Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan
Vol. 2 No. 1 Februari 2024
e-ISSN : 2963-2005 dan p-ISSN : 2964-6081, Hal 263-269
DOI: https://doi.org/10.55606/detector.v2i1.3363

Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 6 Tapung Kabupaten Kampar

Sriwidya Astuti Khati
Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai, Bangkinang

Jl. Tuanku Tambusai No.23 Bangkinang, Kec. Bangkinang, Kabupaten Kampar, Riau 28412
Korespondensi penulis: sriwidyaastutikhati40@gmail.com

***Abstract**: Anaemia is a public health problem that occurs throughout the world, especially in developing countries such as Indonesia, the prevalence of anaemia in women of reproductive age between the ages of (15-49) in the world in 2019 ranged as much as 29.9%. This study aims to determine the relationship between menstrual pattern variables and the incidence of anaemia. The design of this study was cross sectional. The sample in this study was 100 respondents. The hypothesis test used was the Chi-square test. The results of this study are that there is a significant relationship between menstrual patterns and the incidence of anaemia in adolescent girls at SMPN 6 Tapung Kampar Regency in 2023, the value of P value = 0.002 OR (95% CI: 1.778-9.87), and there is a significant relationship between menstrual patterns and the incidence of anaemia in adolescent girls at SMPN 6 Tapung Kampar Regency. It is expected for health workers to be able to make creative and innovative policies in the prevention of anaemia through increasing health education and promotion in schools and fostering the PIK-KRR program (Adolescent Reproductive Health Information and Counseling Center) and UKS (School Health Unit), as well as facilitating adolescents to participate.*

***Keywords**: Anaemia, Menstrual Pattern, Adolescents*

Abstrak: Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang terjadi di seluruh dunia, terutama di negara berkembang seperti Indonesia prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif antara usia (15- 49) di dunia tahun 2019 berkisar sebanyak 29.9 %. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan variabel pola menstruasi dengan kejadian anemia. Desain penelitian ini adalah *cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 100 responden. Uji hipotesis yang digunakan adalah uji *Chi-square*. Hasil penelitian ini yaitu terdapat hubungan signifikan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 6 Tapung Kabupaten Kampar Tahun 2023 nilai *P value* = 0,002 OR (95% CI: 1,778-9,87), dan terdapat hubungan signifikan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 6 Tapung Kabupaten Kampar. Diharapkan bagi tenaga kesehatan untuk bisa membuat kebijakan yang kreatif dan inovatif dalam pencegahan anemia melalui peningkatan penyuluhan dan promosi kesehatan disekolah serta membina program PIK-KRR (Pusat Informasi dan Konseling Kesehatan Reproduksi Remaja) dan UKS (Unit Kesehatan Sekolah)

Kata kunci: Anemia, Pola Menstruasi, Remaja

LATAR BELAKANG

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang terjadi di seluruh dunia, terutama di negara berkembang seperti Indonesia. Anemia banyak terjadi pada generasimuda, baik pria maupun wanita. Namun, ada kelompok wanita yang berisiko lebih tinggi terkena anemia, mulai dari anemia ringan, sedang, hingga berat (Yuhana, 2019).

World Health Organization (WHO) dalam World Health Statistics tahun 2021 menunjukan bahwa prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif antara usia (15- 49) di dunia tahun 2019 berkisar sebanyak 29.9 %. Angka kejadian anemia di Indonesia terbilang masih cukup tinggi. Berdasarkan data Riskesdas 2018, Prevalensi anemia pada remaja sebesar 32 % artinya 3- 4 dari 10 remaja menderita anemia.

Received Desember 06, 2023; Accepted Januari 08, 2024; Published 29 Februari, 2024
* Sriwidya Astuti Khati, sriwidyaastutikhati40@gmail.com

Menurut data provinsi Riau, prevalensi remaja yang mengalami anemia sebesar 25,1%, dan 19,4% berada pada usia 15 hingga 24 tahun (Profil Kesehatan Provinsi Riau, 2021). 31 puskesmas Kabupaten Kampar tahun 2022, total keseluran kasus anemia pada remaja putri berjumlah 221 kasus. Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaen Kampar Terdapat 3 puskesmas dengan kasus kejadian anemia tertinggi pada remaja putri yaitu Perhentian raja sebesar (10,6%), Tapung (1,07%), Tambang (0,58%), dan 10 puskesmas lainnya tidak ditulis, karena tidak ada kasus kejadian anemia remaja putri.

Anemia defisiensi zat besi disebabkan oleh asupan zat besi yang rendah penyerapan zat besi yang terhambat. Salah satu penyebab terjadinya anemia defisiensi zat besi adalah kehilangan darah yang disebabkan salah satunya akibat menstruasi pada wanita setiap bulannya. Pola menstruasi pada remaja putri meliputi siklus menstruasi dan lama menstruasi. Siklus menstruasi adalah jarak antara mulainya menstruasi yang lalu dengan menstruasi berikutnya. Lama menstruasi adalah waktu yang dialam selama proses menstruasi (Kirana, 2011),

Berdasarkan urian diatas peneliti tertarik meneliti melakukan penelitian tentang "Hubungan Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP N 6 Tapung Kecamatan Tapung Kabupaten KamparTahun 2023" .

KAJIAN TEORITIS

Anemia adalah keadaan berkurangnya jumlah sel darah merah dan hemoglobin (protein pembawa O2) dari nilai normal dalam darah, sehingga tidak dapat memenuhi fungsinya untuk membawa O2 ke jaringan perifer, sehingga pengiriman O2 ke jaringan menurun. Kekurangan zat besi dapat menimbulkan gangguan atau hambatan pada pertumbuhan, baik sel tubuh maupun sel otak. Kekurangan Hb dalam darah dapat menimbulkan gejala lesu, lemah, letih, lelah, cepat lupa dan mengakibatkan mudah terkena infeksi (Khaidir, 2007).

Kadar hemoglobin Pemeriksaan kadar hemoglobin merupakan indikator yang menentukan seseorang menderita anemia atau tidak menurut (Muthmainnah, 2019)

Tabel 1 Penentuan anemia dengan pengukuran kadar Hb

Kelompok	Nilai Normal
Remaja laki-lakiRemaja wanita	14-18g/dl
Wanita hamil trimester 1Wanita hamil trimester 2Wanita hamil	12-16 g/dl
trimester 3Bayi baru lahir	11-13 g/dl
Anak	10-15 g/dl
	10-15 g/dl
	12-24 g/dl
	10-16 g/dl

(M**uteimann**a, 2019)

Menstruasi adalah proses keluarnya darah dari dalam rahim yang terjadi karena luruhnya dinding rahim bagian dalam yang mengandung banyak pembuluh darah dan sel telur yang tidak di buahi. Proses menstruasi dapat terjadi dikarenakan sel telur pada organ wanita tidak dibuahi, hal ini menyebabkan endometrium atau lapisan dinding rahim menebal dan menjadi luruh yang kemudian akan mengeluarkan darah melalui saluran reproduksi wanita. Normal siklus menstruasi adalah 21 hari sampai 35 hari yang ditandai dengan keluarnya darah sebanyak 10 hingga 80 ml perhari. Menstruasi atau haid yang terjadi dengan siklus lebih dari 35 hari termasuk kategori siklus yang tidak normal, hal ini terjadi karena banyak penyebab seperti keadaan hormon yang tidak seimbang, stres, penggunaan KB, atau karena tumor(Nuraini, 2018)

Siklus menstruasi berkisar antara 27 sampai 30 hari, umumnya 28 hari, artinya masa menstruasi akan terjadi setiap 28 hari sejak masa "menarche" (menstruasi pertama) dan terus berlangsung sampai masa "menopause" Walaupun siklus menstruasi rata-rata antara 27-30 hari, namun seseorang yang memiliki siklus menstruasi sangat pendek misalnya 21 hari atausangat panjang misalnya 40 hari masih dapat dianggap normal apabila memang siklus itu tetap, artinya memang dialami terus menerus selama masa menstruasi yang bersangkutan. Tetapi siklus menstruasi lebih pendek daripada 21 hari dan lebih panjang daripada 40 hari sudah dapat dikatagorikan abnormal atau patologis, dan perlu dikonsultasikan kepada dokter ginekologi (Sinaga, 2017).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan studi *cross sectional*. populasi dalam penelitia ini seluruh remaja putri yang ada di kelas 1 dan 2 di SMP Negeri 6 Tapung sebanyak 100 orang sedangkan sempel. Sampel dalam penelitian ini remaja putri yang ada di kelas 1 dan 2 SMP Negeri 6 Tapung sebanyak 100 orang teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Pegumpulan data pada penelitian ini menggunakan data primer dari wawancara atau kuesioner. Anlisis data menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji *chi-square*

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisa Univariat

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pola Menstruasi di SMP Negeri 6 Tapung Kabupaten Kampar Tahun 2023

No	Pola Menstruasi	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Tidak normal	58	58,0
2.	Normal	42	42,0
	Total	**100**	**100**

Berdasarkan dari tabel 4.1 sebagian besar dari 100 responden pola haid tidak normal sebanyak 58 orang dan pola haid normal sebanyak 42 orang

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Anemia di SMP Negeri 6 Tapung Kabupaten Kampar Tahun 2023.

No	Anemia	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Tidak anemia	38	38,0
2.	Anemia	62	63,0
	Total	**100**	**100**

Berdasarkan dari tabel 4.2 sebagian besar dari 100 responden yang tidak anemia sebanyak 38 orang dan anemia sebanyak 62 orang.

2. Analisa Bivarait

Tabel 4
Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Negeri 6 Tapung Kabupaten Kampar Tahun 2023

Pola Menstuasi	Anemia				Total		P Value	POR
	Ya		Tidak					
	n	%	n	%	N	%		
Tidak normal	44	44,0	14	14,0	58	58,0	0,02	4,190 (1,778-9,877)
Normal	18	18,0	24	24,0	42	42,0		
Total	**62**	**62,0**	**38**	**38,0**	**100**	**100**		

Dari Tabel 4.1 dari 58 (58,0%) responden dengan kategori pola mesntruasi tidak normal terdapat 14 responden (44,0%) yang tidak anemia sedangkan pola menstruasi normal dengan anemia terdapat 18 responden (18,0%). Hasil Hasil uji statistik didapatkan nilai p value =0,002 ≤ dari (0,05) yang berarti terdapat hubungan bermakna antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di di SMP Negeri 6 Tapung Kabupaten Kampar Tahun 2023. Analisis keterangan hubungan dua variabel didapatkan nilai *prevalance* atau (POR) (95% CI : 1,778-9,877) yang dapat di interprestasikan bahwa responden dengan kategori pola menstrusi yang tidak normal lebih berisiko anemia 4,190 kali dibandingkan dengan responden dengan pola menstruasi normal.

Pembahasan

Kejadian anemia pada remaja putri yang dis ebabkan mempunyai pola menstruasi tidak baik karena jumlah darah dan frekuensi menstruasi yang berlebihan. Remaja putri beresiko lebih tinggi mengalami anemia dibandingkan remaja putra karena mengalami menstruasi. Siklus menstruasi yang tidak teratur menye babkan remaja putri kehilangan banyak darah dibandingkan dengan remaja yang memiliki pola menstruasi teratur. Siklus menstruasi dikatakan normal jika jarak antara hari pertama keluarnya darah menstruasi dan hari pertama menstruasi berikutnya terjadi antara selang waktu 21-35 hari (Manuaba, I. A. C., Manuaba I. B. G., 2001).

Pola menstruasi adalah serangkaian proses menstruasi meliputi siklus menstruasi, lama menstruasi, dan banyaknya darah yang keluar saat menstruasi. Anemia merupakan penurunan kadar hemoglobin di bawah normal akibat dari gangguan metabolisme zat besi yang terdiri dari penyerapan, pengangkutan, penyimpanan, pemanfaatan dan pengeluaran. Hemoglobin merupakan parameter yang sering digunakan untuk menentukan kejadian anemia. Kadar hemoglobin seseorang yang diperoleh dari hasil pengukukuran dengan metode tertentu dan seesuai dengan standar yang telah ditetapkan (Djunaid & Hilamuhu, 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh (Fitriana, 2017) Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan anemia dengan pola menstruasi normal pendek (p=0,000), dan ada hubungan antara anemia dengan pola menstruasi normal-panjang (p=0,000). Kesimpulan Responden yang memiliki pola menstruasi panjang akan mempunyai peluang 24-23 kali untuk mengalami anemia dibanding dengan responden yang memiliki pola menstruasi pendek. Peneliti menyimpulkan bahwa sepanjang usia reproduktif, wanita akan mengalami kehilangan darah akibat menstruasi. Kehilangan darah karena menstruasi yang berat merupakan salah satu penyebab anemia pada remaja putri. Jika darah yang keluar selama menstruasi sangat banyak maka akan terjadi anemia defisiensi besi

Menurut Desi (Kumalasari et al., 2019) lama menstruasi yang tidak normal akan menyebabkan remaja lebih banyak kehilangan darah saat menstruasi daripada remaja yang memiliki lama menstruasi yang normal. Lamanya proses menstruasi akan mempengaruhi jumlah sel darah merah didalam tubuh, semakin lama proses menstruasi maka semakin banyak darah yang keluar, yang menyebab anemia pada perempuan. Menurut (Amalia & Amrullah, 2019). Semakin pendek siklus menstruasi maka semakin sering frekuensi wanita mengalami menstruasi, hal ini yang dapat menyebabkan perdarahan menstruasi menjadi berlebih. Banyaknya darah yang keluar berperan pada kejadian anemia karena wanita tidak mempunyai

persediaan zat besi yang cukup dan absorpsi zat besi kedalam tubuh tidak dapat menggantikan hilangnya zat besi saat menstruasi, dengan demikian adanya anemia pada remaja putri yang mengalami frekuensi menstruasi lebih sering disebabkan jumlah darah yang keluar secara komulatif menjadi lebih banyak. Besarnya zat besi yang hilang pada saat menstruasi tergantung pada jumlah darah yang keluar saat periode menstruasi.

Kehilangan zat besi dengan Perdarahan atau kehilangan darah dapat menyebabkan anemia misalnya pada peristiwa Menstruasi. Pada remaja putri mulai terjadi menarche yang disertai pembuangan sejumlah zat besi (Gibney, 2008). Menstruasi adalah runtuhnya jaringan epitel endometrium akibat pengaruh perubahan siklik keseimbangan hormonal reproduksi wanita. Ciri-ciri menstruasi normal adalah Lama siklus antara 21-35 hari, lama perdarahan 3-7 hari, perdarahan 20-80 cc persiklus, tidak disertai rasa nyeri, darah warna merah segar dan tidak bergumpal Kehilangan rata-rata darah secara normal pada saat menstruasi adalah sekitar 30 ml/hari yang sama dengan kebutuhan tambahan 0,5 mg zat besi per hari. Kehilangan darah setiap hari dihitung dari kandungan zat besi dalam darah yang hilang selama menstruasi selama periode satu bulan. Remaja putri yang kehilangan darah menstruasi lebih dari 30 ml/ hari maka remaja putri tersebut tidak akan mampu mempertahankan keseimbangan zat besinya (Gibney, 2008)

KESIMPULAN DAN SARAN

Ada hubungan yang bermakna antara hubungan bermakna antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di di SMP Negeri 6 Tapung Kabupaten Kampar. Diharapkan guru dan pihak sekolah lainya dapat memberikan promosi kesehatan tentang anemia dan dampaknya. Promosi kesehatan dilakukan dengan cara mengembangkan media-media cetak maupun elektronik tentang anemia sehingga dari media tersebut, diharapkan dapat membantu meningkatkan pengetahuan dan merubah perilaku untuk hidup sehat khususnya dalam pencegahan bagi remaja putri.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada SMP Negeri 6 Tapung Kabupaten Kampar atas dukungan material guna pelaksanaan penelitian Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Negeri 6 Tapung. Ucapan terimakasih ini penulis sampaikan kepada responden remaja putri yang telah bersedia meluang waktu dan berpartisipasi dalam penelitian ini

DAFTAR REFERENSI

Amalia, P., & Amrullah, Y. (2019). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Menstruasi. Jurnal Kebidanan Malahayati, 5(3), 287–291. https://doi.org/10.33024/jkm.v5i3.1423

Djunaid, U., & Hilamuhu, F. (2021). Studi Literatur: Hubungan Pola Menstruasi dan Tingkat Konsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. Jurnal Komunitas Kesehatan Masyarakat, 3(2), 1–10.

Fitriana. (2017). Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Di Akbid Bunga Husada Samarinda Tahun 2017 1). Mahakam Midwifery Journal, 2(1), 23–32.

Gibney. (2008). Gizi Masyarakat. EGC.

Khaidir, M. (2007). ANEMIA DEFISIENSI BESI. Jurnal Kesehatan Masyarakat Andalas, 2(1), 140–145. https://doi.org/10.24893/jkma.v2i1.23

Kirana, D. P. (2011). Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sma N 2 Semarang.

Kumalasari, D., Kameliawati, F., Mukhlis, H., & Krisatanti, D. A. (2019). Pola Menstruasi dengan Kejaidan Anemia pada Remaja. Wellness And Healthy Magazine, 1(2), 187–192. https://wellness.journalpress.id/wellness/article/view/v1i218wh

Manuaba, I. A. C., Manuaba I. B. G., &Manuaba I. B. G. F. (2001). Kapita Selekta Penatalaksanaan Rutin Obstetric Genekologi dan KB. EGC.

Muthmainnah. (2019). Hubungan Tingkat Pengetahuan Awam Khusus Tentang Bantuan Hidup Dasar Berdasarkan Karakteristik Usia di RSUD X Hulu Sung. Healthy-Mu Journa, 2. https://journal.mbunivpress.or.id/index.php/healthy

Nuraini, S. (2018). Perbedaan Kadar Hemoglobin Sebelum Menstruasi Dan Pasca Menstruasi. Program Studi Diploma Iii Analis Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang, 1–72. http://repo.stikesicme-jbg.ac.id/1147/1/151310089 Siti Nuraini KTI.pdf

Profil Kesehatan Provinsi Riau. (2021). Profil Kesehatan Provinsi Riau. Journal of Chemical Information and Modeling, 9, 1–287.

Sinaga, E. (2017). Menajemen Kesehatan Menstruasi. Universitas Nasional IWWASH Global One.

Yuhana, S. (2019). Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK N 1 Rangkasbitung. Jurnal Kebidanan Mutiara Mahakam, 7(2), 439–451.