

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN POLA MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SEKOLAH MENENGAH ATAS (SMA) NEGERI 1 SABANG

*The Relationship Between Knowledge And Menstrual Patterns With The
Incidence Of Anemia In Female Adolescents At State Senior High School 1
Sabang*

Namira Yusuf¹, Rahmayani², Lailatul Qadri³

^{1,2}Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Serambi
Mekkah, Banda Aceh, Indonesia

³Program Studi Kesehatan Masyarakat, Universitas Ubudiyah Indonesia, Banda Aceh, Indonesia
Corresponding Author : namirayusuf@serambimekkah.ac.id

Abstrak

Latar Belakang : Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat terbesar di dunia terutama pada kelompok remaja, anemia ditandai dengan rendahnya konsentrasi hemoglobin (Hb) yang disebabkan oleh rendahnya produksi sel darah merah, meningkatnya kerusakan eritrosit, kehilangan darah yang berlebihan dan defisiensi Fe yang berperan besar dalam kejadian anemia. Di Provinsi Aceh, remaja putri usia 10-18 tahun sebanyak 57,1% mengalami anemia dengan jenis anemia defisiensi zat besi. Dan dari survei awal yang penulis lakukan ditemukan 10 orang siswi menderita anemia dari 14 orang siswi yang diperiksa Hb nya dengan klasifikasi 9 orang anemia ringan dan 1 orang anemia sedang. Hasil wawancara terhadap 10 orang siswi yang mengalami anemia di SMA Negeri 1 Sabang diketahui bahwa 7 orang siswi mengalami gangguan konsentrasi belajar sehingga prestasinya menurun, 8 orang siswi belum memahami dengan benar tentang anemia, 9 siswi mengalami siklus pendek, lama menstruasi lebih dari 7 hari. **Tujuan Penelitian :** Untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sabang. **Metode Penelitian :** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan desain analitik dengan rancangan cross sectional. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas 1 dan kelas 2 SMA Negeri 1 Sabang yang berjumlah 117 orang dan menjadi sampel penelitian sebanyak 54 orang. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 07 sampai dengan 17 Juli 2017. Analisa data menggunakan analisis *Chi-Square*. **Hasil Penelitian :** dari hasil penelitian diketahui yang mengalami anemia dari 54 responden yaitu sebanyak 29 orang (53,7%). Responden rata-rata berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 23 orang (42,6%) serta memiliki pola menstruasi yang tidak normal yaitu sebanyak 32 orang (59,3%). **Kesimpulan dan Saran :** ada hubungan pengetahuan, pola menstruasi dengan kejadian anemia. Diharapkan pihak sekolah dapat mengadakan kegiatan pemeriksaan Hb setiap bulannya kepada siswi, dan memberikan penyuluhan tentang penanggulangan anemia pada remaja putri. Dan bagi peneliti lain dapat menjadi informasi tambahan bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan serta melakukan penelitian lebih mendalam tentang anemia dengan variabel dan design penelitian yang berbeda. **Kata Kunci : Anemia, Pengetahuan, Pola Menstruasi**

Abstract

Background: Anemia is a major public health problem worldwide, particularly among adolescents. It is characterized by low hemoglobin (Hb) concentrations caused by low red blood cell production, increased erythrocyte destruction, excessive blood loss, and iron deficiency, which play a significant role in the incidence of anemia. In Aceh Province, 57.1% of adolescent girls aged 10-18 years suffer from iron deficiency anemia. A preliminary survey conducted by the author found that 10 out of 14 female students whose Hb levels were tested

suffered from anemia, with 9 having mild anemia and 1 having moderate anemia. Interviews with 10 female students with anemia at SMA Negeri 1 Sabang revealed that 7 had difficulty concentrating on their studies, resulting in decreased academic performance; 8 had a lack of understanding of anemia; and 9 had short menstrual cycles, with menstrual cycles lasting more than 7 days. Research Objective: To determine the relationship between knowledge and menstrual patterns and the incidence of anemia among adolescent girls at SMA Negeri 1 Sabang. Research Methods: This is a quantitative study using an analytical cross-sectional design. The population was all 117 first- and second-grade female students at SMA Negeri 1 Sabang, with a sample size of 54. Data collection was conducted from July 7 to 17, 2017. Data analysis used Chi-Square analysis. Research Results: The results revealed that 29 of the 54 respondents (53.7%) had anemia. On average, 23 respondents (42.6%) had poor knowledge and 32 respondents (59.3%) had irregular menstrual patterns. Conclusions and Recommendations: There is a relationship between knowledge and menstrual patterns and the incidence of anemia. It is recommended that schools conduct monthly Hb checks for female students and provide education on anemia management in adolescent girls. This information can also provide additional information for future researchers to develop and conduct more in-depth research on anemia with different variables and research designs.

Keywords : *anemia, knowledge, menstrual patterns*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode pertumbuhan anak-anak menuju proses kematangan manusia dewasa. Pada periode ini terjadi perubahan fisik, biologis dan psikologis yang sangat unik dan berkelanjutan. Perubahan fisik yang terjadi akan mempengaruhi status kesehatan dan nutrisi remaja, ketidak seimbangan antara asupan zat gizi dan kebutuhannya akan menimbulkan masalah gizi seperti gizi kurang, gizi lebih dan gizi besi atau anemia (Briawan, 2014).

Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat terbesar di dunia terutama pada kelompok remaja, anemia ditandai dengan rendahnya konsentrasi hemoglobin (Hb) yang disebabkan oleh rendahnya produksi sel darah merah, meningkatnya kerusakan eritrosit, kehilangan darah yang berlebihan dan defisiensi Fe yang berperan besar dalam kejadian anemia (Refika, 2012).

Beberapa faktor yang menyebabkan terjadinya anemia pada remaja putri adalah menstruasi yang berlebihan, adanya penyakit infeksi dan jumlah makanan atau penyerapan diet yang buruk dari zat besi (Adriani, 2013). Selain itu anemia pada remaja putri dapat disebabkan oleh asupan zat makanan atau zat gizi yang kurang, kemiskinan (status sosial ekonomi), kurangnya pengetahuan, adanya penyakit tertentu, tidak mengkonsumsi tablet penambah darah (Fe) dan kebiasaan mengkonsumsi kopi dan teh secara bersamaan pada waktu makan (Tarwoto, 2013).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan diketahui jumlah siswi di SMA Negeri 1 Kota sabang kelas 1 dan 2 adalah berjumlah 177 siswi. Dan dari survei awal yang penulis lakukan ditemukan 10 orang siswi menderita anemia dari 14 orang siswi yang diperiksa Hb nya dengan klasifikasi 9 orang anemia ringan dan 1 orang anemia sedang. Dari hasil wawancara terhadap 10 orang siswi yang mengalami anemia di SMA Negeri 1 Sabang diketahui bahwa 7 orang siswi mengalami gangguan konsentrasi belajar sehingga prestasinya menurun, 8 orang siswi belum memahami dengan benar tentang anemia, 9 siswi mengalami siklus pendek, lama menstruasi lebih dari 7 hari.

METODE

Penelitian ini bersifat analitik dengan desain *cross sectional* yaitu variabel independen dan dependen diteliti pada waktu bersamaan untuk melihat hubungan pengetahuan dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri Di SMA Negeri 1 Kota Sabang.

HASIL DAN PEMBAHASAN
Analisa Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Analisa Univariat

| No | Kejadian Anemia | f | % |
|---------------|-----------------|-----------|------------|
| 1 | Anemia | 29 | 53,7 |
| 2 | Tidak anemia | 25 | 46,3 |
| Jumlah | | 54 | 100 |

| No | Pengetahuan | f | % |
|---------------|-------------|-----------|------------|
| 1 | Baik | 14 | 25,9 |
| 2 | Cukup | 17 | 31,5 |
| 3 | Kurang | 23 | 42,6 |
| Jumlah | | 54 | 100 |

| No | Pola menstruasi | f | % |
|---------------|-----------------|-----------|------------|
| 1 | Normal | 22 | 40,7 |
| 2 | Tidak normal | 32 | 59,3 |
| Jumlah | | 54 | 100 |

Berdasarkan tabel 1 diatas, dapat diketahui dari 54 responden yang diteliti sebagian besar responden mengalami anemia sebanyak 29 orang (53,7%). Dari 54 responden yang diteliti sebagian besar berpengetahuan kurang sebanyak 23 orang (42,6%). Dari 54 responden yang diteliti sebagian besar memiliki pola menstruasi tidak normal yaitu sebanyak 32 orang (59,3%).

Analisa Bivariat

Tabel 2
Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Sabang

| No | Pengetahuan | Kejadian anemia | | | | Jumlah | | P Value |
|----|-------------|-----------------|------|--------------|------|--------|-----|---------|
| | | Anemia | | Tidak anemia | | f | % | |
| 1 | Baik | f | % | f | % | f | % | 0,036 |
| 2 | Cukup | 5 | 35,7 | 9 | 64,3 | 14 | 100 | |
| 3 | Kurang | 7 | 41,2 | 10 | 58,8 | 17 | 100 | |
| | | 17 | 73,9 | 6 | 26,1 | 23 | 100 | |

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 23 responden yang berpengetahuan kurang mengalami anemia sebanyak 17 responden (73,9%), sedangkan dari 17 responden yang berpengetahuan cukup mengalami anemia sebanyak 7 responden (41,2%) dan dari 14 responden yang berpengetahuan baik mengalami anemia sebanyak 5 responden (35,7%). Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan chi -square maka diketahui P Value = 0,036, dimana 0,036 < 0,05 maka terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia di SMA Negeri 1 Kota Sabang.

Tabel 3
Pengaruh Pola Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Sabang

| No | Pola menstruasi | Kejadian anemia | | | | Jumlah | | P Value |
|----|-----------------|-----------------|------|--------------|------|--------|-----|---------|
| | | Anemia | | Tidak anemia | | f | % | |
| 1 | Normal | f | % | f | % | f | % | 0,017 |
| 2 | Tidak normal | 7 | 31,8 | 15 | 68,2 | 22 | 100 | |
| | | 22 | 68,8 | 10 | 31,2 | 32 | 100 | |

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 32 responden yang pola menstruasi tidak normal mengalami anemia sebanyak 22 responden (68,8%), sedangkan dari 22 responden yang pola menstruasi normal mengalami anemia sebanyak 7 responden (31,8%). Semakin normal pola menstruasi responden. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *chi-square* maka diketahui $P \text{ Value} = 0,017$, dimana $0,017 < 0,05$ maka terdapat hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia di SMA Negeri 1 Kota Sabang.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Caturiyantiningtiyas (2015) pada remaja putri di SMA Negeri 1 Polokarto dengan menggunakan uji *chi square* menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan $P=0,03$.

Penelitian yang sama juga dilakukan oleh Umniyati, dkk (2015), dengan menggunakan uji *chi square* menunjukkan bahwa ada hubungan pengetahuan remaja putri tentang anemia dengan pola makan di kelas XII MAK Al Mukmin Sukoharjo dengan nilai probabilitas $< 0,05$ atau $P=0,031$.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Hasdianah (2014) yang menyatakan bahwa dalam kehidupan masyarakat sehari-hari sering terlihat keluarga yang berpenghasilan cukup tetapi makanan yang dihidangkan seadanya, keadaan ini menunjukkan bahwa ketidaktahuan akan manfaat makanan bagi kesehatan tubuh menyebabkan buruknya mutu gizi makanan keluarga dan dapat menyebabkan anemia.

Menurut asumsi peneliti remaja putri yang berpengetahuan kurang cenderung mengalami anemia karena remaja putri tidak mengetahui bagaimana cara mencegah anemia, sehingga remaja putri tidak minum tablet Fe, tidak mengkonsumsi makanan yang bergizi yang banyak mengandung zat besi dan lebih banyak makan makanan siap saji. Dari hasil tes Hb siswi di lapangan diketahui bahwa rata-rata siswi di SMA Negeri 1 Kota Sabang menderita anemia ringan dan sedang. Banyaknya siswi yang menderita anemia dikarenakan kurangnya informasi dan pelajaran yang di dapat oleh siswi mengenai anemia. Pengetahuan tentang anemia sangat penting karena dengan adanya pengetahuan yang baik maka siswi dapat mengetahui bagaimana cara agar tidak terjadi anemia dan dapat mengetahui makanan apa saja yang bisa menambah Hb.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Briawan (2014) yang menyatakan bahwa salah satu faktor yang menyebabkan anemia adalah menstruasi yang berlebihan. hal ini berkaitan dengan siklus menstruasi, lamanya masa menstruasi dan berapa banyak darah yang keluar pada saat menstruasi, dimana kehilangan zat besi saat menstruasi adalah $\pm 1,3$ mg per hari.

Menurut asumsi peneliti remaja putri yang mengalami pola menstruasi tidak normal cenderung mengalami anemia karena menstruasi yang tidak normal yaitu siklus yang pendek kurang dari 21 hari, lamanya lebih dari 7 hari dan darah yang keluar banyak menyebabkan kadar hemoglobin berkurang atau anemia. Faktor penyebab tidak normalnya menstruasi remaja putri ini disebabkan karena pengaruh hormon yang menyesuaikan diri dengan tubuh yang berubah-ubah tergantung masa subur remaja tersebut dan nutrisi remaja yang belum seimbang. Dari wawancara di lapangan peneliti mengetahui bahwa sebagian remaja putri sering melakukan olahraga yang lumayan berat seperti latihan karate, latihan tari, hal ini lah yang menyebabkan menstruasi mereka terkadang berhenti atau berlangsung sangat singkat. Dan juga disebabkan karena obesitas yang menyebabkan menstruasi remaja tidak teratur sehingga menyebabkan anemia bisa terjadi pada remaja tersebut.

KESIMPULAN

Ada hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia dengan nilai $P= 0,036$. Ada hubungan antara pola menstruasi terhadap kejadian anemia dengan nilai $P= 0,017$.

SARAN

Diharapkan pihak sekolah dapat membuat penyuluhan tentang anemia bekerjasama dengan pihak Puskesmas setempat. Dan dapat membuat pemeriksaan Hb gratis setiap bulannya

kepada semua siswi di sekolah. Dan dapat menambah kepustakaan tentang kejadian anemia pada remaja, sehingga dapat menjadi referensi bagi mahasiswa yang ada di Fakultas Ilmu Kesehatan.

DAFTAR PUSTAKA

1. Adriani, M. 2013. *Pengantar Gizi Masyarakat*. Jakarta. Kencana Prenada Media Group
2. Ariani, P, A. 2014. *Aplikasi Metodologi Penelitian Kebidanan Dan Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Nuha Medika
3. Briawan, D. 2014. *Masalah Gizi Pada Remaja Wanita*. Jakarta. EGC
4. Caturiyantiningtiyas. 2015. Hubungan antara Pengetahuan, Sikap dan Perilaku dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Kelas X dan XI SMA Negeri 1 Polokarto. Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
5. Hasdianah. 2014. *Gizi Pemantapan Gizi Diet Dan Obesitas*. Yogyakarta. Nuha Medika
6. Hasrul (2013), *Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian anemia pada remaja di Indonesia (Analisis data RISKESDAS 2007)*. www.repository.unhas.ac.id/jurnal/pdf
7. Kemenkes. 2013. *Profil Kesehatan Indonesia*. www.depkes.co.id (Dikutip pada tanggal 27 Maret 2015)
8. Kirana, P, D (2013), *Hubungan asupan gizi dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA 2 Semarang*. www.eprints.undip.ac.id Universitas Indonesia
9. Kusmiran, R. 2012. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Salemba Medika. Jakarta
10. Manan, E. 2011. *Miss V*. Jogjakarta. Buku Biru
11. Notoatmodjo, S 2012. *Promosi Kesehatan Dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta. Rineka Cipta
12. Nurjannah (2014). *Status Sosial Ekonomi*. www.academia.edu/pdf
13. Refika. 2012. *Gizi Dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Raja Grafindo Persda
14. Sibagariang, 2010. *Gizi Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Trans Info Media.