemberian jus bayamm merah, jeruk sunkis, madu terhadap kadar hemoglobin pada ibu hamyl yang mengalami anemia di UPT Puskesmas Kampar Tahun 2019. Hasil dari riset ini

menunjukkan bahwa pemberian jus bayam merah memiliki potensi untuk meningkatkan kadar hemoglobin pada ibu hamil yang mengalami anemia, dengan nilai p-value sebesar 0.000.

Hasil riset ini juga sejalan dengan temuan dalam riset oleh (Dhilon, Lubis and Arsita, 2020) yang berjudul Pengaruh pemberian jus bayam hijau terhadap kadar hemoglobin ibu hamil di PMB Rosmidah wilayah kerja Puskesmas Kuok. Penelitian tersebut menunjukkan rata-rata peningkatan kadar hemoglobin ibu hamil sebesar 2,0 gr/dl dari mengonsumsi jus bayam hijau selama 7 hari. Dari hasil penelitian tersebut peneliti tertarik melakukan pemberian mie beba selama 30 hari untuk melihat peningkatan kadar Hb yang lebih tinggi lagi dikarenakan penambahan hari dan juga dengan penambahan bahan lain seperti belut. Pemberian intervensi ini akan dilakukan di SD Negeri 104241 Lubuk Pakam di ruangan kelas pada saat istirahat pukul 09.15 Wib.

Dari survey awal yang dilakukan dengan mengukur kadar hemoglobin menggunakan metode digital test pada kelas V di SD Negeri 104241 Lubuk Pakam dari 10 anak yang diperiksa kadar Hb nya ditemukan 5 siswa (50%) yang menunjukkan kadar hemoglobin di bawah ambang normal, dengan jumlah rata-rata hemoglobin anak sebesar 10,9 gr/dl. Dan setelah diwawancari ,ditemukan penyebabnya karena jarang sarapan pagi dan kurangnya asupan sumber zat besi. Sehingga dibuat mie yang banyak disukai oleh anak-anak yang terbuat dari belut dan bayam menjadi suatu produk yang banyak memiliki manfaat terhadap peningkatan kadar Hb, karena keduanya tinggi akan zat besi dan bagus untuk prestasi belajar anak .

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti ingin mengetahui pengaruh pemberian Mie Beba (Belut dan Bayam) Terhadap Peningkatan Kadar Hb Anak Sekolah di SD Negeri 104241 Lubuk Pakam.

B. Perumusan Masalah

Bagaimana Pengaruh Pemberian Mie Beba (Belut dan Bayam) Terhadap Peningkatan Kadar *Hemoglobin* Anak Sekolah di SD Negeri 104241 Lubuk Pakam ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Mie Beba (Belut dan Bayam) Terhadap Peningkatan Kadar *Hemoglobin* Anak Sekolah di SD Negeri 104241 Lubuk Pakam.

2. Tujuan Khusus

- a. Menilai kadar Hb sebelum dan sesudah pemberian Mie Beba terhadap anak SD Negeri 104241 Lubuk Pakam.
- b. Menilai Asupan Makanan (Fe, Protein, Vitamin C) anak SD Negeri 104241 Lubuk Pakam sebelum dan sesudah pemberian Mie Beba
- c. Menganalisis pengaruh pemberian Mie Beba terhadap peningkatan kadar Hb pada anak SD Negeri 104241 Lubuk Pakam.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi Penulis

Sebagai sarana untuk menambah dan mengembangkan pengetahuan penulis.

2. Manfaat bagi Pihak Sekolah

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai dampak dari kejadian anemia terhadap proses belajar mengajar dan prestasi belajar siswa.

3. Manfaat bagi institusi

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi mahasiswa yang akan melakukan penelitian selanjutnya.