

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin lebih rendah dari normal. Hemoglobin sangat diperlukan untuk mengangkut oksigen dan apabila kekurangan sel darah merah atau sel darah merah dalam keadaan yang abnormal atau tidak cukup hemoglobin, kemampuan tubuh untuk membawa oksigen ke jaringan akan berkurang. Hal ini membuat gejala seperti kelelahan, pusing, lemas dan sesak napas (Zulfiqor & Widanarko, 2022).

Anemia pada pekerja dapat menimbulkan kelelahan, penurunan kapasitas dan produktivitas kerja. Anemia akan berpotensi terhadap menurunnya konsentrasi dan kelelahan pada tubuh seseorang. Kejadian anemia pada pekerja jika dilihat kembali kebelakang, dapat dipengaruhi oleh adanya ketidakcukupan asupan gizi yang beragam maupun faktor kesehatan yang lainnya. Kurang beragamnya asupan makanan merupakan salah satu faktor karena kurangnya akses terhadap pangan. Akses terhadap pangan yang beragam menjadi salah satu indikator dalam mengukur tingkat ketahanan pangan pada suatu individu (Rasyidi et al., 2021).

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat terbesar di dunia terutama bagi kelompok wanita usia subur. Berdasarkan

penelitian *World Health Organization* (WHO) tahun 1993-2005, secara global 1,62 miliar orang atau sekitar 24,8% terkena anemia dengan prevalensi pada wanita usia produktif sebesar 30,2%. Anemia pada Wanita usia subur dapat menimbulkan kelelahan, badan lemah, penurunan kapasitas dan produktivitas kerja. Wanita penderita anemia menjadi kurang produktif bekerja dibanding wanita tanpa anemia karena pada penderita anemia mengalami penurunan kapasitas transportasi oksigen dan terganggunya fungsi otot dikaitkan dengan defisit zat besi (Fe) (Grandmed, 2021).

Di Indonesia, kasus anemia gizi mencapai 63,5%. Pada pekerja wanita prevalensi anemia masih cukup tinggi yaitu berkisar 30-46,6%. Hal ini dapat menyebabkan penurunan produktivitas kerja, sehingga pekerja yang menderita anemia produktivitas kerja 20% lebih rendah dibandingkan dengan pekerja yang sehat dengan gizi baik (Al Rahmad, 2020).

Anemia yang terjadi pada tenaga kerja wanita masih cukup tinggi. Berdasarkan hasil penelitian Khatun (2019), tenaga kerja wanita mengalami anemia ringan sebesar 19% (10,0-11,9 g/dl), anemia sedang sebesar 50% (7,0-9,9 g/dl) dan anemia berat sebesar 8% (<7,0 g/dl). Masalah anemia tersebut diakibatkan oleh stres karena bekerja, gangguan kesehatan akibat faktor ekonomi, gangguan kesehatan reproduksi dan masalah gizi. Salah satu masalah yang dapat memengaruhi produktivitas kerja terutama pada

pekerja wanita adalah anemia gizi (Setyorini et al., 2019).

Tingginya anemia pada pekerja wanita di industri pengolahan kayu mencapai 77,7%. Demikian juga departemen Kesehatan melaporkan tingginya anemia pada pekerja pabrik yaitu 56,0%. Anemia akan memberikan keluhan seperti letih, lesu, lekas lelah, pucat, pusing, pandangan mata berkunang-kunang dan gampang mengantuk merupakan gejala klinis yang mudah diketahui. Anemia yang berkepanjangan akan menyebabkan produktivitas kerja menurun dan kerusakan organ tubuh terutama jantung (Sihombing & Riyadina, 2019).

Secara umum madu berkhasiat untuk menghasilkan energi, meningkatkan daya tahan tubuh dan meningkatkan stamina. Madu mengandung magnesium dan zat besi. Kandungan mineral magnesium dalam madu ternyata sama dengan kandungan magnesium yang ada dalam serum darah. Selain itu, kandungan zat besi dalam madu dapat meningkatkan jumlah eritrosit sehingga meningkatkan kadar hemoglobin (Ristyning & L, 2019).

Beragam kasiat madu dapat diperoleh karena kompleks kandungan gizi dan bahan berkhasiat lainnya di dalam madu. Setiap 100 gram madu murni bernilai 294 kalori jadi 1000 gram madu murni setara dengan 50 butir telur ayam atau 5,675 liter susu atau 1680 gram daging. Sementara menurut USDA *Nutrient database*, disebutkan bahwa zat-zat di dalam madu sangat

kompleks, yaitu mencapai 181 jenis. Dalam 100 gram madu mengandung zat gizi sebagai berikut: gula 82,12 g, serat 0,2 g, energi 304 kcal, karbohidrat 82,4 g, lemak 0 g, protein 0,3 g, asam pantotenat (vit B5) 0,08 mg (1%), Vitamin B6 0,024 mg (2%), folat (vit b9) 2 mg (1%) (Rianti et al., 2022).

Sari kurma merupakan kurma yang dihaluskan dan diambil sarinya, berbentuk cair, kental, berwarna hitam dan terasa manis serta mengandung zat gizi yang lengkap seperti buah kurma. Mengonsumsi 10 butir kurma setiap hari dapat memenuhi 10% kebutuhan zat besi (1 mg). Konsumsi buah kurma 7 butir di waktu Dhuha dapat meningkatkan kadar hemoglobin (mengatasi anemia), sesuai dengan yang diajarkan Nabi Muhammad SAW (Widowati et al., 2019).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Harjuna dkk (2019) menyatakan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pemberian madu terhadap peningkatan kadar Hemoglobin (Hb) pada pekerja wanita di PT. Maruki International Indonesia dan yang paling berpengaruh adalah dosis tinggi (madu 3 sendok).

Hasil penelitian yang dilakukan Sari (2019) menyatakan pemeriksaan hemoglobin dapat diketahui bahwa baik dengan mengonsumsi sari kurma maupun buah naga, dari hasil uji *posttest* didapatkan nilai *posttest* yang lebih tinggi dari nilai *pretest* nya (pengukuran kadar hemoglobin sebelum mengonsumsi sari kurma

dan buah naga), sehingga ada peningkatan kadar hemoglobin dari sebelum dan setelah mengonsumsi sari kurma dan buah naga.

Melihat adanya beberapa keluhan dari pekerja di kantor Unit Penyelenggara Pelabuhan Kelas II Bajoe Kabupaten Bone terutama pada pekerja wanita yang mengeluhkan sakit demam, sakit kepala, lemas, insomnia, pusing dan nyeri dada sebanyak 15 orang yang berdasar pada hasil pengambilan data awal yang dilakukan dengan cara wawancara mengenai keluhan pekerja dimana keluhan tersebut memberikan indikasi adanya gejala anemia pada pekerja wanita.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Makanan Kaya Zat Besi (Madu dan Sari Kurma) Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Pekerja Di Kantor Unit Penyelenggara Pelabuhan Kelas II Bajoe Kabupaten Bone”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penelitian ini ingin mengkaji pengaruh pemberian makanan kaya zat besi (madu dan sari kurma) terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada pekerja di Kantor Unit Penyelenggara Pelabuhan Kelas II Bajoe Kabupaten Bone. Adapun rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah ada pengaruh pemberian madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pekerja wanita di Kantor Unit Penyelenggara Pelabuhan Kelas II Bajoe Kabupaten Bone?

2. Apakah ada pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pekerja wanita di Kantor Unit Penyelenggara Pelabuhan Kelas II Bajoe Kabupaten Bone?
3. Apakah ada pengaruh pemberian air mineral terhadap peningkatan kadar hemoglobin pekerja wanita di Kantor Unit Penyelenggara Pelabuhan Kelas II Bajoe Kabupaten Bone?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian makanan kaya zat besi (madu dan sari kurma) terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada pekerja di Kantor Unit Penyelenggara Pelabuhan Kelas II Bajoe Kabupaten Bone.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pengaruh pemberian madu terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada pekerja wanita di Kantor Unit Penyelenggara Pelabuhan Kelas II Bajoe Kabupaten Bone sebelum dan sesudah pemberian madu.
- b. Mengetahui pengaruh pemberian sari kurma terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada pekerja wanita di Kantor Unit Penyelenggara Pelabuhan Kelas II Bajoe Kabupaten Bone sebelum dan sesudah pemberian sari kurma.
- c. Mengetahui pengaruh pemberian air mineral terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada pekerja wanita di Kantor

Unit Penyelenggara Pelabuhan Kelas II Bajoe Kabupaten Bone pada kelompok kontrol.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat Bagi Peneliti**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman bagi peneliti untuk melatih kemampuan diri dalam melakukan penelitian serta dapat mengimplementasikan berbagai ilmu yang telah diperoleh sebagai bekal masa depan.

##### **2. Manfaat Teoritis**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan tambahan referensi dan rujukan bagi penelitian lainnya, tentang kesehatan dan keselamatan kerja yang berkaitan dengan pengaruh pemberian makanan kaya zat besi (madu dan sari kurma) terhadap peningkatan kadar hemoglobin pada pekerja di kantor unit penyelenggara pelabuhan kelas II bajoe kabupaten bone.

##### **3. Manfaat Praktis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan oleh kantor unit penyelenggara pelabuhan kelas II bajoe kabupaten bone dan pekerja yang berhubungan dengan pentingnya menjaga kesehatan dan keselamatan kerja (K3).