

HUBUNGAN POLA MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI WILAYAH PESISIR KOTA BENGKULU

The Relationship Of Menstrual Patterns With Anemia In Adolescent Women In Coastal Areas Bengkulu City

Anggun Dineti^{1*}

Deni Maryani²

Yetti Purnama³

Asmariyah⁴

Kurnia Dewiani⁵

*1 Mahasiswa Program Studi D3
Kebidanan FMIPA Universitas
Bengkulu, Kota Bengkulu,
Bengkulu, Indonesia

2,3,4,5 Dosen Program Studi D3
Kebidanan FMIPA Universitas
Bengkulu, Kota Bengkulu,
Bengkulu, Indonesia

*email:
anggundineti1007@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang serius terutama pada rentang usia 15-49 tahun. Indonesia menempati urutan ke-5 (22,331%) anemia terbanyak di dunia. Anemia dapat terjadi pada remaja putri. Remaja putri memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia daripada remaja laki-laki. Hal ini disebabkan karena remaja putri mengalami haid yang menyebabkan kehilangan darah setiap bulannya, sehingga membutuhkan zat besi dua kali lipat saat haid. Pola menstruasi yang tidak normal merupakan salah satu faktor risiko terjadinya anemia. SMKN 6 Kota Bengkulu dan SMAN 7 Kota Bengkulu merupakan wilayah pesisir yang tertinggi 1 dan 2 dengan faktor risiko terjadinya anemia pada remaja putri di Kota Bengkulu.

Tujuan Penelitian: Mengetahui hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah pesisir Kota Bengkulu.

Metode Penelitian: Rancangan penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 60 orang responden. Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Analisis data menggunakan *chi square*.

Hasil penelitian: Terdapat 31 orang remaja putri (51,67%) mengalami pola menstruasi tidak normal, 29 orang (48, 33%) mengalami pola menstruasi normal, 34 orang (56,66%) tidak anemia, dan 26 orang (43,34%) mengalami anemia. Hasil analisis *bivariat* menunjukkan bahwa nilai $p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah pesisir Kota Bengkulu. Bagi remaja putri diharapkan agar meningkatkan pengetahuan dan bersedia mengonsumsi tablet Fe setiap bulannya.

Kata Kunci:

Anemia
Pola menstruasi
Remaja putri

Keywords :

Adolescent girls
Anemia
Menstrual pattern

Abstract

Backgrounds: Anemia is a severe global public health problem, especially in the age range of 15-49 years. Indonesia ranks 5th (22.331%) with the most anemia globally. Anemia can occur in adolescent girls. Adolescent girls have a higher risk of anemia than teenage boys. Anemia happens because young women experience menstruation which causes blood loss every month, so they need twice as much iron during menstruation. An abnormal menstrual pattern is a risk factor for anemia. SMKN 6 Bengkulu City and SMAN 7 Bengkulu City are the 1st and 2nd highest coastal areas with risk factors for anemia in adolescent girls in Bengkulu City.

Research Objectives: Determine the relationship between menstrual patterns and the incidence of anemia in adolescent girls in the coastal area of Bengkulu City. This research design implemented a cross-sectional approach.

Method: The research sample amounted to 60 respondents. Further, the study used an accidental sampling technique. The data analysis employed chi-square.

Results: That 31 young women (51,67%) experienced abnormal menstrual patterns, 29 people (48, 33%) experienced normal menstrual patterns, and 34 people (56.66%) were not anemic, and 26 people (43, 34%) had anemia. The results of the bivariate analysis showed that the $p\text{-value} = 0.000 < \alpha = 0.05$.

Conclusion: This study concludes that H_0 is accepted, so there is a relationship between menstrual patterns and the incidence of anemia in adolescent girls in the coastal area of Bengkulu City. Young women are expected to increase their knowledge and be willing to take Fe tablets every month.



PENDAHULUAN

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat global yang serius terutama pada rentang usia 15-49 tahun. Anemia adalah suatu kondisi di mana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin didalamnya lebih rendah dari biasanya. Hemoglobin diperlukan untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Jika sel darah merah yang terlalu sedikit atau abnormal, maka akan terjadi penurunan kapasitas darah untuk membawa oksigen ke jaringan tubuh. Hal ini dapat menyebabkan gejala seperti kelelahan, kelemahan, pusing dan sesak napas. Prevalensi anemia global pada wanita usia 15-49 tahun adalah 29.9%. Pada tahun 2019, Indonesia menempati urutan ke-5 (22,331%) anemia terbanyak di dunia setelah Pakistan (22,409%), Nigeria (25,475%), China (54,041%), dan India (187,325%). Hal ini menunjukkan bahwa Indonesia berada di peringkat ke-4 Asia dengan penderita anemia (WHO, 2021). Angka kejadian anemia di Indonesia terbilang masih cukup tinggi. Berdasarkan data Riskesdas 2018, prevalensi anemia pada remaja mengalami kenaikan dari sebelumnya sebesar 22,70% pada tahun 2013 menjadi sebesar 32% pada tahun 2018, artinya 3-4 dari 10 remaja menderita anemia. Salah satu upaya pemerintah untuk menurunkan angka kejadian anemia pada remaja putri di Indonesia adalah dengan melakukan pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) setiap bulannya (Kemenkes RI, 2021). Anemia dapat terjadi pada remaja putri. Remaja dalam bahasa aslinya disebut *adolescent* berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya tumbuh atau tumbuh untuk mencapai kematangan. Anak dianggap dewasa apabila sudah mampu mengadakan reproduksi (Rahayu, 2019). Ketika seorang remaja mengalami anemia, maka tanda dan gejalanya dapat dilihat dari lesu, letih, lemah, lelah, lalai (5 L), yang disertai sakit kepala dan pusing, mata berkunang-

kunang, mudah mengantuk, serta sulit untuk berkonsentrasi. Secara klinis penderita anemia ditandai dengan “pucat” pada muka, kelopak mata, bibir, kulit, kuku dan telapak tangan. Anemia dapat terjadi karena berbagai sebab, seperti defisiensi zat besi, defisiensi asam folat, vitamin B12 dan protein. Secara langsung anemia disebabkan karena produksi/kualitas sel darah merah yang kurang serta kehilangan darah baik secara akut atau menahun (Kemenkes RI, 2018).

Remaja putri memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia daripada remaja laki-laki. Hal ini disebabkan karena remaja putri mengalami haid yang menyebabkan kehilangan darah setiap bulannya. Sehingga, membutuhkan zat besi dua kali lipat saat haid. Remaja putri juga terkadang mengalami gangguan haid seperti haid yang lebih panjang dari biasanya atau darah haid yang keluar lebih banyak dari biasanya (Kemenkes RI, 2018).

Salah satu faktor yang memengaruhi terjadinya anemia pada remaja putri adalah pola menstruasi. Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim (endometrium) yang disertai dengan perdarahan dan terjadi secara berulang-ulang setiap bulannya kecuali pada masa kehamilan (BKKBN, 2017). Masa menstruasi umumnya terjadi 3-6 hari. Saat menstruasi, seorang perempuan akan kehilangan 30 ml sampai 100 ml darah, bahkan sampai 2 kali lipat atau 3 kali lipatnya (Sinaga, 2017). Pola menstruasi adalah serangkaian proses menstruasi yang terjadi baik secara normal maupun abnormal yang terdiri dari siklus menstruasi dan lamanya menstruasi (Wiknjosastro, 2016).

Umumnya, siklus menstruasi berlangsung 28 hari, siklus normal berlangsung 21-35 hari. Siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal hari pertama menstruasi yang lalu dengan hari pertama mulainya menstruasi berikutnya. Setiap remaja putri memiliki siklus menstruasi yang berbeda-beda. Siklus haid terjadi sebagai akibat pertumbuhan dan

pengelupasan lapisan endometrium uterus. Gangguan siklus haid disebabkan oleh ketidakseimbangan *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) atau *Luteinizing Hormone* (LH) sehingga kadar estrogen dan progesteron menjadi tidak normal. Biasanya gangguan menstruasi yang sering terjadi adalah siklus menstruasi yang tidak teratur dan perdarahan yang lama atau abnormal, termasuk akibat sampingan yang ditimbulkannya, seperti nyeri perut, pusing, mual atau muntah (Saifuddin, 2020).

Selain itu, gangguan pola menstruasi pada remaja putri juga disebabkan oleh faktor stres, yang merupakan fenomena universal di mana setiap orang dapat mengalaminya. Sehingga hal tersebut dapat berdampak pada fisik, sosial, emosi, intelektual dan spiritual. Stress berpengaruh terhadap ketidakteraturan siklus menstruasi baik stres tingkat sedang hingga stres tingkat berat. Hal ini terjadi karena keadaan stres memengaruhi produksi hormon *prolaktin* yang berhubungan langsung dengan peningkatan kadar hormon *kortisol* dan penurunan hormon LH yang memengaruhi siklus menstruasi (Yolandiani, 2021).

Dinas Kesehatan Kota Bengkulu tahun 2020 melakukan penjarangan kesehatan anak di sekolah yang meliputi 20 wilayah puskesmas yang ada di kota Bengkulu. Dari penjarangan peserta didik SMA/SMK/MA kelas 10, diketahui bahwa jumlah total peserta didik yaitu 5.344 orang, dengan jumlah remaja putri 2.787 orang dan remaja putra 2.552 orang. Prevalensi risiko anemia pada remaja putri lebih tinggi 102 orang (3,65%) dibanding remaja putra 38 orang (1,48%). Data menunjukkan bahwa wilayah pesisir SMA/SMK/MA di kota Bengkulu yang paling tinggi menunjukkan angka risiko anemia pada remaja yaitu wilayah puskesmas Padang Serai (43 remaja putri) dan Lingkar Barat (28 remaja putri). Hal ini menunjukkan bahwa angka kejadian risiko anemia pada remaja putri

lebih tinggi daripada remaja putra di wilayah kota Bengkulu (Dinkes Kota Bengkulu, 2021).

Ditinjau dari wilayah, penyediaan bahan pangan antara masyarakat di wilayah pesisir dan non pesisir berbeda. Hal ini dikarenakan lingkungan dan mata pencarian yang berbeda. Suatu wilayah akan menggunakan hasil alamnya untuk mencukupi semua kebutuhan masyarakatnya. Mayoritas masyarakat di wilayah pesisir berprofesi sebagai nelayan, sehingga masyarakat di wilayah pesisir cenderung mengonsumsi hasil laut. Berdasarkan penelitian (Leba, 2019) mengatakan bahwa prevalensi anemia di wilayah pesisir 23 responden (92%) lebih tinggi daripada wilayah non pesisir 20 responden (80%). Hal ini disebabkan oleh pola kebiasaan dalam mengonsumsi jenis makanan antara masyarakat pesisir dan non pesisir. Wilayah puskesmas Padang Serai dan Lingkar Barat merupakan wilayah pesisir yang tertinggi 1 dan 2 dengan faktor risiko terjadinya anemia pada remaja putri di kota Bengkulu. SMKN 6 Kota Bengkulu merupakan sekolah yang berada di wilayah kerja puskesmas Padang Serai. Sedangkan SMA Plus Negeri 7 Kota Bengkulu merupakan sekolah yang berada di wilayah kerja puskesmas Lingkar Barat. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah pesisir Kota Bengkulu.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode observasional analitik, ditinjau dari segi waktunya merupakan penelitian *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 60 orang responden di SMKN 6 Kota Bengkulu dan SMAN 7 Kota Bengkulu. Pengambilan sampel dengan menggunakan teknik *accidental sampling*. Analisis data menggunakan *chi square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Februari – Maret 2022 dengan jumlah responden/sampel sebanyak 60 orang.

I. Analisa univariat

- a. Distribusi frekuensi pola menstruasi remaja putri di wilayah pesisir Kota Bengkulu

Tabel 1. Distribusi frekuensi pola menstruasi remaja putri di wilayah pesisir Kota Bengkulu

Pola Menstruasi	Jumlah	Persentase (%)
Normal	29	48,33
Tidak normal	31	51,67
Total	60	100

Sumber: olahan data primer

Berdasarkan tabel 1. dapat diketahui bahwa mayoritas remaja putri di wilayah pesisir kota Bengkulu tahun 2022 mengalami menstruasi yang tidak normal, yakni dari 60 remaja putri terdapat 31 orang (51,67%) remaja putri yang

mengalami menstruasi tidak normal. Sedangkan 29 orang (48,33%) remaja putri lainnya mengalami pola menstruasi yang normal.

- b. Distribusi frekuensi kejadian anemia pada remaja putri di wilayah pesisir Kota Bengkulu

Tabel 2. Distribusi frekuensi kejadian anemia pada remaja putri di wilayah pesisir Kota Bengkulu

Kejadian anemia	Jumlah	Persentase (%)
Tidak anemia	34	56,66
Anemia	26	43,34
Total	60	100

Sumber: olahan data primer

Berdasarkan tabel 4.2. dapat diketahui bahwa mayoritas remaja putri di wilayah pesisir Kota Bengkulu tahun 2022 tidak mengalami anemia, yakni dari 60 remaja putri terdapat 34 orang (56,66%) remaja putri yang tidak mengalami anemia. Sedangkan 26 orang (43,34%) remaja putri lainnya mengalami anemia.

2. Analisis bivariat

Tabel 3. Hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah pesisir Kota Bengkulu

Pola Menstruasi	Kejadian Anemia				Total		p-value
	Anemia		Normal		N	%	
	n	%	n	%			
Normal	5	17,25	24	82,75	29	100	0,000
Tidak normal	21	67,75	10	32,25	31	100	
Total	26	43,34	34	56,66	60	100	

Sumber: olahan data primer

Tabel 4.3. menunjukkan bahwa ditinjau secara statistik menggunakan analisis *Chi Square* (χ^2) pada tingkat kemaknaan 95% menunjukkan nilai $p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian yang dilakukan dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah pesisir Kota Bengkulu dengan nilai $p\text{-value} = 0,000 < \alpha = 0,05$. Bagi remaja putri diharapkan agar meningkatkan pengetahuan dan bersedia mengonsumsi tablet Fe setiap bulannya.

UCAPAN TERIMAKASIH

Puji syukur peneliti ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Laporan Tugas Akhir yang berjudul “Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di Wilayah Pesisir Kota Bengkulu.” Laporan Tugas Akhir ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Laporan Tugas Akhir pada Program Studi D3 kebidanan, Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam, Universitas Bengkulu. Peneliti menyadari dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini tidak akan selesai tanpa bantuan dari berbagai pihak. Karena itu pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Yetti Purnama, S.ST., M.Keb. selaku Koordinator Prodi D3 Kebidanan Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Bengkulu dan pembimbing pendamping dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir, atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan
2. Deni Maryani, S.ST., M.Keb. selaku dosen pembimbing utama dalam proses pembuatan penyusunan Laporan Tugas Akhir, atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan

3. Asmariyah, S.ST., M.Keb. selaku dosen penguji utama dalam proses pembuatan penyusunan Laporan Tugas Akhir, atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan
4. Kurnia Dewiani, S.ST., M.Keb. selaku dosen penguji pendamping dalam proses pembuatan penyusunan Laporan Tugas Akhir, atas bimbingan, saran, dan motivasi yang diberikan
5. Novianti, S.ST., M.Keb. selaku pembimbing akademik yang telah memberikan motivasi, pengetahuan dan dukungan moril
6. Dosen dan Tenaga Pendidik D3 Kebidanan selaku pendidik yang telah memberikan motivasi, pengetahuan dan dukungan moril.
7. Orang tua dan saudara saya yang selalu memberikan dukungan kepada saya serta nasihatnya selama peneliti menempuh pendidikan di Prodi D3 Kebidanan FMIPA Universitas Bengkulu.

Peneliti menyadari Laporan Tugas Akhir ini tidak luput dari berbagai kekurangan. Peneliti mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan dan perbaikannya sehingga akhirnya Laporan Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi penulis.

DAFTAR PUSTAKA

1. World Health Organization. Anaemia. [diunduh 01 Desember 2021]; tersedia dari URL: <https://www.who.int/health-topics/anaemia>.
2. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Remaja Sehat Komponen Utama Pembangunan SDM Indonesia. 2021 Jan [diunduh 01 Desember 2021]; tersedia dari URL: <https://www.kemkes.go.id/2101260002/remaja-sehat-komponen-utama-pembangunan-sdm-indonesia.html>.
3. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Pedoman Pencegahan dan Penanggulangan Anemia Pada Remaja Putri dan Wanita Usia Subur (WUS). Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018.
4. BKKBN. Remaja Memerlukan Informasi Kesehatan Reproduksi. Reproductive Health (ARH).

[diunduh 13 Januari 2021]; tersedia dari URL:
<http://www.bkkbn.go.id/>

5. Sinaga E, dkk. Managemen Kesehatan Menstruasi. Jakarta: Universitas Nasional IWVWASH Global One. 2017.
6. Wiknjosastro H. Edisi ke-4. Ilmu Kebidanan. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. 2016.
7. Saifuddin B. Edisi ke-4. Ilmu Kebidanan. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. 2020.
8. Yolandiani RP, Fajria L, Putrri, Z. M. Literatur Review Faktor-faktor yang Mempengaruhi Ketidakteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja. Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. 2021.
9. Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. Profil Kesehatan Kota Bengkulu Tahun 2020. Bengkulu: Dinas Kesehatan Kota Bengkulu. 2021.
10. Leba IS, Manongga S, Boeky D. Studi Kebiasaan Sarapan Pagi dan Pengaruhnya Terhadap Status Anemia dan Prestasi Belajar Anak Sekolah Dasar di Wilayah Pesisir dan Non Pesisir. *Journal of Community Health*. 2019;01(02):1-10. [diunduh 14 Desember 2021]; tersedia dari URL: <https://ejournal.undana.ac.id/LJCH/article/view/2158>