BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja putri sering kali menghadapi tantangan Kesehatan yang beragam selama masa pubertas. Di SMPN 2 Bongomeme, beberapa remaja mengeluhkan keluhan fisik seperti mudah Lelah, dan sering merasa pusing yang dapat mengindikasikan kondisi anemia. Keluhan ini menarik perhatian mengingat anemia dapat berdampak pada aktivitas sehari-hari, konsentrasi belajar, dan kualitas hidup mereka.

Selain itu, masa remaja adalah fase dimana siklus menstruasi mulai terbentuk, namun pada beberapa remaja siklus ini sering kali tidak teratur atau disertai keluhan perdarahan yang lebih banyak dari biasanya. Hal ini memunculkan kekhawatiran bahwa siklus menstruasi dapat berkontribusi pada resiko anemia yang dialami.

Word Health Organizatin (WHO) pada tahun 2019 melaporkan, prevalensi anemia global adalah 29,9% (95% ketidakpastian interval (UI) 27,0%, 32,8%) pada wanita usia subur, setara dengan lebih dari setengah miliar wanita berusia 15-49 tahun. Prevalensinya adalah 29,6% (95% UI 26,6%, 32,5%) pada wanita usia subur tidak hamil, dan 36,5% (95% UI 34,0%, 39,1%) pada wanita hamil, pada anak usia 6-59 bulan, prevalensinya 39,8% (95% UI 36,0%, 43,8%) dan prevalensi anemia pada balita tertinggi di kawasan afrika, 60,2 % (95% UI 56,6%, 63,7%) (WHO, 2021)

Hasil survei yang dilakukan oleh *Global burden of disease (GBD)*, kasus anemia defisiensi zat besi secara global pada tahun 1990 sebanyak 984,61 juta, dan diproyeksikan akan meningkat dari 1.270,64 juta pada tahun 2021 menjadi 1.439,99 juta pada tahun 2050 (Wang et al., 2024).

Hasil riset dasar kesehatan (RISKESDAS) menunjukkan bahwa pada tahun 2018, tercatat sebesar 26,8% anak usia 5-14 tahun menderita

anemia dan 32%pada usia 15-24 tahun terkena anemia. Artinya 3 dari 10 remaja di Indonesia terkena anemia (Kemenkes, 2022)

Berdasarkan data dari dinas kesehatan gorontalo pada tahun 2023 jumlah remaja putri yang ada di Gorontalo sebanyak 64.682 orang dan yang menderita anemia sebanyak 2.618 orang prevalensinya 17,46%, yang menerima tablet tambah darah sebanyak 34.667 pravelansinya 53,63%, dan yang meminum tablet tambah darah hanya 33.812 orang prevalensinya 52,27% (Dinas Kesehatan Provinsi Gorontalo 2024).

Remaja putri lebih rentan terkena anemia dibandingkan dengan remaja putra, karena remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehigga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak (Sriwani et al., 2023)

Angka kejadian anemia di Indonesia terbilang masih cukup tinggi, faktor yang menyebabkan tingginya angka kejadian anemia pada remaja putri diantaranya rendahnya asupan zat besi dan zat gizi lainnya misalnya vitamin A, vitamin C, folat, riboflavin dan B12, kesalahan dalam konsumsi zat besi misalnya konsumsi zat besi bersamaan dengan zat lain yang dapat mengganggu penyerapan zat besi tersebut. Anemia defisiensi zat besi pada remaja putri beresiko lebih tinggi karena menyebabkan seseorang mengalami penurunan daya tahan tubuh sehingga mudah terkena masalah kesehatan. Hal ini dikarenakan remaja putri mengalami menstruasi setiap bulannya dan sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. Selain itu, ketidakseimbangan asupan zat gizi juga menjadi penyebab anemia pada remaja putri. Salah satu faktor pemicu anemia adalah kondisi siklus menstruasi yang tidak normal (Nasruddin et al., 2021).

Menstruasi adalah suatu pengeluaran darah yang terjadi akibat adanya perubahan hormone yang terus menerus dan mengarah pada pembentukan endometrium, ovulasi sehingga terjadilah peluruhan dinding rahim jika tidak terjadi kehamilan (Memorisa & Aminah, 2020). Saat menstruasi remaja putri akan kehilangan darah yang didalamnya ada zat besi. Zat besi merupakan bahan utama pembentukan dari hemoglobin.

Menstruasi pada perempuan mempunyai jarak dari hari pertama menstruasi sebelumnya ke menstruasi berikutnya atau biasa disebut dengan siklus menstruasi, normalnya 21-35 hari. Menstruasi berlangsung selama 4-7 hari dan normalnya akan kehilangan darah sebanyak 30-80 ml/hari. Apabila terjadi gangguan pada siklus menstruasinya, dimana siklusnya menjadi lebih pendek dari normalnya maka darah yang keluar akan lebih banyak, dan zat besi yang keluar bersamaan darah akan lebih banyak. Hal ini menyebabkan kadar hemoglobin dalam darah akan rendah. Kemudian bila kadar hemoglobin sampai dibawah nilai normal terjadilah anemia (Ansari et al., 2020).

Hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan 8 orang remaja putri yang ada di SMPN 2 Bongomeme, mengindikasikan adanya tanda-tanda anemia, seperti cepat lelah, pucat, dan pusing. Kondisi ini tentu menjadi perhatian, mengingat usia remaja adalah fase penting dalam pertumbuhan dan perkembangan yang membutuhkan asupan gizi optimal, terutama zat besi. Jika kondisi ini tidak segera ditangani, bisa beresiko menurunkan konsentrasi belajar, prestasi akademik, hingga partisipasi remaja putri dalam kegiatan sehari-hari. Selain itu, anemia di usia remaja dapat berdampak jangka panjang, seperti melemahnya imunitas dan masalah kesehatan reproduksi di masa mendatang.

Menurut pandangan islam, kesehatan merupakan anugerah yang harus dijaga dengan baik, termasuk kesehatan reproduksi wanita. Menstruasi, sebagai bagian dari siklus alami seorang wanita, mendapat perhatian khusus dalam ajaran islam. Proses ini dapat mempengaruhi kondisi fisik, seperti terjadinya anemia terutama pada remaja putri yang sedang mengalami pertumbuhan dan perubahan hormonal, Al-Qu'ran memberikan panduan yang relevan dalam hal ini. Sebagaimana firman Allah Subhanahu wa ta'ala dalam QS al-Baqarah : 222

حَتَّىٰ تَقْرَبُوهُنَّ وَلَا ۖ ٱلْمَحِيضِ فِى ٱلنِّسَآءَ فَٱعْتَزِلُوا۟ أَذًى هُوَ قُلْ ۖ ٱلْمَحِيضِ عَنِ وَيَسْـَٔلُونَكَ
طَهَّرِينَٱلْمُتَطَهِّرِينَ وَيُحِبُّ ٱلتَّوَّٰبِينَ يُحِبُّ ٱللَّهَ إِنَّ ۚ ٱللَّهُ أَمَرَكُمُ حَيْثُ مِنْ فَأْتُوهُنَّ تَطَهَّرْنَ فَإِذَا ۖ يَطْهُرْنَ

"Yang artinya: Mereka bertanya kepadamu tentang haidh. Katakanlah: "Haidh itu adalah suatu kotoran". Oleh sebab itu hendaklah kamu

menjauhkan diri dari wanita di waktu haid; dan janganlah kamu mendekati mereka, sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, maka campurilah mereka itu di tempat yang diperintahkan Allah kepadamu. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri" (QS. Al-Baqarah : 222)"

Dari penjelasan ayat di atas, walaupun tidak secara spesifik membahas tentang penyakit anemia tetapi, Islam sangat mementingkan kesehatan dan kebersihan, yang merupakan bagian dari iman. Dalam menghadapi kondisi seperti haid yang menyebabkan anemia, perempuan diwajibkan untuk memperhatikan kesehatan mereka. Rasulullah Shalallaahu Alaihi Wassalaam, dalam banyak hadis menekankan pentingnya menjaga tubuh dan kesehatan sebagai amanah dari Allah Subhanahu wa ta'ala.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 2 Bongomeme"

1.2 Identifikasi Masalah

1) Masih tingginya prevalensi anemia di kalangan remaja putri, dan digorontalo sendiri prevalensi anemia pada remaja putri menurut data dari dinas Kesehatan provinsi Gorontalo sebanyak 17,46% dari populasi remaja putri.
2) Banyaknya remaja putri yang menerima tablet tambah darah sekitar 50% dari populasi remaja putri di Gorontalo.

1.3 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 2 Bongomeme

1.4 Tujuan penelitian

Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini untuk mengetahui apakah ada hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 2 bongomeme

Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi siklus menstruasi pada remaja putri.
2. Mengidentifikasi kejadian anemia pada remaja putri.
3. Menganalisis hubungan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

1.5 Manfaat penelitian

Bagi mahasiswa

1. Memberikan wawasan lebih tentang hubungan siklus menstruasi dan anemia khususnya pada remaja putri.
2. Menjadi referensi dalam penelitian atau pengabdian masyarakat yang berkaitan dengan masalah Kesehatan remaja putri

Bagi insitut pendidikan

1. Memberikan data yang dapat digunakan untuk merumuskan program Kesehatan disekolah, khususnya untuk pencegahan anemia pada remaja putri.
2. Meningkatkan kesadaran tentang pentingnya konsumsi zat besi dan nutrisi lain selama masa remaja.

Bagi peneliti selanjutnya

1. Sebagai bahan referensi untuk penelitian yang lebih lanjut tentang anemia dan factor-faktor penyebabnya pada remaja.

1.6 Asumsi penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan beberapa asumsi dasar yaitu

1. Peneliti berasumsi remaja putri di SMPN 2 bongomeme dapat memberikan informasi yang jujur dan akurat mengenai siklus menstruasi yang mereka alami, baik dalam hal keteraturan, durasi, maupun jumlah perdarahan.

2. Diasumsikan, alat pengukur kadar hemoglobin digital digunakan memiliki tingkat validitas dan reabilitas yang memadai dan dapat diandalkan untuk menggambarkan kondisi anemia secara objektif
3. Diasumsikan, kejadian anemia ditemukan memang berkaitan dengan karakteristik siklus menstruasi.