BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode transisi menuju kedewasaan yang ditandai oleh perubahan fisik, biologis, kognitif, sosial, dan psikologis (Maedy *et al.*, 2022). Pada remaja putri proses ini ditandai dengan kematangan sistem reproduksi yang ditunjukkan melalui menstruasi sebagai proses fisiologis (Fadillah *et al.*, 2022). Pola menstruasi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti status gizi, asupan nutrisi, tingkat stres, serta adanya gangguan pada sistem endokrin (Maedy *et al.*, 2022). Pola menstruasi yang tidak normal, terutama terkait siklus, lama, dan volume perdarahan dapat mencerminkan adanya gangguan fungsi reproduksi yang meningkatkan kehilangan darah sehingga berisiko menyebabkan defisiensi zat besi hingga anemia, dimana kondisi ini menjadikan remaja putri lebih rentan mengalami anemia dibandingkan remaja putra karena menstruasi secara rutin (Julianti *et al.*, 2024). Remaja putri dinyatakan mengalami anemia apabila kadar hemoglobin (Hb) berada di bawah nilai normal sehingga mengganggu pengangkutan oksigen dalam darah (Nurrohmah *et al.*, 2026).

World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa prevelensi anemia remaja di tingkat global berkisar 40-88% (Eryeni *et al.*, 2024). Prevalensi anemia di kawasan Asia Tenggara tergolong lebih tinggi yaitu sebesar 41,9% (Ariana dan Fajar, 2024). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia tergolong tinggi mencapai 57,6% pada kelompok usia 10-18 tahun dan 39,5% (Gazali *et al.*, 2024). Di Provinsi Jawa Tengah, hasil pemeriksaan Hb pada remaja putri menunjukkan bahwa sebesar 30,45% mengalami anemia (Julianti *et al.*, 2024). Berdasarkan laporan tahunan indikator remaja putri Dinas Kesehatan Surakarta (2025) prevalensi anemia pada remaja putri sebesar 10,19%, dengan angka tertinggi di wilayah Jayengan mencapai 28,5%. Upaya pencegahan anemia pada remaja telah dilakukan pemerintah melalui pemberian tablet zat besi secara

rutin, kejadian anemia masih ditemukan karena konsumsi yang belum optimal (Dineti *et al.*, 2022).

Anemia pada remaja ditandai dengan gejala seperti wajah pucat, mudah lelah, letih, lesu, kurang bersemangat, sakit kepala, serta penurunan kemampuan konsentrasi yang dapat berdampak pada menurunnya daya tahan tubuh sehingga lebih rentan terhadap infeksi (Miranda, 2024). Anemia dapat dipengaruhi oleh status gizi kurang dan pola makan yang tidak teratur, seperti sering melewatkan sarapan, konsumsi makanan rendah zat gizi, serta adanya pembatasan makanan tertentu yang menyebabkan asupan zat besi tidak terpenuhi, dan IMT yang tidak normal serta rendahnya tingkat pengetahuan tentang anemia turut mempengaruhi terjadinya anemia pada remaja putri (Astuti, 2023). Pola menstruasi yang tidak normal menjadi faktor yang memperberat anemia karena kehilangan darah yang terjadi secara terus-menerus dapat meningkatkan risiko defisiensi zat besi (Dineti et al., 2022). Kondisi anemia yang tidak ditangani dengan baik dapat berlanjut hingga dewasa dan berdampak pada kehamilan, seperti risiko kelahiran prematur, bayi dengan berat lahir rendah, serta meningkatnya risiko kematian ibu, sehingga pencegahan perlu dilakukan sejak remaja (Miranda, 2024).

Penelitian Farhan *et al.* (2024) menunjukkan bahwa sebagian besar remaja yang mengalami anemia memiliki pola menstruasi yang tidak normal. Hasil analisis menyatakan adanya hubungan yang bermakna antara pola menstruasi dan kejadian anemia pada remaja putri. Temuan serupa dilaporkan oleh Julianti *et al.* (2024) yang menyebutkan bahwa durasi menstruasi yang lebih panjang dan perdarahan berlebihan berkontribusi terhadap peningkatan risiko anemia akibat kehilangan zat besi. Dan Penelitian oleh Jannah *et al.* (2025) juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara lama menstruasi dan banyaknya darah menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri, meskipun siklus menstruasi tidak menunjukkan hubungan yang bermakna. Ketiga penelitian tersebut menunjukkan bahwa pola menstruasi merupakan faktor risiko penting terhadap kejadian anemia pada remaja putri.

Temuan ini menegaskan pentingnya perhatian terhadap pola menstruasi sebagai salah satu faktor kunci dalam upaya pencegahan anemia pada remaja.

Hasil studi pendahuluan di Puskesmas Jayengan menunjukkan bahwa anemia paling banyak terjadi pada remaja putri tingkat SMA, dengan kasus tertinggi di SMA Negeri 7 Surakarta sebanyak 99 siswi, diikuti SMK Farmasi sebanyak 37 siswi, MA Al-Islam 28 siswi, dan SMK Analis 27 siswi. Berdasarkan studi pendahluan pada 5 Maret 2026 di SMA Negeri 7 Surakarta kelas 10 A melalui wawancara ditemukan 11 siswi memenuhi kriteria inklusi dengan 6 memiliki pola menstruasi tidak normal dan 7 mengalami anemia (63,6%). Keluhan yang dialami antara lain mudah lelah, lemas, terlihat pucat, pusing, mengantuk, mata berkunang kunang, serta kesulitan berkonsentrasi saat pembelajaran, sehingga peneliti tertarik meneliti "Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja di SMA Negeri 7 Surakarta".

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja di SMA Negeri 7 Surakarta.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Mengetahui hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja di SMA Negeri 7 Surakarta

2. Tujuan Khusus
   a. Mengidentifikasi pola menstruasi pada remaja di SMA Negeri 7 Surakarta
   b. Mengidentifikasi kejadian anemia pada remaja di SMA Negeri 7 Surakarta
   c. Menganalisis hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja di SMA Negeri 7 Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan mengenai hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Menambah pemahaman dan kesadaran remaja mengenai pentingnya memperhatikan pola menstruasi untuk mencegah terjadinya anemia

b. Bagi Institusi Pendidikan dan Kesehatan

Digunakan sebagai bahan evaluasi dan pengembangan program promosi kesehatan, khususnya yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi dan pencegahan pada remaja, baik di institusi pendidikan maupun fasilitas pelayanan kesehatan.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Digunakan sebagai referensi dan sumber informasi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian mengenai hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja serta faktor faktor yang memengaruhinya

E. Keaslian Penelitian

Berdasarkan penelitian terdahulu, anemia pada remaja putri telah banyak dikaji dengan berbagai faktor risiko, seperti status gizi dan indeks massa tubuh. Kajian yang secara khusus membahas hubungan antara pola menstruasi dan kejadian anemia pada remaja masih relatif terbatas. Penelitian ini memiliki keaslian dengan menitikberatkan pada pola menstruasi sebagai faktor risiko anemia pada remaja.

Tabel 1.1. Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1	Sunirah, M Farhan, Ashar Prima, Amzal Mortin Andas, Indah Puspitasari, Mara Imbang Satriawan	Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada siswi MA Perguruan Islam Nurul Kasysyaf (PINK)	a) Meneliti hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja b) Jenis penelitian kuantitatif, desain analitik observasional,	a) Subjek penelitian adalah siswi MA Perguruan Islam Nurul Kasysyaf (PINK) b) Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling.

	Hasiolan, dan Fauziah H Wada (2024)			dengan pendekatan cross sectional c) Instrumen pengukuran Kuesioner pola menstruasi dan Pengecekan kadar hb d) Analisa data menggunakan uji chi-square.	c) Jumlah sampel sebanyak 127 responden d) Lokasi penelitian di MA Perguruan Islam Nurul Kasysyaf (PINK).
2	Citra Mutiara Julianti, Friska Realita, dan Emi Sutrisminah (2024)	Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMPN 1 Tanjung Kabupaten brebes	a) Meneliti hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia b) Jenis penelitian kuantitatif, dengan pendekatan cross sectional c) Instrumen pengukuran Kuesioner pola menstruasi dan Pengecekan kadar hb. d) Analisa data menggunakan uji chi-square		a) Subjek penelitian adalah remaja putri kelas IX SMPN 1 Tanjung Kabupaten brebes b) Jumlah sampel 177 responden. c) Pengambilan sampel menggunakan total sampling d) Lokasi penelitian di SMPN 1 Tanjung Kabupaten brebes
3	Raudatul Jannah, Yuniarti, dan Efi Kristiana (2022)	Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Daha Selatan	a) Meneliti hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri. b) Jenis penelitian kuantitatif, desain penelitian analitik observasional, dengan pendekatan cross sectional c) Instrumen pengukuran kuesioner pola menstruasi dan cek hb. d) Analisis data menggunakan uji Chi-Square		a) Subjek penelitian adalah siswi kelas 7-9 di SMP negeri 1 Daha Selatan. b) Jumlah sampel sebanyak 89 responden, denngan c) Teknik pengambilan sampel menggunakan disproportionate stratified random sampling. d) Lokasi penelitian di SMP Negeri 1 Daha Selatan