

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Prevalensi anemia lebih banyak terjadi di Negara berkembang daripada di Negara maju. Pada Negara berkembang, diperkirakan sebanyak 1500 juta orang atau sekitar 30% penduduk dunia menderita anemia, sedangkan pada Negara maju memiliki prevalensi sebanyak 100 juta orang atau sekitar 8%. Menurut (WHO, 2005), Pada era globalisasi saat ini, anemia termasuk ke daftar 10 masalah kesehatan terbesar di dunia (Fitri, 2016).

Anemia yang paling sering ditemukan di dunia adalah anemia akibat defisiensi zat besi dalam tubuh. Anemia banyak terjadi pada wanita usia subur dimana ada sekitar 30,2% dari 1,62 milyar orang yang menderita anemia adalah wanita usia subur. Terdapat sekitar 4-5 milyar penduduk dunia mengalami defisiensi zat besi atau sekitar 66-80% dari total keseluruhan populasi dunia. Terkhusus di Negara berkembang, sekitar 370 juta wanita terdeteksi mengalami anemia defisiensi zat besi. Prevalensi jumlah anemia defisiensi zat besi pada Negara berkembang rata-rata tertinggiya terdapat di Asia Selatan dengan jumlah 64%, sedangkan di Asia Tenggara prevalensi anemia pada wanita adalah 47%. Negara Amerika memiliki prevalensi terendah untuk penderita anemia defisiensi zat besi yaitu sekitar 21% (Fitri, 2016).

Dari tahun 1993-2005 WHO menyatakan bahwa prevalensi anemia ialah 1,62% yang terjadi secara global, atau dengan kata lain terdapat 24,8% orang terkena anemia di seluruh dunia dengan prevalensi 30,2% ialah anemia pada wanita usia produktif (Fitri, 2016).

Prevalensi anemia di Indonesia ialah 21,7%. Menurut (Depkes, 2013) anemia yang terjadi di Indonesia dapat dibagi kedalam dua kelompok usia yaitu: kelompok usia 5-14 tahun sebesar 26,4% dan kelompok usia 15-24 tahun sebesar 18,4%. Sedangkan berdasarkan data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) pada tahun 2012, mengungkapkan bahwa jumlah prevalensi wanita usia 19-45 tahun sebesar 39,5%. Menurut (Depkes, 2013), Jumlah penderita anemia dari tahun 2007 hingga tahun 2013 terus mengalami peningkatan terutama pada wanita yaitu yang awalnya berjumlah 19,7% di tahun 2007 kemudian pada tahun 2013

meningkat menjadi 23,9%. Prevalensi kejadian anemia di Jawa Tengah pada tahun 2014 menurut Dinas Kesehatan Jateng ialah meliputi WUS sebesar 39,5%. Menurut Suharno, (1993), pekerja wanita di Indonesia mengalami anemia sebanyak 30-46,6%.

Anemia adalah masalah kesehatan dunia yang cenderung menyerang kelompok wanita daripada kelompok laki-laki. Hal ini dikarenakan wanita lebih banyak memerlukan zat besi dibandingkan laki-laki. Menurut Widia dalam karya nasional pangan dan gizi (1998), wanita memerlukan sekitar 26 mg zat besi, sedangkan laki-laki hanya memerlukan 13 mg zat besi jika dibandingkan dengan rentang usia yang sama. Akan tetapi, pada kenyataannya wanita cenderung lebih sedikit mengonsumsi sumber zat besi dibandingkan dengan laki-laki. Apalagi pada wanita yang memiliki peran ganda, yaitu sebagai wanita karir yang sebagian besar waktunya dihabiskan untuk bekerja diluar rumah dan sebagai ibu rumah tangga yang memiliki kewajiban beban kerja dirumah (Raharjo, 2003).

Di Indonesia, jumlah wanita pekerja terus menunjukkan peningkatan setiap tahunnya. Menurut Badan Pusat Statistik (1997), jumlah wanita pekerja pada tahun 1980 sebanyak 16.934.590 atau sekitar 32,69%, kemudian meningkat menjadi 44,83% atau sekitar 25.788.977 wanita pekerja. pada tahun 1987, dan di tahun berikutnya yaitu tahun 1988 jumlah wanita pekerja meningkat menjadi 50% dari jumlah penduduk wanita di Indonesia. Dimana kelompok rentan nya meliputi kelompok wanita karir yang memiliki prevalensi yang cukup tinggi dan tergolong kedalam masalah kesehatan masyarakat (Raharjo, 2003).

Anemia pada wanita usia produktif dapat mempengaruhi mekanisme tubuh orang tersebut. Menurut Briawan (2014), anemia pada wanita usia produktif dapat mengakibatkan wanita tersebut kurang produktif dalam bekerja, mudah lelah saat beraktivitas, menurunkan sistem imun tubuh sehingga pekerja mudah terserang penyakit sehingga mengakibatkan wanita penderita anemia kurang produktif ketimbang wanita tanpa anemia, hal tersebut terjadi karena karena kurangnya kapasitas oksigen yang di antar keseluruh tubuh sehingga mengganggu keseimbangan mekanisme tubuh terutama fungsi otot yang berkaitan dengan defisiensi zat besi (Fitri, 2016).

Salah satu cara yang dapat di ambil guna untuk memenuhi kebutuhan zat besi bagi tubuh sehingga kadar Hb dalam darah tetap terjaga ialah dengan mengkonsumsi sayuran dan buah-buahan yang mengandung zat besi dalam kadar yang tinggi. Menurut Fatimah (2009), salah satu sumber zat besi yang berperan dalam pembentukan Hb yang tinggi terdapat dalam bayam, terutama bayam merah. Namun, masyarakat awam belum mengetahui tentang hal tersebut. Sayuran yang kaya akan zat nutrisi serta tinggi zat besi sekitar 6,43 mg per 180 gram ialah sayuran bayam. Selain itu, kandungan sayur bayam tidak terdapat satu jenis pun zat yang berbahaya bagi tubuh sehingga aman untuk dikonsumsi (*The George Mateljan Foundation*, 2010). Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang diteliti oleh Astuti,dkk (2015) menunjukkan perbedaan yang bermakna antara kadar Hb sebelum diberi jus bayam merah yaitu sebesar 11,210 gr/dL dengan kadar Hb sesudah diberikan jus bayam merah yaitu 11,850 gr/dL (Astuti, Sugit, & Widyasusti, 2015).

Selain dari pada sayur bayam merah, terdapat juga sumber makanan lain yang mampu mengoptimalkan kadar zat besi dalam tubuh yaitu Umbi bit. Berdasarkan sebuah penelitian yang dilakukan, menyatakan bahwa dengan mengkonsumsi jus buah bit terjadi peningkatan kemampuan berjalan lebih lama pada pasien kelainan arteri ketimbang sebelum mengkonsumsi jus buah bit, dimana diketahui dengan mengkonsumsi jus buah bit meningkatkan suplay darah kaya oksigen selama proses metabolisme sehingga menyebabkan peningkatan pasien untuk berjalan lebih lama (Kenjale, et al, 2011). Hasil penelitian ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Wenda Stephana,dkk pada tahun 2017 yang mengemukakan bahwa adanya peningkatan kadar Hb pada kelompok eksperimen ibu hamil pemberian jus buah bit yang awal kadar Hb nya 9,22 g/dL menjadi 11,27 g/dL (Stephana,dkk 2017)

Survei awal yang dilakukan di Sekolah Kejayaan Indonesia, Binjai Barat pada 10 orang tenaga pengajar wanita dengan cara pengecekan Hb menggunakan metode Sahli, didapatkan hasil 7 orang (70%) mengalami anemia dengan kadar Hb < 12g/dL. Dengan total rata-rata Hb adalah 10.06 g/dL. Dan didukung dengan hasil wawancara serta pemeriksaan fisik yang dilakukan terhadap guru disekolah tersebut, didapati adanya beberapa keluhan seperti sering merasa pusing, mudah

lelah, lemas, serta adanya perubahan warna mukosa mata menjadi pucat. Selain dari pada faktor tersebut, dilihat juga dari lokasi Sekolah Kejayaan Indonesia yang terletak dekat dengan akses jalan raya, dimana hal itu dapat mempengaruhi kualitas udara di lingkungan sekolah yang tercemar dengan asap-asap kendaraan seperti mobil, truk, sepeda motor, becak, dll. Asap kendaraan yang dihasilkan dari proses pembakaran bahan bakar kendaraan akan menghasilkan gas CO yang bila masuk ke sistem pernapasan akan diserap oleh tubuh dan gas tersebut akan berikatan dengan haemoglobin yang disebut *carboxyhaemoglobin* yang secara perlahan akan mengganggu sistem pembentukan haemoglobin yang dapat menyebabkan anemia (Girsang, 2008).

Berdasarkan uraian sebelumnya, maka peneliti tertarik untuk melihat dan melakukan penelitian mengenai perbedaan efektivitas peningkatan kadar Hb melalui pemberian jus *Beta Vulgaris* dan jus *amaranthus tricolor L* pada guru di Sekolah Kejayaan Indonesia, Binjai Barat.

1.2. Perumusan Masalah

Sayur bayam merah (*Amaranthus Tricolor L*) dan buah bit (*Beta Vulgaris*) sama-sama efektif untuk meningkatkan kadar Hb seseorang, terutama pada wanita yang rentan terkena anemia. Oleh karena itu peneliti ingin mengetahui tentang Perbedaan efektivitas peningkatan kadar Hb melalui pemberian jus *Beta Vulgaris* dan jus *Amaranthus Tricolor L* pada guru di Sekolah Kejayaan Indonesia, Binjai Barat.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Perbedaan efektivitas peningkatan kadar Hb melalui pemberian jus *Beta Vulgaris* dan jus *Amaranthus Tricolor L* pada guru di Sekolah Kejayaan Indonesia, Binjai Barat.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui efektivitas pemberian jus *Beta Vulgaris* terhadap kadar Hb pada guru di Sekolah Kejayaan Indonesia, Binjai Barat.
2. Mengetahui efektivitas pemberian jus *Amaranthus Tricolor L* terhadap kadar Hb pada guru di Sekolah Kejayaan Indonesia, Binjai Barat.

3. Mengetahui perbedaan efektivitas pemberian jus *Beta Vulgaris* dengan jus *Amaranthus Tricolor L* terhadap kadar Hb pada guru di Sekolah Kejayaan Indonesia, Binjai Barat.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Guru Sekolah Kejayaan Indonesia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dan informasi kepada guru di sekolah Kejayaan Indonesia tentang masalah kesehatan anemia serta cara penanganannya.

1.4.2. Bagi Instansi Sekolah Kejayaan Indonesia

Sebagai bahan pertimbangan agar dapat lebih memperhatikan masalah kesehatan guru serta saat mengambil keputusan dan membuat kebijakan seputar masalah kesehatan terutama tentang anemia.

1.4.3. Bagi Instansi Pendidikan

Sebagai informasi bagi instansi pendidikan tentang perbedaan keefektivitasan antara jus *Beta Vulgaris* dengan jus *Amaranthus Tricolor L* terhadap kadar Hb pada guru di Sekolah Kejayaan Indonesia, Binjai Barat.