

BAB 1

PENDAHULUAN

Latar Belakang Penelitian

Masa remaja merupakan salah satu dari periode perkembangan manusia, yang diartikan sebagai masa peralihan dari masa kanak – kanak hingga ke masa dewasa yang meliputi perubahan dari biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial. Di sebagian besar masyarakat, masa remaja pada umumnya dimulai pada usia 10 – 13 tahun dan berakhir pada usia 18 – 22 tahun (Isroani, *et al.*, 2023).

Masa remaja juga merupakan proses maturasi atau pematangan pada kondisi psikologis dan fisiknya. Remaja yang mengalami perubahan secara psikologis dilihat dari caranya beradaptasi, seperti berusaha mendapat status dalam kelompok, rasa ingin dihargai, menerima perubahan dan keadaan fisik, menjalin hubungan di lingkungan sosial, dan pembentukan minat pada jenis kelamin (Wirenviona & Riris, 2020).

Pematangan pada kondisi fisik identik dengan ciri primer yang dimana berfungsinya sistem reproduksi yang ditandai dengan terjadinya menstruasi pada perempuan. Waktu pertama kali saat perempuan atau remaja putri mengalami menstruasi disebut dengan menarche yang dimana

akan terjadi disaat berumur 11 – 16 tahun (Sinaga, *et al.*, 2018). Sedangkan, ciri pematangan fisik pada laki – laki ialah mimpi basah. Adapun ciri sekundernya, pada perempuan pinggul dan pantat membesar, kulit lebih halus, tinggi, berat badan bertambah, serta payudara yang mulai membesar, sedangkan pada laki – laki ciri sekundernya ditandai dengan perubahan suara, tumbuh jakun, tinggi, berat badan bertambah, serta dada yang membidang. (Wirenviona & Riris, 2020).

Remaja merupakan kelompok usia yang membutuhkan zat besi paling tinggi yaitu 26 mg/hari. Hal ini dikarenakan pertumbuhan dan perkembangan tubuh yang pesat pada remaja (Taufiq, Ekawidnyani, & Sari, 2020). Remaja putri memerlukan lebih banyak zat besi dari pada remaja putra, karena siklus menstruasi yang dialaminya setiap bulan. Remaja putri kehilangan sekitar 1 mg zat besi pada tubuhnya setiap hari ketika terjadinya proses pengeluaran darah atau menstruasi. Hal ini menyebabkan remaja putri lebih rentan untuk mengalami anemia (Sinaga, *et al.*, 2018). Kebutuhan absorpsi zat besi yang memuncak pada umur 14 – 15 tahun juga akan memperberat risiko terjadinya anemia pada remaja putri (Utami *et al.*, 2021).

Menstruasi memiliki siklus yang dimana jika terjadi secara tidak teratur maka juga akan meningkatkan resiko untuk terjadinya anemia siklus menstruasi. Siklus menstruasi merupakan jarak antara tanggal hari pertama mulainya menstruasi yang lalu dengan hari pertama mulai menstruasi berikutnya. Siklus ini dikatakan normal jika terjadi setiap bulan selama 3-7

hari dan jarak haid pertama ke haid pertama selanjutnya berlangsung kurang lebih 28 hari (antara 21-35) (BKKBN,2018).

Remaja di keadaan tertentu akan mengalami siklus menstruasi memanjang atau lebih dari 35 hari (*oligomenore*), siklus menstruasi yang pendek kurang dari 21 hari (*polimenore*) bahkan tidak menstruasi selama 3 bulan (*amenore*) berturut-turut (BKKBN , 2018). Hal ini masih dianggap normal jika terjadi jika memang dialami terus – menerus selama menstruasi atau teratur dengan rentang waktu minimal tiga bulan. Namun, jika dialami secara tidak teratur dapat dikategorikan sebagai kondisi patologis atau abnormal, sehingga juga dapat mengarah ke kondisi anemia (Sinaga, *et al.*, 2018).

Siklus menstruasi dapat mempengaruhi terjadinya anemia, hal ini disebabkan karena ketidakseimbangan sistem hormon pada aksis *hipotalamus-hipofisis-ovarium* (Permatasari, 2018). Ketidakseimbangan hormon ini akan mengakibatkan gangguan pada proses ovulasi sehingga waktu yang diperlukan untuk mengalami satu siklus menstruasi akan menjadi lebih pendek. Siklus pendek memiliki risiko lebih besar untuk mengalami kejadian anemia dari pada siklus panjang dan normal, sebab darah yang keluar setiap bulan nya akan lebih cepat sehingga menstruasi akan terjadi lebih dari satu kali tiap bulannya dan resiko hilangnya zat besi akan semakin besar (Kirana, 2018).

Anemia merupakan suatu kondisi tubuh dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam darah lebih rendah dari normal (WHO, 2023). Hemoglobin merupakan salah satu komponen dalam sel darah merah atau eritrosit yang berfungsi untuk mengikat oksigen dan menghantarkannya ke seluruh sel jaringan tubuh. Kadar Hb normal ditentukan dengan derajat dan juga usianya, mulai dari derajat ringan, sedang, dan berat, serta dapat di lihat juga berdasarkan dengan kelompok umur (WHO, 2023).

Anemia yang dialami akibat kehilangan darah, setelah mengalami perdarahan yang cepat, tubuh akan mengganti cairan plasma dalam waktu 1 sampai 3 hari, namun hal ini akan menyebabkan konsentrasi sel darah merah menjadi rendah. Bila tidak terjadi perdarahan berikutnya, konsentrasi sel darah merah biasanya kembali normal dalam waktu 3 sampai 6 minggu. Pada kehilangan darah yang kronis, pasien sering kali tidak dapat mengabsorpsi cukup besi dari usus untuk membentuk hemoglobin secepat darah yang hilang. Siklus menstruasi terjadi sekitar 21 – 35 hari pada saat keadaan normal, yang dimana jika terjadi perdarahan atau fase menstruasi pada siklus menstruasi tubuh akan mengganti cairan darah selama 1 – 3 hari, sedangkan menstruasi terjadi 3 – 7 hari setiap bulannya, hal ini menyebabkan pembentukan sel darah merah terlambat akibat menstruasi (Guyton, 2021).

Berdasarkan data dari WHO menunjukkan bahwa anemia ini banyak dialami oleh wanita usia subur dan anak – anak umur 6 – 59 bulan, serta remaja putri. Pada tahun 2019, sebanyak 29,9% populasi wanita di seluruh

dunia menderita penyakit anemia, anak – anak sebanyak 39,8% dari seluruh populasi, bahkan di afrika sebanyak 60,2% anak – anak menderita penyakit ini (WHO, 2021).

Berdasarkan data dari WHO tahun 2021 di Indonesia prevalensi anemia pada wanita usia subur umur 14 – 49 tahun sebanyak 31,2% (WHO, 2021). Hasil data dari RISKESDAS pada tahun 2018, menunjukkan penderita anemia di usia anak 5 – 14 tahun sebanyak 26,8% dari keseluruhan populasi dan sebanyak 32% penderita anemia di usia 15 – 24 tahun, yang dimana usia ini merupakan usia di tahap perkembangan remaja putri. Hal ini berarti 3 dari 10 orang remaja putri telah menderita anemia. Di Sumatera Barat berdasarkan acuan SK menkes, prevalensi anemia yaitu sebanyak 29,8% untuk perempuan (Kemenkes, 2021).

Dampak anemia pada remaja putri ialah mengalami kelelahan, menurunkan kemampuan dan konsentrasi belajar, mengganggu pertumbuhan dan perkembangan pada tubuh remaja putri, menurunnya kondisi fisik tubuh, menurunnya daya tahan tubuh. Dampak ini akan terbawa hingga remaja putri menjadi ibu hamil sehingga berisiko melahirkan bayi BBLR, prematur, gangguan tumbuh kembang seperti *stunting*, perdarahan sebelum dan saat melahirkan (Utami *et al.*,2021).

Dampak anemia yang dapat berlanjut hingga remaja putri nantinya mengalami kehamilan ini menyebabkan perlunya dilakukan penelitian dan

edukasi mengenai anemia kembali. Penyebab dari anemia ialah nutrisi yang tidak tercukupi oleh tubuh, anemia hemolitik yang dimana kondisi sel darah merah hancur atau mati lebih cepat dari waktunya, dan kondisi perdarahan pada tubuh. Kondisi perdarahan ini dapat disebabkan oleh luka terbuka yang disebabkan oleh kecelakaan, sehingga darah dapat hilang dan dapat disebabkan oleh menstruasi (Utami *et al.*,2021).

Penelitian terkait siklus menstruasi yang dilakukan oleh Nyoman dan Made (2021) pada remaja putri di kabupaten Bangli menemukan adanya hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri, penelitian lain dilakukan oleh Intan dkk (2023) pada siswa sma di Palembang mendapatkan adanya hubungan siklus menstruasi dengan kejadian Anemia pada remaja putri usia. Namun, penelitian yang dilakukan oleh Suci (2020) Pada mahasiswi di Langkat menemukan tidak ada hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia. Dari beberapa penelitian ini masih ditemukan adanya perbedaan dalam hasil penelitian terkait hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia.

Aturan baru kemendikbud pada tahun 2017, merubah sistim pendidikan di kota Padang dan seluruh Indonesia yang mengharuskan pembelajaran dari pagi hingga sore, menyebabkan siswa – siswinya akan mengalami kelelahan. Kelelahan merupakan salah satu tanda dan gejala dari penyakit anemia yang rentan dialami oleh remaja putri (Utami *et al.*,2021).

Pemerintah juga telah melaksanakan program pemberian TTD (tablet tambah darah) pada remaja putri usia 12 – 18 tahun di sekolah dengan frekuensi 1 tablet setiap minggu sepanjang tahun. Namun, setelah dilakukan studi pendahuluan di beberapa sekolah didapatkan data bahwa remaja putri ini tidak mendapatkan tablet tambah darah setiap minggu namun hanya sekali dalam setahun, hal ini tentu saja akan berdampak terhadap proses pencegahan anemia dan anemia akan tetap terjadi (Kemenkes, 2021)

Berdasarkan Badan Pusat statistik tahun 2022, kota Padang memiliki jumlah perempuan terbanyak di Sumatera Barat dengan jumlah 457.433 orang. Padang Timur merupakan salah satu kecamatan di Kota Padang yang memiliki jumlah perempuan terbanyak dengan jumlah 38.611 orang. Berdasarkan data dapodik tahun 2023, SMPN 31 Padang merupakan salah satu sekolah yang memiliki jumlah remaja putri / siswi terbanyak di kota Padang, terkhusus di kecamatan padang timur yaitu sebanyak 415 orang siswi (Kemdikbud, 2023).

Berdasarkan data dari UKS dan studi pendahuluan terhitung dari bulan september hingga november 2023 di SMPN 31 Padang, bahwa setiap bulannya terdapat siswi yang meminta izin tidak mengikuti pembelajaran dalam keadaan menstruasi dengan keluhan lemah bahkan pingsan, dengan rincian sebanyak 3 orang mengalami pingsan dan 4 orang kelelahan dari 10

orang siswi. Dari beberapa siswi ini, 3 orang mengalami siklus menstruasi yang pendek, 2 orang yang panjang dan 5 orang lainnya normal.

Berdasarkan latar belakang, hasil penelitian, dan studi pendahuluan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMPN 31 Padang tentang “Hubungan siklus menstruasi dengan kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMPN 31 Padang”.

Penetapan Masalah

Apakah ada hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri di SMPN 31 Padang?

Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri di SMPN 31 Padang.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini untuk mengetahui :

- a. Distribusi frekuensi kejadian anemia remaja putri di SMPN 31 Padang.

- b. Distribusi frekuensi siklus menstruasi remaja putri di SMPN 31 Padang.
- c. Hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada SMPN 31 Padang.

Manfaat Penelitian

1. Bagi Sekolah

Manfaat penelitian ini pada sekolah adalah sekolah dapat mengetahui angka kejadian anemia di sekolah tersebut dan informasi mengenai faktor penyebab terjadinya anemia.

2. Bagi Remaja

Manfaat penelitian ini pada remaja putri adalah remaja dapat mengetahui keteraturan siklus menstruasinya dan informasi mengenai pencegahan anemia.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Manfaat penelitian ini untuk peneliti selanjutnya ialah penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi dan *data base* mengenai keterkaitan siklus menstruasi dengan kejadian anemia.

4. Bagi Pelayanan Kesehatan

Manfaat dari penelitian ini untuk pelayanan kesehatan adalah dapat dijadikan sebagai alat promosi pencegahan terkait kejadian anemia.

