BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah masa terjadinya periode perkembangan serta pertumbuhan baik secara fisik, mental dan intelektual dimana individu berkembang mulai dari menunjukkan tanda-tanda seksual sekunder sampai mencapai kematangan seksual dengan rentang usia 10-19 tahun. Perubahan fisik pada tahap remaja ditandai dengan pubertas yang terjadi karena meningkatnya hormon seks hingga mencapai kematangan fungsi seksual pada individu. Pada remaja putri pubertas ditandai dengan adanya menarche atau menstruasi pertama kali (Wildayani et al. 2023).

Siklus haid didefinisikan sebagai rentang waktu dari hari pertama haid hingga haid berikutnya yang memiliki durasi bervariasi antara 21-35 hari dan hanya sekitar 10-15% wanita yang mengalami siklus 28 hari. Lamanya menstruasi berkisar 3 sampai 5 hari, atau dengan siklus yang berbeda, remaja putri yang menstruasi seringkali megalami nyeri haid atau sering disebut dengan Dismenore. Nyeri tersebut berlangsung di hari-hari menjelang atau awal menstruasi. Nyeri biasanya terasa di perut bagian bawah atau tengah bahkan terkadang hingga ke pinggul, paha, dan punggung (Alifah, 2020)

Nyeri haid adalah nyeri saat menstruasi yang ditandai dengan sensasi kram yang terkonsentrasi di perut bagian bawah. Keluhan terkait nyeri haid dapat berkisar dari ringan hingga berat. Rata-rata lebih dari 50% wanita mengalami nyeri haid disetiap negaranya. Beberapa perempuan yang merasakan sakit yang tidak tertahankan saat menstruasi dapat berpengaruh terhadap 50% aktivitas harian pada perempuan usia produktif, dan 85% pada remaja putri usia belasan tahun (Karamo *et al*, 2024).

Menurut data Survey Kesehatan Indonesia (SKI) Insiden nyeri haid pada remaja di Indonesia tahun 2022 cukup tinggi sekitar 55% sementara tahun 2023 angka kejadian nyeri haid sekitar 64,25% (Kementrian Kesehatan 2023).

Berdasarkan data dinas kesehatan sumatera utara Insiden dismenore di sumatera utara tahun 2022 sebanyak 65%, tahun 2023 sebanyak 73,3% sementara tahun 2024 sebanyak 76,69%. Sementara di Medan insiden kejadian nyeri haid

pada tahun 2022 sebanyak 72%, sementara pada tahun 2023 prevalensi nyeri haid di Medan tampaknya cukup tinggi, dengan beberapa studi menunjukkan angka sekitar 65-72% di berbagai kelompok remaja putri.

Sepanjang usia reproduktif, wanita akan mengalami kehilangan darah karena akibat peristiwa haid. Darah yang keluar akan kehilangan zat besi sebesar 12.5-15 mg/bulan, atau kira-kira sama dengan 0.4-0.5 mg/hari. Hilangnya zat besi akan menyebabkan menurunnya kadar hemoglobin dalam darah dan akan menyebabkan keadaan anemia.

Salah satu faktor yang memengaruhi remaja putri mengalami penurunan hemoglobin juga karena perilaku makan, remaja lebih menyukai jajanan, konsumsi makanan dengan kandungan lemak dan karbohidrat berlebihan, serta sibuk beraktivitas sehingga lupa makan dan akhirnya memilih makanan siap saji.remaja yang mengalami hb rendah ditandai dengan pucat, pusing, mata berkunang – kunang sehingga mengaggu aktivitas belajar.

Kadar hemoglobin pada wanita dewasa dapat diklasifikasikan menjadi empat tingkatan berdasarkan nilai tertentu meliputi, kadar hemoglobin normal pada wanita dewasa adalah 12.0 g/dL, kadar hemoglobin 10.0 – 11.9 g/dL tergolong sebagai anemia ringan, kadar hemoglobin antara 7.0-9.0 g/dL diklasifikasikan sebagai anemia sedang, dan kadar hemoglobin dibawah 6.0 g/dl tergolong anemia berat (Pratiwi et *al*, 2024)

Data World Healt Organization (WHO) Anemia mencapai 30,9 % pada remaja pada tahun 2023. Pada penelitian di pedesaan Vantamuri dari Belagavi pada siswa sekolah yang mengalami anemia pada remaja putri dari 211 yang mengalami anemia 135 siswi (63,7%).(

Berdasarkan Survei Kesehatan Nasional (SKI) 2023, prevalensi anemia pada remaja berusia 15-24 tahun di Indonesia adalah 15,5 (Kemenkes 2023). Prevalensi anemia di Sumatera Utara pada tahun 2022 sebesar 0,43% , Sementara tahun 2023 prevalensi anemia sebanyak 15,5 % sementara tahun 2024 insiden anemia di sumatera utara meningkat sebanyak 32% (Sihombing Yulandari *et al*. 2023). Di Kota Medan insiden anemia pada tahun 2022 sebanyak 26,5%, sementara tahun 2023 insiden anemia di Medan sebanyak 24,5 % .Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara kadar Hb rendah

dengan peningkatan intensitas nyeri haid. Sebuah studi oleh (Proctor & Farquhar, 2019) menemukan bahwa wanita dengan anemia ringan hingga sedang lebih rentan mengalami dismenore dibandingkan mereka dengan kadar Hb normal.

Penelitian (Herman *et al*, 2024) menemukan bahwa remaja putri dengan kadar Hb <12 g/dL lebih sering mengalami nyeri haid sedang hingga berat dibandingkan mereka dengan kadar Hb dalam rentang normal.

Menurut Masnilawati and Thamrin 2021 menunjukkan adanya hubungan antara kadar hemoglobin dengan siklus menstruasi (p=0,04), begitupun juga ada hubungan antara kadar hemoglobin dengan derajat dismenorhe (p=0,00). Semakin rendah kadar hemoglobin, menimbulkan permasalahan pada siklus menstruasi dan memperberat dismenorhe.

Arisani, 2019 menyatakan adanya hubungan antara kadar hemoglobin terhadap kejadian *dismenore* dengan *p value*=0,000. Remaja yang memiliki kadar Hb <12 gr/dl memiliki kemungkinan 5,897 kali mengalami *dismenore.* Semakin rendah kadar hemoglobin pada remaja maka semakin mudah pula terjadi *dismenore* karena menurunnya kadar hemoglobin dalam darah dapat menyebabkan anemia.

Berdasarkan hasil survey awal yang dilakukan peneliti di SMA Negeri 15 Medan terdapat 5 dari 10 siswa yang mengalami hb rendah <12 g/dL serta nyeri haid. Berdasarkan latar belakang di atas, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kadar hemogl

obin dengan nyeri haid pada remaja putri di SMA Negeri 15 Medan. Dengan memahami hubungan ini, diharapkan dapat ditemukan upaya pencegahan dan penanganan nyeri yang lebih efektif, terutama bagi remaja dengan kadar Hb rendah.

B. Rumusan Masalah

Setiap remaja memiliki pola yang bervariasi tentang menstruasi tentang siklus, durasi, dan jumlah menstruasi. Anemia beresiko pada remaja sehingga menjadi rumusan masalah pada penelitian ini yaitu,‖ Apakah terdapat hubungan kadar HB rendah dan normal dengan nyeri haid pada remaja SMAN 15 Medan?‖

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

   Untuk mengetahui hubungan antara kadar HB dengan nyeri haid pada remaja SMA Negeri 15 Medan

2. Tujuan Khusus

   Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui:

   a. Untuk mengetahui keadaan nyeri haid
   b. Untuk mengetahui kadar Hb saat nyeri haid pada remaja di SMA Negeri 15 Medan.menganalisis kadar Hb dengan nyeri haid
   c. Untuk menganalisis kadar Hb dengan nyeri haid

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

   Menambah pengetahuan dan wawasan mengenai hubungan antara kadar Hb dengan nyeri haid serta memberikan pengalaman memahami masalah kesehatan remaja, khusunya anmeia dan nyeri haid.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan dasar atau rujukan untuk melakukan penelitian selanjutnya secara berkesinambungan mengenai hubungan pola mengenai hubungan pola menstruasi dengan kadar Hb pada remaja.

3. Bagi Institusi Pendidikan

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi institusi pendidikan untuk bisa dijadikan suatu referensi dan dapat menjadi dasar bagi sekolah untuk bekerjasama dengan puskesmas dalam program kesehatan remajaseperti edukasi gizi dan pemberian tablet tambah darah.

4. Bagi Remaja

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi masukan dan informasi yang ilmiah dari hubungan pola menstruasi dengan kadar Hb pada remaja. Sehingga remaja putri dapat mengetahui nilai kadar Hb mereka dan dapat menentukan cara untuk mengatasinya.