

Hubungan Status Gizi dan Anemia Terhadap Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Prodi DIII Kebidanan

Maritje Rombe¹, Izalika²

^{1,2,3}Program Studi DIII Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Al-Su'aibah

^{1,2}Email : meritjerombe@yahoo.com

Info Artikel

Submitted: 22 September 2023

Revised: 22 September 2023

Accepted: 22 September 2023

*corresponding author :

Maritje Rombe Email: meritjerombe@yahoo.com

DOI:

<https://doi.org/10.69597/amj.v1i1.2>

Abstrak

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja dan ibu hamil. Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi. Berdasarkan Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa di Indonesia sebesar 48,9% ibu hamil mengalami anemia. Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara status gizi dan anemia terhadap siklus menstruasi pada Mahasiswa di STIKES Al-Su'aibah Palembang tahun 2021. Jenis penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua Mahasiswa STIKES Al-Su'aibah Palembang, sampel dalam penelitian ini berjumlah 68 responden, penelitian dilakukan bulan Januari sampai April tahun 2021. Pengumpulan data dilakukan dengan kuensioner dan di analisis secara univariat dan bivariat. Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden yang memiliki status gizi normal sebanyak 14 orang (20,6%), distribusi frekuensi responden yang tidak anemia sebanyak 54 orang (79,4%) distribusi frekuensi responden yang siklus menstruasi nya normal sebanyak 43 orang (63,2%). Dari hasil analisis bivariat didapatkan nilai *p value* antara anemia terhadap siklus menstruasi yaitu 0,000, dan hasil *p value* antara anemia terhadap siklus menstruasi yaitu 0,037. Ada hubungan yang bermakna antara status gizi dan anemia terhadap siklus menstruasi pada Mahasiswa di Akademi Kebidanan Al Suaibah Palembang tahun 2017. Berdasarkan hasil penelitian diharapkan dapat menambah wawasan serta pengetahuan terutama tentang siklus menstruasi.

Kata kunci : Anemia, Gizi, Menstruasi.

Anemia is a health problem throughout the world, especially in developing countries where an estimated 30% of the world's population suffers from anemia. Anemia is common in society, especially in adolescents and pregnant women. Anemia in young women is still quite high. According to data from Riskesdas in 2013, the prevalence of anemia in Indonesia is 21.7%, with anemia sufferers aged 5-14 years of 26.4% and 18.4% of sufferers aged 15- 24 years. The purpose of this study was to determine the relationship between nutritional status and anemia on the menstrual cycle in female students at STIKES Al-Suaibah Palembang in 2021. This type of research uses a quantitative research design with a cross sectional approach. The population in this study were all female students of STIKES Al-Suaibah Palembang, the sample in this study was 68 respondents. The research was conducted from January to April 2021. Data was collected using a questionnaire and analyzed univariately and bivariately. The results of the univariate analysis showed that the frequency distribution of respondents who had normal nutritional status was 14 people (20.6%), the frequency distribution of respondents who were not anemic was 54 people (79.4%) the frequency distribution of respondents who had normal menstrual cycles was 43 people (63.2%). From the results of bivariate analysis, it was found that the p value between nutritional status and the menstrual cycle was 0.000, and the p value between anemia and the menstrual cycle was 0.037. There is a significant relationship between nutritional status and anemia on the menstrual cycle in female students at the Al Suaibah Midwifery Academy Palembang in 2017. Based on the results of the study it is hoped that it can add insight and knowledge, especially about the menstrual cycle.

Keywords : Anemiaa, Nutritional, menstruation

Pendahuluan

Tanda seorang perempuan memasuki masa remaja yaitu menstruasi, pada masa remaja di mana ketegangan emosi meningkat akibat perubahan fisik dan kelenjar yang menyebabkan remaja sangat sensitif terhadap harapan-harapan baru, mudah mengalami gangguan, baik berupa gangguan pikiran, perasaan maupun gangguan perilaku.¹

Secara umum status gizi dapat diartikan sebagai gambaran kondisi fisik seseorang sebagai refleksi dari keseimbangan energi yang masuk dan yang dikeluarkan oleh tubuh. Status gizi sangat mempengaruhi status pertumbuhan dan perkembangan, karena status gizi perlu diperhatikan. Status gizi yang kurang dapat mengakibatkan menstruasi lebih lambat dari yang seharusnya.

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan di seluruh dunia terutama negara berkembang yang diperkirakan 30% penduduk dunia menderita anemia. Anemia banyak terjadi pada masyarakat terutama pada remaja dan ibu hamil. Anemia pada remaja putri sampai saat ini masih cukup tinggi, menurut *World Health Organization*.²

Menurut WHO 2020 prevalensi anemia pada ibu hamil di seluruh dunia telah mengalami penurunan sebanyak 4,5% selama 19 tahun terakhir, dari tahun 2000 sampai dengan tahun 2019, sedangkan di Indonesia pada tahun 2019 angka kejadian anemia pada ibu hamil meningkat 44,2% dari tahun 2015 sebesar 42,1%. Berdasarkan Hasil Riskesdas 2018 menunjukkan bahwa di Indonesia sebesar 48,9% ibu hamil mengalami anemia.⁴ Sebanyak 84,6% anemia pada ibu hamil terjadi pada kelompok umur 15-24 tahun.⁵ Berdasarkan hasil penelitian pendahuluan pada 10 mahasiswi di STIKES Al-Suaibah tahun 2021 terdapat 3 orang yang mengalami

siklus menstruasi tidak teratur, 2 orang mengalami siklus menstruasi yang lebih pendek atau lebih kurang dari biasanya, serta 5 orang lainnya mengalami siklus menstruasi teratur dan normal. Dari 10 mahasiswi tersebut 7 diantaranya berusia 19 tahun dan 3 orang lainnya berusia 20 tahun.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Status Gizi Dan Anemia Terhadap Siklus Menstruasi pada Mahasiswi di Akademi Kebidanan Kebidanan Al Suaibah Palembang tahun 2021”.

Metode

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini menggunakan desain tersebut dengan alasan bahwa penelitian ini dilakukan dalam kurun waktu yang bersamaan untuk mengetahui status gizi dan anemia terhadap siklus menstruasi pada mahasiswi prodi DIII Kebidanan Al- Su'aibah.

Populasi adalah keseluruhan dari unit di dalam pengamatan yang akan kita lakukan. Populasi penelitian ini adalah mahasiswi STIKES Al-Suaibah Palembang tahun 2021 dengan jumlah populasi mahasiswi STIKES Al-Suaibah Palembang tingkat 1, 2, dan 3. Sampel adalah sebagian dari populasi yang nilai / karakteristiknya di ukur dan yang nantinya di pakai untuk menduga karakteristik dari populasi.⁷

Jumlah sampel yang diambil dari semua mahasiswi STIKES Al-Su'aibah Palembang tahun 2021 sebanyak 68 mahasiswi. Sampel penelitian ini diambil dengan cara menggunakan *Accidental Sampling* adalah cara pengambilan sampel yang dilakukan dengan kebetulan bertemu.

Penelitian ini menggunakan analisis data SPSS. Data penelitian dikumpulkan melalui penyebaran kuensioner mahasiswi STIKES Al-Su'aibah Palembang yang memenuhi kriteria untuk menjawab pertanyaan.

Penyajian hasil penelitian disusun berdasarkan sistematika yang dimulai dari gambaran analisis univariat yang bertujuan untuk melihat distribusi frekuensi variable

dependen dan independen. Sedangkan Analisa bivariat untuk melihat pengaruh antara variabel independent dengan variabel dependen.

Data penelitian disajikan dalam bentuk penyajian komposisi dan frekuensi dari sampel. Data yang disajikan pada awal hasil analisa adalah berupa gambaran atau deskripsi mengenai sampel, dimana penjelasan disertai ringkasan dari deskripsi yang utama. Hal ini dilakukan untuk membantu pembaca lebih mengenal karakteristik dari responden dimana data penelitian tersebut diperoleh.

Hasil

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi, Anemia dan Siklus Menstruasi

Karakteristik	Kategori	Jumlah	Persentase (%)
Status Gizi	Kurus	14	20,6
	Normal	39	57,4
	Gemuk	15	22,1
	Total	68	100,0
Anemia	Iya	14	20,6
	Tidak	54	79,4
	Total	68	100
Siklus Menstruasi	Iya	43	63,2
	Tidak	25	36,8
	Total	68	100,0

Berdasarkan tabel 1 di atas, dapat diketahui bahwa responden yang memiliki status gizi normal 39 orang (57,4%), lebih banyak jika dibandingkan dengan responden yang memiliki status gizi gemuk yaitu sebanyak 15 orang (22,1%) dan status gizi kurus sebanyak 14 orang (20,6%).

Berdasarkan tabel 1 di atas, dapat diketahui bahwa responden yang tidak mengalami anemia sebanyak 54 orang (79,4%), lebih banyak jika dibandingkan dengan responden yang mengalami anemia sebanyak 14 orang (20,6%).

Berdasarkan hasil tabel 4.4 di atas, dapat diketahui bahwa responden yang mengalami siklus menstruasi normal sebanyak 43 orang (63,2%), lebih banyak jika dibandingkan dengan responden yang

Variabel Independen	Kategori	Siklus Menstruasi				Total	%	P Value
		Tidak Puas		Puas				
		N	%	N	%			
Status Gizi	Kurus	5	35,7	9	64,3	13	100,0	0.276
	Normal	35	89,7	4	10,3	39	100,0	
	Gemuk	3	20,0	2	20,0	15	100,0	
	Total	43	67.0	15	33,0	68	100	

mengalami siklus menstruasi tidak normal yaitu sebanyak 25 orang (36,8%).

Pada tabel 1 didapatkan responden yang mengalami siklus menstruasi dan tidak anemia sebanyak 38 orang (70,4%), lebih banyak jika dibandingkan dengan responden yang mengalami siklus menstruasi dan anemia yaitu sebanyak 5 orang (35,7%).

Pada tabel 1 didapatkan responden yang mengalami siklus menstruasi dan status gizi normal yaitu sebanyak 35 orang (89,7 %).

Dari hasil uji statistik diperoleh $p\text{ value} < \alpha = 0,05$ yaitu 0,000 ada hubungan yang bermakna antara status gizi terhadap siklus menstruasi pada Mahasiswi di akademi kebidanan Al Suaibah Palembang Tahun 2017.

Pembahasan

Status gizi adalah gambaran kondisi fisik seseorang sebagai refleksi dari keseimbangan energy yang masuk dan yang dikeluarkan oleh tubuh (Marmi, 2013). Siklus menstruasi adalah daur ulang atau perputaran menstruasi pada seorang wanita. Lebih jelasnya, siklus menstruasi adalah daur menstruasi yang terjadi setiap bulan pada wanita produktif.⁸

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan responden yang mengalami siklus menstruasi dan status gizi normal sebanyak 35 (89,7%), lebih banyak jika dibandingkan dengan responden yang siklus menstruasi dan status gizi kurus yaitu sebanyak 5 orang (35,7%) dan status gizi gemuk yaitu sebanyak 3 orang (20,0%).

Hasil uji statistik *chi square* didapatkan $p\text{ value} < \alpha = 0,05$ yaitu 0,000 berarti ada hubungan yang bermakna antara status gizi terhadap siklus menstruasi pada

Mahasiswi di Akademi Kebidanan Al Suaibah Palembang Tahun 2017

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan di PSIK FK UNSRAT Manado menunjukkan bahwa dari 67 responden, ada 9 responden (33,3%) yang memiliki status gizi kurus dengan siklus menstruasi teratur, 6 responden (20,7%) yang memiliki status gizi normal dengan siklus menstruasi tidak teratur, dan 2 responden (18, 2%) yang memiliki status gizi gemuk dengan siklus menstruasi teratur. Hasil analisis menggunakan uji *Chi Square* didapatkan hasil yaitu $p\text{ value} = 0,000 < 0,05$. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di PSIK FK UNSRAT Manado.

Berdasarkan penelitian yang ada dapat dibuat kesimpulan bahwa ada hubungan yang bermakna antara status gizi terhadap siklus menstruasi. Hal ini dikarenakan Menurut teori Marni (2013), sistem reproduksi wanita dapat terganggu diantaranya disebabkan oleh status gizi yang masuk oleh tubuh yang sesuai dan tidak berlebihan.

Seorang wanita yang mengalami kekurangan maupun kelebihan gizi akan berdampak pada penurunan fungsi hipotalamus yang tidak memberikan rangsangan kepada hipofosa anterior untuk menghasilkan FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Luteinizing Hormone*). FSH sendiri berfungsi merangsang pertumbuhan sel telur sekitar 1-30 folikel yang masing-masing hanya mengandung 1 sel telur. Sedangkan LH berfungsi dalam proses pematangan sel telur atau ovulasi (fase sekresi) yang nantinya jika tidak di buahi akan terjadi peluruhan (menstruasi), sehingga apabila produksi FSH dan LH terganggu maka siklus menstruasi juga akan terganggu.⁹

Anemia adalah suatu keadaan dimana jumlah eritrosit (sel darah merah) atau kadar Hb dalam darah kurang dari normal. Penyebabnya dapat bermacam- macam, seperti perdarahan hebat, kurangnya kadar zat besi dalam tubuh, kekurangan asam folat, kekurangan vitamin B12, cacingan leukemia (kanker darah putih), penyakit kronis, dan sebagainya.¹⁰

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan responden yang mengalami siklus menstruasi dan kejadian tidak anemia sebanyak 38 orang (70,4%), lebih banyak jika dibandingkan dengan responden yang siklus menstruasi dan anemia yaitu sebanyak 5 orang (35,7%). Hasil uji statistik *chi square* didapatkan *p value* $< \alpha = 0,05$ yaitu 0,037, sehingga Hipotesis Nol (H_0) ditolak, Hipotesis Alternatif (H_a) diterima

Ini berarti ada hubungan yang bermakna antara anemia terhadap siklus menstruasi pada mahasiswa di STIKES Al-Su'aibah Palembang tahun 2021. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan ada hubungan yang bermakna antara anemia terhadap siklus menstruasi terbukti secara statistik.

Tidak jauh berbeda dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Septi Kristianti (2013), berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Imogiri Bantul responden mengisi hubungan antara anemia dengan siklus menstruasi, hasil uji statistik *chi square* menunjukkan nilai α sebesar 5,625 dengan taraf signifikan *p value* = 0,018. Untuk menentukan kemaknaan hubungan antara kedua variabel maka besarnya nilai signifikan *p value* dibandingkan dengan taraf kesalahan 5%(0,05). Jika *p value* lebih besar dari 0,05 maka dinyatakan tidak ada hubungan yang bermakna jika *p value* lebih kecil atau sama dengan 0,05 maka dinyatakan ada hubungan yang bermakna. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai *p value* lebih kecil dari 0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara anemia dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Imogiri Bantul Yogyakarta.

Berdasarkan hasil penelitian dan teori menurut Hoffbrand, dkk (2012), anemia ditentukan oleh kadar hemoglobin dalam darah. Apabila kadar hemoglobin dalam

darah lebih rendah dari standar, maka seseorang tersebut dikatakan mengalami anemia

Menurut Sofro (2012), hemoglobin terkandung dalam sel darah merah. Darah memiliki akses ke semua organ dan jaringan tubuh. Fungsi darah dalam mengangkut berbagai *substrat* untuk diedarkan ke organ dan jaringan dalam tubuh, termasuk mengangkut oksigen dan mengedarkan hormon. Apabila kadar hemoglobin rendah, maka oksigen yang disalurkan ke organ dan jaringan termasuk otak tidak optimum . otak sebagai pusat syaraf sangat membutuhkan kecukupan oksigen untuk mengatur seluruh aktivitas sistem syaraf. Rendahnya kadar hemoglobin dalam darah juga akan mengganggu metabolisme hormon, sehingga menyebabkan tidak keseimbangan hormon di dalam tubuh. Kadar hemoglobin yang rendah dalam darah menyebabkan gangguan dalam spektrum luas, termasuk gangguan dalam sistem imun, kapasitas kerja, dan fungsi neurologi. Gangguan fungsi neurologi dapat mempengaruhi sistem reproduksi. Salah satu gangguan fungsi neurologi akibat anemia adalah gangguan menstruasi . reproduksi manusia melibatkan interaksi berbagai macam organ yang di atur hipotalamus . hipotalamus yang terganggu akan berdampak lebih lama. Kondisi demikian ini menyebabkan terjadinya siklus menstruasi yang tidak normal atau tidak teratur, sehingga anemia berhubungan dengan terjadinya siklus menstruasi yang tidak normal.¹¹

Kesimpulan

Hasil uji statistik diperoleh variable status gizi dan anemia dengan nilai *p value* berturut-turut 0,000 dan 0,037 artinya nilai *p value* $< 0,05$, sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara status gizi dan anemia terhadap siklus menstruasi pada mahasiswa prodi DIII Kebidanan STIKES Al-Su'aibah Palembang.

Saran

Penelitian ini bisa dijadikan pengetahuan tambahan mengenai status gizi dan anemia dapat berpengaruh terhadap memendek dan memanjangnya siklus

menstruasi serta mahasiswi dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari dengan mengatur pola makan yang teratur

Daftar Pustaka

1. Pinanti, 2012. Masa Remaja.
2. WHO, 2013. Anemia.
3. WHO, 2020. Anemia Pada Ibu Hamil.
4. Riskesda, 2018. Prevalensi Anemia Ibu Hamil di Indonesia
5. Kemenkes RI, 2018. Anemia Ibu Hamil pada Kelompok umur 15-24 Tahun.
6. Sabri, 2014. Metodologi Penelitian. Rajawali Press. Aceh
7. Marni, 2013. Status Gizi
8. PSIK FKUNSRAT Manado, 2018. Faktor-faktor yang berhubungan dengan pengetahuan anemia pada ibu hamil.
9. Mentari, 2019. Kelbihan gizi akan berdampak pada penurunan fungsi hipotalamus.
10. Adriani, 2013. Anemia
11. Hofforand dkk, 2012. Kadar hemoglobin dalam darah lebih rendah dari standar.