

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi dijelaskan sebagai luruhnya endometrium secara fisiologis dan keluarnya darah dari arteri endometrium. Aliran darah saat menstruasi diawali dari jumlah yang sedang dan akan bertambah lalu secara bertahap akan berkurang. Durasi menstruasi biasanya 4-5 hari dimana kehilangan darah kurang lebih 20-80 ml dengan rata-rata 35 ml dimana dikatakan normal yaitu 10-80 ml atau kurang lebih 2-3 sendok makan (sdm) per hari.^{1,2} Menarche terjadi karena pengaturan dari matangnya axis hipotalamus-pituitari-ovarium (HPO). Hal ini merupakan tanda bahwa sistem reproduksi wanita normal. Periode menstruasi yang tidak normal yang tidak berhubungan dengan kehamilan disebut dengan amenore. Biasanya beberapa tahun setelah menarche siklus menstruasi seorang remaja wanita tidak teratur dengan sering mengalami beberapa bulan terlambat menstruasi.³ Perdarahan menstruasi yang banyak (>80 ml) disebut dengan menoragia. Menoragia dapat mempengaruhi sampai dengan 90% wanita yang memiliki gangguan perdarahan dan sampai dengan 70% wanita dengan antikoagulan.⁴

Pola menstruasi dapat dijelaskan sebagai rangkaian peristiwa yang dikoordinasikan untuk mempersiapkan tubuh wanita dalam pelepasan sel telur oleh ovarium yang disebut ovulasi. Panjang siklus bervariasi dari 21-45 hari dengan durasi 2-7 hari dan memerlukan 3-6 pembalut per hari. Pada waktu yang sama perubahan hormonal mempersiapkan uterus untuk kehamilan sehingga membagi siklus menstruasi menjadi tiga yaitu fase menstruasi, fase estrogen, dan fase progesteron. Jika sudah waktunya ovulasi dan sel telur belum terfertilisasi maka endometrium akan luruh melalui vagina.^{5,6} Jika seseorang mengalami kelainan siklus menstruasi dimana siklusnya menjadi lebih singkat dari yang seharusnya maka jumlah darah yang keluar akan lebih besar.

Lama menstruasi normalnya berkisar 4-7 hari. Jika terjadi kelainan pada lamanya menstruasi dimana lebih lama dibanding yang normal, maka jumlah darah yang keluar akan lebih besar sehingga dapat mengakibatkan kadar hemoglobin di dalam darah turun. Bila kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dibanding normal, akan terjadi anemia.⁷

Masa remaja ialah masa dimana anak-anak akan beralih menuju dewasa. Pada usia ini fisik, kognitif, dan psikososial akan berubah secara cepat.⁸ Selain itu terjadi juga perubahan yang berarti seperti peningkatan gonadotropin, perubahan bentuk tubuh, dan perkembangan otak. Perubahan ini akan lebih tampak ketika usia 10-14 tahun (awal fase) dan akan berakhir ketika sudah menginjak usia 15-19 tahun.⁵ Pada usia remaja ini *menarche* (menstruasi pertama) terjadi. Tiap wanita memiliki usia *menarche* yang berbeda-beda.⁹ Semakin awal usia *menarche* maka proses pematangan sistem reproduksi akan semakin awal, sehingga akan semakin cepat matangnya sistem reproduksi. Dengan kata lain, semakin terlambat usia *menarche* maka akan semakin lama pematangan sistem reproduksi. Pada remaja dengan usia *menarche* diatas 14 tahun maka sistem reproduksinya lebih terlambat untuk matang sehingga pola menstruasi yang terjadi belum sempurna dan teratur. Pada pola menstruasi yang belum sempurna dan belum teratur akan meningkatkan jumlah perdarahan menstruasi yang dapat meningkatkan risiko anemia.¹⁰

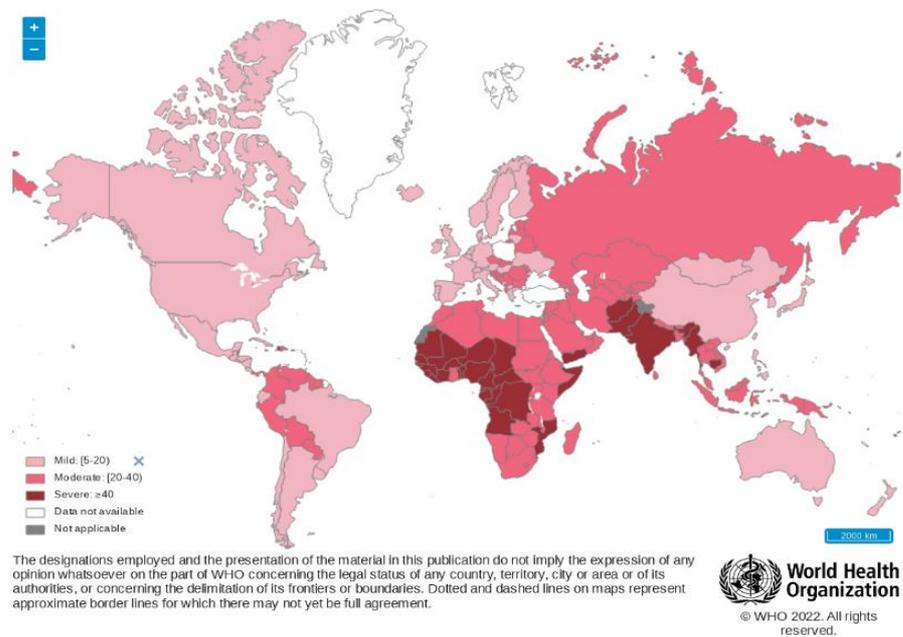
Penyebab tersering anemia adalah kurangnya asupan nutrisi, kekurangan zat besi, kekurangan asam folat, kekurangan vitamin B12 dan vitamin A, hemoglobinopati, dan penyakit infeksius. Prevalensi anemia tertinggi (>40%) pada perempuan usia produktif (15-49 tahun) terdapat di sebagian negara di benua Afrika, Asia Selatan (India, Pakistan, Afganistan), Asia Timur Tengah (Yaman), dan Asia Tenggara (Kamboja dan Myanmar).¹¹

Kelompok remaja perempuan rentan anemia karena mereka mengalami periode menstruasi, dimana menstruasi pertama (*menarche*) membutuhkan lebih banyak zat besi. Satu siklus menstruasi, remaja

perempuan akan kehilangan darah sekitar 25-60 ml per hari yang berarti mereka akan kehilangan rata-rata 20 mg per bulan, bahkan untuk beberapa individu bisa mencapai 58 mg per bulan. Berdasarkan penelitian Nabilah S, dkk yang dilakukan di SMA Islam kota Batu didapatkan presentasi yang memiliki pengetahuan baik tentang anemia sebesar 48,7%, sedangkan untuk kategori cukup baik sebesar 38,5%, dan tingkat pengetahuan kurang baik sebesar 12,8%. Untuk kategori anemia didapatkan 32,1% siswi mengalami anemia ringan (kadar Hb 11-11,9 g/dl), sedangkan 29,5% siswi mengalami anemia tingkat sedang (kadar Hb 7-9,9 g / dl), dan sisanya 2,6% mengalami anemia berat(kadar Hb <8 g/dl).¹²

Anemia masih dianggap serius sebagai persoalan kesehatan bagi orang di seluruh dunia yang utamanya dialami oleh anak dan wanita yang sedang berbadan dua. WHO memprediksi 42% balita dan 40% ibu hamil di seluruh dunia mengalami anemia. Pada tahun 2019, prevalensi global anemia adalah 29,9% (95% interval ketidakpastian (UI) 27,0%, 32,8%) pada perempuan usia reproduktif, sebanding dengan hampir satu miliar perempuan dengan usia 15-49 tahun. Prevalensi pada perempuan tidak berbadan dua usia reproduktif adalah 29,6% (95% UI 26,6%, 32,5%), dan 36,5% (95% UI 34,0%, 39,1%) pada wanita hamil.¹³

Gambar 1.1 Prevalensi Anemia pada Wanita Usia Reproduksi¹³



Secara umum, anemia kekurangan besi ringan pada wanita usia reproduktif, biasanya disebabkan asupan makanan yang buruk dari besi dan kehilangan darah bulanan dengan siklus menstruasi. Anemia juga sering terjadi pada pasien usia lanjut, seringkali karena gizi buruk, terutama zat besi dan asam folat. Kelompok berisiko lainnya termasuk pecandu alkohol, populasi tunawisma, dan mereka yang mengalami pengabaian atau pelecehan.

Anemia onset baru, terutama pada yang berusia di atas 55 tahun, perlu diselidiki dan harus dianggap sebagai kanker sampai terbukti sebaliknya. Hal ini terutama berlaku pada pria dari segala usia yang hadir dengan anemia.

Selain usia dan jenis kelamin, ras juga dapat menjadi penentu penting anemia, dengan prevalensi yang meningkat pada populasi Afrika-Amerika.¹⁴

Hasil penelitian yang didapatkan oleh Ansari dkk pada tahun 2020 menyimpulkan bahwa adanya hubungan signifikan dari siklus menstruasi

dan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 18 Banjarmasin.⁷

Pada hasil penelitian yang didapatkan oleh Nuraini dkk pada tahun 2021 menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dari usia menarche dengan kejadian anemia pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman.¹⁵

Penelitian yang dilakukan oleh Irianti pada tahun 2014 didapatkan hasil bahwa adanya hubungan antara volume darah saat menstruasi dengan kejadian anemia pada mahasiswa Akademi Kebidanan Internasional Pekanbaru.¹⁶

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan serta didukung dengan penelitian sebelumnya, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan perbedaan siklus menstruasi dan pengetahuan anemia terhadap kejadian anemia pada mahasiswa FK UKI angkatan 2021.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan pola menstruasi, pengetahuan, sikap serta tindakan dengan kejadian anemia pada mahasiswa FK UKI angkatan 2021.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola menstruasi, pengetahuan, sikap serta tindakan dengan kejadian anemia di pada mahasiswa FK UKI angkatan 2021.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah untuk:

1. Mengetahui usia *menarche*, siklus menstruasi, lama menstruasi, dan jumlah darah menstruasi tiap responden serta hubungannya masing-masing dengan kejadian anemia.
2. Mengetahui tingkat pengetahuan, sikap, dan tindakan responden terhadap anemia serta hubungannya dengan kejadian anemia.

1.4 Hipotesis

Hipotesis penelitian ini adalah bahwa pola menstruasi, pengetahuan, sikap, dan tindakan responden dapat mempengaruhi kejadian anemia.

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat hasil penelitian ini bagi institusi pendidikan adalah diharapkan dapat menambah kepustakaan sehingga menjadi bahan referensi yang dapat digunakan dalam penelitian selanjutnya.

Bagi peneliti, penelitian ini bermanfaat sebagai fasilitas guna menambah pengalaman serta pelaksanaan ilmu pengetahuan dalam melaksanakan penelitian serta peneliti mampu mendapatkan informasi tentang hubungan pola menstruasi, pengetahuan, sikap, serta tindakan dengan kejadian anemia pada mahasiswi FK UKI angkatan 2021.

Penelitian ini juga bermanfaat bagi masyarakat dimana dapat memberikan informasi bahwa pola menstruasi dapat mempengaruhi kadar hemoglobin serta dapat memberikan informasi mengenai pengaruh pengetahuan, sikap, dan tindakan dengan kejadian anemia.