

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan salah satu masa terpenting dalam periode kehidupan, suatu masa seseorang mengalami perubahan baik secara fisik maupun mental. Pada perubahan fisik remaja terjadi proses pematangan seksual dan perubahan postur tubuh yang membuat remaja mulai memperhatikan penampilan fisik terutama pada remaja putri, sehingga remaja putri biasanya melakukan diet makanan tanpa memperhatikan nilai gizi. Diet yang biasanya dilakukan oleh remaja putri adalah mengurangi pola makan, seperti melewatkan sarapan pagi atau makan malam dan menggantinya dengan mengonsumsi snack atau makanan ringan, lalu memperpanjang tidur bila merasa lelah. Salah satu dampak dari perilaku remaja tersebut adalah anemia karena kekurangan nutrisi zat besi (Fe) yang berperan penting dalam pembentukan sel darah merah yang didalamnya terdapat hemoglobin, hemoglobin merupakan senyawa protein yang sangat penting dalam sirkulasi darah yaitu sebagai pengangkut oksigen (O₂) ke seluruh tubuh.

Anemia mempengaruhi lebih dari setengah miliar wanita usia 15-49 tahun di seluruh dunia, dengan prevalensi anemia 29% untuk wanita tidak hamil dan prevalensi anemia 38% untuk wanita hamil (WHO, 2015). Sedangkan prevalensi remaja anemia di tiap Negara bervariasi, yaitu antara 40-88% (WHO, dalam Kaimudin, Nur ia dkk, 2017).

Anemia pada remaja ditandai dengan kadar hemoglobin (Hb) <12g/dl, Prevalensi anemia pada kehamilan usia remaja di Indonesia mencapai 84,6% dan total keseluruhan anemia pada kehamilan mencapai 48,9% (Risksedas, 2018). Berdasarkan Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018, penanggulangan anemia di Indonesia dilakukan dengan intervensi pemberian tablet Fe bagi remaja putri dan ibu hamil. Cakupan pemberian tablet Fe pada remaja putri di Indonesia mencapai 29,51%. Provinsi Lampung berada pada urutan ke-16 terendah dari 34 provinsi di Indonesia, yakni mencapai 32,90% (Profil kesehatan RI, 2018).

Anemia gizi besi menimbulkan gangguan atau hambatan pada pertumbuhan, baik sel tubuh maupun sel otak. Saat kadar Hb rendah maka akan muncul gejala lelah, lesu, dan lupa. Akibatnya dapat menurunkan prestasi belajar, olahraga dan produksi kerja. Selain itu, anemia gizi besi juga akan menurunkan daya tahan tubuh sehingga tubuh rentan terhadap infeksi serta pada kehamilan dapat menyebabkan BBLR, kematian ibu dan neonatal (Fikawati, Sandra dkk 2017).

Anemia gizi besi merupakan salah satu dampak dari kurangnya zat besi dalam tubuh. Kekurangan zat besi sendiri dapat disebabkan oleh beberapa hal, seperti asupan makanan yang rendah zat besi atau zat besi dalam makanan tersebut dalam bentuk yang sulit diserap oleh tubuh, apabila tubuh kekurangan zat besi, vitamin C, B12 dan folat, maka produksi sel darah merah tidak dapat berjalan dengan baik, karena zat gizi tersebut diperlukan untuk memproduksi sel darah merah dan hemoglobin yang cukup. (Fikawati, Sandra dkk, 2017).

Berdasarkan mekanisme penyerapannya, zat besi dalam makanan terdapat dalam dua bentuk, yaitu zat besi heme dan non heme, sumber utama zat besi heme adalah hemoglobin dan myoglobin dari konsumsi daging, unggas dan ikan, sedangkan zat besi non heme diperoleh dari kacang-kacangan, buah, dan sayuran. Penyerapan zat besi tidak berlangsung di lambung, melainkan usus halus. Namun, asam lambung berperan penting dalam penyerapan zat besi non heme dengan mendukung perubahan feri (Fe^{3+}) menjadi fero (Fe^{2+}) sehingga lebih mudah diserap oleh usus. Zat besi bentuk heme lebih mudah diserap dibandingkan dengan zat besi non heme (Fikawati, Sandra dkk, 2017).

Vitamin C dapat meningkatkan absorpsi dalam bentuk non hem hingga empat kali lipat , yaitu dengan mengubah feri menjadi fero sehingga lebih mudah diabsorpsi oleh usus halus. Selain itu, vitamin C juga dapat menghambat hemosiderin yang sukar dimobilisasi untuk membebaskan besi jika diperlukan. Salah satu upaya dalam mengatasi kadar Hb rendah yaitu dengan cara mengonsumsi makanan yang mengandung vitamin C untuk membantu penyerapan (Almatsier, 2010).

Bunga rosella (*Hibicus sabdarifa*) merupakan tanaman herbal tradisional yang banyak manfaat dalam kesehatan, tanaman ini mengandung gossypetin, antosianin, danglucosidehibiscin. Selain itu, kelopak rosella juga mengandung protein, lemak, kalsium, fosfor, zatbesi, fruktosa, sukrosa, karotin, tiamin, niasin, dan vitamin C. Kandungan vitamin C sangat tinggi, sehingga mampu meningkatkan daya tahan tubuh terhadap serangan penyakit (Saparintu, cahyo dan Rini Susiana, 2016).

Seduhan teh Rosella terbukti dapat meningkatkan kadar Hemoglobin pada remaja putri sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh AS Kristina (2018), penelitian tersebut menunjukkan hasil bahwa adanya perbedaan efektivitas pemberian seduhan teh rosella kering terhadap peningkatan kadar Hb pada remaja putri.

Komunitas remaja yang memiliki karakteristik homogen salah satunya adalah mahasiswi asrama kebidanan Tanjungkarang politeknik kesehatan Tanjungkarang. Peneliti memilih tempat penelitian di asrama karena mahasiswi yang tinggal di asrama memiliki pola aktivitas dan pola konsumsi yang hampir sama dibandingkan dengan mahasiswi yang tinggal di luar asrama. Pra survey sudah di lakukan, didapatkan 15 dari 50 orang mahasiswi mengaku mengalami anemia yang dilihat dari ciri-ciri pemeriksaan fisik dan hasil cek hb terakhir yang dilakukan. Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Pengaruh Teh Rosella Kering Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri yang Anemia di Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Tanjungkarang”.

B. Rumusan Masalah

1. Hasil pemantauan di asrama kebidanan politeknik kesehatan tanjungkarang diketahui bahwa 20 dari 50 mahasiswi mengalami anemia
2. Berdasarkan hasil penelitian terdahulu diketahui bahwa teh rosella kering mengandung zat besi dan vitamin C yang tinggi, vitamin C yang dapat membantu absorpsi zat besi.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat ditarik suatu permasalahan : Apakah terdapat pengaruh teh rosella kering terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri yang anemia di jurusan kebidanan politeknik kesehatan Tanjungkarang tahun 2020?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh teh rosella kering terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri yang anemia di jurusan kebidanan politeknik kesehatan Tanjungkarang tahun 2020.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui karakteristik mahasiswi di asrama kebidanan Tanjungkarang politeknik kesehatan Tanjungkarang tahun 2020.
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kadar hemoglobin setelah diberikan teh rosella kering dan Fe pada remaja putri anemia di asrama kebidanan Tanjungkarang politeknik kesehatan Tanjungkarang tahun 2020.
- c. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kadar hemoglobin sesudah diberikan tablet Fe pada remaja putri anemia di asrama kebidanan Tanjungkarang politeknik kesehatan Tanjungkarang tahun 2020.
- d. Untuk mengetahui Pengaruh teh rosella kering terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada remaja putri yang anemia di jurusan kebidanan politeknik kesehatan Tanjungkarang tahun 2020.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan dalam bidang kebidanan khususnya peranan pemberian seduhan teh rosella kering dalam mengurangi dan mencegah risiko anemia pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Tempat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini dapat menjadi masukan bagi Jurusan Kebidanan Tanjungkarang Politeknik Kesehatan Tanjungkarang, terutama bagi program studi Sarjana Terapan Kebidanan Tanjungkarang sebagai informasi dan evaluasi, selain itu diharapkan dapat menambah pembendaharaan buku di perpustakaan Jurusan Kebidanan Tanjungkarang.

b. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat dijadikan terapi alternative dalam meningkatkan kadar hemoglobin selain tetap mengonsumsi tablet Fe, dapat mengonsumsi seduhan teh rosella kering untuk mempercepat peningkatan kadar hb.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat menjadi acuan atau minimal sebagai bahan pembanding bagi penulis yang akan meneliti masalah yang sama.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan rancangan *pretest dan posttest with control group design*, variabel independent dalam penelitian ini adalah seduhan teh rosella kering, dan variabel dependent adalah peningkatan kadar hemoglobin. Penelitian ini dilakukan pada remaja anemia di asrama Kebidanan Tanjungkarang Politeknik Kesehatan Tanjungkarang untuk mengetahui efektivitas seduhan teh rosella kering terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada anemia tersebut.

