BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan proses fisiologis alami yang menandai kematangan reproduksi pada remaja putri, umumnya dimulai pada rentang usia 12-16 tahun. Proses ini melibatkan peluruhan lapisan endometrium uterus yang kaya pembuluh darah, yang kemudian dikeluarkan secara berkala setiap bulan sebagai darah haid (Botutihe et al., 2022).

Menstruasi yang berlangsung dalam durasi lebih lama dari normal merupakan salah satu faktor yang dapat memicu terjadinya anemia. Apabila periode menstruasi terjadi semakin panjang, maka kemungkinan terjadinya kehilangan darah dalam jumlah besar juga meningkat, sehingga kondisi ini dapat berujung pada anemia akibat menurunnya kadar zat besi dalam tubuh (Hidayati et al., 2022).

Selain lamanya menstruasi, terdapat berbagai faktor lain yang turut memengaruhi terjadinya anemia pada remaja putri. Faktor-faktor tersebut meliputi rendahnya konsumsi makanan yang kaya akan zat besi dan protein, minimnya perhatian terhadap status kesehatan, meningkatnya kebutuhan zat besi seiring pertumbuhan, kondisi ekonomi keluarga, serta keterbatasan pengetahuan ibu mengenai pentingnya pemenuhan gizi yang adekuat bagi remaja putri (Hidayati et al., 2022).

Data Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2021) menunjukkan bahwa frekuensi anemia gizi besi pada putri remaja di Indonesia mencapai 22 ,7%. Wanita berusia 10-19 tahun memiliki risiko tinggi mengalami anemia. Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan provinsi maluku, Pravalensi angka kejadian Anemia pada remaja putri di Kota Ambon itu sendiri pada tahun 2024 mencapai angka (15,09%), sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa kejadian Anemia pada remaja putri di Kota Ambon masih tergolong tinggi (Renata et al., 2021).

Berbagai upaya telah dirancang untuk menanggulangi anemia pada remaja putri, salah satunya melalui pemberian tablet penambah darah. Program ini telah diterapkan oleh pemerintah di institusi pendidikan seperti SMP dan SMA, dengan ketentuan konsumsi satu tablet setiap hari selama masa menstruasi serta satu tablet setiap minggu di luar periode tersebut. Di samping itu, penerapan pola makan sehat dengan komposisi gizi seimbang, terutama yang mengandung zat besi tinggi, menjadi langkah penting dalam mencegah anemia. Aktivitas fisik juga dimanfaatkan sebagai bagian dari terapi karena dapat membantu meningkatkan volume darah serta memperbaiki fungsi sistem kardiovaskular, sehingga berkontribusi dalam penanganan anemia (Noviasty et al., 2020).

Sinta Dwi Octavianny menunjukkan bahwa lama menstruasi berhubungan signifikan dengan kadar hemoglobin pada siswi di SMPN 1 Grogol,kabupaten Kediri. Temuan ini mengindikasikan bahwa semakin lama durasi menstruasi, semakin besar kehilangan darah yang berpotensi menurunkan kadar hemoglobin, sehingga meningkatkan risiko anemia (Octavianny et al., 2020).

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 2 Kota Ambon, jumlah seluruh siswa adalah 912 orang. Dari keseluruhan siswa tersebut, siswi (perempuan) berjumlah 453 orang, dengan rincian 147 siswi kelas VII, 148 siswi kelas VIII, dan 158 siswi kelas IX.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada remaja putri di SMPN 2 Kota Ambon, diperoleh data bahwa responden berusia usia 11-13 tahun.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana gambaran lama menstruasi dan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMPN 2 Kota Ambon?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Untuk mengetahui Gambaran lama menstruasi dan kadar hemoglobin pada remaja putri di SMPN 2 Kota Ambon.

2. Tujuan Khusus

   Mengidentifikasi lama menstruasi pada remaja putri di SMPN 2 Kota Ambon

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

   Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan informasi ilmiah mengenai gambaran lama menstruasi dan kadar hemoglobin pada remaja putri.

2. Manfaat Praktis

   a. Remaja putri

      Menambah pengetahuan mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi serta memperhatikan kondisi menstruasi dan kadar hemoglobin.

   b. Pihak Sekolah

      Sebagai bahan informasi bagi sekola dalam meningkatkan perhatian terhadap kesehatan remaja putri.