

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah suatu kondisi di mana jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin di dalamnya lebih rendah dari normal. Hemoglobin (Hb) dibutuhkan untuk membawa oksigen, dan jika anda memiliki sel darah merah yang terlalu sedikit atau abnormal, atau hemoglobin yang tidak mencukupi, akan terjadi penurunan kapasitas darah untuk membawa oksigen ke jaringan tubuh. Berdasarkan klasifikasi World Health Organization (WHO), kadar hemoglobin di bawah 8 g/dL diklasifikasikan sebagai anemia berat, 8–10,99 g/dL sebagai anemia sedang, dan 11–11,9 g/dL sebagai anemia ringan. Hb 12 g/dL ke atas diklasifikasikan sebagai normal pada remaja putri (WHO, 2023).

WHO melaporkan bahwa pada tahun 2023 terdapat sekitar 256,6 juta perempuan usia 15-49 tahun di Asia Tenggara mengalami anemia. Angka ini menjadikan Asia Tenggara sebagai wilayah dengan prevalensi anemia tertinggi di dunia. Kondisi ini menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan masyarakat yang serius dan memerlukan perhatian di tingkat global (WHO, 2025).

Berdasarkan Survei Kesehatan Indonesia (SKI) tahun 2023, prevalensi anemia pada remaja di Indonesia usia 15–24 tahun tercatat sebesar 15,5%. Jika ditinjau berdasarkan jenis kelamin, prevalensi anemia pada remaja perempuan lebih tinggi dibandingkan remaja laki-laki, yaitu

masing-masing sebesar 18% dan 14,4%. Tingginya prevalensi anemia pada remaja perempuan menunjukkan adanya kerentanan yang lebih besar pada kelompok ini, yang dapat dipengaruhi oleh faktor biologis, seperti menstruasi, serta faktor perilaku dan sosioekonomi. Kondisi tersebut menegaskan bahwa anemia pada remaja masih menjadi permasalahan kesehatan masyarakat yang perlu mendapatkan perhatian khusus.(Winurini 2025).

Data kesehatan di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) tahun 2025 menunjukkan prevalensi anemia pada remaja putri juga cukup tinggi, yaitu mencapai 23,07%, adapun prevalensi masing- masing kabupaten di Provinsi DIY, pada urutan pertama Kabupaten Kulon Progo 41,61%, urutan ke dua Kabupaten Bantul 28,28%, urutan ke tiga Kota Yogyakarta 25,67%, Urutan ke empat Kabupaten Sleman 14,53%, dan urutan terakhir Kabupaten Gunung Kidul Sebesar 10,41% (Dinas Kesehatan DIY, 2025).

Kondisi tersebut diperkuat oleh hasil skrining anemia tahun 2024 yang menunjukkan bahwa tiga wilayah kerja puskesmas dengan prevalensi anemia tertinggi berada di Kabupaten Kulon Progo, yaitu Puskesmas Nanggulan (64%), Puskesmas Panjatan I (60%), dan Puskesmas Wates (59%). Tingginya angka tersebut mengindikasikan bahwa anemia pada remaja putri di wilayah ini masih menjadi masalah kesehatan yang serius.

Remaja merupakan kelompok usia 10–19 tahun yang berada pada masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perubahan fisik yang pesat sehingga kebutuhan zat gizi,

khususnya zat besi, meningkat. WHO menyatakan bahwa anemia pada remaja umumnya disebabkan oleh masalah nutrisi, tingginya kebutuhan zat besi, infeksi, serta faktor reproduksi seperti menstruasi. Anemia pada remaja juga dapat berdampak pada penurunan kemampuan kognitif, produktivitas, dan berpotensi memengaruhi kualitas sumber daya manusia di masa mendatang (Habtegiorgis *et al.* 2022).

Remaja putri merupakan kelompok yang paling rentan mengalami anemia. Hal ini disebabkan oleh kehilangan darah secara rutin setiap bulan melalui menstruasi serta kebiasaan makan yang kurang tepat, seperti pembatasan konsumsi makanan bergizi demi menjaga penampilan tubuh. Kondisi tersebut meningkatkan risiko terjadinya kekurangan zat besi pada remaja putri (Ismail *et. al* 2023).

Peristiwa ini diperkuat oleh hasil *systematic review* terhadap sejumlah penelitian yang dilakukan oleh (Berhe *et al.* 2022) menunjukkan bahwa remaja putri yang telah mengalami menstruasi memiliki risiko lebih tinggi mengalami anemia, terutama apabila lama menstruasi berlangsung lima hari atau lebih. Rata-rata kehilangan darah selama menstruasi adalah sekitar 30 ml per siklus, namun kehilangan darah lebih dari 80 ml secara kronis dapat meningkatkan risiko terjadinya anemia. Lama menstruasi dipengaruhi oleh berbagai faktor, seperti pola makan, aktivitas fisik, keseimbangan hormon, kondisi vaskular, serta faktor genetik (Ismail 2023).

Anemia dapat menyebabkan penurunan daya tahan tubuh dan produktivitas. Dampak jangka panjang jika remaja putri terkena anemia

adalah sebagai seorang calon ibu yang akan hamil, maka zat-zat gizi untuk dirinya dan bagi janin didalam kandungannya sulit untuk dipenuhi. Pada kasus seperti ini dapat menyebabkan komplikasi yang mempengaruhi pada saat kehamilan dan saat persalinan, risiko kematian maternal, kematian perinatal, angka prematuritas. Remaja yang menderita anemia ketika menjadi ibu hamil berisiko melahirkan Berat Bayi Lahir Rendah (BBLR) dan stunting (Kemenkes 2023).

Berdasarkan uraian tersebut, anemia pada remaja putri masih menjadi masalah kesehatan yang serius, khususnya di Kabupaten Kulon Progo yang memiliki prevalensi tertinggi di Daerah Istimewa Yogyakarta. Hasil skrining anemia tahun 2024 menunjukkan bahwa wilayah kerja Puskesmas Nanggulan memiliki prevalensi anemia sebesar 64%, tertinggi dibandingkan wilayah kerja puskesmas lain di Kabupaten Kulon Progo. Oleh karena itu, peneliti memilih MTsN 3 Kulon Progo yang berada dalam cakupan wilayah kerja tersebut sebagai lokasi penelitian. Selain faktor kehilangan darah selama menstruasi, status gizi juga berperan penting dalam kejadian anemia karena berkaitan dengan kecukupan zat gizi yang dibutuhkan dalam pembentukan hemoglobin. Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Kadar Hemoglobin Berdasarkan Lama Menstruasi dan Status Gizi pada Remaja Putri di MTsN 3 Kulon Progo.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat dirumuskan masalah penelitian ini mengenai status anemia pada remaja putri. Data terbaru SKI 2023 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia mencapai 18%, sedangkan di Daerah Istimewa Yogyakarta sebesar 23,07%. Khusus di Kabupaten Kulon Progo, prevalensinya lebih tinggi, yaitu 41,61%, dan pada wilayah kerja Puskesmas Nanggulan mencapai 64% (260 dari 409 siswi). Berdasarkan data tersebut, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana Gambaran Kadar Hemoglobin Berdasarkan Lama Menstruasi dan Status Gizi pada Remaja Putri Kelas VIII di MTsN Kulon Progo?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah mengetahui gambaran kadar hemoglobin berdasarkan lama menstruasi dan status gizi pada remaja di MTsN 3 Kulon Progo.

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan lama menstruasi pada remaja di MTsN 3 Kulon Progo.
- b. Mendeskripsikan status gizi pada remaja di MTsN 3 Kulon Progo.
- c. Mendeskripsikan kadar hemoglobin pada remaja di MTsN 3 Kulon Progo.

- d. Mendeskripsikan status anemia berdasarkan lama menstruasi dan status gizi pada remaja di MTsN 3 Kulon Progo.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup pada penelitian ini adalah bidang pelaksanaan pelayanan kebidanan pada kesehatan reproduksi yang berfokus pada pelayanan kesehatan remaja putri.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan informasi mengenai status anemia dilihat dari kadar hemoglobin yang ditinjau berdasarkan lama menstruasi dan status gizi pada remaja. Informasi ini penting sebagai dasar pengembangan ilmu kesehatan dan gizi.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswi MTsN 3 Kulon Progo

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi pengetahuan dan dapat menjadi dasar bagi siswa untuk melakukan upaya pencegahan anemia sejak dini, seperti meningkatkan asupan gizi dan kepatuhan konsumsi tablet tambah darah.

b. Bagi MTsN 3 Kulon Progo

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi kondisi siswi dan sebagai dasar pelaksanaan pencegahan anemia pada siswa khususnya siswa putri.

c. Bagi Bidan dan Ahli Gizi di Puskesmas Nanggulan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pembaruan data dan sumber informasi mengenai kondisi status anemia pada remaja putri, sehingga dapat digunakan sebagai dasar dalam upaya pencegahan dan penanggulangan anemia di wilayah kerja Puskesmas Nanggulan.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan bahan referensi bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti mengenai kejadian anemia pada remaja putri ditinjau dari lama menstruasi dan status gizi.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

N o	Penelitian & Judul	Metode Penelitian	Hasil	Persamaan & Perbedaan
1.	(Ismail <i>et. al</i> 2023) Hubungan Lama Men- struasi Remaja	Jenis penelitian yang digunakan adalah metode analitik kuantitatif dengan de- sain penelitian	Remaja putri di SMP N 2 Tambusai dapat diketahui bahwa mayori- tas remaja putri dengan lama menstruasi tidak normal yang menderita	Persamaan: a. Metode penelitian pendekatan kuantitatif

dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Smp N 2 Tambusai Kabupaten Rokan Hulu	<i>cross sectional</i> dengan jumlah sampel 55 orang dengan memberikan 20 pertanyaan melalui kuesioner.	anemia yaitu 11 orang (57,9%). Sedangkan mayoritas remaja putri dengan lama menstruasi normal yaitu tidak anemia adalah berjumlah 31 orang (86,1%). Hasil uji Chi Square pada lama menstruasi dengan kejadian anemia diperoleh nilai $p=0.001$ (<0.05) artinya, ada hubungan antara lama menstruasi remaja dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 2 Tambusai Rokan Hulu.	b. Topik penelitian membahas anemia pada remaja putri c. Subjek penelitian remaja putri di jenjang SMP d. Menggunakan pendekatan <i>cross-sectional</i> Perbedaan: a. Menguji hubungan b. Jenis penelitian kuantitatif analitik c. Variabel independen dan dependen d. Analisa data bivariat e. Lokasi penelitian
2. (Octaviannyet al. 2025) Hubungan Lama Menstruasi Terhadap Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri Di Smpn 1 Grogol Kabupaten Kediri	Penelitian ini menerapkan desain analitik dengan pendekatan kuantitatif untuk menganalisis keterkaitan antara berbagai variabel. Subjek penelitian melibatkan 124 siswi remaja putri yang sedang menempuh pendidikan di kelas 7, teknik pengambilan sampel secara	Hasil Analisis menggunakan korelasi Spearman Rank (ρ) menunjukkan bahwa nilai signifikansi (Sig. 2-tailed) sebesar 0,006, yang lebih kecil dari 0,05. Temuan ini mengindikasikan adanya hubungan antara lamanya periode menstruasi dengan kadar hemoglobin pada siswi di SMPN 1 Grogol, Kabupaten Kediri.	Persamaan: a. Metode penelitian pendekatan kuantitatif b. Topik penelitian membahas anemia pada remaja putri c. Subjek penelitian remaja putri di jenjang SMP Perbedaan: a. Menguji hubungan b. Jenis penelitian kuantitatif analitik c. Variabel independen dan dependen d. Teknik pengambilan sampel dengan <i>Random Sampling</i>

		<i>random sampling</i> sehingga diperoleh 60 responden. Pengumpulan data dilakukan melalui angket dan pengukuran tingkat hemoglobin dengan perangkat digital. Hasil yang didapat kemudian dianalisis menggunakan metode korelasi Spearman Rank.	e. Analisa data bivariat f. Lokasi penelitian g. Lokasi penelitian
3.	(Putri et al. 2025) Hubungan Siklus Dan Lama Menstruasi Dengan Anemia Pada Remaja Putri Di SMAN Pulaulaut Barat Kota-baru	Menggunakan desain <i>survey</i> analitik dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> terhadap 76 siswi yang dipilih menggunakan teknik quota sampling di SMAN 1 Pulaulaut Barat Kotabaru. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan data dokumentasi. Kemudian,	Hasil menunjukkan mayoritas mengalami siklus menstruasi panjang (39,5%), mayoritas mengalami lama menstruasi panjang (46,0%), dan mayoritas tidak mengalami anemia (61,8%). Kemudian, hasil uji Chi Square menunjukkan hubungan signifikan antara siklus menstruasi ($p=0,003$) dan lama menstruasi ($p=0,000$) dengan kejadian anemia. Persamaan: a. Metode penelitian pendekatan kuantitatif b. Topik penelitian membahas anemia pada remaja putri c. Menggunakan pendekatan <i>cross-sectional</i> Perbedaan: a. Desain <i>Survey</i> analitik b. Subjek jenjang SMA c. Teknik <i>Quota Sampling</i> d. Lokasi penelitian

	dianalisis menggunakan uji chi square.		
4. (Alfianingsih and Purwito 2024)	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain analitik observasional dan dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian ini adalah siswi putri yang berjumlah 86 yang diambil dengan menggunakan teknik purposive sampling dan analisa data yang digunakan pada penelitian ini adalah uji Spearman Rank.	Penelitian ini dilakukan di MAN 1 Banyumas dimana didapatkan hasil prevalensi anemia pada remaja putri sebesar (62,8%), status gizi sebagian besar berkategori kurus sebesar (60,5%), kemudian pola makan dalam kategori buruk sebesar (62,8%), siklus menstruasinya dengan kategori teratur sebesar (58,1%), dan lama menstruasi dengan kategori panjang sebesar (50%).	Persamaan: a. Menggunakan pendekatan <i>cross-sectional</i> b. Topik penelitian membahas anemia pada remaja putri Perbedaan: a. Teknik pengambilan sampel b. Desain penelitian