

SYSTEMATIC REVIEW HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN SIKLUS MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI

Sri Wahyuni¹, Najah Syamiyah²

^{1,2}Universitas Banten Jaya, Jl Syech Nawawi Albantani Serang, Banten, Indonesia

Email: najahsyamiyah@unbaja.ac.id

ABSTRAK

Secara global menurut *World Health Organization* (WHO) dalam *worldwide prevalence of anemia* tahun 2015 menunjukkan bahwa prevalensi mengenai anemia pada wanita sebesar 42.6%. prevalensi anemia pada wanita di Asia Tenggara 41.9%. Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan studi literatur dari beberapa jurnal internasional maupun nasional. Metode ini dipakai untuk meringkas suatu topik sehingga meningkatkan pemahaman. Studi literatur menyajikan ulang materi yang sudah diterbitkan sebelumnya dan tinjauan literatur memberikan ringkasan berupa publikasi terbaik dan relevan. Hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh Santi terhadap pasien yang datang berobat ke klinik UIN Sunan Ampel dari tahun 2015-2017 menunjukkan bahwa ada sebanyak 192 pasien wanita mengalami gangguan menstruasi. Gangguan menstruasi tersebut yaitu gangguan siklus/pola menstruasi, lama menstruasi, serta gangguan lainnya (Santi & Pribadi, 2018). Bahwa adanya hubungan antara status gizi dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Keywords: Anemia, Siklus Menstruasi, Status Gizi

ABSTRACT

Globally according to the World Health Organization (WHO) in the worldwide prevalence of anemia in 2015 shows that the prevalence of anemia in women is 42.6%. the prevalence of anemia in women in Southeast Asia is 41.9%. The method used in this study used literature studies from several international and national journals. This method is used to summarize a topic so as to increase understanding. The literature study presents previously published material and the literature review provides a summary of the best and relevant publications. The results of research that has been conducted by Santi on patients who came for treatment to the UIN Sunan Ampel clinic from 2015-2017 showed that there were as many as 192 female patients experiencing menstrual disorders. These menstrual disorders are menstrual cycle / pattern disorders, menstrual duration, and other disorders (Santi & Pribadi, 2018). That there is a relationship between nutritional status and menstrual cycles with the incidence of anemia in adolescent girls..

Keywords : Anemia, Menstrual Cycle, Nutritional Status

PENDAHULUAN

Anemia ialah masalah gizi yang sering terjadi di dunia, khususnya di negara berkembang. Diperkirakan lebih dari 30% penduduk dunia atau 1500 juta orang menderita anemia dan

sebagian besar lainnya tinggal di daerah tropik. Berdasarkan Riskasdes (2013), dilaporkan bahwa angka kejadian anemia sebesar 21.7% , dimana 18,4% terjadi pada laki laki dan 23.9% terjadi pada perempuan.

Secara global menurut *World Health Organization* (WHO) dalam *worldwide prevalence of anemia* tahun 2015 menunjukkan bahwa prevalensi mengenai anemia pada wanita sebesar 42.6%. prevalensi anemia pada wanita di Asia Tenggara 41.9%. sedangkan untuk di Indonesia, prevalensi mengenai anemia pada wanita yaitu 23%. (WHO, 2011). Sedangkan hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh Fadila (2015), ditemukan jika prevalensi anemia pada ibu hamil di Kabupaten Serang (Kecamatan Baros, Pontang, dan Kramatwatu) masih cukup tinggi yaitu sebesar 72.5% dengan rata rata kadar Hb 9.7 gr/dl, jauh di atas hasil Riskesdas tahun 2007 (24,5%) dan Riskesdas tahun 2017 (37.1%).

Remaja putri memiliki resiko yang lebih besar untuk menderita anemia daripada dengan remaja putra. Hal ini disebabkan remaja putri mengalami menstruasi di setiap bulannya dan juga sedang dalam masa pertumbuhan sehingga membutuhkan asupan zat besi yang lebih banyak. (Sudargo Toto, dkk. 2018). (Lorencya Aprellya, 2015) juga menunjukkan adanya hubungan pola menstruasi (siklus dan lama menstruasi) dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Kristen 1 Surakarta. Penelitian yang dilakukan oleh (Eka dkk, 2019) juga menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan remaja terhadap kejadian anemia pada remaja di SMPN 02 Rambah Hilir Kabupaten Rokan Hulu.

Berdasarkan data dan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan studi literatur tentang “Hubungan antara status gizi dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri”.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan studi literatur dari beberapa jurnal internasional maupun nasional. Metode ini dipakai untuk meringkas suatu topik sehingga meningkatkan pemahaman. Studi literatur menyajikan ulang materi yang sudah diterbitkan sebelumnya dan tinjauan literatur memberikan ringkasan berupa publikasi terbaik dan relevan.

HASIL

Anemia merupakan suatu keadaan dimana kadar *Hemoglobin* (HB) yang ada di dalam

darah lebih rendah dari nilai normal bagi kelompok orang berdasarkan umur dan jenis kelamin, pada wanita usia remaja hemoglobin normal adalah 12-16 g/dl dan pria usia remaja 13-17 g/dl (Adriani, 2017).

World Health Organization (WHO) (2017) mengatakan bahwa anemia adalah suatu kondisi ketika sel darah merah tidak mencukupi untuk memenuhi kebutuhan fisiologis tubuh. Kebutuhan fisiologis setiap orang bervariasi menurut usia, jenis kelamin, tempat tinggal, perilaku merokok dan tahap kehamilan. Hal yang menyebabkan anemia pada umumnya kekurangan pengetahuan mengenai anemia, kekurangan zat besi, asamfolat, vitamin B12 dan vitamin A. Hal yang dapat menyebabkan anemia lainnya yaitu peradangan akut dan kronis, infeksi parasit, kelainan bawaan yang mempengaruhi sintesis hemoglobin, kekurangan produksi sel darah merah (Siska, 2017).

Berdasarkan survei demografi dan kesehatan di Indonesia pada tahun 2017, prevalensi anemia di antara anak usia 5-12 di Indonesia yaitu 26%, pada wanita usia 13-18 yaitu 23%. Sedangkan prevalensi anemia pada pria lebih rendah dibanding wanita yaitu 17% pada pria usia 13-18 (Kemenkes, 2018). Sejalan dengan survei kesehatan rumah (SKRT) tahun 2016, menyatakan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri yang berusia 15-20 tahun yaitu 57,1% di provinsi Riau, prevalensi yang mengalami anemia yaitu 25,1% dan 19,4% berada di usia 15- 24 tahun. Angka terjadinya anemia pada perempuan 18,1% dan laki laki 7% (Natalia, 2018).

Menurut hasil sensus penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa 63,4 juta dari jumlah penduduk yang ada di Indonesia merupakan remaja yang terdiri dari remaja putri sebanyak 31,2 juta jiwa (49,30%). Dan menurut (Organization, 2013), prevalensi anemia yang ada di dunia berkisar antara 40-88% dengan angka kejadian anemia pada remaja putri yang terutama di negara-negara berkembang mencapai 53,7% (Panyuluh et al, 2018).

Menurut WHO, penyebab yang paling umum dari anemia yaitu kekurangan nutrisi, kekurangan zat besi, kekurangan folat, vitamin B12 dan A juga merupakan penyebab penting, hemoglobinopati, penyakit menular seperti malaria, tuberkulosis, HIV dan infeksi parasit. Menurut hasil Riskesdes 2018, tingkat konsumsi sayur dan buah masyarakat Indonesia masih dibawah jumlah yang dianjurkan.

Menurut Kemenkes, 2019 anemia dapat menyebabkan gangguan atau hambatan pada pertumbuhan sel tubuh ataupun sel otak. Kurangnya kadar hemoglobin di dalam darah juga dapat menimbulkan gejala anemia 5L (lesu, letih, lemah, lelah, lalai), pusing kepala yang seperti berputar, mata berkunang-kunang, mudah mengantuk dan sulit berkonsentrasi karena kurangnya kadar oksigen di dalam otak. Jika pada remaja, menurunnya kebugaran serta konsentrasi yang menyebabkan menurunnya prestasi belajar dan kemampuan mengikuti kegiatan baik didalam ataupun diluar sekolah. Anemia juga akan menurunkan daya tahan tubuh dan membuat lebih mudah untuk terkena infeksi (Josephine D, 2020).

Cara penentuan anemia yaitu dengan melakukan pengukuran kadar Hb dengan memakai alat ukur Hb digital *strip-test*. Pengukuran Hb ini dilakukan oleh peneliti dibantu seorang asisten tentunya atas sepengetahuan bidan desa. Responded yang mendapatkan giliran untuk di cek kadar Hb nya dipersilahkan duduk lalu ditanyakan apakah bersedia mengikuti prosedur yang ada. Jika bersedia maka responden diminta mengisi lembar persetujuan. Kemudian perawat membersihkan ujung jari responden menggunakan kapas alkohol 70%. Setelah itu menusuk area jari responden yang sudah dibersihkan sebelumnya menggunakan *lancing device* yang sudah di isi dengan jarum lancet. Darah yang keluar akan diteteskan pada strip yang sudah tersedia yang ada di alat ukur Hb digital. Hasil pengukurannya akan diketahui dalam lima detik. Setiap responden tentu saja mendapatkan jarum lancet dan trip yang berbeda (Halim, Diana, 2014).

Penelitian yang dilakukan oleh Eka (2016) mengenai hubungan status gizi dan lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri, jumlah sampel yang digunakan pada penelitian ini sebanyak 62 remaja putri, dengan teknik total sampling. Hasil dari analisis dengan uji *chi square* menunjukkan adanya hubungan status gizi dan lamanya menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta yang ditunjukkan oleh nilai $p=0,02$ dan $p=0,002$.

Menurut Data Riset Kesehatan Republik Indonesia (Riskesdas, 2013) kelompok usia 13-15 tahun penilaian status gizi menurut IMT, prevalensi nasional kurus pada remaja usia 13- 15 tahun adalah 11,1% yang terdiri dari 3,3% sangat kurus dan 7,8% kurus. Sedangkan berdasarkan data (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, 2016), prevalensi kurus pada remaja usia 16-18 tahun secara umum yaitu 9,1% (1,4% sangat kurus dan 7,7% kurus).

Upaya yang dilakukan agar membantu program yang telah ditetapkan oleh pemerintah Indonesia yaitu pemberian tablet tambah darah yang memiliki tujuan diantaranya untuk menjalankan program pemerintah mengenai pemberian tablet tambah darah pada remaja putri saat sedang menstruasi agar tidak mengganggu proses saat pembelajaran berlangsung karena saat sedang menstruasi banyak remaja putri yang merasakan lesu, lemas, nyeri dan juga kurang konsentrasi ketika sedang belajar. (Kemenkes, 2017).

Berdasarkan PMK No. 28 Tahun 2019, angka kecukupan gizi merupakan suatu nilai yang menunjukkan kebutuhan rata-rata zat gizi tertentu yang harus dipenuhi setiap hari bagi hampir seluruh orang dengan karakteristik tertentu meliputi usia, jenis kelamin, tingkat aktivitas fisik, dan kondisi fisiologis hidup sehat. Angka kecukupan gizi yang harus dipenuhi oleh remaja kebanyakan lebih tinggi dibandingkan kelompok usia lainnya.

AKG protein laki-laki usia 10-12 yaitu 50 g/hari, 13-15 yaitu 70 g/hari dan usia 16- 18 yaitu 75 g/hari. Sedangkan bagi perempuan, AKG protein untuk usia 10-12 yaitu 55g/hari, usia 13-15 dan 16-18 tahun sama, yaitu 65 g/hari. Sedangkan untuk zat besi, AKG yang ditetapkan bagi laki-laki usia 10-12 yaitu 8mg/hari, usia 13-15 dan 16-18 sama besar yaitu 11 mg/hari. Sedangkan untuk perempuan usia 10-12 yaitu 8 mg/hari, usia 13-15 dan usia 16-18 sama, sebanyak 15 mg/hari. Sementara AKG vitamin C laki-laki usia 10-12 yaitu 50 mg/hari, usia 13-15 yaitu 75 mg/hari dan usia 16-18 yaitu 90 mg/hari. Sedangkan untuk perempuan usia 10-12 yaitu 50 mg/hari, usia 13-15 yaitu 65 mg/hari dan usia 16-18 sebanyak 75 mg/hari.

Penelitian yang dilakukan oleh Puspita D menunjukkan bahwa status gizi pada perempuan dapat menyebabkan perubahan hormon yang terhubung dengan gangguan fungsi hipotalamus. Perubahan hormon tersebut berpengaruh pada siklus menstruasi perempuan (Puspita, 2014). Menurut Basri Aramiko yang telah meneliti tentang hubungan siklus menstruasi dengan status gizi siswi, terdapat bahwa hasil siswi dengan menstruasi yang normal maka status gizinyapun normal. Sistem hormon yang terkait dengan status gizi, tidak jarang perempuan yang status gizinya normal tetapi memiliki siklus menstruasi yang tidak normal. Hal itu dapat disebabkan karena sindroma polikistik ovarium, kelainan uterus, kontrasepsi, penyakit kronis dan faktor psikologis (Aramiko, Siketang & Nur, 2016). Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Kaimudin terdapat hubungan antara status gizi

dengan kejadian anemia pada remaja putri. Hal tersebut disebabkan dari konsumsi makanan yang tidak memenuhi gizi seimbang, sehingga asupan nutrisi yang diperlukan tidak terpenuhi (Nur Ia Kaimudin et al., 2017).

Remaja putri mempunyai resiko sepuluh kali lebih besar terkena anemia dibandingkan dengan remaja putra. Hal ini disebabkan remaja putri setiap bulannya kekurangan darah yang disebabkan oleh menstruasi, kurangnya zat besi, penyakit kronis, ketidak seimbangan asupan gizi, aktivitas yang dilakukan juga pola hidup remaja putri berubah yang semula serba teratur menjadi kurang teratur misalnya seperti sering terlambat dan kurang tidur (Tashara et al., 2015). Fenome fisiologis yang normal pada remaja wanita adalah menstruasi. Kualitas hidup contohnya mengkonsumsi makanan cepat saji, kurangnya aktivitas fisik dan melewatkan sarapan pagi juga dapat mempengaruhi kejadian menstruasi. Fungsi menstruasi juga dapat dipengaruhi kebiasaan makan. Remaja usia 16-18 tahun menurut prevalensi secara nasional yaitu 9,4% kurus dengan pembagian 1,9% sangat kurus dan 7,5% kurus. Sedangkan 7,3% memiliki prevalensi yang gemuk yang terdiri dari 5,7% gemuk dan 1,6% obesitas. Rendahnya IMT juga mempengaruhi lamanya menstruasi dibuktikan oleh penelitian (Lee et al.).

Remaja putri ialah salah satu kelompok yang rawan menderita anemia, disebabkan pada masa itu mereka juga mereka mengalami menstruasi dan memiliki pengetahuan yang kurang terhadap anemia. Ketika remaja putri mengalami menstruasi untuk yang pertama kali, maka membutuhkan lebih banyak zat besi untuk menggantikan hilangnya darah akibat menstruasi. Nilai ambang batas anemia menurut WHO (2015) yaitu untuk usia 5-11 tahun <11,5 g/dl, 11-14 tahun 12,0 g/dl, untuk remaja diatas 15 tahun untuk anak perempuan < 12 g/dl dan untuk anak laki-laki < 13 g/dl. (Dardjito dan Anandari, 2016).

Hasil penelitian yang sudah dilakukan oleh Santi terhadap pasien yang datang berobat ke klinik UIN Sunan Ampel dari tahun 2015-2017 menunjukkan bahwa ada sebanyak 192 pasien wanita mengalami gangguan menstruasi. Gangguan menstruasi tersebut yaitu gangguan siklus/pola menstruasi, lama menstruasi, serta gangguan lainnya (Santi & Pribadi, 2018). Berikut tabel ringkasan systematic review dari beberapa sumber:

Tabel 1. Systematic Review Status Gizi Dan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri

| <i>No</i> | <i>Judul</i> | <i>Author dan tahun</i> | <i>Metode</i> | <i>Hasil</i> |
|-----------|--|-----------------------------|--|---|
| 1 | Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan tahun 2019. | Fitri Aprianti, tahun 2019. | Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional. Jumlah sampel 70 responden dengan menggunakan teknik stratified random sampling. Analisa data yang digunakan adalah analisa univariat dan bivariat dengan uji chi square. | Hasil penelitian didapatkan ada hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMAN 1 Pangkalan Kerinci Kabupaten Pelalawan (p value= 0,011). Bagi pihak sekolah agar dapat bekerja sama dengan Dinas Kesehatan diwakili Puskesmas untuk mengaktifkan kembali UKS (Usaha Kesehatan dan Sekolah) dan PIKR (Pusat Informasi dan Konseling Remaja). Serta menghidupkan kembali program PKPR (Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja) dengan intensitas yang lebih sering. |
| 2 | Hubungan pola menstruasi dan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri Tembilahan. | Mia Rita Sari, Tahun 2020. | Jenis penelitian ini kuantitatif analitik dengan desain cross sectional. Teknik pengambilan sampel secara simpel random sampling. Populasi adalah siswi kelas XI dan XII SMA Negeri 2 Tembilahan dengan jumlah 146 siswi dan jumlah sampel sebanyak 99 responden. Data dikumpulkan melalui | Hasil penelitian didapatkan responden berumur 17 tahun sebanyak 48,5%, pola menstruasi normal sebanyak 63,6%, status gizi yang tidak normal sebanyak 50,5%, tidak anemia sebanyak 57,6% serta ada hubungan pola menstruasi dan status gizi dengan kejadian anemia dengan nilai p |

| <i>No</i> | <i>Judul</i> | <i>Author dan tahun</i> | <i>Metode</i> | <i>Hasil</i> |
|-----------|--|--|---|---|
| | | | kuesioner dan pemeriksaan kadar Hb kemudian diolah dengan menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji chi square | value 0,000 |
| 3 | Hubungan status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMP Negeri 2 Garawangi Kabupaten Kuningan. | Siti Nunung Nurjanah, Ega Anggita Putri, Tahun 2021. | Metode penelitian ini menggunakan penelitian analitik dengan menggunakan rancangan cross sectional, populasi dalam penelitian ini 110 responden dengan menggunakan teknik pengambilan sampel total sampling. Instrument yang digunakan lembar checklist, uji analisa yang digunakan adalah uji Chi-Square | Hasil analisis univariat, status gizi kurus 35,5%, status gizi normal 57,3%, status gizi gemuk 7,3%, remaja anemia 82%, dan remaja tidak anemia 28%. Sedangkan analisis bivariat, penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian anemia dengan nilai p value = 0,000. Pada penelitian ini, terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri SMP Negeri 2 Garawangi Kabupaten Kuningan |
| 4 | Hubungan status gizi remaja terhadap kejadian anemia pada remaja putri di SMPN 2 Rambah Hilir Kabupaten Rokan Hulu | Eka Yuli Handayani, Tahun 2019. | Jenis penelitian yang digunakan adalah metode analitik korelatif dengan desain penelitian crosssectional dilakukan di SMPN 02 Rambah Hilir dengan jumlah sampel 62 orang dengan memeberikan 20 pertanyaan | Hasil penelitian tersebut terdapat hubungan antara status gizi remaja (P value = 0.039 < 0.05) terhadap kejadian anemia pada remaja putri. kesimpulan dari penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara status gizi remaja terhadap kejadian anemia pada |

| <i>No</i> | <i>Judul</i> | <i>Author dan tahun</i> | <i>Metode</i> | <i>Hasil</i> |
|-----------|--|---|---|---|
| | | | melalui kuesioner. Analisis penelitian dilakukan dengan uji statistic Chi Square | remaja putri |
| 5 | Hubungan siklus menstruasi dan indek massa tubuh (IMT) dengan kejadian anemia pada remaja di SMK Islam Jepara. | Noor, Rusnoto, Rizka, Trisnawati, Tahun 2020. | Jenis penelelitian Survey Analitikdengan pendekatan Cross Sectional. Peneliti menggunakan stratified sampling dengan mengambil jumlah populasi di SMK Islam Jepara sebanyak 401 siswi, maka peneliti menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu menggunakan rumus Slovin sekitar 81 siswi. Analisa Bivariat menggunakan uji Chi Square dan Instrumen menggunakan lembar kuesioner dan checklist sedangkan alat ukur yang digunakan GcHb dan Timbangan. | Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan bermakna antara Indeks Massa Tubuh dengan kejadian Anemia didapatkan nilai p value sebesar $0,019 < (\alpha = 0,05)$ yang berarti H_0 ditolak maka H_a diterima. Tidak ada hubungan bermakna antara siklus menstruasi dengan kejadian. Anemia didapatkan nilai p value sebesar $0,749 > (\alpha = 0,05)$ yang berarti H_0 diterima dan H_a ditolak. |
| 6 | Faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia padaremaja putri. | Yeni, S Aisjah, Erma, Heru, Tahun 2021. | Melalui Proportional Random Sampling, analisis univariat (proporsi), bivariat (uji chi square) dan multivariat (regresi logistik). | Hasil analisis menunjukkan bahwa pendidikan remaja (p value:0,000), pendapatan orang tua (pvalue:0,012) dan status gizi remaja (pvaue:0,000 memiliki hubungan signifikan dengan kejadian anemia pada remaja putri, sedangkan umur remaja (p value:0,224) tidak memiliki hubungan |

| <i>No</i> | <i>Judul</i> | <i>Author dan tahun</i> | <i>Metode</i> | <i>Hasil</i> |
|-----------|---|-----------------------------|--|--|
| | | | | yang signifikan dengan kejadian anemia pada remaja putri |
| 7 | Hubungan asupan zat gizi, siklus menstruasi, lama menstruasi dan pengetahuan dengan kejadian anemia pada siswi MTS Islamiyah Batahan Kabupaten Pasaman Barat. | Rida umami, Tahun 2021. | Jenis penelitian ini deskriptif analitik dengan desain Cross sectional study, dilakukan di MTs Islamiyah Batahan dengan jumlah sampel 47 orang pada bulan September 2020 – Januari 2021. | Hasil penelitian ini terdapat hubungan asupan protein (P value 0.004 = < 0.05), terdapat hubungan asupan vitamin C (P value = 0.002 < 0.05), terdapat hubungan lama menstruasi (P value 0.002 = < 0.05), dan terdapat hubungan pengetahuan (P value 0.000 = < 0.05) dengan kejadian anemia pada siswi MTs Islamiyah Batahan Tahun 2020. |
| 8 | Hubungan antara status gizi dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada Mahasiswi prodi DIII kebidanan Universitas Muslim Indonesia. | Suchi, Nurlina, Tahun 2018. | Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan pendekatan cross sectional study untuk mengetahui hubungan status gizi dan pola menstruasi dengan kejadian anemia. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik penarikan sampel probability sampling dengan cara penarikan sampel secara acak sederhana (simple random sampling) | Hasil penelitian ini diperoleh bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi mahasiswi dengan kejadian anemia. Hal ini dapat dilihat dari hasil uji statistik yang memperoleh nilai p sebesar 0,306. Pada penelitian ini status gizi tidak terdapat hubungan yang signifikan dengan kejadian anemia, hal ini dikarenakan pada mahasiswi yang memiliki status gizi normal diperoleh |

| <i>No</i> | <i>Judul</i> | <i>Author dan tahun</i> | <i>Metode</i> | <i>Hasil</i> |
|-----------|---|------------------------------------|--|---|
| | | | | sebanyak 61,3% mengalami anemia meskipun pada kasus mahasiswa yang kurus diperoleh 66,7% juga mengalami anemia |
| 9 | Anemia defisiensi besi dan indeks massa tubuh terhadap siklus menstruasi remaja | Sri, Estri, Nova, Ika, Tahun 2019. | Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan rancangan penelitian kohort. Penelitian ini menggunakan data primer. Penentuan siklus menstruasi dengan pengisian kuesioner tentang menstruasi selama 3 bulan. Analisis data menggunakan program computer dengan derajat kepercayaan 95%. Analisis bivariante menggunakan chi square dengan α 0,05. Regresi logistik ganda digunakan untuk melakukan analisis multivariat | Hasil Penelitian menunjukkan 15% remaja putri mengalami anemia, 48,3% indeks massa tubuh tidak normal dan 46,7% siklus menstruasi tidak normal. Tidak terdapat pengaruh anemia dan indeks massa tubuh terhadap menstruasi remaja putri |
| 10 | Pengetahuan gizi ibu hamil dalam perspektif sebagai faktor pendukung terwujudnya smart people | Ila fadila, Tahun 2017. | Desain yang digunakan adalah cross sectional. Subjek penelitian adalah ibu hamil yang tinggal di wilayah kecamatan Baros, Kabupaten Serang sebanyak 120 orang. Pengumpulan data responden dilakukan melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner yang terstruktur meliputi data karakteristik ibu hamil dan pengukuran status | Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas status gizi ibu hamil tergolong baik (87,2%), sedangkan kadar Hb mayoritas masih tergolong anemia (65,6%). Kondisi pengetahuan gizi ibu hamil di wilayah Kecamatan Baros Kabupaten Serang tergolong kategori sedang (23,3%) dan |

| <i>No</i> | <i>Judul</i> | <i>Author dan tahun</i> | <i>Metode</i> | <i>Hasil</i> |
|-----------|--------------|-------------------------|---|---|
| | | | gizi ibu hamil serta kadar Hb ibu hamil ; Pengetahuan gizi, serta frekuensi konsumsi pangan sumber zat besi | baik (42,4%). Adapun pola konsumsi sumber zat besi yang tergolong sering untuk kelompok sumber zat besi nabati dan hewani, masing-masing adalah 41,6% dan 40,8% |

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa adanya hubungan antara status gizi dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri karena dari 10 jurnal yang dijadikan acuan menggunakan Jenis penelitian adalah kuantitatif dengan desain penelitian cross sectional dan memiliki hasil adanya hubungan dengan kejadian anemia. Adapun yang tidak memiliki hubungan yaitu menggunakan metode observasional analitik dengan pendekatan cross sectional study. Yang artinya teknik penelitian cross sectional lebih banyak digunakan dalam penelitian 10 jurnal yang dijadikan acuan ini. saran dari penelitian ini diharapkan kepada remaja putri untuk lebih memperhatikan siklus menstruasi, kecukupan zat gizi terutama protein, vitamin C, zat besi agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal serta terhindar dari anemia.

DAFTAR PUSTAKA

- Cholifah, N., & Himawan, R. (2020). Hubungan Siklus Menstruasi Dan Indek Massa Tubuh (Imt) Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Di Smk Islam Jepara. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 302–307.
- Fadila, I. (2017). Prosiding Seminar Nasional Tahunan Matematika, Sains Dan Teknologi. *Universitas Terbuka Convention Center*, 12.
- Hidayati, S., Kusumawati, E., Lusiana, N., Mustika, I., Islam, U., Sunan, N., & Surabaya, A. (2019). *Anemia Defisiensi Besi Dan Indeks Massa Tubuh Terhadap Siklus Menstruasi Remaja*. 12. <https://doi.org/10.24252/Kesehatan.V12i1.7157>

- Indrawatiningsih, Y., Hamid, S. A., Sari, E. P., & Listiono, H. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 21(1), 331. <https://doi.org/10.33087/Jiubj.V21i1.1116>
- Kesehatan Mercusuar, J., Rita Sari Prodi Diploma Tiga Kebidanan, M., & Kebidanan Husada Gemilang Tembilahan Jpendidikan Tembilahan-Riau, A. (N.D.). *Hubungan Pola Menstruasi Dan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 2 Tembilahan*. <http://jurnal.mercubaktijaya.ac.id/index.php/Mercusuar>
- Nurjannah, S. N., & Putri, E. A. (2021). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 2 Garawangi Kabupaten Kuningan. *Journal Of Midwifery Care*, 1(02), 125–131. <https://doi.org/10.34305/Jmc.V1i02.266>
- Pada, A., Putri, R., Smpn, D., Hilir, R., Rokan, K., Smpn, P. Di, Kabupaten, R. H., & Hulu, R. (2019). *Eka Yuli Handayani, Hubungan Status Gizi Remaja Terhadap Kejadian Hubungan Status Gizi Remaja Terhadap Kejadian Anemia Pada Remaja*.
- Rimbawati, Y., Medika, A., Studi Ilmu Keperawatan, P., & Kader Bangsa Palembang, U. (N.D.). *Hubungan Kebiasaan Olahraga, Status Gizi Dan Anemia Dengan Kejadian Disminore Pada Remaja Putri*.
- Suchi, K., Shariff, A., Akbar, N., & Kesehatan, F. K. (2018). Hubungan Antara Status Gizi Dan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Mahasiswi Prodi Diii Kebidanan Universitas Muslim Indonesia. *Window Of Health*, 1(1). <http://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/Woh/Article/View/Woh1107>.