

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Sel darah merah eritrosit mengalami produksi yang rendah dan dapat menyebabkan konsentrasi hemoglobin (Hb) atau hematokrit berada dibawah nilai ambang batas (referensi) disebut anemia. Awam mengenal anemia sebagai penyakit kurang darah. Anemia dapat terjadi pada semua siklus kehidupan (balita, remaja, dewasa, bumil, busui, dan lansia. (Kesumasari, 2012).

Arisman (2010) menyebutkan penyebab anemia defisiensi besi yaitu kehilangan darah yang terjadi secara terus-menerus, asupan zat besi dan penyerapan yang kurang, meningkatnya kebutuhan asupan zat besi pada masa pertumbuhan. Beberapa faktor seperti lama waktu haid, rutinitas sarapan pagi, status gizi, pendidikan ibu dan konsumsi protein tidak mencukupi serta adanya faktor pengambat penyerapan mineral zat besi.

Berdasarkan World Health Organization (WHO) pada tahun 2013 bahwa prevalensi anemia di dunia berkisar 40-88%. Berdasarkan Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017, prevalensi anemia pada anak berumur 5-12 tahun di Indonesia adalah 26%, pada wanita usia 13-18 tahun yaitu sebesar 23%.

Data (riskesdas, 2013), anemia gizi besi pada masyarakat dengan prevalensi pada anak balita 28,1%, ibu hamil 37,1%, remaja putri (13-18 tahun) 22,7%, dan wanita usia subur (15-49 tahun) 22,7%. Prevalensi anemia pada perempuan relatif lebih tinggi (23,90%) dibanding laki-laki (18,40%).

Menurut WHO (2013) anak yang berusia 10-19 tahun disebut remaja. Anemia adalah keadaan kadar hemoglobin berada di bawah ambang batas nilai normal. Remaja putri lebih rentan terhadap anemia karena remaja putri mengalami siklus menstruasi setiap bulan yang mengeluarkan sejumlah zat besi. Menurut penelitian (Adriani & Wirjatmadi, 2012)

Kandungan hemoglobin tidak terpenuhi dengan baik untuk membawa oksigen ke dalam jaringan tubuh sehingga menyebabkan berbagai komplikasi diantaranya kelelahan dan stress. Jika kadar Hb tidak terpenuhi dalam darah dapat menyebabkan tubuh lemas, cepat lelah, lesu dan letih sehingga dapat mengakibatkan terjadinya penurunan konsentrasi belajar dan produktivitas kerja (Widyastuti dan Hardiyanti, 2010). Kasus anemia menyebabkan terganggunya imunitas sehingga meningkatkan angka kematian di dunia (Ignatavicius dan Workman, 2010).

Penyebab anemia gizi besi karena tidak tersedia zat-zat gizi yang memiliki peran dalam pembentukan eritrosit. Zat-zat yang berperan dalam hematopoiesis adalah protein, vitamin (asam folat, vitamin B12, vitamin C, dan vitamin E), dan mineral (Fe dan Cu). Tetapi dari sekian banyak penyebab, yang paling menonjol menimbulkan hambatan pembentukan sel darah merah adalah kekurangan gizi zat besi, asam folat, dan vitamin B12 (Kesumasari, 2012).

Penyerapan zat besi pada buah pisang hampir 100% dapat diserap oleh tubuh, jika dibanding dengan makanan nabati lainnya. (Khomsan dkk, 2008)

Kandungan zat besi pada pisang ambon lebih tinggi daripada beberapa jenis buah lainnya (Thaib, 2011). Kandungan gizi setiap 100 gram pisang ambon adalah zat besi (Fe) sebanyak 0,5 mg, vitamin C 3,0 mg, vitamin A 44 UI, vitamin B 0,08, protein 1,2 g dan lain sebagainya.

Vitamin C pada kandungan pisang ambon (*Musa paradisiaca* L) membantu menyerap besi non heme untuk mengubah bentuk feri menjadi fero. Bentuk fero mudah meresap dan diserap dalam tubuh sehingga peningkatan kadar hemoglobin lebih cepat. (Mahardika & Zuraidda, 2016).

Pisang serih memiliki kandungan zat besi (0,1 mg) lebih rendah daripada pisang ambon. (Tabel Komposisi Pangan Indonesia (TKPI) , 2019)

Pisang kepok dan pisang siam merupakan pisang yang memiliki zat besi lebih tinggi dibandingkan pisang ambon. Pisang kepok fe (0,6 mg), pisang siam fe (1,2 mg). (Ahligizi,2018). Menurut observasi peneliti di pasar, pisang tersebut harus melalui proses pengolahan terlebih dahulu sebelum dikonsumsi karena jenis pisang ini memiliki tekstur lebih padat dan keras.

Beberapa jenis pisang tersebut kurang efektif digunakan dalam penelitian ini sehingga peneliti memutuskan untuk memilih pisang yang mengandung tinggi zat besi, banyak ditemukan di pasar, harga terjangkau, memiliki rasa yang enak dan dapat dikonsumsi langsung tanpa melalui proses pengolahan yaitu pisang ambon.

Dari hasil survey pendahuluan melalui observasi, wawancara, kuisioner dan mengukur kadar hemoglobin pada 35 remaja di Panti Asuhan Terimakasih Abadi, didapatkan hasil bahwa 30 responden memiliki rata-rata kadar hemoglobin sebesar 11,5 gr/dl atau termasuk dalam kategori anemia ringan dan 5 responden memiliki kadar hemoglobin rata-rata 9,7 gr/dl atau termasuk anemia sedang hingga berat. Intervensi pemberian pisang ambon adalah salah satu upaya penanggulangan anemia ringan, karena pisang ambon tinggi akan zat besi dan vitamin C sedangkan untuk anemia sedang hingga berat tidak disarankan ditangani hanya dengan menggunakan intervensi pemberian pisang ambon. Peneliti memilih responden mayoritas sebagai sampel yaitu responden yang mengalami anemia ringan. Ditinjau dari makanan sehari-hari responden melalui wawancara mengatakan bahwa mereka mengonsumsi mie instan lebih dari 3 kali seminggu. Selama 5 hari peneliti mengobservasi menu makanan di panti asuhan tersebut dan hasilnya pada di pagi hari mereka rata-rata mengonsumsi mie instan, siang hari biasanya mereka mengonsumsi nasi putih ditambah lauk seperti tahu, ikan dencis, ikan asin dan telur serta beberapa jenis sayur. Pada malam hari mereka rata-rata mengonsumsi nasi putih dengan jenis lauk seperti tahu, tempe, mie instan atau

telur dengan beberapa jenis sayuran. Namun, mereka hanya akan mengkonsumsi sayur ketika tersedia.

Menurut hasil wawancara peneliti dengan ibu dapur mengatakan bahwa menu makanan anak Panti Asuhan Terimakasih Abadi Medan tergantung orang yang berkunjung atau donatur. Mengingat bahwa setiap donatur yang berkunjung ke panti asuhan tersebut sebesar 80% menyumbang mie instan terpaksa ibu dapur menyajikan hasil donasi dari yang berkunjung. Sayur dan buah sangat jarang disajikan kepada anak Panti Asuhan Terimakasih Abadi Medan, kecuali ada donator yang membawa sayur dan buah. Selain itu, anak yang tidak hadir sebelum jam makan selesai maka jatah makan anak tersebut akan habis. Melalui lembar kuisisioner dan wawancara, peneliti mencoba mendalami pengetahuan dan gejala. Responden mengaku sering mengalami kelelahan, mengantuk, mata berkunang-kunang dan sulit berkonsentrasi saat belajar. Responden juga mengaku tidak mengetahui tentang anemia dan akibat defisiensi zat besi.

Peneliti menarik kesimpulan sementara survey awal bahwa salah satu masalah kesehatan yang terjadi pada anak Panti Asuhan Terimakasih Abadi adalah mengalami anemia ringan. Anemia ringan menyebabkan merasa mudah lelah dan sulit berkonsentrasi sehingga dapat mengakibatkan daya tahan tubuh rendah dan penurunan kemampuan belajar serta penurunan prestasi sekolah. Mengingat pentingnya zat besi untuk dikonsumsi oleh remaja terutama pada masa pertumbuhan yang membutuhkan banyak makan sebagai sumber zat gizi, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Pemberian Pisang Ambon Terhadap Kadar Hemoglobin pada Remaja di Panti Asuhan Terimakasih Abadi Medan”. Peneliti tertarik memilih buah ini karena buah pisang ambon mudah ditemukan, memiliki banyak kandungan gizi, dapat dikonsumsi langsung dan sangat sederhana untuk diterapkan terhadap anak panti.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Efektifitas Pemberian Pisang Ambon Terhadap Peningkatan HB (Anemia) Di Panti Asuhan Terimakasih Abadi, Di Medan Tahun 2020 “

1.3. Tujuan penelitian

Untuk mengetahui Efektifitas Pemberian Pisang Ambon Terhadap Peningkatan HB di Panti Asuhan Terimakasih Abadi Medan tahun 2020.

2020.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Tempat Peneliti

Diharapkan dapat memberi masukan dan informasi tentang kejadian anemia pada anak remaja khususnya yang terkena anemia kepada pihak yayasan supaya lebih memperhatikan tentang konsumsi makan pada anak panti.

1.4.2. Bagi Responden

Diharapkan bagi anak Panti Asuhan Terimakasih Abadi mampu mengetahui gejala-gejala terjadinya anemia dan supaya lebih memperhatikan kesehatan dan mengetahui bahwa mengkonsumsi pisang ambon sangat efektif dalam pencegahan anemia.

1.4.3. Bagi Akademik

Hasil penelitian dapat dimanfaatkan sebagai pedoman dalam melakukan penelitian-penelitian mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia.