

Hubungan Status Gizi, Siklus Menstruasi, dan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Usia 15-16 Tahun Di SMA Pembina Palembang Tahun 2022

Intan Permata Sari, Ahmad Arif, Helni Anggraini

Univesitas Kader Bangsa Palembang

*Correspondence: intnprmtsraz@gmail.com, helnianggraini589@gmail.com

Abstrak. Anemia disebabkan oleh kurangnya zat besi dalam tubuh. Kekurangan zat besi sendiri dapat disebabkan beberapa hal, seperti asupan makanan yang rendah zat besi atau mungkin zat besi dalam makanan terdapat dalam bentuk yang sulit untuk diserap, normal anemia <12mg/dl. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan status gizi siklus menstruasi dan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri usia 15-16 tahun di SMA Pembina Palembang Tahun 2022. Rancangan penelitian ini adalah survey analitik dengan rancangan cross sectional. penelitian ini dilaksanakan di bulan januari-februari tahun 2022 di SMA Pembina Palembang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri pada tahun ajaran 2021-2022 dengan jumlah 134 responden. Sampel yang akan diteliti harus memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang berjumlah 56 responden dan teknik total sampling.. Remaja putri yang mengalami anemia yaitu sebanyak 32 responden (57,1%), dan yang tidak mengalami anemia sebanyak 24 responden (42,9%). Dan dari uji coba chi-square antara variabel status gizi, siklus menstruasi, dan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri usia 15-16 tahun didapatkan hasil penelitian ini menunjukkan dari 56 Responden didapatkan kejadian anemia 32 responden (57,1%) yang memiliki status gizi tidak normal 29 responden (51,8%) sedangkan siklus menstruasi tidak normal responden 31 responden (55,4%), dan lama menstruasi tidak normal 34 (60,7). Dari statistik uji Chi-Square yang membandingkan pvalue dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$ menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan anemia remaja p value (0,001), siklus menstruasi p value (0,009), dan lama menstruasi p value (0,005). Dengan demikian ada korelasi yang bermakna secara simultan dan antara Status Gizi, Siklus Menstruasi, Lama Menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri usia 15-16. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan untuk peningkatan mutu kesehatan pada remaja putri usia 15-16 sehingga dapat menurunkan angka kejadian anemia di SMA Pembina Palembang.

Kata kunci: Status Gizi, Siklus Menstruasi, Lama Menstruasi.

Abstract. Anemia is caused by a lack of iron in the body. Iron deficiency itself can be caused by several things, such as low iron food intake or maybe iron in makanan is found in a form that is difficult to absorb, normal anemia <12mg/dl. The purpose of this study is to determine the relationship between the nutritional status of the menstrual cycle and the length of menstruation with the incidence of anemia in young women aged 15-16 years at Pembina Palembang High School in 2022. The population in this study was all young women in the 2021-2022 school year with 134 respondents. The sample to be studied must meet the inclusion and exclusion criteria of 56 respondents and the total sampling technique. There were 32 respondents (57.1%) of young women who experienced anemia, and 24 respondents (42.9%) And from the chi-square trial between the variables of nutritional status, menstrual cycle, and menstrual duration with the incidence of anemia in adolescent girls aged 15-16 years, the results of this study showed that from 56 respondents, 32 respondents (57.1%) had abnormal nutritional status of 29 respondents (51.8%) while the menstrual cycle was abnormal, respondents were 31 respondents (55.4%), and abnormal menstrual duration 34 (60.7). From the statistics of the Chi-Square test that compares pvalue with the level of meaningfulness of $\alpha = 0.05$, it shows that there is a meaningful relationship between nutritional status and adolescent anemia p value (0.001), menstrual cycle p value (0.009), and menstrual length p value (0.005). Thus there is a meaningful correlation in a sympathetic manner and between Nutritional Status, Menstrual Cycle, Duration of Menstruation with the incidence of anemia in young women aged 15-16. The results of this study are expected to be used as inputs for improving the quality of health in young women aged 15-16 so that it can reduce the incidence of anemia at Pembina Palembang High School.

Keywords: Nutritional Status, Menstrual Cycle, Length of Menstruation.

PENDAHULUAN

Status gizi adalah keadaan tubuh manusia sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan dari zat-zat gizi. Adapun kategori dari status gizi dibedakan menjadi tiga, yaitu gizi lebih, gizi baik, dan gizi kurang. Baik buruknya status gizi manusia dipengaruhi oleh dua hal pokok yaitu konsumsi makanan dan keadaan kesehatan tubuh atau infeksi. Siklus Menstruasi adalah proses alamiah yang terjadi pada perempuan. Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Umumnya, remaja yang mengalami menarche adalah pada usia 12 sampai dengan 16 tahun. Periode ini akan mengubah perilaku dari beberapa aspek, misalnya psikologi dan lainnya. Pada wanita biasanya pertama kali mengalami menstruasi (*menarche*) pada umur 12-16 tahun. Siklus pendek < 21 hari, siklus normal 22-35 hari, siklus panjang : 35 hari (Anwar, 2011)

Anemia adalah kondisi dimana jumlah sel darah merah lebih rendah dari jumlah normal atau penyakit kurang darah yang salah satunya disebabkan oleh kurangnya konsumsi zat besi. Anemia bisa terjadi karena sel-sel darah merah tidak mengandung cukup hemoglobin. Anemia bukan suatu penyakit tapi merupakan manifestasi dari suatu proses patologis yang menggambarkan status nutrisi dan kesehatan yang buruk (Siti, dkk., 2019). Berdasarkan data *World Health Organisation* (WHO), Prevalensi anemia pada remaja di dunia bervariasi di beberapa negara berkembang berkisar antara 20-70%, di negara Myanmar prevalensi anemia ditemukan sebanyak 59,1% dengan responden 1.269 orang, di Kuala Lumpur, menemukan prevalensi anemia yang tinggi terdapat di negara berpenduduk terbanyak di dunia yaitu India dengan 78,75% dengan kasus kebanyakan pada remaja putri, (WHO, 2014).

Menurut data hasil Riskedasa tahun 2013 remaja putri mengalami anemia yaitu 37,1%, mengalami peningkatan menjadi 48,9%. Pada tahun Riskedasa 2018, dengan proporsi anemia ada di kelompok umur 15-24 tahun 25-34 tahun. (Kemenkes, 2018). Survei Kesehatan Nasional juga menunjukkan bahwa prevalensi anemia di pinggiran kota lebih tinggi dibandingkan di perkotaan (Dinkes Kota Palembang, 2014). Berdasarkan Dinas Kesehatan Sumatera Selatan, yang berusia 15-18 tahun yang mengalami anemia tahun 2014 sebanyak 571 orang, tahun 2015 sebanyak 756 orang, dan tahun 2016 mencapai 892. Anemia pada remaja putri masih

merupakan masalah kesehatan masyarakat dikarenakan prevalensinya lebih dari 15%, (Dinkes Provinsi Sumsel, 2016). Berdasarkan Profil Kesehatan Kota Palembang didapatkan jumlah remaja putri usia 15-18 tahun yang mengalami anemia pada tahun 2013 sebanyak 343 orang, dan pada tahun 2014 didapatkan jumlah remaja putri usia 15-18 tahun yang mengalami anemia sebanyak 118 orang.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian observasional yang bersifat analitik dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* (Notoatmodjo, 2012). Penelitian dilakukan bulan Januari tahun 2022 di SMA Pembina Palembang. Populasi penelitian ini adalah seluruh remaja putri di SMA Pembina pada tahun ajaran 2021-2022 dengan jumlah 134 remaja putri. Sampel yang digunakan 56 responden.

HASIL

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Kejadian Anemia Remaja Putri di SMA Pembina Palembang

No	Kejadian Anemia	F	%
1	Ya	32	57,1
2	Tidak	25	42,9
Jumlah		56	100,0

Sumber: data olahan

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Status Gizi di SMA Pembina Palembang Tahun 2022

No	Status Gizi	F	%
1	Tidak Normal	29	51,8
2	Normal	27	48,2
Jumlah		56	100,0

Sumber: data olahan

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi Di SMA Pembina Palembang Tahun 2022

No	Siklus Menstruasi	F	%
1	Tidak Normal	31	55,4
2	Normal	25	44,6
Jumlah		56	100,0

Sumber: data olahan

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Lama Menstruasi Di SMA Pembina Palembang Tahun 2022

No	Lama Menstruasi	F	%
1	Tidak Normal	34	60,7
2	Normal	22	39,3
Jumlah		56	100,0

Sumber: data olahan

Tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 56 responden, didapatkan anemia remaja putri yang mengalami anemia sebanyak 32 responden (57,1%), sedangkan yang tidak anemia sebanyak

24 responden (42,9%). Tabel 2 dari 56 responden, didapatkan Status gizi tidak normal sebanyak 29 responden (51,8%), sedangkan yang normal sebanyak 27 Responden (48,2%). Tabel 3 dari 56 responden, didapatkan Siklus Menstruasi tidak normal sebanyak 31 responden (55,4%), sedangkan yang tidak normal sebanyak 25 Responden (44,6%). Tabel 4 dari 56 responden, didapatkan lama menstruasi tidak normal sebanyak 34 responden (60,7%), sedangkan yang normal sebanyak 22 Responden (39,3%).

Tabel 5
Hubungan Status Gizi Dengan Anemia Pada Siswi Di SMA Pembina Palembang Tahun 2022

Hubungan Status Gizi Dengan Anemia Pada Siswa Di SMP Negeri Parengsari Tahun 2022									
No	Status gizi	Anemia pada remaja				Total		P Value	OR (95%CI)
		Ya		Tidak					
		F	%	F	%	N	%		
1	Tidak Normal	23	79,7	6	20,7	29	100	0,001	7,667
2	Normal	9	33,3	18	66,7	27	100		
	Total	29		27		56			

Sumber: data olahan

Tabel 5 dapat dilihat dari 29 responden yang status gizi tidak normal yang mengalami anemia sebanyak 23 responden (79,7%) sedangkan yang tidak anemia sebanyak 6 responden (20,7%). Dan 27 responden yang status gizi normal yang mengalami anemia sebanyak 9 responden (33,3%), sedangkan yang tidak anemia sebanyak 18 responden (66,7%). Dari hasil uji-square di dapatkan p value = 0,001 berarti ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada

hubungan yang bermakna antara status gizi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA Pembina. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara status gizi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA Pembina terbukti secara statistik. Nilai Odds Ratio diperoleh 7.667 yang berarti bahwa status gizi tidak normal berpeluang lebih besar mengalami anemia.

Tabel 6
Hubungan Siklus Menstruasi Dengan Anemia Pada Siswi Di SMA Pembina Palembang Tahun 2022

No	Siklus menstruasi	Anemia pada remaja				Total		P Value	OR (95%CI)
		Ya		Tidak					
		F	%	F	%	N	%		
1	Tidak Normal	23	74,9	8	25,8	31	100	0,009	5,111
2	Normal	9	36,0	16	64,0	25	100		
	Total	32		24		56			

Sumber: data olahan

Tabel 6 dilihat bahwa dari 31 responden yang siklus menstruasi tidak normal yang mengalami anemia sebanyak 23 responden (74,2%), sedangkan yang tidak anemia sebanyak 8 responden (25,8%). Dan 25 responden yang status gizi normal yang mengalami anemia sebanyak 9 responden (36,0%), sedangkan yang tidak anemia sebanyak 16 responden (64,0%).

Dari hasil uji-square di dapatkan p value = 0,009 berarti ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara siklus menstruasi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA Pembina. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara siklus menstruasi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA

Pembina terbukti secara statistik. Nilai Odds Ratio diperoleh 5.111 yang berarti bahwa siklus menstruasi yang tidak normal berpeluang lebih besar mengalami anemia.

Tabel 7
Hubungan Lama Menstruasi Dengan Anemia Pada Siswi Di SMA Pembina Palembang Tahun 2022

No	Lama menstruasi	Anemia pada remaja				Total		P Value	OR (95%CI)
		Ya		Tidak		N			
		F	%	F	%				
1	Tidak Normal	25	73,5	9	26,5	34	100	0,005	5,952
2	Normal	7	31,8	15	68,2	22	100		
	Total	32		24		56			

Sumber: data olahan

Tabel 7 dapat dilihat bahwa dari 34 responden yang lama menstruasi Tidak normal yang mengalami anemia sebanyak 25 responden (73,5%), sedangkan yang tidak anemia sebanyak 9 responden (26,5%). Dan 22 responden yang status gizi normal yang mengalami anemia sebanyak 7 responden (31,8%), sedangkan yang tidak anemia sebanyak 15 responden (68,2%). Dari hasil uji-square di dapatkan p value = 0.005 berarti ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara lama menstruasi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA Pembina. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara lama menstrausi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA Pembina terbukti secara statistik. Nilai Odds Ratio diperoleh 5.952 yang berarti bahwa lama menstruasi yang tidak normal berpeluang lebih besar mengalami anemia

Hubungan status gizi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA Pembina

Hasil analisis bivariat dapat dilihat bahwa dari 29 responden yang status gizi tidak normal yang mengalami anemia sebanyak 23 responden (79,7%) sedangkan yang tidak anemia sebanyak 6 responden (20,7%). Dan 27 responden yang status gizi normal yang mengalami anemia sebanyak 9 responden (33,3%), sedangkan yang tidak anemia sebanyak 18 responden (66,7%). Dari hasil uji-square di dapatkan p value = 0,001 berarti ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara status gizi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA Pembina. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara status gizi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA Pembina terbukti secara

statistik. Nilai Odds Ratio diperoleh 7.667 yang berarti bahwa status gizi tidak normal berpeluang lebih besar mengalami anemia. Hasil penelitian ini peneliti berasumsi bahwa remaja putri masih kurang memahami mengenai upaya agar terhindar dari anemia. Gizi yang rendah atau kurang menyebabkan sebagian remaja tidak memahami apakah makan sehari-hari yang dikonsumsi sudah memenuhi syarat menu seimbang atau belum, melewati sarapan pagi karena anemia timbul karena kurangnya asupan makanan yang mengandung zat besi (Dwi, 2019)

Hubungan siklus menstruasi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA Pembina

Hasil analisis terhadap 31 responden yang siklus menstruasi tidak normal yang mengalami anemia sebanyak 23 responden (74,2%), sedangkan yang tidak anemia sebanyak 8 responden (25,8%). Dan 25 responden yang status gizi normal yang mengalami anemia sebanyak 9 responden (36,0%), sedangkan yang tidak anemia sebanyak 16 responden (64,0%). Dari hasil uji-square di dapatkan p value = 0,009 berarti ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara siklus menstruasi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA Pembina. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara siklus menstrausi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA Pembina terbukti secara statistik. Nilai Odds Ratio diperoleh 5.111 yang berarti bahwa siklus menstruasi yang tidak normal berpeluang lebih besar mengalami anemia (Nofianti, 2021). Penelitian ini mengungkapkan bahwa siklus menstruasi berpengaruh pada kejadian anemia karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya yang membuat kadar hemoglobin

mulai menurun dan menyebabkan terjadinya anemia (Fresthy. 2020)

Hubungan lama menstruasi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA Pembina

Hasil analisis bivariat dapat dilihat bahwa dari 34 responden yang lama menstruasi tidak normal yang mengalami anemia sebanyak 25 responden (73,5%), sedangkan yang tidak anemia sebanyak 9 responden (26,5%). Dan 22 responden yang status gizi normal yang mengalami anemia sebanyak 7 responden (31,8%), sedangkan yang tidak anemia sebanyak 15 responden (68,2%). Dari hasil uji-square di dapatkan p value = 0,005 berarti ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara lama menstruasi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA Pembina. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna antara lama menstruasi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA Pembina terbukti secara statistik. Nilai Odds Ratio diperoleh 5.952 yang berarti bahwa lama menstruasi yang tidak normal berpeluang lebih besar mengalami anemia. memiliki riwayat hipertensi keluarga. Hasil penelitian ini mengungkapkan bahwa bahwa kehilangan banyak darah saat menstruasi dapat menyebabkan anemia, semakin banyak darah yang keluar maka menstruasi akan berlangsung lebih lama (Iis, 2018)

SIMPULAN

Ada hubungan yang bermakna antara status gizi, siklus menstruasi dan lama menstruasi secara parsial dengan kejadian anemia pada siswi SMA Pembina tahun 2022.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar, 2011, *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. PT. Pustaka Baru
- Astuti Dwi, 2019, *Pola Menstruasi Dengan Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri. Jurnal Keperawatan dan Kebidanan*. Universitas Muhammadiyah Kudus
- Dinkes Provinsi. Sumsel. 2016, *Profil Kesehatan Sumatra Selatan*. Jakarta: Kemenkes RI
- Dinkes Kota Palembang, 2014, *Profil Kesehatan Kota Palembang 2013*
- Fresthy. 2020. *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Komsumsi Zat Besi dengan Kejadian Anemia di SMP 18 Surakarta*. Jurusan Kebidanan, FK, Universitas Sebelas Maret

- Hanifah Iis, 2018 *Hubungan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Tahun 2018. Jurnal Kebidanan STIKES Hafshawaty Pesantren Zainul Hasan*

- Kemenkes RI. 2018. *Petunjuk Teknis Penyelenggaraan Posyandu Remaja*

- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta

- Nofianti, 2021, *Hubungan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Kerambitan Kabupaten Tabanan. Jurnal Universitas Hindu Indonesia*, Denpasar Bali-Indonesia

- Siti dkk, 2019 *Hubungan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Kerambitan Kabupaten Tabanan. Jurnal Universitas Hindu Indonesia*, Denpasar Bali-Indonesia

- WHO, 2014, *Haemoglobin concentrations for diagnosis of anemia and assessment of severity. Vitamin and Mineral Nutrition Information System*. World Health Organization: Geneva