

**POLA MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN ANEMIA REMAJA DI AKBID BUNGA
HUSADA SAMARINDA TAHUN 2017**

¹⁾**Fitriana**

Jurusan Kebidanan, Akademi Kebidanan Bunga Husada Samarinda, Jl.A.W.Sjahanie Gang 3
Samarinda -75123

E-mail : fitriana.pramardika90@gmail.com

Abstract

Anemia is one nutritional problem that needs special attention. Teenagers are one of the age groups susceptible to anemia because of menstruation every month. The objective of the research is to know the relationship of menstrual patterns with anemia in adolescent girls in Midwifery Academy Of Bunga Husada Samarinda. This study used analytic survey with cross sectional approach. The number of samples are 188 respondents. Sampling technique used is simple random sampling. Statistical analysis using the Chi- square. The results showed there is a correlation relationship between anemia with normal menstrual pattern-short ($p = 0.000$), there is a relationship between anemia with normal menstrual pattern-length ($p = 0.000$). Respondents who have a long menstrual pattern will have 24.23 times the chance to experience anemia compared with respondents who have a short menstrual pattern. Suggestion that student know the correct pads elections and attention to reproductive health.

Keywords: *anemia, menstrual pattern*

Abstrak

Anemia merupakan salah satu masalah gizi yang perlu mendapatkan perhatian khusus. Remaja merupakan salah satu kelompok usia yang rentan terkena anemia karena mengalami menstruasi setiap bulan. Tujuan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola menstruasi dengan anemia pada remaja putri di akbid bunga husada Samarinda. Metode Penelitian ini menggunakan metode survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel penelitian sebanyak 188 responden. Tehnik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Simple Random Sampling*. Analisis statistik menggunakan *Chisquare*. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan anemia dengan pola menstruasi normal-pendek ($p=0,000$), dan ada hubungan antara anemia dengan pola menstruasi normal-panjang ($p=0,000$). Kesimpulan Responden yang memiliki pola menstruasi panjang akan mempunyai peluang 24.23 kali untuk mengalami anemia dibanding dengan responden yang memiliki pola menstruasi pendek. Saran agar mahasiswa mengetahui pemilihan pembalut yang benar dan memperhatikan kesehatan organ reproduksi.

Kata Kunci: Anemia, Pola menstruasi

PENDAHULUAN

Masa depan suatu bangsa ditentukan oleh kuantitas dan kualitas dari generasi muda. Remaja merupakan masa transisi dari masa anak ke masa dewasa. Data

Demografi menunjukkan bahwa penduduk di dunia jumlah populasi remaja merupakan populasi yang besar. Menurut *World Health Organization* sekitar seperlima dari penduduk dunia

dari remaja berumur 10 - 19 tahun. Data demografi di Amerika Serikat menunjukkan jumlah remaja berumur 10 - 19 tahun sekitar 15 % populasi. Di Asia Pasifik jumlah penduduknya merupakan 60 % dari penduduk dunia, seperlimanya adalah remaja umur 10 - 19 tahun. (Soetjningsih, 2010).

Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) (2010), Penduduk Indonesia pada tahun 2013 39,3% atau 63 juta jiwa adalah remaja berusia 10 sampai 24 tahun (BPS, 2010). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi KalTim jumlah remaja di Provinsi Kalimantan Timur pada tahun 2013 yaitu umur 10-14 tahun adalah 310.092, yang terdiri dari laki-laki 158.956 dan perempuan 151.136, umur 15-19 tahun adalah 303.771, yang terdiri dari laki-laki 1585.757 dan perempuan 148.014 dan umur 20-24 tahun adalah 314.937 yang terdiri dari laki-laki 163.618 dan perempuan 151.319 (BPS Prov KalTim, 2013).

Data dari Depkes (2009) di mana didapatkan penderita anemia pada remaja putri berjumlah 33,7 %. Dari semua kelompok umur tersebut, wanita mempunyai resiko paling tinggi untuk menderita anemia terutama remaja

putri. Prevalensi anemia di Indonesia pada remaja putri tahun 2011, yaitu 31%. (Depkes RI, 2011). Menurut data Riskesdas 2013, prevalensi anemia di Indonesia yaitu 21,7%, dengan proporsi 20,6% di perkotaan dan 22,8% di pedesaan serta 18,4% laki-laki dan 23,9 % perempuan. Berdasarkan kelompok umur, penderita anemia berumur 5-14 tahun sebesar 26,4% dan sebesar 18,4% pada kelompok umur 15-24 tahun. Menurut laporan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional tahun 2007 menjabarkan prevalensi anemia dari 33 provinsi yang diketahui bahwa sebanyak 20 provinsi memiliki angka prevalensi anemia yang lebih besar daripada angka rata-rata Indonesia, salah satunya adalah di pulau Kalimantan yaitu Kalimantan Barat 11.9%, Kalimantan Tengah 12.7%, Kalimantan Selatan 10.9%, dan Kalimantan Timur 13.9%.

Sepanjang usia reproduktif, wanita akan mengalami kehilangan darah akibat menstruasi. Kehilangan darah karena menstruasi yang berat merupakan salah satu penyebab anemia pada remaja putri. Jika darah yang keluar selama menstruasi sangat banyak maka akan terjadi anemia defisiensi besi. Remaja

putri dengan 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, dan siklus panjang lebih dari 35 hari, Jumlah darah yang keluar rata-rata $33,2 \pm 16$ cc atau 40 ml (Hanafiah, 2009)

Pada tanggal 12 Desember 2016 peneliti melakukan pengukuran Hb pada 15 mahasiswi AKBID Bunga Husada Samarinda didapatkan hasil 12 mahasiswi atau 80% menunjukkan hasil Kadar Hb kurang dari 12gr/dl , dan 3 orang atau 20% mahasiswi menunjukkan hasil Kadar Hb lebih dari 12 gr/dl, diantara mahasiswi yang anemia 5 mahasiswi memiliki pola menstruasi tidak normal.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode survey analitik yaitu meneliti hal yang sudah ada tanpa perlakuan sengaja untuk membangkitkan suatu gejala atau keadaan, dengan menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu metode pengambilan data yang dilakukan dalam waktu bersamaan (Suharsimi, 2006).

Populasi dalam penelitian ini adalah semua mahasiswi Akbid Bunga Husada Samarinda yang terdiri dari mahasiswi tingkat I,II,dan III yang berjumlah 312 orang. Penentuan besarnya sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan rumus Lemeshow dan didapat jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 188 responden dilakukan pada bulan Januari 2017 Tehnik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Simple Random Sampling* yaitu tehnik penentuan sampel dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut (Sugiyono, 2007).

Cara pengambilan sampel yaitu menggunakan tabel angka random. Cara pengumpulan data pada penelitian ini yaitu dengan menggunakan Data Primer meliputi data identitas responden, data dari hasil pemeriksaan Hb, dan data dari kuesioner yang digunakan untuk mengetahui pola menstruasi responden. Untuk mengukur variabel terikat yaitu keadaan anemia pada responden dengan cara melakukan pengukuran Hb dengan menggunakan Alat HB Digital. Untuk mengetahui pola menstruasi responden yaitu dengan menggunakan kuesioner. Pengambilan darah dan pembagian

kuesioner dilakukan selama 4 minggu, dilakukan pada saat jam perkuliahan di kelas sedang kosong.

Pengolahan data dari instrument di input ke komputer dengan tahapan proses *editing, coding, proses entry data, dan cleaning*. Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dengan distribusi frekuensi, analisis bivariat dengan *chi square*. Etika peneliti dengan memperhatikan aspek : *Informed consent, Anonymity, Confidentiality* dan Suka rela.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Frekuensi Anemia Responden

No	Status Anemia	Frekuensi	%
1	Tidak Anemia	117	62,2
2	Anemia	71	37,8
Total		188	100

Hasil penelitian menunjukkan 6 dari 10 mahasiswa tidak mengalami anemia.

Tabel 2. Frekuensi Jumlah Darah Menstruasi Responden

No	Jumlah Darah	Frekuensi	%
1	Normal	129	68,6
2	Tidak Normal	59	31,4
Total		188	100

Hasil penelitian menunjukkan hampir 7 dari 10 mahasiswa mengalami pengeluaran darah yang normal saat menstruasi.

Tabel 3. Frekuensi Siklus Menstruasi Responden

No	Siklus	Frekuensi	%
1	Normal	160	85,1
2	Pendek	15	8,0
3	Panjang	13	6,9
Total		188	100

Hasil penelitian menunjukkan hampir 9 dari 10 mahasiswa memiliki siklus menstruasi yang normal.

Tabel 4. Frekuensi Lama Hari Menstruasi Responden

No	Lama hari Menstruasi	Frekuensi	%
1	Normal	129	68,6
2	Pendek	1	0,5
3	Panjang	58	30,9
Total		188	100

Hasil penelitian menunjukkan hampir 7 dari 10 mahasiswa mengalami lama menstruasi yang normal

Tabel 5. Frekuensi Pola Menstruasi Responden

No	Pola Menstruasi	Frekuensi	%
1	Normal	120	63,8
2	Pendek	10	5,3
3	Panjang	58	30,9
Total		188	100

Hasil penelitian menunjukkan hampir 3 dari 5 mahasiswa memiliki pola menstruasi yang normal

Tabel 6. Hubungan Anemia dengan Jumlah Darah

No	Jumlah Darah	Status Anemia				Total	P Value	PR	
		Tidak Anemia		Anemia					
		N	%	N	%				N
1	Normal	107	82,9	22	17,1	129	100	0,00	23.83
2	Tidak Normal	10	16,9	49	83,1	59	100		
Total		117	62,2	71	37,8	188	100		

Hasil uji statistik yang diperoleh nilai *p value* sebesar 0,000 ($P < 0,05$) maka

dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara anemia dengan jumlah darah yang dikeluarkan

Tabel 7. Hubungan Anemia dengan Siklus Menstruasi

No	Siklus	Status Anemia				Total	P Value	PR	
		Tidak Anemia		Anemia					
		N	%	N	%				N
1	Pendek	5	33,3	10	66,3	15	100	0,008	4.15
2	Normal	108	67,5	52	32,5	160	100		
3	Panjang	4	30,8	9	69,2	13	100	0.01	4.67
Total		117	117	62,2	71	37,8	188	100	

Hasil uji statistik yang diperoleh nilai *p value* siklus menstruasi normal-pendek adalah sebesar 0,008 ($P < 0,05$), maka dapat disimpulkan ada hubungan yang

signifikan antara anemia dengan siklus menstruasi normal-pendek. Sedangkan *p value* untuk siklus menstruasi normal-panjang adalah 0.01, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan

hubungan yang signifikan antara anemia dengan siklus menstruasi normal-panjang dengan PR 4.67 responden yang memiliki siklus menstruasi normal-panjang akan

mempunyai peluang 4.673 kali untuk mengalami anemia dibanding dengan responden yang memiliki siklus menstruasi normal-pendek

Tabel 8. Hubungan Anemia dengan Lama Hari Menstruasi

No	Lama Hari	Status Anemia				Total		P Value	PR
		Tidak Anemia		Anemia		N	%		
		N	%	N	%				
1	Pendek	0	0,0	1	100	1	100	0,18	0,17
2	Normal	106	82,2	23	17,8	129	100		
3	Panjang	11	19,0	47	81,0	58	100	0,00	19,69
Total		117	62,2	71	37,8	188	100	117	

Hasil uji statistik yang diperoleh nilai *p value* lama menstruasi normal-pendek adalah sebesar 0,18 ($P > 0,05$), maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang signifikan antara anemia dengan lama menstruasi normal-pendek. *p value* untuk lama menstruasi normal-panjang adalah 0.00 ($P < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan

hubungan yang signifikan antara anemia dengan lama menstruasi normal-panjang, dengan PR 19.69 responden yang memiliki lama menstruasi normal-panjang akan mempunyai peluang 19.69 kali untuk mengalami anemia dibanding dengan responden yang memiliki siklus menstruasi normal-pendek.

Tabel 9. Hubungan Anemia dengan Pola Menstruasi

No	Pola Menstruasi	Status Anemia				Total		P Value	PR
		Tidak Anemia		Anemia		N	%		
		N	%	N	%				
1	Pendek	2	20,0	8	80,0	10	100	0,00	23,22
2	Normal	103	85,8	17	14,2	120	100		
3	Panjang	12	20,7	46	79,3	58	100	0,00	24,23

Total	117	62,2	71	37,8	188	100
-------	-----	------	----	------	-----	-----

Hasil uji statistik yang diperoleh nilai *p value* pola menstruasi normal-pendek adalah sebesar 0,000 ($P < 0,05$), maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara anemia dengan pola menstruasi normal-pendek. Sedangkan *p value* untuk pola menstruasi normal-panjang adalah 0,000 ($P < 0,05$), maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara anemia dengan pola menstruasi normal-panjang, dengan PR 24.23 responden yang memiliki pola menstruasi panjang akan mempunyai peluang 24.23 kali untuk mengalami anemia dibanding dengan responden yang memiliki pola menstruasi pendek.

PEMBAHASAN

Hasil uji *Chisquare* menunjukkan hasil ada hubungan yang signifikan antara anemia dengan pola menstruasi normal-panjang, dengan PR 24.23 responden yang memiliki pola menstruasi panjang akan mempunyai peluang 24.23 kali untuk mengalami anemia dibanding dengan responden yang memiliki pola menstruasi pendek. Penelitian serupa pernah dilakukan oleh Anggarini (2012), yang menyatakan bahwa ada

hubunganyang signifikan antara kadar hemoglobin dan status gizi dengan pola siklus menstruasi pada remaja akhir Akademi Kebidanan Abdi Husada Semarang. Tetapi dalam penelitian Anggarini, pola menstruasi hanya dilihat dari lama menstruasi saja tidak seperti penelitian ini, pola menstruasi diukur dari siklus, lama dan jumlah darah.

Responden yang memiliki pola menstruasi panjang dan mengalami anemia sebanyak 79,3%, hal ini disebabkan oleh banyaknya darah yang keluar, lamanya menstruasi, dan panjangnya siklus karena wanita tidak mempunyai persediaan zat besi yang cukup dan absorpsi zat besi yang rendah ke dalam tubuh sehingga tidak dapat menggantikan zat besi yang hilang selama menstruasi (Hanafiah, 2009).

Besarnya zat besi yang hilang pada saat menstruasi tergantung pada banyaknya jumlah darah yang keluar setiap periode menstruasi. Kehilangan besi mengakibatkan cadangan besi semakin menurun, keadaan ini disebut *iron depleting state*. Apabila kekurangan besi berlanjut terus maka cadangan besi menjadi kosong sama sekali, penyediaan besi untuk eritropoesis berkurang

sehingga menimbulkan gangguan pada pembentukan eritrosit tetapi anemia secara klinis belum terjadi, keadaan ini disebut sebagai *iron deficient erythropoiesis*. Jika jumlah besi menurun terus maka eritropoesis semakin terganggu sehingga kadar hemoglobin mulai menurun, akibatnya timbul anemia hipokromik mikrositer, disebut sebagai *iron deficiency anemia* (Arisman, 2004).

Simpulan

Berdasarkan analisis data diatas ada Hubungan Pola menstruasi dengan Anemia remaja dengan kata lain bahwa remaja yang memiliki pola menstruasi panjang akan mempunyai peluang 24.23 kali untuk mengalami anemia dibanding dengan responden yang memiliki pola menstruasi pendek.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kepada Mahasiswa Akbid Bunga Husada Samarinda untuk data dan informasi berkaitan dengan penelitian, Direktur Akademi Kebidanan Bunga Husada Samarinda untuk pendanaan penelitian.

REFERENSI

Anggarini. T. 2012. *Hubungan Kadar haemoglobin dan Status Gizi dengan Pola Siklus Menstruasi pada Remaja*

Akhir Akademi kebidanan Kota Semarang.

Arisman, M. B. 2009. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. EGC: Jakarta.

Briawan, D. 2011. *Faktor Risiko Anemia Pada Siswi Peserta Program Suplementasi*. Jakarta.

Badan Pusat Statistik Provinsi Kalimantan Timur tahun 2013.

Bobak, dkk, 2004. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. EGC: Jakarta.

Citrakesumasari. 2009. *Anemia Gizi Masalah dan Penanggulangannya*. Kalika: Yogyakarta.

Departemen Kesehatan RI. 2003. *Program Penanggulangan Anemia Gizi untuk Remaja Putri dan WUS*. Depkes RI: Jakarta.

Departemen Kesehatan RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar 2013*. Jakarta.

Departemen Kesehatan., 2009. *Sistem Kesehatan Nasional*. Jakarta.

Jones. Derek Llewellyn, 2002. *Obstetri dan Ginekologi.*, Jakarta,

Hurlock . Elizabeth, B..2001. *Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan Sepanjang Rentan*.

Gunatmaningsih, D. 2007. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja*

- Putri Di Sma Negeri 1 Kecamatan Jatibarang: Kabupaten Brebes.*
- Hanafiah, M.J. 2009. Haid dan Siklusnya. In: Wiknjosastro, H. ed. *Ilmu Kandungan* Edisi Kedua Cetakan Ketujuh. PT Bina Pustaka Sarwono Prawihardjo: Jakarta.
- Hasmi, dkk, 2005. *Remaja Mengenal Dirinya*. UNFPA: Jakarta.
- Hendrik. 2009. *Problema Haid Tinjauan Syariat Islam dan Medis*. Tiga Serangkai: Solo.
- Hidayat, A. 2009. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis*. Samba Medika: Jakarta.
- Indartanti. D. 2014. *Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri*.
- Kartono, K. 2006. *Psikologi Wanita*. Mandar Maju: Bandung.
- Khomsan A. 2003. *Pangan dan Gizi untuk Kesehatan*. Raja Grafindo Persada: Jakarta.
- Kirana, P.D. 2011. *Hubungan Asupa Zat Gizi dan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Di SMAN 2 Semarang*. Semarang.
- Kumalasari, I. Andhyantoro, I. 2014. *Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.
- Machfoedz, 2008. *Metodologi Penelitian*. Fitramaya: Yogyakarta.
- Mary E. Beck. 2000. *Ilmu Gizi dan Diet Hubungan dengan penyakit-penyakit untuk Perawat dan Dokter*. Yayasan Essentia Medica: Yogyakarta.
- Menteri Kesehatan RI. 2013. *Profil kesehatan Indonesia Tahun 2013*.
- Mochtar, R. 2004. *Sinopsis Obstetri. Obstetri Operatif Obstetris Sosial*. EGC: Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Nursalam. 2003. *Konsep & Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta. Salemba Medika
- Permaisih. 2003. *Status gizi remaja dan faktor-faktor yang mempengaruhi*. Tersedia dari: <http://digilib.litbang.depkes.go.id>
- Proverawati, 2011. *Anemia Dan Anemia Kehamilan*. Nuha Medika: Yogyakarta.
- Saifuddin AB, 2003. *Buku Panduan Praktis Pelayanan Kontrasepsi*. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo: Jakarta.
- Sadikin, M. 2001. *Biokimia darah*. Widya Medika: Jakarta.
- Simanjuntak, N.A. 2009. *Hubungan Anemia pada Ibu Hamil dengan Kejadian Bayi Berat Lahir Rendah*

- (BBLR) di Badan Pengelola Rumah Sakit Umum (BPRSU) Rantau Prapat Kabupaten Labuhan Ratu Tahun 2008. Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara. Medan.
- Soetjningsih. (2010). *Bahan Ajar: Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Sagung Seto: Jakarta.
- Sugiyono. 2007. *Statistik Untuk Penelitian*. Alfabeta: Bandung.
- Suharsimi, A. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta: Jakarta.
- Supariasa, D. N. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Buku Kedokteran EGC: Jakarta.
- WHO. 2001. *Iron Deficiency Anemia Assessment, Prevention, and Control. A guide for Programme Manager*.
- WHO. 2004. *Haemoglobin concentrations for the diagnosis of anaemia and assessment of severity. VMNIS / Vitamin and Mineral Nutrition Information System*.
- Widyastuti, A. Dkk. 2009. *Kesehatan Reproduksi*. Fitramaya: Yogyakarta.
- Wiknjosastro, Hanifa. *Ilmu Kandungan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo; 2005.Jakarta.