

Hubungan Pengetahuan Dan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Perhentia Raja Tahun 2022

The Relationship between Knowledge and Menstrual Patterns on the Incidence of Anemia in Adolescent Girls at SMA Negeri 1 Perhentian Raja in 2022

Heri Yanis^{1*}, Fitri Apriyanti², Milda Hastuty³

^{1, 2, 3} Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

ABSTRACT

Anemia in adolescents is a health problem where the hemoglobin (HB) level in the blood is lower than the normal value for the age group and gender, in female adolescents the normal hemoglobin (HB) is 12 gr/dl and in males 13 gr/dl. The aim of the research is to analyze the relationship between knowledge and menstrual patterns and the incidence of anemia in young women at SMA Negeri 1 Perhentian Raja, Kampar Regency in 2023. The type of research is quantitative analytical research with a cross sectional design. The research was conducted on June 16-June 19 2023 with a sample of 205 young women at SMA Negeri 1 Perhentian Raja, Kampar Regency, using total sampling data collection techniques. Data collection uses a questionnaire. The data analysis used was univariate and bivariate analysis with the Chi Square test. The results of the final assignment report showed that there was a relationship between knowledge and menstrual patterns and the incidence of anemia in young women at SMA Negeri 1 Perhentian Raja, Kampar Regency (p value = 0.010) knowledge, (p value = 0.000). The conclusion is that there is a significant relationship between knowledge and menstrual patterns and the incidence of anemia in young women at SMA Negeri 1 Perhentian Raja, Kampar Regency. It is hoped that the SMAN 1 Perhentian Raja school can collaborate with the Health Service through the Community Health Center to further improve UKS (Health and School Business) and PIKR (Youth Information and Counseling Center). As well as reviving the PKPR (Youth Care Health Services) program with more frequent intensity.

Keywords : Knowledge¹, Menstrual Patterns², Occurrence of Anemia in Adolescent Girls³

ABSTRAK

Anemia pada remaja merupakan suatu masalah kesehatan dimana kadar Hemoglobin (HB) didalam darah lebih rendah dari nilai normal untuk kelompok umur dan jenis kelamin, pada remaja putri Hemoglobin (HB) normal adalah 12 gr/dl dan pada pria 13 gr/dl. Tujuan penelitian adalah untuk menganalisis hubungan pengetahuan dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar Tahun 2023. Jenis penelitian adalah penelitian analitik kuantitatif dengan desain cross sectional. Penelitian dilakukan pada tanggal 16 Juni- 19 Juni 2023 dengan jumlah sampel 205 orang remaja putri di SMA Negeri 1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar, menggunakan teknik pengambilan data total sampling. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan uji Chi Square. Hasil laporan tugas akhir didapatkan hubungan pengetahuan dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar (p value = 0.010) pengetahuan, (p value = 0.000). Kesimpulan terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar. Diharapkan pihak sekolah SMAN 1 Perhentian Raja dapat berkerja sama dengan dinas Kesehatan melalui puskesmas untuk lebih meningkatkan lagi UKS (Usaha Kesehatan Dan Sekolah) dan PIKR (Pusat Informasi Dan Konseling Remaja). Serta menghidupkan Kembali program PKPR (Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja) dengan intensitas yang lebih sering

Kata Kunci : Pengetahuan¹, Pola Menstruasi², Kejadian Anemia pada Remaja Putri.

Correspondence : Heri Yanis

Email : heriyanis0503@gmail.com , 082249584468

• Received 20 September 2023 • Accepted 23 September 2023 • Published 30 September 2023

• e - ISSN : 2963 – 413X • DOI : <https://doi.org/10.31004/emj.v2i3.10350>

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan periode transisi antara masa anak-anak ke masa dewasa, dengan terjadinya perkembangan fisik terutama perkembangan alat reproduksi maupun organ tubuh lain menjadi sempurna (Apriyanti et al., 2018). Beberapa masalah kesehatan yang dialami dan mengancam masa depan remaja Indonesia yaitu ada empat masalah kesehatan yang dinilai paling sering dialami oleh remaja Indonesia antara lain kekurangan zat besi (anemia), kurang tinggi badan (stunting), kurang energi kronis (kurus), dan kegemukan atau obesitas (Kemenkes RI, 2022). Anemia pada remaja merupakan suatu masalah kesehatan dimana kadar *Hemoglobin (HB)* didalam darah lebih rendah dari nilai normal untuk kelompok umur dan jenis kelamin, pada remaja putri *Hemoglobin (HB)* normal adalah 12 gr/dl dan pada pria 13 gr/dl (Yulita et al., 2022).

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan yang sering dijumpai di seluruh dunia terutama pada negara berkembang (Zaenab, 2021). Secara global, anemia adalah masalah kesehatan masyarakat yang serius sehingga mempengaruhi 571 juta wanita di seluruh dunia. Menurut data *World Health Organization (WHO)* tahun 2023. Prevalensi anemia di dunia diperkirakan sebanyak 40% kasus anemia pada anak usia 6 - 59 bulan, 37% pada wanita hamil, 30% remaja putri diseluruh dunia yang mengalami anemia, hal ini paling umum terjadi di negara berpendapatan rendah dan menengah (WHO, 2023). Anemia juga meningkatkan resiko infeksi dan kematian, merusak kemampuan kognitif dan juga menyebabkan pertumbuhan dan perkembangan yang buruk (Kemenkes RI, 2022).

Angka kejadian anemia di Indonesia terbilang masih cukup tinggi. Berdasarkan hasil laporan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 prevalensi anemia pada remaja putri berkisar sebesar 26.8% pada kelompok usia 5-14 tahun sedangkan remaja putri pada usia 15-24 tahun angka kejadian anemia yaitu sebesar 32.0%, dimana angka kejadian anemia ini mengalami peningkatan jika dibandingkan dengan kejadian anemia pada Rikesdas tahun 2013. Sehingga hal ini menyebabkan anemia menjadi masalah kesehatan utama pada remaja khususnya remaja putri. Hal tersebut dipengaruhi oleh kebiasaan asupan gizi yang tidak optimal dan kurangnya aktifitas fisik (Rikesdas RI, 2018). Beberapa yang menjadi faktor penyebab dari terjadinya anemia pada remaja putri meliputi kurangnya pengetahuan remaja (mengenai anemia, asupan gizi, konsumsi tablet Fe) pola menstruasi (siklus menstruasi, lama menstruasi, jumlah pendarahan, desminorea), sikap remaja putri, status sosial ekonomi dengan kejadian anemia pada remaja (Rosianti et al., 2017).

Di Provinsi Riau, prevalensi anemia yaitu 25,1% berada rentang usia 15-24 tahun. Anemia merupakan salah satu penyebab kematian di provinsi riau dimana angka kejadiannya sebanyak 28% yang di sebabkan oleh pendarahan (Profil Kesehatan Provinsi Riau, 2021). Kabupaten Kampar merupakan salah satu kabupaten yang berada di Provinsi Riau. Kabupaten ini memiliki angka kejadian anemia pada remaja putri sebanyak 316 remaja putri dan jumlah remaja putri di 21 wilayah puskesmas sebanyak 22,482. Angka kejadian Anemia terbesar berada di wilayah puskesmas Perhentian Raja di desa Pantai Raja sebanyak 8% kejadian anemia, yang terdiri dari remaja usia 13- 19 tahun.

SMA Negeri 1 Perhentian Raja merupakan salah satu sekolah negeri di kecamatan Perhentian Raja / Pantai Raja Kabupaten Kampar. Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMA Negeri 1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar terhadap 15 orang remaja putri. Terdapat 9 remaja yang mengalami anemia dengan Hb < 11 gr/dl. Berdasarkan hasil wawancara penulis terhadap remaja putri SMA Negeri 1 Perhentian Raja hanya 6 siswi dengan pengetahuan yang baik mengenai anemia, dan 7 siswi dengan pola menstruasi normal.

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan pengetahuan dan pola mnstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar Tahun 2023.

METODE

Penelitian ini dilakukan dengan metode penelitian *analitik kuantitatif* dengan desain penelitian *cross-sectional* yaitu melakukan pengukuran atau pengamatan pada seluruh variabel dependent (kejadian anemia pada remaja putri) dengan variabel indenpenden (pengetahuan , status gizi, dan pola menstruasi) dilakukan dalam waktu yang sama untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri, dilakukan sekali saja dan pada saat yang bersamaan. Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 16-19 juni 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi SMA Negeri 1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar berjumlah 205 orang siswi. Besaran sampel yang diamati /diambil adalah 205 remaja putri , terdiri dari kelas X dan kelas XI dengan jumlah siswi kelas X 109 orang dan kelas XI dengan jumlah siswi 96 orang di SMA Negeri 1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar. Teknik pengambilan sampel dalam Penelitian ini dengan cara *Total sampling* artinya Teknik pengambilan sampel dengan jumlah populasi sama dengan sampel yang akan diteliti.

HASIL

a. Analisi Univariat

1. Distribusi Frekuensi Pengetahuan, Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMAN 1 Perhrntian Raja Kabupaten Kampar.

No	Variabel Independen	Frekuensi	Presentasi (%)
1	Pengetahuan		
	Kurang	89	43.4
	Baik	116	56.6
	Total	205	100.0
2	Pola Menstruasi		
	Tidak Normal	123	60.0
	Normal	82	40.0
	Total	205	100.0
Variabel dependen			
3	Kejadian Anemia pada Remaja putri		
	Anemia	121	59.0
	Tidak Anemia	84	41.0
	Total	205	100.0

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa dari 205 responden terdapat 116 (56.6%) dengan pengetahuan yang baik. Terdapat 123(60.0%) dengan pola menstruasi yang tidak normal. Dan terdapat 121 (59.0%) yang mengalami anemia.

b. Analisis Bivariat

1. Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 1 Perhrntian Raja Kabupaten Kampar.

Pengetahuan	Kejadian Anemia pada Remaja Putri				Total		p value	POR (95% CI)
	Tidak Anemia		Anemia					
	F	%	F	%	F	%		
Kurang	46	51.7	43	48.3	89	100.0	0.010	2.196 (1.244-3.877)
Baik	38	32.8	78	67.2	116	100.0		
Total	84	41.0	121	59.0	205	100.0		

erdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa dari 89 responden dengan pengetahuan kurang, terdapat 46 (51%) responden yang tidak mengalami anemia. Sedangkan dari 116 responden dengan pengetahuan baik, terdapat 78(67.2%) mengalami anemia.

Berdasarkan uji statistik *chi square*, diperoleh *p value* = 0.010 rtinya *p value* kecil dari 0.05. Secara stastistik menggunakan uji *chi square* (X^2) pada tingkat kemaknaan 95% menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar. Dapat dilihat dari nilai POR (Prevalensi Odds Ratio) adalah 2.196 dengan 95% CI adalah 1.244 - 3.877 yang berarti bahwa remaja putri yang berpengetahuan baik berpeluang sebanyak 2 kali beresiko mengalami anemia.

2. Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar

Pola Menstruasi	Kejadian Anemia pada Remaja Putri				Total		p value	POR (95% CI)
	Tidak Anemia		Anemia		F	%		
	f	%	F	%				
Tidak Normal	52	42.3	71	57.7	123	100	0,000	1.144 (0.647-2.023)
Normal	32	39.0	50	61.0	82	100		
Total	84	41.0	121	59.0	205	100		

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dilihat bahwa dari 123 responden dengan pola menstruasi yang tidak normal, terdapat Responden 52 (42.3%) yang tidak anemia. Sedangkan dari 82 responden dengan pola menstruasi yang normal, terdapat Responden 50 (61.0%) mengalami anemia.

Berdasarkan uji statistik *chi square*, diperoleh *p value*= 0.000 yang artinya *p value* kecil dari 0.05. Secara stastistik menggunakan uji *chi square* (X^2) pada tingkat kemaknaan 95% menunjukkan bahwa terdapat hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar. Dapat dilihat dari nilai POR (Prevalensi Odds Ratio) adalah 1.144, dengan 95% CI adalah 0.647 – 2.023 yang berarti bahwa remaja putri yang pola menstruasi normal berpeluang sebanyak 1 kali lebih berisiko mengalami anemia.

PEMBAHASAN

1. Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar

Berdasarkan tabel 4.4 dapat dilihat bahwa dari 89 responden dengan pengetahuan kurang, terdapat 46 (51%) responden yang tidak mengalami anemia dan 43 (48.3%) responden mengalami anemia. Sedangkan dari 116 responden dengan pengetahuan baik, terdapat 38 (32.8%) tidak mengalami anemia, dan 78 (67.2%) mengalami anemia. Berdasarkan uji statistik *chi square*, diperoleh *p value* = 0.010 artinya *p value* < 0.05. hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar tahun 2023.

Pengetahuan merupakan faktor predisposisi, yaitu faktor yang mempermudah atau mempredisiposikan terjadinya perilaku seseorang. Pengetahuan seseorang akan suatu program kesehatan akan mendorong orang tersebut mau berpartisipasi didalamnya. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam terbentuknya tindakan seseorang. Pengetahuan remaja yang kurang tentang anemia mengakibatkan kurangnya pemahaman mereka tentang anemia .

Hal ini mengidentifikasi bahwa pengetahuan sangat mempengaruhi perilaku seseorang dalam mengambil suatu keputusan, semakin baik pengetahuan seseorang maka potensi responden untuk peduli dalam memenuhi asupan gizi dan mengkonsumsi tablet Fe (tambah darah)akan lebih tinggi. Dalam hal ini pengetahuan tentang anemia sangat mempengaruhi kecenderungan remaja putri untuk memilih

bahan makanan dengan nilai gizi tinggi yang mengandung zat besi yang tinggi serta apabila memiliki pengetahuan yang tinggi tentang anemia, maka bisa menghindari makanan dan minuman yang dapat menghambat penyerapan zat besi. Pengetahuan gizi anemia bertujuan untuk merubah perilaku masyarakat kearah konsumsi pangan yang sehat dan bergizi (Shara et al., 2016).

Hasil penelitian dari 116 responden yang berpengetahuan baik, terdapat 78 (67.2%) responden mengalami anemia. Hal ini disebabkan karena ada 15 remaja yang sedang mengalami menstruasi dan juga masih banyak responden yang masih belum peduli akan pentingnya asupan gizi yang baik dan ketidak patuhan dalam mengonsumsi tablet Fe. Hal ini di dapatkan dari hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap responden. Dimana dalam memenuhi asupan gizi, remaja putri masih mengabaikan pentingnya makan makanan dengan gizi yang seimbang. Makanan yang sering dikonsumsi remaja adalah mie instan, bakso, dan jajanan kemasan dimana pada makanan tersebut nilai gizi yang terkandung relatif rendah dan dari hasil wawancara yang di lakukan ada 50 orang remaja putri yang tidak suka mengonsumsi sayuran.

Menurut Notoadmojo, tingkat pengetahuan seseorang mengenai suatu objek memiliki tingkatan yang berbeda-beda, teori ini dikuatkan oleh pendapat Dewi dan Wawan (2020) yang menyatakan bahwa suatu pengetahuan dapat mempengaruhi perilaku seseorang. Perilaku dapat diartikan sebagai kegiatan atau aktivitas seseorang baik yang dapat diamati langsung oleh orang lain selain dirinya. Sebelum mengadopsi suatu perilaku yang baru dalam diri seseorang tersebut akan terjadi proses yang berurutan yaitu *awereness* (kesadaran) dalam arti mengetahui stimulus (objek) yang ditirunya, kemudian *interest* (merasa tertarik dan mulai menaruh perhatian terhadap suatu stimulus), melakukan *evaluation* (mempertimbangkan baik buruknya tindakan tersebut bagi dirinya), dilanjutkan dengan proses *trial* (mulai mencoba membiasakan perilaku yang baru) dan berakhir dengan *adaption* (telah meniru perilaku baru tersebut sesuai dengan kesadaran, pengetahuan, dan sikap terhadap stimulus). Akan tetapi, setiap individu memiliki pemikiran yang berbeda. Tidak semua orang yang pengetahuan baik mengamalkan pengetahuannya sehingga dalam hal ini responden dengan pengetahuan yang baik masih ada yang anemia.

Sedangkan dari hasil penelitan 89 responden yang berpengetahuan buruk, terdapat 46 (57.7%) responden yang tidak anemia. Hal ini dikarenakan 20 remaja putri dengan pola menstruasi yang, dan faktor yang dukungan remaja yang berpengetahuan buruk tapi tidak anemia adalah dari orang tua atau keluarga dalam pemenuhan asupan gizi seimbang sehingga kebutuhan zat besi remaja putri terpenuhi, dari hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap responden, dukungan yang di berikan oleh orang tua terhadap remaja seperti memperhatikan makanan yang dikonsumsi di rumah mau pun di sekolah dengan membuat bekal makanan ke sekolah. Remaja putri juga mau mengonsumsi tablet Fe yang di berikan oleh pihak puskesmas dimana tablet Fe ini di bagikan sekali seminggu setiap hari hari rabu.

Sejalan dengan penelitan yang di lakuakn oleh Putri KM (2020) hasil penelitian menunjukkan Adanya hubungan antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilaya kerja puskesmas Paal Merah 1 Kota Jambi dari uji statistik chi-squar diperoleh nilai p value 0.000 ($p < 0.05$). Berdasarkan hasil penelitian dengan judul hubungan pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah kerja pukesmas Paal Merah 1 Kota Jambi, tentang pengetahuan anemia tergolong kurang sebanyak 23 orang (14.3%), pengetahuan cukup sebanyak 25 orang (44,6%) dan berpengetahuan baik sebanyak 8 orang (14.3%). Dengan tingkat kejadian anemia 36 orang (64.3%) yang mengalami anemia dan 20 orang (35.7%) yang tidak mengalami anemia. Tedapat hubungan bermakna antara pengetahuan dengan kejadian anemia, dimana peneliti berkesimpulan bahwa seseorang dengan pengetahuan yang kurang memiliki resiko lebih tinggi untuk terjadinya anemia, hal ini dikarenakan kurangnya informasi dan pelajaran yang di dapatkan mengenai anemia.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Apriyanti (2019) menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan remaja riwayyat menstruasi dan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan (p value = 0.011). Hal ini disebabkan karena pada saat pengambilan darah, 1 orang remaja putri dengan kadar hemoglobin yang rendah sedang mengalami menstruasi 5 orang remaja *memiliki* pengetahuan kurang dan riwayat menstruasi yang tidak normal. 3 orang remaja putri dengan pengetahuan yang kurang.

Berdasarkan Penelitian oleh Ely (2017) menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang anemia dan riwayat menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri dan terdapat hubungan yang bermakna antara asupan zat gizi energi, protein, zat besi, dan status gizi antropometri dengan kejadian anemia pada remaja putri dari hasil uji *Chi Squar* menggunakan SPSS (0.016), responden yang memiliki pengetahuan anemia cenderung memiliki perilaku mendukung dalam pencegahan anemia pada saat menstruasi. Responden yang memiliki pengetahuan kurang cenderung memiliki perilaku tidak mendukung dalam pencegahan anemia saat menstruasi. Hal tersebut menunjukkan adanya kecendrungan pengetahuan remaja putri tentang anemia berhubungan dengan perilaku pencegahan anemia saat menstruasi.

2. Hubungan Pola Menstruasi dengan kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar

Berdasarkan tabel 4.5 dapat dilihat bahwa dari 123 responden dengan pola menstruasi yang tidak normal, 71 (57.7%) mengalami anemia. Sedangkan dari 82 responden dengan pola menstruasi yang normal, 50 (61.0%) mengalami anemia. Berdasarkan uji statistik *chi square* diperoleh p value= 0.000 yang artinya p value kecil dari 0.05, hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar. Hasil penelitian dari 123 responden dengan pola menstruasi yang tidak normal, terdapat 71 (57.7%) yang mengalami anemia yang rata-rata penyebabnya adalah lama menstruasi yang lebih dari 7 hari dan siklus menstruasinya < 21 hari serta kurangnya asupan Fe.

Anemia pada remaja putri disebabkan masa remaja sudah mengalami menstruasi. Menstruasi adalah keadaan yang fisiologis, peristiwa pengeluaran darah, lendir dan sisa – sisa sel secara berkala yang berasal dari mukosa uterus dan terjadi relatif teratur mulai dari menarche sampai menopause, kecuali pada masa hamil dan laktasi. Pola menstruasi merupakan serangkaian proses menstruasi meliputi siklus menstruasi, lama pendarahan menstruasi, jumlah perdarahan dan tidak adanya dimenore. Anemia pada remaja putri disebabkan oleh kehilangan darah dengan menstruasi, dapat dipengaruhi oleh siklus, lama dan banyak menstruasi. Siklus menstruasi adalah jarak antara mulainya menstruasi sebelumnya dengan menstruasi berikutnya (Maryana, 2017).

Besarnya zat besi yang hilang pada saat menstruasi juga dipengaruhi oleh banyak dan lamanya dari jumlah yang keluar setiap periode menstruasi. Kehilangan besi mengakibatkan cadangan besi semakin menurun. Semakin lama seseorang mengalami menstruasi dan semakin banyak darah yang keluar akan meningkatkan risiko terjadinya anemia (Dian, 2015)

Hasil penelitian, dari 123 reponden dengan pola menstruasi yang tidak normal, terdapat 52 (42,3%) responden tidak anemia. Hal ini disebabkan karena terpenuhinya asupan zat besi dan asupan gizi pada remaja putri, ini dikarenakan adanya dukungan orang tua yang paham tentang anemia sehingga orang tua lebih aktif untuk menjaga kesehatan anaknya, sehingga orang tua lebih memperhatikan makanan yang di konsumsi oleh remaja putri . Remaja putri dengan pola menstruasi yang tidak normal, juga mau mengonsumsi tablet Fe pada saat menstruasi atau pun tidak. Dimana remaja mengonsumsi tablet Fe sesuai anjuran yaitu 1 kali setiap 1 minggu. Hal ini di karenakan remaja sadar atas kebutuhan zat besi untuk tubuhnya sehingga pada saat pemeriksaan *Hemoglobin (Hb)* didapatkan hasil yang normal. Hal ini didapatkan dari pemeriksaan langsung terhadap responden dan hasil wawancara yang peneliti lakukan terhadap responden.

Pengeluaran darah menstruasi dalam tubuh bisa disebabkan karena lama dan banyaknya jumlah darah yang hilang. Kehilangan darah ini mempengaruhi kadar *hemoglobin* dalam darah. Apa bila terjadi gangguan pada pola menstruasi, maka akan mempengaruhi jumlah darah yang keluar. Untuk itu pada pola menstruasi jika lama dan jumlah pendarahan melewati batas normal akan beresiko terjadinya anemia. Pada saat pengeluaran darah banyak zat besi akan banyak ikut keluar. Zat besi merupakan bahan utama pembentukan hemoglobin. *Hemoglobin* dalam darah akan menurun dan beresiko terjadinya anemia. Akan tetapi jika pada saat menstruasi diiringi dengan konsumsi tablet Fe sesuai anjuran, di ikuti dengan asupan gizi terpenuhi yang tinggi akan zat besi. Sehingga hemoglobin yang hilang pada saat menstruasi akan terpenuhi Kembali.

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Puspitasari (2015) , yang mengemukakan bahwa terdapat perbedaan antara kelompok perlakuan dan kelompok kontrol dengan nilai $p=0,0001$ atau $p<0,05$, ini berarti bahwa dengan pemberian tablet tambah darah (Fe) selama menstruasi dapat meningkatkan kadar *hemoglobin* darah pada remaja putri . pemberian suplemen besi seminggu sekali dengan menambahkan saat menstruasi dapat meningkatkan kadar *hemoglobin* dalam darah.

Hasil penelitian, dari 82 responden dengan pola menstruasi normal masih terdapat 50 responden yang mengalami anemia, hal ini disebabkan karena tidak terpenuhinya asupan zat besi dalam tubuh, dari hasil wawancara yang dilakukan, di dapatkan bahwa masih banyak responden yang tidak mau mengonsumsi tablet Fe yang telah di bagikan oleh pihak pukesmas, walau pun sudah diberi tahu tapi tidak dihiraukan. Tablet Fe yang diberikan selalu dibuang dengan alasan remaja putri mual saat mengonsumsi tablet Fe dan asupan gizi da dari makannya yang tidak terpenuhi seperti tidak suka mengonsumsi sayuran, jarang mengonsumsi buah dan sering mengonsumsi makanan cepat saji. dan hampir setiap hari remaja putri mengonsumsi mie instan. Sehingga dari pemeriksaan pengecekan *hemoglobin (Hb)* didapatkan hasil yang tidak normal.

Tablet zat besi (Fe) merupakan tablet mineral yang diperukan oleh tubuh untuk pembentukan sel darah merah atau hemoglobin. Saat menstruasi, zat besi yang ada di dalam tubuh berkurang jumlahnya yang disebabkan kehilangan darah pada saat menstruasi. Akibatnya tubuh sangat rentan untuk mengalami anemia. Selain mengonsumsi tablet Fe pada saat menstruasi disarankan mengonsumsi makanan tinggi zat besi akan mempengaruhi terpenuhinya zat besi.

Sejalan dengan penelitian yang dilakuakan oleh Kusmawati (2016) dengan menggunakan metode observasional analitik dengan desain cross sectional terhadap 49 siswi kelas XI SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta tahun 2016 diperoleh p-value 0,000 artinya ada hubungan kebiasaan minum tablet Fe saat menstruasi dengan kejadian anemia. Kehilangan darah saat menstruasi berarti mengeluarkan zat besi yang ada dalam darah dan dapat menyebabkan terjadinya anemia. Anemia yang dialami remaja putri ini dapat menimbulkan berbagai dampak antara lain menurunkan daya tahan tubuh, menurunnya aktivitas dan prestasi bekajar. Oleh karena itu diperlukan pencegahan anemia yang salah satunya adalah dengan menambah pemasukan zat besi kedalam tubuh dengan meminum tablet Fe saat sedang menstruasi.

Sejalan dengan penelitian oleh ferianti (2013) menunjukkan bahwa kejadian anemia berhubungan dengan lamanya haid dengan nilai $p 0.028$ (40%) siswi dalam penelitian ini mengalami haid lebih dari 7 hari . dimana menstruasi yang lebih dari 7 hari merupakan salah satu dari gejala menorrhagia. Menorrhagia merupakan istilah medis untuk haid dengan pendarahan yang lebih dari normal atau lebih panjang dari normal.

Berdasarkan penelitian oleh kristianti (2014) menunjukkan bahwa adanya hubungan antara Riwayat menstruasi dengan kejadian anemia dengan p value 0,018. Mayoritas responden paling banyak mempunyai kadar hemoglobin dalam kategori anemia yaitu 16 orang (40%) dan kategori responden yang tidak anemia yaitu yang mengalami siklus menstruasi tidak normal < 18hari yaitu 7 orang (17,5%) dan siswa yang mempunyai siklus menstruasitidak normal >35 hari yaitu 9 orang (22,5%).

Penelitian oleh Anggun (2022). Dari penelitian tersebut dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di wilayah Pesisir Kota Bengkulu dengan nilai p value $0.000 < \alpha = 0.05$, bagi remaja putri diharapkan agar meningkatkan pengetahuan dan bersedia mengonsumsi tablet Fe.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

- Ada hubungan yang antara pengetahuan dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar tahun 2023
- Ada buhungan yang antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Perhentian Raja Kabupaten Kampar tahun 2023

KONFLIK KEPENTINGAN

Tidak terdapat konflik kepentingan didalam penelitian ini.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada dosen pembimbing yang telah membantu dan mengarahkan sehingga penelitian ini dapat diselesaikan dan dipublikasikan.

DAFTAR PUSTAKA

- WHO. (2023). *WHO calls for accelerated action to reduce anaemia*. Departmental News. <https://www.who.int/news/item/12-05-2023-who-calls-for-accelerated-action-to-reduce-anaemia>
- BKKBN. (2021). Remaja, Ingat Pahami Kesehatan Reproduksi Agar Masa Depan Cerah dan Cegah Penyakit Menular Seksual. Badan Kependudukan & Keluarga Berencana Nasional. <https://www.bkkbn.go.id/berita-remaja-ingat-pahamilah-kesehatan-reproduksi-agar-masa-depan-cerah-dan-cegah-penyakit-menular-seksualh-kesehatan-reproduksi-agar-masa-depan-cerah-dan-cegah-penyakit-menular-seksual#:~:text=Badan Kependudukan dan Keluarga Bere>
- Gedefaw, L., Tesfaye, M., Yemane, T., Adisu, W., & Asres, Y. (2015). *Anemia and iron deficiency among school adolescents: burden, severity, and determinant factors in southwest Ethiopia*. *Adolescent Health, Medicine and Therapeutics*, 189. <https://doi.org/10.2147/ahmt.s94865>
- Heryana, A., & Unggul, U. E. (2020). Hipotesis penelitian. Bahan Ajar Mata Kuliah: Metodologi Penelitian Kuantitatif, June. <https://doi.org/10.13140/RG.2.2.11440.17927>
- Kemendes, R. (2018). Pedoman Penatalaksanaan Pemberian Tablet Tambah Darah. *Kemendes RI*, 46. [https://promkes.kemkes.go.id/download/fpck/files51888Buku Tablet Tambah darah 100415.pdf](https://promkes.kemkes.go.id/download/fpck/files51888Buku%20Tablet%20Tambah%20darah%20100415.pdf)
- Apriyanti, F., Harmia, E., & Andrian, R. (2018). Hubungan Status Gizi Dan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di Sman 1 Bangkinang Kota Tahun 2018. *Maternitas Kebidanan*, 3(5), 712–716.
- Yulita, E., Hamid, M. N. S., Dhilon, D. A., Program, M., Sarjana, S., Terapan, K., Ilmu, F., Universitas, K., Tuanku, P., Kunci, K., & Fisik, A. (2022). Hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian anemia padaremaja putri di pondok pesantren assalam naga beralih kecamatan kampar utara tahun 2021. *Jurnal Kesehatan Terpadu*, 1(1), 43–60.
- Yunita, F. A., Parwatiningsih, S. A., Hardiningsih, M., Nurma Yuneta, A. E., Kartikasari, M. N. D., & Ropitasari, M. (2020). *The Relationship between Young Women 's Knowledge About Iron Consumption and The Incidence of Anemia in Junior High School 18 Surakarta*. *Placentum: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(1), 36. <https://jurnal.uns.ac.id/placentum/article/view/38632/26838>

- Jaswadi, J. (2020). Hubungan Sikap Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di SMAN 9 Mataram. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(3), 12–15. <https://doi.org/10.58258/jisip.v4i3.1144>
- Profil Kesehatan Provinsi Riau. (2021). Profil Kesehatan Provinsi Riau. In *Journal of Chemical Information and Modeling (Issue 9)*, pp. 1–287.
- Rachm, C. N., Wulandari, E., Kurniawan, H., Wiradnyani, L. A. A., Ridwan, R., & Akib, T. C. (2019). *Buku Panduan Siswa AKSI BERGIZI*. Kemenkes RI, 1
- Rosianti, F., Ambiar, R., Kedokteran, F., Studi, P., & Penyakit, I. (2017). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan anemia. *Universitas Indonesia*, VIII(1), 0–82.
- Saranani, F. F. (2018). Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Puteri di SMA Negeri 2 Unaaha Kabupaten Konawe Tahun 2018. *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Kendari*, 1–73.
- Shara, F. El, Wahid, I., & Semiarti, R. (2014). Artikel Penelitian Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMAN 2 Sawahlunto Tahun 2014. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 6(1), 202–207.
- Suryani, L., Rafika, R., & Sy Gani, S. I. A. (2020). Hubungan Pengetahuan Dan Sosial Ekonomi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Smk Negeri 6 Palu. *Jurnal Media Analisis Kesehatan*, 19. <https://doi.org/10.32382/mak.v11i1.1513>