

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Anemia adalah suatu kondisi dimana jumlah sel darah merah, atau kadar hemoglobin lebih rendah dari batas normal (WHO dalam Yulianti, 2019). Hemoglobin adalah salah satu komponen dalam sel darah merah yang diperlukan untuk mengangkut oksigen ke seluruh tubuh (Tania, 2018). Diagnosis anemia dapat ditegakkan jika kadar hemoglobin <12 g/dl pada wanita dan <13 g/dl pada pria. Apabila kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari batas normal maka kemampuan darah untuk mengangkut oksigen ke jaringan tubuh berkurang. Hal ini dapat menyebabkan gejala seperti kelelahan, kelemahan, pusing, dan sesak napas. Konsentrasi hemoglobin optimal yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan fisiologis bervariasi menurut usia, jenis kelamin, tinggi badan, kebiasaan merokok, dan status kehamilan (WHO, 2014)

Anemia merupakan masalah kesehatan yang dapat terjadi pada semua kelompok usia mulai dari anak-anak sampai lanjut usia. Prevalensi global anemia pada remaja putri sebesar 29%. Prevalensi anemia pada remaja putri usia (usia 10-18 tahun) mencapai 41,5% di negara berkembang (WHO, 2015). Indonesia merupakan salah satu negara berkembang, dengan prevalensi anemia di Indonesia menurut (Riskesdas, 2018) terjadi peningkatan anemia pada ibu hamil sebesar 11,8% dibandingkan tahun 2013, yaitu sebesar 37,1% ibu hamil menderita anemia tahun 2013 dan

tahun 2018 meningkat menjadi 48,9%. Hal ini terjadi karena tingginya prevalensi anemia pada remaja putri yaitu sebesar 25% dan 17% pada wanita usia subur.

Masa remaja merupakan masa transisi dari mana anak-anak yang belum memiliki tanggung jawab sampai pada masa dewasa yang memiliki tanggung jawab sendiri (Manuaba, 2015). Secara umum, remaja dibagi menjadi tiga fase berdasarkan usia yaitu fase remaja awal dalam rentang usia 12 – 15 tahun, fase remaja madya dalam rentang usia 15 – 18 tahun, dan fase remaja akhir dalam rentang usia 18 – 21 tahun (Sarwono, 2018)

Remaja putri (rematri) rentan menderita anemia karena beberapa faktor seperti kurangnya asupan gizi, penyerapan gizi yang tidak adekuat dan peningkatan kebutuhan zat besi selama kehilangan darah saat menstruasi. Menstruasi merupakan titik awal dari tanda seorang remaja perempuan beranjak dewasa. Menstruasi adalah proses alami yang akan dialami oleh setiap perempuan. Menstruasi sesungguhnya merupakan proses biologis yang terkait dengan pencapaian pematangan seks, kesuburan, kesehatan tubuh, dan perubahan (pertumbuhan) tubuh perempuan (Suhendra, 2021).

Menstruasi secara etimologi berarti mengalir. Sedangkan menstruasi secara terminologi adalah darah yang keluar dari farji/kemaluan seorang wanita setelah umur 9 tahun, dengan sehat (tidak karena sakit), tetapi memang kodrat wanita, dan tidak setelah melahirkan anak. Dasar

menstruasi di dalam Al-Qur'an adalah sebagaimana dalam Surat Al-Baqarah ayat 222.

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذَىٰ فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرُبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

Artinya, “Mereka bertanya kepadamu tentang menstruasi. Katakanlah, ‘menstruasi itu adalah kotoran.’ Oleh sebab itu hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita di waktu menstruasi; dan janganlah kamu mendekati mereka sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, maka campurilah mereka itu di tempat yang diperintahkan Allah kepadamu. Sungguh, Allah menyukai orang-orang yang tobat dan menyukai orang-orang yang menyucikan diri.”.

Hukum Islam menetapkan batas maksimal waktu keluarnya darah menstruasi adalah 15 hari 15 malam. Jika keluar lebih dari 15 hari, maka itu digolongkan sebagai darah *istihadlah*, yakni darah karena penyakit yang keluar melewati batas siklus menstruasi. Seperti diriwayatkan oleh Abu Daud, An-Nasai sebagai berikut :

صلى الله - إَنَّ فَاطِمَةَ بِنْتُ أَبِي حُبَيْشٍ كَانَتْ تُسْتَحَاضُ، فَقَالَ رَسُولُ اللَّهِ - عَنْ عَائِشَةَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا قَالَتْ: إَنَّ دَمَ الْحَيْضِ دَمٌ أَسْوَدٌ يُعْرَفُ، فَإِذَا كَانَ ذَلِكَ فَأَمْسِكِي مِنَ الصَّلَاةِ، فَإِذَا كَانَ الْآخِرُ فَتَوَضَّئِي. - عليه وسلم رَوَاهُ أَبُو دَاوُدَ، وَالتِّرْمِذِيُّ، وَصَحَّحَهُ إِبْنُ جَبَانَ، وَالْحَاكِمُ، وَاسْتَنْكَرَهُ أَبُو حَاتِمٍ. - ”وَصَلَّى

Dari ‘Aisyah radhiyallahu ‘anha, ia berkata, “*Fatimah binti Abi Hubaisy sedang istihadhah. Maka Rasulullah shallallahu ‘alaihi wa sallam bersabda kepadanya, ‘Sesungguhnya darah haidh adalah darah hitam yang memiliki bau yang khas. Jika memang darah itu yang keluar, hendaklah tidak mengerjakan shalat. Namun, jika darah yang lain, berwudhulah dan shalatlah.’*”

Terjadinya *istihadlah* ini merupakan gambaran adanya permasalahan atau gangguan pada siklus menstruasi. Normalnya siklus menstruasi yang terjadi pada wanita adalah antara 21 – 35 hari dengan lama menstruasi

antara 3 – 7 hari (Deviliawati, 2020). Siklus menstruasi dikatakan tidak normal jika siklus menstruasi terjadi kurang dari 21 hari atau lebih dari 40 hari (Sinaga et al, 2017).

Prevalensi gangguan siklus menstruasi pada wanita menurut WHO dalam Kartika (2021) melaporkan bahwa di seluruh dunia sekitar 45%. Data Riset Kesehatan Dasar (2010) menunjukkan bahwa prevalensi rata-rata remaja putri usia 10-59 tahun yang mengalami ketidakteraturan menstruasi di Indonesia sebesar 13,7%. Siklus menstruasi merupakan salah satu penyebab terjadinya anemia defisiensi besi. Siklus menstruasi remaja putri yang mengalami gangguan seperti durasi menstruasi yang lebih panjang dari biasanya, atau darah menstruasi yang keluar lebih banyak dari biasanya akan menimbulkan resiko tinggi anemia (Kemenkes RI, 2018).

Anemia pada remaja putri dapat menurunkan sistem kekebalan tubuh dan produktivitas. Anemia dapat berdampak negatif pada pertumbuhan dan perkembangan remaja putri, serta berdampak pula pada kesuburan. Ini juga dapat menyebabkan kehamilan yang lebih pendek dan tingkat kelahiran prematur yang lebih tinggi, bayi dengan berat lahir rendah, dan dapat menyebabkan kematian pada bayi (Susetyowati, 2016)

Hasil penelitian Farinendya, et al (2019) menunjukkan bahwa banyaknya darah yang keluar akan berpengaruh pada kejadian anemia. Responden yang mengalami siklus menstruasi normal masih memiliki persediaan zat besi sebagai pengganti zat besi yang telah hilang selama

menstruasi berlangsung sehingga tidak terjadi anemia. Hasil penelitian juga diperoleh asupan protein dan vitamin C telah memenuhi AKG dan asupan zat besi serta seng belum memenuhi AKG. Dengan meningkatkan asupan protein hewani yang tinggi zat besi dan asupan vitamin C pada remaja putri dapat menambah persediaan zat besi dalam tubuh dan mencegah terjadinya anemia.

Hasil penelitian Dwi Astuti & Umami Kulsum (2020), bahwa dari 36 responden, 25 responden memiliki pola menstruasi normal tidak terjadi anemia sebanyak 16 orang (44,4%), anemia ringan sebanyak 8 orang (22,2%), anemia sedang sebanyak 1 orang (2,8%), dan anemia berat sebanyak 0 orang (0%). Sedangkan 11 responden yang memiliki pola menstruasi tidak normal tidak terjadi anemia sebanyak 1 orang (2,8%), anemia ringan sebanyak 5 orang (13,9%), anemia sedang sebanyak 5 orang (13,9%), dan anemia berat sebanyak 0 orang (0%). Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pola menstruasi dengan terjadinya anemia pada remaja putri di SMK Kesuma Margoyoso Patu tahun 2019.

Hasil penelitian Harahap (2018) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara faktor pengetahuan remaja putri tentang anemia, pendapatan orang tua, status gizi, dan menstruasi dengan angka kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 8 Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang, tahun 2018. Sedangkan variabel yang tidak berhubungan secara signifikan adalah tingkat pendidikan orang tua.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Kecamatan Sukaraja terdapat 2 sekolah SMK yaitu SMK Sukaraja dan SMK Kesehatan Bhakti Kencana. Penelitian ini dilakukan di SMK Sukaraja karena di sekolah ini siswi hanya mendapat informasi dasar tentang reproduksi remaja saat MPLS dan hasil pemeriksaan Hb yang telah dilakukan pada tahun 2018 didapatkan 73% siswi dengan Hb <12 g/dl. Berdasarkan hasil wawancara dengan 5 orang siswi dengan rentang usia 16-18 tahun didapatkan bahwa 2 orang siswi menstruasi >7 hari dalam 1 siklus, 3 orang siswi menstruasi 3-7 hari dalam 1 siklus. Mengeluh lemas, letih, mata berkunang-kunang saat melakukan aktivitas di sekolah. Dan dari 5 siswi tersebut 1 orang diantaranya mengatakan memiliki riwayat anemia.

B. Rumusan Masalah

Prevalensi anemia pada remaja putri setiap tahun terus meningkat. Anemia dapat disebabkan oleh asupan dan penyerapan zat besi yang buruk ketika kebutuhan zat besi meningkat, kehilangan darah saat menstruasi, atau terjadi karena infeksi. Siklus menstruasi adalah rentang waktu antara awal menstruasi saat ini sampai bulan berikutnya. Menstruasi merupakan salah satu faktor penyebab anemia pada remaja sehingga menimbulkan dampak pada pertumbuhan dan perkembangan serta kesuburan. Hasil penelitian yang terkait dengan kejadian anemia pada remaja sudah banyak terutama terkait dengan menstruasi namun detail menstruasinya belum banyak padahal sangat penting. Dengan demikian, rumusan masalah ini

adakah hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri di SMK Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri di SMK Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya siklus menstruasi remaja putri di SMK Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya
- b. Diketuinya kejadian anemia remaja putri di SMK Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya
- c. Diketuinya hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia remaja putri di SMK Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman dalam mengaplikasikan ilmu yang sudah didapatkan selama perkuliahan, juga sebagai bahan dasar penelitian lanjutan yang berhubungan dengan siklus menstruasi dan kejadian anemia remaja putri.

2. Bagi FIKes Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Penelitian ini diharapkan dapat membantu dalam pengembangan ilmu keperawatan berkaitan dengan hubungan siklus menstruasi dengan

kejadian anemia remaja putri sehingga dapat menambah dokumen hasil penelitian di perpustakaan serta menjadi bahan rujukan bagi peneliti selanjutnya.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada para petugas kesehatan untuk lebih giat dalam melaksanakan promosi kesehatan, dan melakukan penyuluhan kesehatan kepada masyarakat terutama kepada remaja putri sebagai upaya pencegahan anemia.

4. Bagi Tempat Penelitian

Sebagai bahan pengetahuan, informasi, dan evaluasi dalam pengoptimalan upaya pencegahan anemia di SMK Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya.

5. Bagi Responden

Sebagai bahan informasi dan pengetahuan tentang hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMK Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya.

6. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan siklus menstruasi dan kejadian anemia, dengan menggunakan data yang dikembangkan dari penelitian ini.