

HUBUNGAN STATUS GIZI DAN STATUS MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI USIA 16-17 TAHUN DI PONDOK PESANTREN MAHFILUD DUROR II KABUPATEN JEMBER

The Relationship between Nutritional Status and Menstrual Status with the Incidence of Anemia in Adolescent Girls at the Mahfilud Duror II Islamic Boarding School Jember Regency

Ifrohatul Kamiliyah*
Luh Titi Handayani
Ginanjari Sasmito Adi

*Universitas Muhammadiyah Jember,
Jawa Timur

*email: ifrohatulkamelia58@gmail.com

Abstrak

Anemia dapat disebabkan oleh beberapa faktor antara lain status gizi, dan lamanya siklus menstruasi. Status gizi remaja dipengaruhi oleh body image sehingga melakukan diet ketat. Kehilangan darah tiap bulan (menstruasi) juga berdampak pada anemia. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan status gizi, dan status menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Mahfilud Duror II Desa Suger Kidul Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember. Desain penelitian ini menggunakan metode korelasi dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah 104 remaja putri di Pondok Pesantren Mahfilud Duror II. Sampel penelitian ini sejumlah 82 remaja putri. Teknik sampling yang digunakan adalah nonprobability sampling dengan cara purposive sampling. Instrumen pada penelitian ini berupa timbangan badan, alat ukur tinggi badan, kuesioner, dan easy touch gchb. Dari penelitian didapatkan bahwa status gizi normal (64.6%), status menstruasi normal (53.7%), status anemia, tidak anemia (51.2%). Hasil uji statistik Spearman's Rho dengan ($\alpha = 0,05$) di dapatkan hasil p value 0,139 sehingga H1 ditolak sehingga H0 diterima yang berarti tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia. Hasil uji statistik Spearman's Rho yang ke 2 dengan ($\alpha = 0,05$) di dapatkan hasil p value $<0,001$ sehingga H2 diterima yang berarti terdapat hubungan antara status menstruasi dengan kejadian anemia di Pondok Pesantren Mahfilud Duror II Desa Suger Kidul Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember dengan kekuatan hubungan kuat ($r = 0,610$). Angka koefisien diatas bernilai positif, sehingga semakin baik status menstruasi maka anemia semakin rendah.

Kata Kunci:

Status gizi
Status menstruasi
Kejadian anemia
Remaja putri

Keywords:

Nutritional status
Menstrual status
Incidence of anemia
Young women

Abstract

Anemia can be caused by several factors, including nutritional status and the length of the menstrual cycle. Adolescent nutritional status is influenced by body image, so go on a strict diet. Blood loss every month (menstruation) too, impact on anemia. The aim of this study was to determine the relationship between nutritional status and menstrual status with the incidence of anemia in young women in Mahfilud Islamic Boarding School, Duror II, Suger Kidul Village, Jelbuk District, Jember Regency. This research design uses a correlation method with a cross sectional approach. The population in this study were 104 young women at the Mahfilud Duror II Islamic Boarding School. The sample for this research was 82 young women. The sampling technique used was nonprobability sampling using purposive sampling. The instruments in this study were body scales, height measuring instruments, questionnaires, and easy touch GCHB. From the research it was found that nutritional status was normal (64.6%), normal menstrual status (53.7%), anemia status, no anemia (51.2%). The results of the Spearman's Rho statistical test with ($\alpha = 0.05$) resulted in a p value of 0.139 so that H1 was rejected so H0 was accepted, which means there is no relationship between nutritional status and the incidence of anemia. The results of the second Spearman's Rho statistical test with ($\alpha = 0.05$) resulted in a p value <0.001 so that H2 was accepted, which means there is a relationship between menstrual status and the incidence of anemia at the Mahfilud Duror II Islamic Boarding School, Suger Kidul Village, Jelbuk District, Jember Regency with the strength of the relationship strong ($r = 0.610$). The coefficient number above is positive, so the better the menstrual status, the lower the anemia.



© 2024. Kamiliyah et al. Published by PenerbitForind. This is Open Access article under the CC-BY-SA License (<http://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>). <http://assyifa.forindpress.com/index.php/assyifa/index>

Submitted: 12-07-2024

Accepted: 25-07-2024

Published: 30-07-2024

PENDAHULUAN

Anemia adalah keadaan dimana kadar hemoglobin (HB) dalam darah lebih rendah dari kadar normal untuk sekelompok orang berdasarkan usia dan jenis kelamin, pada remaja putri kadar HB normal adalah 12-16 gr/dl dan pada remaja putra 13-17 gr/dl (Aulya et al., 2022). World Health Organization 2017 atau yang lebih populer dengan singkatan (WHO) memberikan pengertian terhadap penyakit anemia yaitu suatu kondisi tubuh yang mana kapasitas pengangkutan oksigen dan jumlah sel darah merah tidak mencukupi guna memenuhi kebutuhan fisiologi tubuh (Siska, 2017).

Remaja merupakan suatu masa transisi dari anak-anak menuju dewasa yang diiringi dengan beberapa perubahan. Dalam mengalami perubahan, remaja dihadapi berbagai jenis masalah yang terkait dengan perubahan fisik, kecukupan gizi, nutrisi, genetic, perkembangan psikososial, dan emosi yang dapat mempengaruhi kesehatan (Hermawati, N. Ayu Gustia, 2018). Maka dari itu, remaja adalah masa yang dimana lebih membutuhkan nutrisi untuk pertumbuhan dan perkembangan. Akibat adanya perubahan biologis, psikologis dan masalah kecukupan gizi pada remaja dapat menimbulkan masalah kesehatan. Masalah kesehatan yang dapat terjadi adalah anemia (Permatasari, 2019). Penyakit anemia dinyatakan hampir mencapai 1/3 dari populasi dunia yang penderita anemia (Steven GA, 2021). Prevalensi kejadian anemia di Indonesia terbilang cukup tinggi. Pasalnya menurut Kemenkes RI (2018) bahwa angka prevalensi anemia pada remaja usia 12-18 tahun

sebesar 57,1%. Riset Kesehatan Dasar Indonesia menyebutkan bahwa prevalensi anemia gizi pada remaja putri usia 10-18 tahun pada tahun 2017 adalah 19,7% dan mengalami peningkatan pada tahun 2018 menjadi sebesar 22,7% (RISKESDAS). Artinya diperkirakan sebanyak 3-4 remaja dari total 10 remaja menderita anemia. Proporsi anemia pada perempuan (27,2%) lebih tinggi jika dibandingkan pada laki-laki (20,3%) (Balitbangkes, 2018).

Remaja yang sering mengalami anemia akan berdampak atau menimbulkan berbagai masalah serius pada remaja. Remaja yang menderita anemia akan mengalami kondisi lemas, letih, lesu, muka tampak pucat, pusing, hingga terjadinya penurunan konsentrasi, menghambat pertumbuhan fisik, dan kecerdasan otak, penurunan produktivitas kerja, karena kurangnya beberapa faktor, yaitu kekurangan zat besi, akibat perdarahan, gizi yang kurang, dan siklus menstruasi (Elisa & Zakiah Oktarlina, 2023).

Zat besi yang kurang dari kebutuhan tubuh bisa disebabkan oleh beberapa faktor yaitu, kurangnya mengkonsumsi makanan hewani untuk sumber zat besi yang gampang diserap, sedangkan makanan nabati yaitu, sumber zat besi yang tinggi tapi sulit diserap. Anemia juga dapat dipengaruhi karena kurangnya zat gizi yang berperan untuk menyerap zat besi seperti protein dan vitamin C (Almatsier, 2019). Apabila kebutuhan zat besi dan protein tidak dapat dipenuhi maka kemungkinan terjadi anemia kurang dari zat besi akan lebih tinggi (Tarwoto, 2017). Anemia yang diakibatkan kurangnya zat

besi pada remaja putri cenderung beresiko lebih tinggi karena mereka sangat memerhatikan bentuk tubuh, sehingga banyak yang membatasi konsumsi makanan dan melakukan diet ketat (Arisman, 2019).

Remaja putri setiap bulannya mengalami haid atau menstruasi yang memungkinkan remaja putri kehilangan banyak darah yaitu kurang lebih 80 mililiter (Arisman, 2020). Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode berikutnya. Siklus menstruasi pada wanita normalnya berkisar antara 21-35 hari dan hanya 10-15% yang memiliki siklus menstruasi 28 hari dengan lama menstruasi 3-5 hari, ada yang 7-8 hari (Suhariyati et al., 2020). Panjangnya siklus menstruasi ini dipengaruhi oleh usia, berat badan, aktivitas fisik, tingkat stres, genetik dan gizi. Siklus menstruasi yang tidak normal merupakan salah satu faktor pemicu terjadinya anemia. Akibat banyaknya darah yang dikeluarkan oleh tubuh, karena wanita tidak mempunyai simpanan zat besi yang terlalu banyak dan absorpsi zat besi yang rendah kedalam tubuh sehingga, tidak dapat menggantikan zat besi yang hilang selama menstruasi (Nuzulyati, 2019). Apabila terjadi gangguan pada lama menstruasinya yaitu lebih lama dari normal, maka darah yang keluar akan lebih banyak dan dapat menimbulkan anemia (Ansari et al., 2020).

Anemia yang diakibatkan oleh kurangnya status gizi dan siklus menstruasi yang kurang baik dapat dicegah dengan cara memberikan pengetahuan yang baik pada remaja putri mengenai pemilihan

makanan yang tepat. Permasalahan yang diuraikan di atas menjadi penting untuk diteliti. Sehingga peneliti memutuskan untuk meneliti tentang “Hubungan Status Gizi Dan Status Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Mahfilud Duror II Desa Suger Kidul Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Pendekatan *cross sectional* merupakan jenis penelitian yang pengambilan datanya dilakukan dalam satu kali waktu penelitian (Sugiyono, 2018). Penelitian ini dilakukan guna menganalisis hubungan status gizi dan status menstruasi sebagai variabel independen dengan kejadian anemia pada remaja putri variabel dependen yang dilakukan dalam satu kali penelitian.

Populasi merupakan subyek yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Amin et al., 2023). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang menstruasi di Pondok Pesantren Mahfilud Duror II Desa Suger Lor Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember pada tahun 2024 dengan jumlah 104 remaja putri (Sumber Data : Data Primer Pondok Pesantren Mahfilud Duror II Desa Suger Lor Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember Tahun 2024).

Sampel merupakan bagian populasi terjangkau yang dapat digunakan sebagai subjek penelitian melalui sampling (Amin et al., 2023). Sampling merupakan proses penyeleksian porsi dari populasi yang dapat mewakili populasi yang ada

(Amin et al., 2023). Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik *Nonprobability* sampling dengan menggunakan *Purposive* sampling. *Nonprobability* sampling merupakan teknik pengambilan sampel dengan tidak memberikan peluang atau kesempatan yang sama bagi setiap unsur atau anggota populasi untuk di pilih menjadi sampel dalam penelitian. Sedangkan *Purposive* sampling merupakan teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiyono, 2018)

Penelitian ini dilaksanakan Pondok Pesantren Mahfilud Duror II Desa Suger Kidul Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember. Waktu penelitian ini dimulai dari Mei 2024 sampai dengan Juni 2024 yang dihitung dari penyusunan skripsi hingga penyusunan laporan akhir sampai dengan publikasi dari hasil peneltian ini. Alat pengumpulan data yang digunakan peneliti yaitu berupa kuesioner. Data primer pada penelitian ini adalah hasil pengisian oleh responden yang dituangkan dalam kuesioner.

HASIL

Gambaran Karakteristik Responden

Karakteristik Usia

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia

Usia	Jumlah	%
16	45	54.9
17	37	45.1
Total	82	100

Berdasarkan data pada tabel di atas, didapatkan bahwa sebagian besar responden (54.9%) berusia 16 tahun.

Data Khusus

Status Gizi

Tabel 2. Status Gizi pada Remaja

Status Gizi	Jumlah	%
Gemuk	17	20.7
Kurus	12	14.6
Normal	53	64.6
Total	82	100

Berdasarkan data pada tabel 2 di atas, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden (64.6%) menyebutkan status gizi pada remaja putri di Pondok Pesantren Mahfilud Duror II Desa Suger Kidul Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember dalam kategor normal.

Status Menstruasi

Tabel 3. Status Menstruasi pada Remaja

Status Menstruasi	Jumlah	%
Tidak Normal	38	46.3
Normal	44	53.7
Total	82	100

Berdasarkan data pada tabel 3 di atas, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden (53.7%) menyebutkan status menstruasi pada remaja putri di Pondok Pesantren Mahfilud Duror II Desa Suger Kidul Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember dalam kategori status normal.

Status Anemia

Tabel 4. Status Anemia

Status Anemia	Jumlah	%
Tidak Anemia	42	51.2
Anemia	40	48.8
Total	82	100

Berdasarkan data pada tabel 4 di atas, dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden (51.2%) menyebutkan status anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Mahfilud Duror II

Desa Suger Kidul Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember dalam kategori tidak anemia.

Hubungan Status Gizi Dengan Status Anemia Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Mahfilud Duror II Desa Suger Kidul Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember

Tabel 5. Hubungan Status Gizi dengan Status Anemia pada Remaja Putri

Variabel	Spearman's Rho					
	Status Gizi			Status Anemia		
	Correlati on Coefficien t	Sig. (2-taile d	N	Correlati on Coefficien t	Sig. (2-taile d	N
Status Gizi	1.000		8	-0.165	0.13	8
Status Anemi	-0.165	0.13	8	1.000		8

Berdasarkan data pada tabel 5 di atas dari hasil tabulasi silang status gizi dengan status anemia didapatkan ada 17 reponden yang memiliki sttus gizi gemuk, 6 di antaranya itu memiliki anemia dan 11 di antaranya tidak anemia. Lalu 12 responden memiliki status gizi kurus 5 di antaranya menderita anemia dan 7 di antaranya tidak anemia. Sisanya pada 53 responden itu memiliki status gizi normal, 29 di antaranya anemia dan 24 di antaranya tidak anemia. Berdasarkan hasil uji statistik pada tabel di atas, dengan menggunakan uji *Spearman Rank Rho* diperoleh hasil *p value* = 0,139 , berarti H1 ditolak sehingga H0 diterima yang berarti tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia.

Berdasarkan data pada tabel dari hasil tabulasi silang status menstruasi dengan status anemia didapatkan ada 38 reponden yang memiliki sttus menstruasi tidak normal, 31 di antaranya

itu memiliki anemia dan 7 di antaranya tidak anemia.

Tabel 6. Hubungan Status Menstruasi dengan Status Anemia pada Remaja Putri

Variabel	Spearman's Rho					
	Status Menstruasi			Status Anemia		
	Correlati on Coefficie nt	Sig. (2-taile d	N	Correlati on Coefficie nt	Sig. (2-taile d	N
Status Menstruasi	1.000		8	0.610**	0.00	8
Status Anemia	0.610**	0.00	8	1.000		8

Sejumlah 44 responden memiliki status menstruasi normal 9 di antaranya menderita anemia dan 35 di antaranya tidak anemia. Berdasarkan hasil uji statistik pada tabel di atas, dengan menggunakan uji *Spearman Rank Rho* diperoleh hasil *p value* = 0,000 < 0,05, sehingga H2 diterima dengan koefisien korelasi (r) = .610 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara status menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Mahfilud Duror II Desa Suger Kidul Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember dengan kategori hubungan sedang. Angka koefisien korelasi diatas bernilai positif, sehingga semakin baik status menstruasi maka anemia semakin rendah.

PEMBAHASAN

Beberapa hal yang akan disajikan berupa interpretasi hasil, keterbatasan, implikasi terhadap keperawatan. Interpretasi hasil akan membahas mengenai perbandingan teori yang dicantumkan pada tinjauan pustaka dengan fakta dan opini peneliti. Sedangkan keterbatasan penelitian membahas mengenai alasan – alasan

rasional yang bersifat metodologik. Implikasi keperawatan menyampaikan tentang keterkaitan hasil penelitian dengan ilmu keperawatan

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.2 bahwa dari 82 responden didapatkan 53 orang (64.6%) menyatakan bahwa status gizi pada remaja putri di Pondok Pesantren Mahfilud Duror II Desa Suger Kidul Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember dalam kategori normal, 17 orang (20.7%) menyatakan dalam kategori gemuk, dan 12 orang (14.6%) menyatakan dalam kategori kurus.

Peneliti berasumsi bahwa status gizi yang baik pada remaja putri sangatlah penting karena berbagai alasan yaitu, pertumbuhan dan perkembangan, kesehatan reproduksi, kesehatan tulang, energi dan kekuatan fisik, kesehatan mental, daya tahan tubuh, pencegahan penyakit kronis. Oleh karena itu, memberikan perhatian yang cukup terhadap status gizi remaja putri sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, serta mencegah masalah kesehatan yang mungkin timbul di masa depan. Mendukung gaya hidup sehat dengan pola makan yang seimbang dan aktivitas fisik yang teratur adalah investasi dalam kesehatan jangka panjang mereka.

Nizomy (2022) menyatakan bahwa suatu siklus menstruasi dikatakan teratur normal maupun tidak normal apabila sudah berjalan 3x siklus dengan lama siklus yang sama atau bisa dirata-rata. Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.3 bahwa dari 82 responden didapatkan 44 orang (53.7%) menyatakan bahwa status menstruasi pada remaja putri di Pondok Pesantren Mahfilud

Duror II Desa Suger Kidul Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember dalam kategori normal, 38 orang (46.3%) menyatakan dalam kategori tidak normal.

Peneliti berasumsi bahwa pentingnya status menstruasi yang normal pada remaja putri mencerminkan kesehatan reproduksi dan keseimbangan hormon yang penting bagi tubuh mereka. Beberapa asumsi yang mendasari pentingnya status menstruasi yang normal termasuk, indikator kesehatan reproduksi, keseimbangan hormonal, pola makan dan nutrisi, kesehatan reproduksi di masa depan, kualitas hidup, kesadaran akan kesehatan reproduksi. Oleh karena itu, menjaga status menstruasi yang normal bukan hanya penting untuk kesehatan fisik, tetapi juga berperan dalam kesejahteraan mental dan emosional remaja putri. Mendukung gaya hidup sehat, pola makan yang seimbang, dan konsultasi dengan profesional kesehatan ketika diperlukan dapat membantu menjaga siklus menstruasi yang optimal dan mendukung kesehatan reproduksi secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 5.4 bahwa dari 82 responden didapatkan 42 orang (51,2%) menyatakan bahwa status anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Mahfilud Duror II Desa Suger Kidul Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember dalam kategori tidak anemia, dan 40 orang (48,8%) menyatakan dalam kategori anemia.

Peneliti berasumsi bahwa kejadian anemia disebabkan oleh berbagai faktor, baik genetik, lingkungan, atau gaya hidup. Penting bagi

individu untuk mengenali gejala-gejala anemia dan berkonsultasi dengan profesional kesehatan untuk diagnosis dan pengelolaan yang tepat jika diperlukan. Hasil uji statistik menggunakan korelasi *Spearman Rank Rho*, didapatkan hasil *p value* $0.139 > 0,05$, maka H_0 diterima dengan koefisien korelasi (r) = -0.165 . menunjukkan koefisien korelasi diatas bernilai negatif, yang artinya bahwa semakin buruk status gizi pada remaja maka kejadian anemia akan lebih meningkat. Sehingga tidak ada hubungan antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Peneliti berasumsi bahwa sekarang itu banyak yang di konsumsi memamng karbohidratnya tinggi tetapi kebutuhan tentang protein itu kecil, glukosa tinggi tetapi mereka tidak mempertimbangkan protein dengan demikian status gizi yang baik sangat penting dalam pencegahan anemia pada remaja. Edukasi tentang pentingnya pola makan yang seimbang dan memastikan asupan nutrisi yang mencukupi dapat membantu mengurangi resiko anemia dan mempromosikan kesehatan secara keseluruhan. Dikarenakan status gizi yang baik tetap memungkinkan terjadinya anemia disebabkan oleh faktor kurangnya asupan gizi, gangguan pencernaan, cacangan, jenis kelamin, menstruasi berat, penyakit kronis, trauma (luka) atau habis operasi, dan riwayat keluarga. Untuk peneliti selanjutnya jika ingin meneliti tentang anemia diharapkan dapat menyantumkan variabel di atas untuk mendapatkan hasil yang maksimal.

Hasil uji statistik menggunakan korelasi *Spearman Rank Rho*, didapatkan hasil nilai *p value* $0,000 <$

$0,05$, maka H_2 diterima dengan koefisien korelasi (r) = 0.610 . Menunjukkan koefisien korelasi di atas bernilai positif, yang artinya bahwa semakin baik status menstruasi maka anemia semakin rendah. Sehingga ada hubungan antara status menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Peneliti berasumsi bahwa dengan memahami hubungan status menstruasi dengan status anemia, penting untuk memastikan remaja putri menerima asupan zat besi yang cukup, mengelola masalah kesehatan menstruasi dengan baik, dan mendapatkan perawatan medis yang diperlukan untuk mencegah dan mengelola anemia dengan efektif.

Pada penelitian ini memiliki implikasi yang berguna dan dapat diterapkan ditatanan kesehatan pada umumnya dan layanan keperawatan pada khususnya dalam memberikan edukasi tentang gizi seimbang, perawat dapat memberikan informasi kepada remaja putri mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi yang kaya akan zat besi, pemantauan siklus menstruasi, perawat dapat membantu remaja putri dalam memahami siklus menstruasi mereka dan mengidentifikasi tanda-tanda anemia yang mungkin terkait dengan kehilangan darah selama menstruasi, promosi kesehatan reproduksi, perawat dapat memberikan dukungan dan informasi tentang kesehatan reproduksi kepada remaja putri, dan pengelolaan anemia, perawat dapat melakukan penilaian terhadap remaja putri yang berisiko mengalami anemia dan memberikan intervensi yang sesuai.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dari hubungan status gizi dan status menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Mahfilud Duror II Desa Suger Kidul Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember dapat ditarik beberapa kesimpulan, yaitu :

1. Status gizi normal lebih dari setengah responden (64.6%), memiliki status gizi gemuk (20.7%), dan memiliki status gizi kurus (14.6%), sehingga termasuk dalam kategori status gizi normal.
2. Status menstruasi normal lebih dari setengah responden (53.7%), memiliki status menstruasi tidak normal (46.3%). Sehingga termasuk dalam kategori status menstruasi normal.
3. Prevalensi tidak anemia lebih dari setengah responden (51.2%), dan yang memiliki anemia (48,8%). Sehingga dalam kategori tidak anemia.
4. Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Mahfilud Duror II Desa Suger Kidul Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember.
5. Terdapat hubungan yang bermakna antara status menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pondok Pesantren Mahfilud Duror II Desa Suger Kidul Kecamatan Jelbuk Kabupaten Jember.

REFERENSI

Adiyani, K., Heriyani, F., & Rosida, L. (n.d.).
HUBUNGAN STATUS GIZI

DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA PUTRI DI SMA PGRI 4 BANJARMASIN. 000, 1–7.

- Aiman, U. (2023). Edukasi melalui Media Aminasi terhadap pengetahuan, Sikap untuk Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Dedikatif Kesehatan Masyarakat*, 3(2), 12–16.
<https://doi.org/10.22487/dedikatifkesmas.v3i2.590>
- Aisyah, S., Dwiastiti Irianto, I., Zuraida Muhsinin, S., Zulfa, E., Studi Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nahdlatul Wathan Mataram, P., kunci, K., Putri, R., & Reproduksi, K. (2023). Perilaku Remaja Putri dalam Mempertahankan Kesehatan Reproduksi Saat Menstruasi. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 7(1), 3738–3743.
- Almatsier, S. 2019. Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Gramedia Pustaka Utama Jakarta.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep Umum Populasi dan Sampel dalam Penelitian. *Jurnal Pilar*, 14(1), 15–31.
- Andayani, R. P., & Ausrianti, R. (2021). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi Pada Remaja. *Jurnal Keperawatan*, 13(1), 1–9.
<http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/Keperawatan%0ANURSES>
- Ansari, M. H., Heriyani, F., & Noor, M. S. (2020). Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMPN 18 Banjarmasin.

- Homeostasis*, 3(2), 209–216.
- Arisman. 2017. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Buku Ajar Ilmu Gizi. Jakarta: EGC
- Arisman. 2019. *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Buku Ajar Ilmu Gizi. Jogjakarta: Muh Medika.
- Astuti, E. R. (2023). Literature Review: Faktor-Faktor Penyebab Anemia Pada Remaja Putri. *Jambura Journal of Health Sciences and Research*, 5(2), 550–561. <https://doi.org/10.35971/jjhsr.v5i2.1734>
- Aulya, Y., Siauta, J. A., & Nizmadilla, Y. (2022). Analisis Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional*, 4(Anemia Pada Remaja Putri), 1377–1386. <http://jurnal.globalhealthsciencegroup.com/index.php/JPPP>
- Budiman, L. A., Rosiyana, R., Sari, A. S., Safitri, S. J., Prasetyo, R. D., Rizqina, H. A., Neng I Kasim, I. S., & Indriany Korwa, V. M. (2021). Analisis Status Gizi Menggunakan Pengukuran Indeks Massa Tubuh dan Beban Kerja dengan Metode 10 Denyut pada Tenaga Kesehatan. *Nutrizione: Nutrition Research And Development Journal*, 1(1), 6–15. <https://doi.org/10.15294/nutrizione.v1i1.48359>
- Durmaz, B. (2017). Validity and Reliability of Geriatric Depression Scale - 15 (Short Form) in Turkish older adults. In *Northern Clinics of Istanbul*. <https://doi.org/10.14744/nci.2017.8504>
- Elisa, S., & Zakiah Oktarlina, R. (2023). Literature Review: Faktor Penyebab Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Agromedicine*, 1, 145–148. <https://doi.org/10.36053/mesencephal>
- Emilia, E., Juliarti, J., & Akmal, N. (2021). Analisis Konsumsi Makanan Jajanan Terhadap Pemenuhan Gizi Remaja. *Jurnal Gizi Dan Kuliner (Journal of Nutrition and Culinary)*, 1(1), 23. <https://doi.org/10.24114/jnc.v1i1.20697>
- Fitriany, J., & Saputri, A. I. (2018). Anemia Defisiensi Besi. *Jurnal. Kesehatan Masyarakat*, 4(1202005126), 1–30.
- Gibson, R. S. 2019. *Principles Of Nutritional Assessment. Second Edition*. Oxford University Press Inc, New York.
- Hermawati, N. Ayu Gustia, Y. D. (2018). Pengaruh Status Gizi Terhadap Anemia Pada Remaja Putri di SMP Lanud Padang. *Jurnal Kesehatan Saintika Meditory Jurnal Kesehatan Saintika Meditory*, 1(August), 79–88. <http://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/meditory/article/view/244>
- Islamy, A., & Farida, F. (2019). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Tingkat Iii. *Jurnal Keperawatan Jiva*, 7(1), 13. <https://doi.org/10.26714/jkj.7.1.2019.13-18>
- Kurniati, I. (2020). Anemia Defisiensi Zat Besi (Fe). *Jurnal Kedokteran Universitas Lampung*, 4(1), 18–33.
- Lodia Tuturop, K., Martina Pariaribo, K., Asriati, A., Adimuntja, N. P., & Nurdin,

- M. A. (2023). Pencegahan Anemia Pada Remaja Putri, Mahasiswa FKM Universitas Cendrawasih. *Panrita Inovasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 2(1), 19.
<https://doi.org/10.56680/pijpm.v2i1.46797>
- Maedy, F. S., Permatasari, T. A. E., & Sugiatmi, S. (2022). Hubungan Status Gizi dan Stres terhadap Siklus Menstruasi Remaja Putri di Indonesia. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 3(1), 1.
<https://doi.org/10.24853/mjnf.3.1.1-10>
- Margiyanti, N. J. (2021). Analisis Tingkat Pengetahuan, Body Image dan Pola Makan terhadap Status Gizi Remaja Putri. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), 231.
<https://doi.org/10.36565/jab.v10i1.341>
- Muhayati, A., & Ratnawati, D. (2019). Hubungan Antara Status Gizi dan Pola Makan dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan Indonesia*, 9(01), 563–570.
<https://doi.org/10.33221/jiiki.v9i01.183>
- Novita Sari, E. (2020). Novita Sari, Eka. 2020. “Open Acces Acces.” *Jurnal Bagus* 02(01): 402–6. *Jurnal Bagus*, 02(01), 402–406.
- Nugroho, M. R., & Sartika, R. A. D. (2018). Vitamin B12 Intake to Megaloblastic Anemia on Vegetarian in Vihara Meitriya Palembang. *Journal of Community Health*, 4(2), 40–45.
- Nuzulyati. Pengaruh Asupan Zat Gizi terhadap Kejadian Anemia pada Remaja Putri di SMKN 2 Kabupaten Purworejo [Tesis]. Yogyakarta: Program Pasca Sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Gajah Mada; 2019
- Penelitian, L., Sari, I. P., Arif, A., & Anggraini, H. (2023). *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi Hubungan Status Gizi , Siklus Menstruasi , dan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Usia 15-16 Tahun Di SMA Pembina Palembang Tahun 2022*. 23(2), 2118–2122.
<https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i2.3149>
- Permaesih D, S Herman. 2019. Faktor-faktor yang mempengaruhi anemia pada remaja. *Buletin Penelitian Kesehatan* 33(4):162-171
- Permatasari, W. M. (2019). Hubungan antara Status Gizi, Siklus dan Lama Menstruasi dengan Kejadian Anemia Remaja Putri di SMA Negeri 3 Surabaya. *Perpustakaan Universitas Airlangga*, 1–108.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2021. Ilmu Kebidanan. Jakarta: PT Bina Pustakan Sarwono Prawirohardjo
- Priyati, D., Aisyah Pringsewu, Stik., & Artikel, R. (2018). Midwifery Journal | Kebidanan PENGETAHUAN TENTANG MENSTRUASI DENGAN UPAYA PENANGANAN DISMINOREA PADA SISWI MTS AL-HIDAYAH TUNGGUL PAWENANG KECAMATAN ADILUWIH KABUPATEN PRINGSEWU INFO ARTIKEL ABSTRAK. *Journal Kebidanan*, 3(1), 48–53.

- Rasyid, M. F. A. (2021). Pengaruh Asupan Kalsium Terhadap Indeks Masa Tubuh (Imt). *Jurnal Medika Hutama*, 2(04), 1094–1097. <http://jurnalmedikahutama.com>
- Ratumanan, S. P., Achadiyani, & Khairani, A. F. (2023). Metode Antropometri Untuk Menilai Status Gizi : Sebuah Studi Literatur. *Health Information Jurnal Penelitian*, 15, 1–10. <https://myjurnal.poltekkes-kdi.ac.id/index.php/hijp>
- Romadhon, A., & Purnomo, A. S. (2016). Sistem Pendukung Keputusan Untuk Menentukan Status Gizi Balita Menggunakan Metode Fuzzy Inferensi Sugeno (Berdasarkan Metode Antropometri). *Informatics Journal*, 1(3), 78–87.
- Rorimpandei, C. C., Kapantow, N. H., Malonda, N. S. H., Kesehatan, F., Universitas, M., & Ratulangi, S. (2020). Hubungan Antara Asupan Zat Gizi Makro dengan Status Gizi pada Remaja Putri Di Desa Kayuwi Dan Kayuwi Satu Kecamatan Kawangkoan Barat. *Kesmas*, 9(4), 125–130.
- Suhariyati, S., Rahmawati, A., & Realita, F. (2020). Hubungan antara Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Mahasiswi Prodi Sarjana Kebidanan Unissula Semarang. *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 9(2), 195. <https://doi.org/10.36565/jab.v9i2.214>
- Tarwoto, Ns., dan Wasnidar. 2017 Anemia Pada Ibu Hamil. Trans Info Media. Jakarta
- Umriaty, Rahmanindar, N., Zukhrufiana, I. R., & Qudriani, M. (2022). Pendidikan gizi dan penilaian status gizi bagi remaja calon ibu sehat sebagai upaya untuk mencegah stunting di SMA ikhsaniah Kota Tegal. *Martabe: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 5(7), 2532–2537.
- Utami, B. N., Surjani, S., & Mardiyarningsih, E. (2015). Hubungan Pola Makan dan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia Remaja Putri. *Jurnal Keperawatan Soedirman*, 10(2), 67–75. <http://jks.fikes.unsoed.ac.id/index.php/jks/article/view/604>
- Vijayaraghavan, K. (2019), Amin M., "Trends In Biological Hydrogen Production-a Review", *International Journal Of Hydrogen*
- Yuniarti, & Zakiah. (2021). Anemia pada remaja putri di Kecamatan Cempaka Kota Banjarbaru. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(7), 2253–2262.