

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pola menstruasi adalah serangkaian proses menstruasi yang terdiri dari siklus menstruasi, lama perdarahan menstruasi dan banyak kehilangan darah menstruasi. Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode berikutnya. Sedangkan siklus menstruasi pada wanita normalnya berkisar antara 21-35 hari dan hanya 10-15% yang memiliki siklus menstruasi 28 hari dengan lama menstruasi 3-5 hari, ada yang 7-8 hari. Setiap hari ganti pembalut 2-5 kali. Panjangnya siklus menstruasi ini dipengaruhi oleh usia, berat badan, aktivitas fisik, tingkat stres, genetik dan gizi (Wiknjosastro, 2002)

Siklus menstruasi yang tidak normal merupakan salah satu faktor pemicu terjadinya anemia. Kehilangan banyak darah saat menstruasi dapat menyebabkan anemia. Banyaknya darah yang dikeluarkan oleh tubuh berpengaruh pada kejadian anemia, karena wanita tidak mempunyai simpanan zat besi yang terlalu banyak dan absorpsi zat besi yang rendah kedalam tubuh sehingga, tidak dapat menggantikan zat besi yang hilang selama menstruasi (Prastika, 2011). Kehilangan darah secara kronis juga dapat mengakibatkan terjadinya anemia. Pada wanita, terjadi kehilangan darah secara alami setiap bulannya. Jika darah yang keluar selama menstruasi sangat banyak maka akan terjadi anemia defisiensi besi. Lama menstruasi yang berlangsung lebih dari 8 hari dan siklus menstruasi yang pendek, yaitu kurang dari 28 hari

memungkinkan untuk kehilangan besi dalam jumlah yang lebih banyak (Kirana, 2011)

Remaja memiliki risiko tinggi terhadap kejadian anemia terutama anemia zat besi. Hal itu terjadi karena masa remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Remaja putri memiliki risiko yang lebih tinggi dibandingkan remaja putra, hal ini dikarenakan remaja putri setiap bulannya mengalami haid (menstruasi). Selain itu remaja putri cenderung sangat memperhatikan bentuk badannya sehingga akan membatasi asupan makan dan banyak pantangan terhadap makanan seperti melakukan diet vegetarian (Almatsier 2011)

Remaja putri merupakan salah satu kelompok yang rawan menderita anemia, hal ini disebabkan remaja putri dalam usia reproduksi setiap harinya memerlukan zat besi tiga kali lebih banyak dibandingkan dengan remaja putra karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya. World Health Organisation (WHO) Regional Office South East Asia Region Organisation (SEARO) menyatakan bahwa 25-40% remaja putri menjadi penderita anemia defisiensi zat besi tingkat ringan sampai berat di Asia Tenggara (Tim Poltekkes Depkes Jakarta I, 2010).

Anemia merupakan masalah kesehatan orang diseluruh dunia, terutama dinegara berkembang. Diperkirakan 9 persen prevalensi anemia di negara-negara maju, sedangkan 43 persen prevalensi anemia masih terjadi dinegara berkembang. Kelompok yang paling berisiko terjadinya anemia adalah anak-anak dan wanita usia subur (WUS), dengan perkiraan 47 persen prevelensi

anemia pada balita, 42 persen pada wanita hamil, dan pada usia 15-49 tahun wanita yang tidak hamil usia sebesar 30 persen. *World Health Organization* (WHO) menargetkan penurunan prevalensi anemia pada WUS sebesar 50 persen pada tahun 2025.

Di Indonesia, prevalensi anemia masih cukup tinggi. Depkes (2010) dalam Poltekkes Depkes Jakarta I (2010) menunjukkan bahwa penderita anemia pada remaja putri berjumlah 26,50%. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2010 yaitu sementara lebih dari 10 % anak usia sekolah di Indonesia mengalami anemia (Riskesdas, 2010). Menurut Riskesdas 2013 prevalensi anemia gizi besi pada remaja sebesar 22,7 %. Di Indonesia prevalensi 26% untuk anak perempuan dan 11% untuk anak laki laki. Departemen Kesehatan dalam Kirana (2011) menunjukkan penderita anemia pada remaja putri berjumlah 26,50% dan wanita (WUS) 26,9%. Hal ini mengindikasikan anemia masih menjadi masalah kesehatan di Indonesia. Di Jawa Tengah remaja dengan anemia cukup tinggi mencapai angka 43,2% (Profil Kesehatan Prov. Jateng, 2010).

Dampak dari anemia itu sendiri dinilai sebagai masalah yang sangat serius terhadap kesehatan masyarakat. Masalah kesehatan masyarakat yang berkaitan dengan kejadian anemia pada remaja adalah pucat, lemah, letih, pusing, selain itu dapat menurunkan kemampuan, prestasi dan konsentrasi belajar, menghambat pertumbuhan fisik dan perkembangan kecerdasan otak. Dampak anemia pada wanita dapat menurunkan daya tahan tubuh sehingga penderita anemia mudah terkena penyakit infeksi dan menurunkan produktivitas kerja. Remaja putri yang mengalami anemia akan menyebabkan

gangguan kebugaran akibat kurangnya oksigen ke sel otot dan sel otak, membuat remaja menjadi tidak dalam kondisi fit saat berolah raga sehingga dapat menurunkan kinerja remaja (Widyastuti, 2009).

Dalam studi pendahuluan yang dilakukan pada 6 mahasiswi program sarjana kebidanan Unissula Semarang tahun 2019, terdapat 3 diantaranya mempunyai pola menstruasi yang tidak normal yaitu siklus yang memanjang, 1 diantaranya mengalami menstruasi dalam jumlah banyak, dan 2 diantaranya mempunyai pola menstruasi normal. Dan ketika dilakukan wawancara terhadap 6 mahasiswi yang saat ditanyakan 4 diantaranya mengatakan sering mengantuk, terkadang lemas dan lesu. Dari 6 mahasiswi tersebut yang diperiksa kadar Haemoglobinnya terdapat 4 yang mengalami kadar hemoglobin kurang dari 12gr/dl.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul hubungannya antara pola menstruasi terhadap kejadian anemia pada remaja di Prodi Sarjana Kebidanan Unissula Semarang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah ada hubungannya antara pola menstruasi terhadap kejadian anemia pada remaja di Prodi Sarjana Kebidanan Unissula Semarang ?”

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan umum:

Untuk mengetahui hubungan antara pola menstruasi terhadap kejadian anemia pada Mahasiswi Prodi Sarjana Kebidanan Unissula Semarang.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran pola menstruasi meliputi siklus, lama dan banyaknya kehilangan darah Mahasiswi Prodi Sarjana Kebidanan Unissula Semarang.
- b. Untuk mengetahui gambaran kadar Hemoglobin Mahasiswi Prodi Sarjana Kebidanan Unissula Semarang.
- c. Untuk mengetahui hubungan antara pola menstruasi terhadap kejadian anemia pada Mahasiswi Prodi Sarjana Kebidanan Unissula Semarang.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan yang sangat luas mengenai pola menstruasi, anemia pada remaja putri dan sebagai sarana pembelajaran melakukan penelitian ilmiah

2. Manfaat praktis

a. Bagi penulis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan penulis, serta dapat mengaplikasikan ilmu yang didapat terhadap masyarakat.

b. Bagi instansi pendidikan

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat bahan bacaan dan kajian dalam referensi baca.

c. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi bagi remaja putri untuk meningkatkan pengetahuan mengenai anemia dan pola asupan gizi untuk mencegah terjadinya anemia.

d. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan dasar untuk penelitian selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1. Keaslian Penelitian

No	Nama peneliti	Judul	Variabel Dependen	Variabel independen	Jenis dan metode penelitian	Keterangan
1.	BN Utami (2015)	Hubungan pola makan dan pola menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri di MTs Ma'arif Nyatnyono Kabupaten Semarang.	Anemia	Pola makan dan pola menstruasi.	Deskriptif korelasi dengan metode cross sectional, teknik pengambilan sample proportional stratified random sampling, teknik pengolahan data dengan uji chi square.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan pola makan dan kejadian anemia diperoleh OR 5,400 (p 0,002), pola menstruasi dengan kejadian anemia OR 5,769 (p 0,002). Disimpulkan bahwa baik pola makan maupun pola menstruasi berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri di MTs Ma'Arif Nyatnyono Kabupaten Semarang

Tabel 1.1 lanjutan

2.	Dian Purwita ningtyas kirana (2011)	Hubungan asupan zat gizi dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada Remaja Putri di SMA 2 Semarang	Anemia	Asupan zat gizi dan pola menstruasi	Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik observasional dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Analisis data dengan korelasi pearson's product moment, rank spearman, regresi linear berganda.	Hasil: 36,7% termasuk dalam kategori anemia. Sebagian besar subjek memiliki tingkat kecukupan asupan protein, vitamin A, dan vitamin C di atas angka kecukupan, yaitu protein 62% subjek, vitamin A 53,2% subjek, dan vitamin C 41,8% subjek. Sebanyak 81% subjek memiliki tingkat asupan zat besi defisit tingkat berat. Sebesar 62 % subjek memiliki siklus menstruasi yang panjang dan 97,5% subjek memiliki lama hari menstruasi yang normal. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan asupan protein ($r=0,380$; $p=0,01$), vitamin A ($r=0,243$; $p=0,031$), vitamin C ($r=0,251$; $p=0,026$), dan zat besi ($r=0,598$; $p=0,000$) dengan kejadian anemia. Tidak terdapat hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia ($r=0,031$; $p=0,789$). Faktor yang paling berpengaruh terhadap kejadian anemia adalah asupan protein($p=0,002$), vitamin A ($p=0,019$), dan zat besi ($p=0,014$).	Sebanyak subjek dalam kategori anemia. Sebagian besar subjek memiliki tingkat asupan protein, vitamin A, dan vitamin C di atas angka kecukupan, yaitu protein 62% subjek, vitamin A 53,2% subjek, dan vitamin C 41,8% subjek. Sebanyak 81% subjek memiliki tingkat asupan zat besi defisit tingkat berat. Sebesar 62 % subjek memiliki siklus menstruasi yang panjang dan 97,5% subjek memiliki lama hari menstruasi yang normal.
----	-------------------------------------	---	--------	-------------------------------------	--	--	---

Tabel 1.1 lanjutan

3	Vide Bahtera (2018)	Pengaruh Menstruasi Terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMPN 1 Pare Kabupaten Kediri	Anemia	Menstruasi	Desain Penelitian Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Observasional analitik dengan pendekatan cross sectional, teknik sampling menggunakan simple random sampling	Hasil analisis data menyatakan sig (p) = 0,011 dimana $\alpha = 0,05$, $p < \alpha$, berarti ada pengaruh menstruasi terhadap kejadian anemia. Korelasi atau pengaruh menggunakan koefisien kontingensi C = 0,263 berarti pengaruhnya rendah yang berarti kemungkinan ada faktor lain yang mempengaruhi kejadian anemia.
---	---------------------	--	--------	------------	---	--