

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal dimana bernilai kurang dari 13,5 g/dL pada pria dan kurang dari 12 g/dL pada wanita.¹ Anemia biasanya disebabkan oleh kekurangan zat besi (anemia defisiensi besi) dan ini merupakan salah satu gangguan gizi yang umum di dunia. Masalah anemia ini terdapat dalam program *Sustainable Development Goals* (SDGs) dalam tujuan ke 2 dan ke 3. Pada tujuan ke 2 poin 2 yaitu pada tahun 2030 menghilangkan segala bentuk malnutrisi, termasuk pada tahun 2025, mencapai target yang telah disepakati secara internasional terkait *stunting* dan *wasting* pada anak dibawah usia 5 tahun, dan memenuhi kebutuhan gizi remaja perempuan, ibu hamil, menyusui serta lansia.²

Kejadian anemia remaja putri di Asia mencapai 191 juta orang dan Indonesia menempati urutan ke-8 dari 11 negara di Asia setelah Sri Lanka dengan prevalensi anemia sebanyak 7,5 juta orang pada usia 10-19 tahun. Pada tahun 2015 *World Health Organization* (WHO) menyebutkan 30% penduduk di dunia mengalami anemia dan banyak diderita oleh Ibu hamil dan remaja putri.³

Kejadian anemia di Indonesia mengalami kenaikan dari tahun 2013 yaitu 37,1% menjadi 48,9 % pada tahun 2018 dengan penderita anemia pada usia 15-24 tahun sebesar 26,4% pada tahun 2013 lalu meningkat pada tahun 2018 sebesar 84,6%. Berdasarkan jenis kelamin didapatkan bahwa proporsi anemia pada

perempuan lebih tinggi dibandingkan dengan laki-laki. Kejadian anemia pada remaja putri mencapai angka 22,7% dibandingkan dengan laki-laki hanya 12,4%. Lembaga Demografi Universitas Indonesia menyatakan bahwa 88% remaja Indonesia memiliki persepsi yang kurang benar tentang anemia.^{4,5}

Pada survei anemia remaja yang dilakukan di DIY pada tahun 2018, ditemukan prevalensi anemia sebesar 19,3% dari total responden 453 remaja. Risiko anemia tertinggi dengan Hb dibawah 12 g/dl terdapat di Kabupaten Kulon Progo (34,75%), dan untuk risiko terendah terdapat di Kabupaten Bantul (14,4%). Sedangkan untuk survei anemia Kabupaten Kulon Progo tahun 2017 didapatkan hasil persentase 13,87%, berdasarkan hal tersebut berarti terjadi kenaikan prevalensi anemia di Kabupaten Kulon Progo dari tahun 2017 ke tahun 2018 sebanyak 18,33%.^{6,7}

Salah satu sasaran pokok Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2015-2019 adalah meningkat status kesehatan, gizi dan anak. Sebagai penjabarannya, kementerian kesehatan telah menyusun Rencana Strategis (Renstra) tahun 2015-2019, yang tercantum didalamnya sasaran program pemerintah adalah program gizi ibu dan anak antara lain meningkatkan ketersediaan dan keterjangkaun pelayanan kesehatan yang bermutu bagi seluruh masyarakat. Indikator pembinaan perbaikan gizi masyarakat salah satunya adalah pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) bagi remaja putri dengan target 30% pada tahun 2019.⁸

Dampak anemia pada remaja putri 12-16 tahun berisiko 1,7 kali lebih besar terjadinya stunting pada remaja dan 1 kali mengalami *underweight*. Anemia

juga berisiko terhadap sintesis kolagen, berkurangnya kecepatan pembentukan tulang, menurunnya suplai oksigen yang akan menghambat pertumbuhan jaringan, dan banyak efek negatif lain pada pertumbuhan.⁹

Terjadinya anemia disebabkan oleh beberapa faktor. Penyebab utama karena penghancuran sel darah merah yang berlebihan, kehilangan darah, dan penurunan produksi sel darah merah. Kehilangan besi dinyatakan pada laki-laki sekitar 1 mg/hari sedangkan dan pada perempuan sampai 2 mg/hari penyebab terjadinya kehilangan zat besi pada wanita karena menstruasi, kehamilan dan persalinan.¹⁰ Kejadian anemia yang banyak diderita wanita pada umumnya dan remaja putri khususnya, adalah akibat remaja putri setiap bulan mengalami haid atau menstruasi, masukan gizi tidak seimbang yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan tubuh dan pola makan atau perilaku makan yang salah.¹

Pola menstruasi pada remaja putri meliputi pertama siklus menstruasi yaitu jarak antara hari pertama haid dengan hari pertama haid berikutnya. Kedua, lama menstruasi yaitu jarak dari hari pertama haid sampai pendarahan berhenti ketiga, yaitu jumlah darah yang keluar selama 1 kali haid.¹¹

Penelitian oleh Kirana mengatakan bahwa 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.¹²

Pada wanita, terjadi kehilangan darah secara alamiah setiap bulan, jika darah yang keluar selama haid terlalu banyak akan terjadi anemia defisiensi besi. Sepanjang usia produktif, wanita akan mengalami kehilangan darah akibat

peristiwa haid. Beberapa penelitian telah membuktikan bahwa jumlah darah yang hilang selama satu periode haid berkisar antara 20-50 cc. Jumlah ini menyiratkan kehilangan zat besi sebesar 12,5-15 mg/bulan atau kira-kira 0,4-0,5 mg sehari. Jika jumlah ini bertambah dengan kehilangan basal, jumlah total zat besi yang hilang sebesar 1,23 mg per hari.^{10,12}

Remaja putri menderita anemia, hal ini dapat dimaklumi karena masa remaja adalah masa pertumbuhan yang membutuhkan zat gizi lebih tinggi termasuk zat besi. Disamping itu remaja putri mengalami menstruasi setiap bulan sehingga 4 membutuhkan zat besi lebih tinggi, sementara jumlah makanan yang dikonsumsi lebih rendah daripada pria, karena faktor ingin langsing.¹²

Remaja perempuan, setelah mengalami pubertas, risiko mengalami anemia defisiensi besi semakin tinggi dibanding pria karena remaja perempuan membutuhkan lebih banyak zat besi untuk mengganti kehilangan darah selama periode menstruasinya. Hubungan asupan suplemen zat besi dengan anemia gizi berhubungan dengan anemia ($P=0,005$). Terdapat hubungan anemia dengan pola menstruasi yang teratur ($P=0,023$) yang berarti remaja yang mempunyai menstruasi tidak teratur berisiko 4,34 kali lebih besar mengalami anemia.¹³

Gangguan pada pola menstruasi remaja salah satunya adalah HMB (*Heavy Menstrual Bleeding*) yaitu lama haid lebih dari 7 hari atau kehilangan darah lebih dari 80 ml setiap siklus menstruasi, dapat diukur dengan jumlah pemakaian pembalut dalam satu hari yang mempengaruhi anemia ($P=0,004$). Pengeluaran darah selama menstruasi menunjukkan kehilangan simpanan zat besi secara cepat sesuai dengan banyaknya darah yang keluar. Sedangkan semakin lama wanita

mengalami menstruasi maka semakin banyak pula darah yang keluar dan semakin banyak kehilangan timbunan zat besi. Remaja putri yang mengalami *Hipermenorea* akan mengalami perdarahan menstruasi lebih dari 6 hari sehingga berpotensi lebih rentan mengalami anemia defisiensi besi.^{4,12}

Penelitian oleh Desi Kumalasari dkk menyebutkan pola menstruasi yang tidak normal pada remaja putri berpeluang 8,886 kali mengalami anemia dibandingkan dengan remaja putri yang mengalami pola menstruasi normal. remaja putri yang mengalami haid akan kehilangan darah setiap bulan sehingga membutuhkan zat besi dua kali lipat saat haid. Pada remaja putri setiap bulan mengalami kehilangan darah (menstruasi) dan cenderung mengkonsumsi lebih sedikit sumber zat besi sehingga membutuhkan lebih banyak zat besi. Remaja putri dengan lama menstruasi yang panjang dan siklus menstruasi yang pendek, yaitu kurang dari 28 hari memiliki risiko yang lebih besar. Kekurangan zat besi akan berlanjut dan cadangan akan semakin menipis sehingga akan terjadi anemia defisiensi besi. menunjukkan adanya hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia.¹⁴

Kabupaten Kulon Progo terdapat 21 puskesmas, anemia remaja yang tertinggi ada di Puskesmas Kokap 1 dengan persentase 33,44% walaupun cakupan pemberian tablet tambah darah pada remaja putri sudah diberikan. Data dari Puskesmas Kokap 1, pada bulan Agustus tahun 2019 melakukan pemeriksaan Hb pada remaja putri SMAN 1 Kokap dan SMKN 1 Kokap presentase remaja yang mengalami anemia 13,49% dari total 89 remaja yang diperiksa Hb, terdapat 12 orang yang mengalami anemia.⁷

Remaja yang memiliki pola menstruasi yang tidak normal penyebab terjadinya anemia pada remaja putri sehingga perlu dilakukan penelitian dan berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kokap 1 kabupaten Kulon Progo?

B. Rumusan Masalah

Anemia merupakan masalah kesehatan yang sering dialami oleh remaja putri. Remaja putri sebagai kelompok usia pubertas, sering kali kekurangan zat besi. Sebagai akibat dari usia pubertas, remaja putri sering mengalami gangguan menstruasi seperti siklus menstruasi yang tidak teratur, frekuensi yang memendek ataupun memanjang. Keadaan ini diduga dapat menyebabkan banyaknya remaja yang mengalami anemia. Angka kejadian anemia remaja putri yang terus meningkat tiap tahun ini merupakan masalah yang akan berdampak pada kesehatan remaja putri.

Remaja yang memiliki pola menstruasi tidak normal lebih rentan 8,886 kali mengalami anemia dibandingkan remaja putri yang memiliki pola menstruasi normal. Presentasi kejadian anemia di wilayah kerja puskesmas kokap 1 pada tahun 2019 mencapai 13,48%. Berdasarkan uraian latar belakang maka peneliti membuat rumusan masalah adalah “Apakah ada hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kokap 1 kabupaten Kulon Progo”?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kokap 1 kabupaten Kulon Progo.

2. Tujuan khusus

- a. Diketahui kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kokap 1 kabupaten Kulon Progo
- b. Diketahui siklus menstruasi pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kokap 1 kabupaten Kulon Progo.
- c. Diketahui lama menstruasi pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kokap 1 kabupaten Kulon Progo.
- d. Diketahui volume darah haid pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kokap 1 kabupaten Kulon Progo.
- e. Diketahui hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kokap 1 kabupaten Kulon Progo.
- f. Diketahui hubungan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kokap 1 kabupaten Kulon Progo.
- g. Diketahui hubungan volume menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kokap 1 kabupaten Kulon Progo.

- h. Untuk mengetahui faktor dominan yang berhubungan terhadap Pola menstruasi remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kokap 1 kabupaten Kulon Progo.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini dapat dijadikan pedoman dan pengalaman serta sarana pengembangan diri yang sangat berharga, untuk menerapkan ilmu serta pengalaman penelitian dalam mengumpulkan, mengelola, menganalisa dan menginformasikan data temuan serta untuk menerapkan pengetahuan yang diperoleh di bangku kuliah dan mengaplikasikan dalam pelayanan kebidanan

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pihak Sekolah

Sebagai bahan masukan dalam rangka meningkat perhatian dalam pencegahan anemia remaja putri yang khususnya diakibatkan karena pola menstruasi.

b. Bagi responden / Siswi

Dapat menambah pengetahuan dan wawasan remaja tentang kejadian anemia yang disebabkan oleh pola menstruasi khususnya sebagai salah satu supaya promotif dalam pencegahan terjadinya gangguan yang mungkin terjadi pada penderita anemia khususnya remaja.

c. Bagi Puskesmas

Sebagai bahan masukan pihak puskesmas untuk meningkatkan pendekatan dengan remaja tentang anemia.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Ruang Lingkup Materi

Materi yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah pola menstruasi dan anemia pada remaja putri. Mengkaji materi dalam penelitian tersebut penting karena seorang remaja, khususnya remaja putri adalah generasi penerus yang akan melahirkan seorang anak,

Selain itu, Remaja perempuan berisiko lebih tinggi mengalami anemia dibandingkan remaja laki-laki karena perempuan mengalami menstruasi setiap bulan sehingga banyak kehilangan zat besi. Anemia gizi besi pada remaja perempuan menjadi berbahaya apabila tidak ditangani dengan baik, terutama untuk persiapan hamil dan melahirkan. Remaja perempuan dengan anemia berisiko melahirkan bayi BBLR (<2500 gram), melahirkan bayi prematur, infeksi neonatus dan kematian pada ibu dan bayi saat proses persalinan.

2. Ruang Lingkup Responden

Responden dalam penelitian ini adalah remaja putri di wilayah kerja Puskesmas Kokap 1 kabupaten Kulon Progo

3. Ruang Lingkup Tempat

Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kokap 1 kabupaten Kulon Progo Ruang Lingkup Waktu Penelitian ini dilakukan

mulai dari penyusunan proposal sampai hasil yaitu pada bulan November sampai Januari.

F. Keaslian Penelitian

1. Baiq Nurlaily Utami, Surjani, Eko Mardiyarningsih, 2015 dalam Jurnal Kesehatan. Judul “Hubungan Pola Makan dan Pola Menstruasi dengan Anemia pada Remaja Putri di MTs Ma’Arif Nyatnyono , Kabupaten Semarang Tahun 2015”. Penelitian ini menggunakan metode *Deskriptif Kolerasi* dan dilakukan MTs Ma’Arif Nyatnyono , Kabupaten Semarang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *proportional stratified random sampling*. Hasil penelitian Secara statistik terdapat hubungan yang signifikan antara anemia dengan Pola makan di MTs Ma’Arif Nyatnyono, Kabupaten Semarang *p value* 0,002. Dan Pola Menstruasi terdapat Hubungan yang signifikan juga dengan *p value sebesar 0,002*. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu terletak pada jenis penelitian, variabel penelitiannya, tempat dan waktunya,
2. Hanifah, Ririn Isnarti 2018 dengan judul “Hubungan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri”. menggunakan metode observasional analitik, dengan pendekatan cross sectional . Hasilnya yaitu Penelitian menunjukkan sebagian besar siswi mengalami anemia ringan sebanyak 23 responden (47,9 %) sedangkan lama menstruasi remaja putri sebagian besar adalah normal sebanyak 36 responden (75 %). Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan uji Spearman Rank hubungan lama menstruasi dengan kejadian anemia didapatkan nilai

signifikan 0,006 dengan kesimpulan Ada hubungan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri kelas XI MTS Zainul Hasan. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu terletak pada variabel penelitiannya, tempat dan waktunya.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Sudargo tahun 2012 dengan judul “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Dan Kurang Energi Kronik Pada Remaja Putri Di Kota Yogyakarta”. Menggunakan jenis *Observasional Analitik* dengan desain penelitian menggunakan jenis pendekatan *Cross Sectional*. Sampel dalam penelitian adalah siswa SMA negeri di Yogyakarta sebanyak 96 sampel secara *Systematic Random Sampling* dengan menggunakan analisis data univariat dan bivariate dengan CI 95% untuk melihat odds ratio. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu terletak pada variabel penelitiannya, tempat dan waktunya.