

HUBUNGAN ANTARA POLA KONSUMSI DAN SIKLUS MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI MTS BANAT TAJUL ULUM BRABO

Fina Yunar Fillah , Sugeng Maryanto

Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Email : finayunar@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Berdasarkan data pada Survei Kesehatan Indonesia (SKI) di tahun 2023 prevalensi anemia pada kelompok remaja usia 15-24 tahun tergolong cukup tinggi yaitu sebesar 32%. Hal ini terjadi karena pada fase remaja pertumbuhan tubuh terjadi sangat pesat dan memerlukan sumber gizi yang cukup. Akan tetapi kebutuhan asupan yang cukup ini sering diabaikan remaja sehingga hal ini menimbulkan masalah-masalah kesehatan pada remaja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola konsumsi dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di MTS Banat Tajul Ulum Brabo, Kecamatan Tanggunharjo, Kabupaten Grobogan.

Metode : Menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi seluruh siswa kelas 8. Lokasi penelitian di MTS Banat Tajul Ulum Brabo. Teknik sampling dengan Sebagian *sampling* sebanyak 80 remaja. Pengambilan data dengan kuesioner, recall, cek kadar hemoglobin data menggunakan uji chi-square.

Hasil: Anemia pada remaja putri di MTS Banat Tajul Ulum Brabo sebanyak 33 remaja atau (41.2 %). Remaja memiliki pola konsumsi kategori lebih ($>110\%$ AKG) sebanyak 37 remaja atau (46.3 %), kategori baik ($80\%-110\%$ AKG) sebanyak 33 remaja atau (41.3 %), kurang ($<80\%$ AKG) sebanyak 10 remaja (12.5%). Siklus menstruasi normal sebanyak 55 remaja atau (68.8%) dan yang memiliki siklus menstruasi tidak normal sebanyak 25 remaja atau (31.2%). Hasil uji chi-square dengan p-value sebesar 0,022 ($p<0,05$) dengan odd ratio 0.324 kali.

Simpulan: Terdapat hubungan antara pola konsumsi dan siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di MTS Banat Tajul Ulum Brabo.

Kata Kunci : *Anemia*, Siklus Menstruasi, Pola Konsumsi

THE CORRELATIONS BETWEEN CONSUMPTION PATTERNS AND MENSTRUAL CYCLES AND THE INCIDENCE OF ANEMIA IN ADOLESCENT GIRLS AT MTS BANAT TAJUL ULUM BRABO

Fina Yunar Fillah, Sugeng Maryanto

Nutrition Study Program Faculty of Health Ngudi Waluyo University

Email : finayunar@gmail.com

ABSTRACT

Background: Based on data from the Indonesian Health Survey (SKI) in 2023, the prevalence of anemia in adolescents aged 15-24 years is quite high, at 32%. This happens because in the adolescent phase, the growth of the body occurs very rapidly and requires sufficient sources of nutrition. However, the need for adequate intake is often ignored by adolescents so that this causes health problems in adolescents. The purpose of this study is to determine the relationship between consumption patterns and menstrual cycles and the incidence of anemia in adolescent girls at MTS Banat Tajul Ulum Brabo, Tanggungharjo District, Grobogan Regency.

Method: Using a *cross sectional approach*. The population of all 8th grade students. The location of the research is at MTS Banat Tajul Ulum Brabo. Sampling technique with some *sampling* as many as 80 teenagers. Data collection with questionnaires, recalls, and hemoglobin level check data using the chi-square test.

Results: Anemia in adolescent girls at MTS Banat Tajul Ulum Brabo was 33 adolescents or (41.2%). Adolescents have a consumption pattern of more category ($>110\%$ AKG) as many as 37 adolescents or (46.3%), good category (80%-110% AKG) as many as 33 adolescents or (41.3%), less ($<80\%$ AKG) as many as 10 adolescents (12.5%). Normal menstrual cycles were 55 adolescents or (68.8%) and those who had abnormal menstrual cycles were 25 adolescents or (31.2%). The results of the chi-square test with a p-value of 0.022 ($p < 0.05$) with an odd ratio of 0.324 times.

Conclusion: There is a relationship between consumption patterns and menstrual cycles and the incidence of anemia in adolescent girls at MTS Banat Tajul Ulum Brabo.

Keywords: *Anemia*, Menstrual Cycle, Consumption Patterns