



JOURNAL OF Qualitative Health Research
& Case Studies Reports

ISSN 28079094 (Print)

ISSN 28078489 (Online)



INFORMASI ARTIKEL

Received: December, 10, 2025

Revised: December, 14, 2025

Available: December, 14, 2025

at : <https://e-jurnal.iphorr.com/index.php/qlt>

Hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri

Indah Trianingsih*, Nurlaila, Estu Ayu Ningsih, Resti Ayu

Politeknik Kesehatan Tanjung Karang

Korespondensi penulis: Indah Trianingsih.*email : indahtrianingsih82@gmail.com

Abstract

Background: Anemia is a serious public health problem, especially among adolescent girls. Adolescent girls are susceptible to anemia due to iron loss during menstruation. Menstrual patterns, including cycle regularity and duration, are thought to contribute to the incidence of anemia when they are abnormal.

Purpose: To determine the relationship between menstrual patterns (cycle and duration) and the incidence of anemia in adolescent girls at Belalau 1 Senior High School, West Lampung.

Method: This quantitative study used a cross-sectional design. A sample of 96 10th-grade adolescent girls was selected using a purposive sampling technique. Data were collected using a questionnaire and hemoglobin levels were measured using the Easy-Touch GCHB device. Data were analyzed univariately and bivariate using the Chi-Square test.

Results: Statistical tests showed a significant relationship between the menstrual cycle and the incidence of anemia (p-value = 0.000; OR = 121.000), as well as a significant relationship between menstrual duration and the incidence of anemia (p-value = 0.000; OR = 56.533).

Conclusion: There is a significant relationship between menstrual patterns (cycle and duration) and the incidence of anemia in adolescent girls.

Keywords: Adolescent Girls; Anemia, Menstrual Cycle; Menstrual Duration.

Pendahuluan: Anemia merupakan masalah kesehatan masyarakat yang serius, terutama pada remaja putri. Remaja putri rentan mengalami anemia karena kehilangan zat besi selama menstruasi. Pola menstruasi, termasuk keteraturan siklus dan lamanya menstruasi, diduga berkontribusi terhadap kejadian anemia ketika berada dalam kondisi yang tidak normal.

Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara pola menstruasi (siklus dan lama menstruasi) dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Belalau Lampung Barat.

Metode: Penelitian kuantitatif dengan desain cross-sectional yang dilakukan pada populasi sebanyak 125 dengan jumlah sampel sebanyak 96 orang remaja putri kelas X yang diambil menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan pemeriksaan kadar hemoglobin menggunakan alat easy-touch GCHB. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Chi-Square.

Hasil: Uji statistik menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia (p-value = 0.000; OR = 121,000) serta terdapat hubungan yang signifikan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia (p-value = 0.000; OR = 56.533).

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i7.2009>

Hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri

Simpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara pola menstruasi (siklus dan lama menstruasi) dengan kejadian anemia pada remaja putri.

Kata Kunci: Anemia; Siklus Menstruasi; Lama Menstruasi; Remaja Putri.

PENDAHULUAN

Anemia merupakan salah satu masalah kesehatan masyarakat global yang penting dan serius. Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO), anemia menempati urutan kedua sebagai penyebab kecacatan tertinggi di dunia (World Health Organization, 2015). Kondisi ini menyerang berbagai kelompok usia, termasuk remaja perempuan sebagai kelompok yang paling rentan. Hal ini disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah kehilangan darah rutin akibat menstruasi yang menyebabkan kekurangan zat besi (Fe) dalam tubuh (Podungge, Nurlaily, & Mile, 2022). Kehilangan zat besi ini tidak jarang diperparah dengan kebiasaan remaja putri yang cenderung mengonsumsi makanan nabati dengan kandungan zat besi rendah dan kecenderungan untuk membatasi asupan makanan demi menjaga penampilan tubuh.

World Health Organization mencatat bahwa prevalensi anemia pada wanita usia 15–49 tahun secara global adalah sekitar 30% dengan angka yang lebih tinggi pada wanita hamil (36.5%) dibandingkan wanita tidak hamil (29.6%). Jumlah total perempuan yang mengalami anemia meningkat dari 492.9 juta pada tahun 2000 menjadi 570.8 juta pada tahun 2019. Tahun 2022, World Health Organization memperkirakan bahwa 40% anak usia 6–59 bulan, 37% wanita hamil, dan 30% wanita usia 15–49 tahun menderita anemia. Wilayah Asia, termasuk Indonesia, prevalensi anemia tetap tertinggi.

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, prevalensi anemia pada remaja putri masih cukup tinggi yaitu sebesar 32% (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Artinya, sekitar 3 hingga 4 dari 10 remaja putri mengalami anemia. Tingginya angka ini disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk pola makan yang tidak seimbang, kurangnya konsumsi makanan bergizi, serta kurangnya aktivitas fisik. Data tersebut juga menunjukkan bahwa anemia menjadi masalah yang perlu segera

diintervensi, terutama pada kelompok remaja putri yang sedang berada dalam masa pertumbuhan dan perkembangan yang pesat.

Provinsi Lampung, sebagai salah satu wilayah di Indonesia juga mengalami masalah anemia yang cukup serius. Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Lampung dan Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2022 menunjukkan bahwa prevalensi anemia pada remaja putri di Lampung mencapai 24.6%. Bahkan, di Kabupaten Lampung Barat, prevalensi anemia pada remaja putri mencapai angka yang lebih tinggi yakni 53%. Angka ini menunjukkan bahwa lebih dari setengah remaja putri di daerah tersebut menderita anemia, menjadikannya sebagai daerah dengan perhatian khusus terkait masalah ini (Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2022).

Anemia sendiri adalah kondisi jumlah sel darah merah atau konsentrasi hemoglobin dalam darah berada di bawah normal (Atik, Susilowati, & Kristinawati, 2022). Hemoglobin berfungsi untuk membawa oksigen ke seluruh jaringan tubuh. Ketika kadar hemoglobin rendah, kemampuan darah dalam mengangkut oksigen akan menurun, sehingga menyebabkan berbagai gejala seperti kelelahan, lemas, pusing, sesak napas, dan penurunan konsentrasi. Anemia defisiensi besi merupakan jenis anemia yang paling umum, disebabkan oleh asupan zat besi yang kurang, kehilangan darah secara kronis, atau peningkatan kebutuhan zat besi yang tidak diimbangi dengan asupan.

Salah satu faktor penting yang berkaitan erat dengan kejadian anemia pada remaja putri adalah pola menstruasi (Armah, Harahap, Syari, & Sipayung, 2021). Menstruasi merupakan proses alami yang dialami wanita dengan pengeluaran darah dari rahim akibat luruhnya lapisan endometrium. Pola menstruasi mencakup aspek seperti siklus menstruasi (interval waktu antar menstruasi), lama perdarahan, dan adanya dismenore (nyeri haid) (Kumalasari, Kameliawati, Mukhlis, & Kristanti, 2019). Siklus

Indah Trianingsih*, Nurlaila, Estu Ayu Ningsih, Resti Ayu

Politeknik Kesehatan Tanjung Karang

Korespondensi penulis: Indah Trianingsih.*email : indahtrianingsih82@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i7.2009>

Hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri

menstruasi normal berkisar antara 21 hingga 35 hari, dengan lama menstruasi umumnya 3–7 hari. Remaja putri yang mengalami siklus menstruasi yang memanjang atau perdarahan yang lebih banyak dari biasanya berisiko mengalami kehilangan zat besi lebih besar yang dapat menyebabkan anemia jika tidak disertai dengan asupan nutrisi yang mencukupi.

Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan adanya hubungan signifikan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia yang menemukan adanya hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri dengan nilai $p\text{-value} < 0.05$ yang berarti hubungan tersebut signifikan secara statistik (Suhariyati, Rahmawati, & Realita, 2020).

Data pra survei yang dilakukan peneliti di beberapa SMA di Kabupaten Lampung Barat menunjukkan bahwa cukup banyak remaja putri mengalami pola menstruasi yang tidak teratur serta gangguan siklus menstruasi. SMAN 1 Belalau misalnya, diketahui bahwa 6 dari 10 remaja putri mengalami pola menstruasi tidak teratur, dan 5 dari 10 remaja putri mengalami siklus menstruasi memanjang. Sementara itu, di SMAN 1 Batu Ketulis, 4 dari 10 remaja putri mengalami siklus memanjang dan 5 dari 10 mengalami gangguan siklus menstruasi. Hal ini menunjukkan bahwa gangguan pola menstruasi cukup umum terjadi di kalangan remaja putri di wilayah tersebut, dan bisa menjadi faktor risiko penting terjadinya anemia.

METODE

Penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional yang mengandalkan data primer. Pendekatan cross-sectional dipilih karena penelitian dilakukan sekali tanpa kelanjutan waktu (Sugiyono, 2022). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja

putri di SMAN 1 Belalau, Kabupaten Lampung Barat, yang berjumlah 125 orang. Sampel diambil menggunakan teknik purposive sampling dengan kriteria tertentu yang telah ditetapkan peneliti. Besar sampel dihitung menggunakan rumus Slovin dengan margin error 5%, sehingga diperoleh 96 responden.

Kriteria inklusi yang digunakan dalam penelitian ini meliputi remaja putri yang sudah mengalami menstruasi, bersedia menjadi responden, dan dalam kondisi sehat, sedangkan kriteria eksklusi adalah remaja putri yang belum menstruasi, tidak bersedia menjadi responden, atau sedang dalam kondisi tidak sehat. Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Belalau pada bulan Maret hingga April 2025.

Pengumpulan data dilakukan dengan memberikan kuesioner yang berisi pertanyaan mengenai pola menstruasi kepada responden secara langsung. Setelah data terkumpul, dilakukan pengolahan data secara komputerisasi melalui beberapa tahap yaitu editing untuk memeriksa kelengkapan dan konsistensi data, coding untuk memberi kode pada variabel pola menstruasi dan anemia ($Y_a=1$, Tidak=0), tabulating untuk menyusun data dalam tabel, entry sebagai proses memasukkan data ke program komputer, serta cleaning untuk mengecek kembali dan memperbaiki kesalahan data.

Analisis data terdiri dari analisis univariat untuk mendeskripsikan karakteristik variabel dengan menghitung persentase dan analisis bivariat menggunakan uji chi-square untuk menguji hubungan antara pola menstruasi (variabel independen) dan kejadian anemia (variabel dependen). Uji chi-square dilakukan dengan bantuan komputer untuk menentukan apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kedua variabel tersebut.

Indah Trianingsih*, Nurlaila, Estu Ayu Ningsih, Resti Ayu

Politeknik Kesehatan Tanjung Karang

Korespondensi penulis: Indah Trianingsih.*email : indahtrianingsih82@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i7.2009>

Hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri

HASIL

Tabel 1. Data Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden (N=96)

Variabel	Hasil
Umur (n/%)	
15	7/7.3
16	83/86.5
17	6/6.3
Anemia (n/%)	
Tidak	58/60.4
Anemia	38/39.6
Siklus Menstruasi (n/%)	
Normal	60/60.2
Tidak	36/37.5
Lama Menstruasi	
Normal	59/61.5
Tidak	37/38.5

Tabel 1. menunjukkan data distribusi frekuensi responden mayoritas berumur 16 tahun sebanyak 83 responden (86.5%) dengan kategori mayoritas tidak anemia 58 responden (60%), memiliki siklus menstruasi yang normal sebanyak 60 responden (60.2%) dengan lama menstruasi yang normal sebanyak 59 responden (61.5%).

Tabel 2. Hubungan Siklus Menstruasi dan Lama Menstruasi dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri

Variabel	Kejadian Anemia		p-value	OR
	Tidak (n/%)	Anemia (n/%)		
Siklus Menstruasi				
Normal	55/94.8	5/13.2	0.000	121.000
Tidak	3/5.2	33/86.5		
Lama Menstruasi				
Normal	53/89.8	6/10.2	0.000	56.533
Tidak	5/13.5	32/86.5		

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa dari 96 responden dengan siklus menstruasi normal sebanyak 55 remaja putri (94.8%) tidak mengalami anemia dan sebanyak 5 remaja putri mengalami anemia. Sedangkan dari 96 responden dengan siklus menstruasi tidak normal sebanyak 3 remaja putri (5.3%) dan sebanyak 33 remaja putri (86.5%) mengalami anemia. Berdasarkan hasil uji chi-square menunjukkan nilai probabilitas (p-value) sebesar $0,000 < 0,05$ yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Belalau Lampung Barat.

Indah Trianingsih*, Nurlaila, Estu Ayu Ningsih, Resti Ayu

Politeknik Kesehatan Tanjung Karang

Korespondensi penulis: Indah Trianingsih.*email : indahtrianingsih82@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i7.2009>

Hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri

Berdasarkan tabel diatas, diketahui bahwa dari 96 responden dengan lama menstruasi normal sebanyak 53 remaja putri (89.8%) dan sebanyak 6 remaja putri tidak mengalami anemia. Sedangkan dari 96 responden dengan Lama menstruasi tidak normal sebanyak 5 remaja putri (13.5%) dan sebanyak 32 remaja putri (86.5%) mengalami anemia. Berdasarkan hasil uji chi-square menunjukkan nilai probabilitas (p-value) sebesar $0,000 < 0,05$ yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Belalau Lampung Barat.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis univariat dari 96 responden remaja putri, ditemukan bahwa 38 orang (39.6%) mengalami anemia, sedangkan 58 orang (60.4%) tidak mengalami anemia. Prevalensi anemia yang cukup tinggi ini menunjukkan bahwa anemia masih menjadi masalah kesehatan yang signifikan pada kelompok remaja putri. Anemia pada remaja putri ini terutama disebabkan oleh kehilangan zat besi yang terjadi selama menstruasi, pola makan yang kurang seimbang dengan konsumsi zat besi yang rendah, serta kurangnya kesadaran dalam mengonsumsi suplemen zat besi (Putra, Munir, & Siam, 2020).

Sekitar 30% wanita usia reproduksi di dunia mengalami anemia dan angka ini cenderung lebih tinggi pada remaja putri karena mereka mengalami perdarahan menstruasi setiap bulan yang menyebabkan kehilangan zat besi (World Health Organization, 2022). Selain itu, kebiasaan diet ketat yang dilakukan oleh remaja putri untuk menjaga penampilan juga mempengaruhi rendahnya asupan zat besi karena makanan nabati yang lebih banyak dikonsumsi mengandung zat besi yang lebih rendah dibandingkan makanan hewani (Agustia, Margareth, & Marbun, 2024).

Aspek siklus menstruasi menunjukkan bahwa mayoritas responden (60.2%) memiliki siklus menstruasi normal yaitu berkisar antara 21–35 hari dengan rata-rata 28 hari, sedangkan 37,5% mengalami siklus tidak normal. Siklus menstruasi yang tidak normal dapat berupa polimenorea (kurang dari 21 hari) atau oligomenore (lebih dari 35 hari), yang biasanya disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon, stres,

aktivitas fisik berlebih, gangguan makan, atau gangguan endokrin seperti disfungsi tiroid. Siklus yang tidak teratur ini berpotensi menimbulkan perdarahan yang lebih banyak dan durasi haid yang lebih panjang, sehingga meningkatkan kehilangan zat besi dan risiko anemia. Penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang menunjukkan hubungan signifikan antara siklus menstruasi tidak normal dengan kejadian anemia pada remaja putri (Suhariyati et al., 2020).

Berdasarkan lama menstruasi, sebanyak 61.5% responden mengalami durasi haid yang termasuk kategori aman (≤ 8 hari), sedangkan 38.5% mengalami durasi haid yang berisiko (> 8 hari). Lama menstruasi yang berkepanjangan (hipermenorea) ini dapat menyebabkan kehilangan darah berlebihan dan penurunan kadar hemoglobin. Penyebabnya bisa berupa kelainan seperti polip endometrium, mioma uteri, gangguan pembekuan darah, atau ketidakseimbangan hormon. Lama menstruasi yang panjang tanpa asupan zat besi yang cukup akan memperburuk anemia (Utami, 2020). Penelitian lainnya memperkuat temuan ini dengan menunjukkan hubungan yang signifikan antara lama menstruasi yang panjang dengan kejadian anemia pada remaja putri (Khati, 2024).

Analisis bivariat dengan uji chi-square menguatkan hubungan antara pola menstruasi dan anemia. Siklus menstruasi tidak normal ditemukan memiliki hubungan yang sangat signifikan dengan kejadian anemia dengan nilai p-value 0.000 dan odds ratio (OR) sebesar 121, artinya risiko anemia pada remaja dengan siklus tidak normal 121 kali lebih besar dibanding yang memiliki siklus normal.

Ketidakaturan siklus menstruasi ini berkaitan erat dengan ketidakseimbangan hormon reproduksi, seperti estrogen dan progesteron yang memengaruhi ovulasi dan peluruhan dinding rahim, sehingga meningkatkan perdarahan dan kehilangan zat besi (Berliani, Maries, & Putri, 2024). Faktor lain yang mempengaruhi kestabilan siklus termasuk stres, pola makan tidak sehat, dan aktivitas fisik berlebihan (Dineti, Maryani, Purnama, Asmariyah, & Dewiani, 2022).

Selain itu, lama menstruasi yang lebih dari 8 hari juga menunjukkan hubungan signifikan dengan kejadian anemia dengan p-value 0,000 dan OR

Indah Trianingsih*, Nurlaila, Estu Ayu Ningsih, Resti Ayu

Politeknik Kesehatan Tanjung Karang

Korespondensi penulis: Indah Trianingsih.*email : indahtrianingsih82@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i7.2009>

Hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri

sebesar 56,5. Artinya, remaja yang mengalami menstruasi berlebih lebih dari 8 hari berisiko 56 kali lebih besar mengalami anemia dibanding yang mengalami menstruasi dalam durasi normal. Lama pendarahan yang berkepanjangan ini dapat menyebabkan kehilangan darah kumulatif yang cukup besar, sehingga jika tidak dikompensasi dengan asupan zat besi yang cukup akan menimbulkan anemia. Gangguan hormonal, kelainan rahim, atau penggunaan kontrasepsi tertentu bisa menjadi penyebab lama menstruasi yang berlebihan ini (Andriani & Hartinah, 2018).

Temuan ini sejalan dengan teori dan hasil penelitian sebelumnya yang menegaskan bahwa pola menstruasi baik siklus maupun lama menstruasi merupakan faktor risiko penting terjadinya anemia defisiensi besi pada remaja putri (Silvia, Kartini, & Nugraheni, 2019; Basith, Agustina, & Diani, 2017). Sehingga, sangat penting untuk melakukan pemantauan rutin terhadap pola menstruasi remaja sebagai indikator awal kesehatan reproduksi dan status hemoglobin mereka.

Berdasarkan hasil penelitian ini, intervensi yang disarankan meliputi edukasi kesehatan reproduksi dan gizi yang menekankan pentingnya asupan zat besi, penyuluhan tentang manajemen menstruasi yang sehat, serta pemeriksaan medis berkala untuk mendeteksi gangguan menstruasi. Program pemberian tablet Fe secara berkala dan pengawasan kesehatan di lingkungan sekolah juga sangat dianjurkan untuk menekan angka kejadian anemia (Sari, Wisnuwardani, Hasnidar, & Wibowo, 2025). Kesadaran dan pemberdayaan remaja putri dalam mengenali siklus dan durasi haid mereka sendiri menjadi langkah preventif yang efektif untuk mencegah anemia dan menjaga kesehatan jangka panjang.

SIMPULAN

Sebagian besar remaja putri memiliki siklus menstruasi yang normal sebesar 60.2%, namun terdapat 37.5% yang mengalami siklus menstruasi tidak normal. Selanjutnya, sebanyak 61.5% remaja putri memiliki lama menstruasi yang tidak berisiko, sedangkan 38.5% mengalami lama menstruasi yang berisiko. Selain itu pada variabel kejadian anemia, sebanyak 39.6% remaja putri mengalami anemia,

sementara 60.4% lainnya tidak mengalami anemia. Analisis statistik memperlihatkan adanya hubungan yang signifikan antara siklus menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri, ditandai dengan nilai p-value sebesar 0,000. Selain itu, ditemukan juga hubungan signifikan antara lama menstruasi dengan kejadian anemia dengan nilai p-value $0,000 < 0,005$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ketidakteraturan siklus menstruasi dan lama menstruasi yang berisiko berkontribusi secara signifikan terhadap kejadian anemia pada remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Agustia, J., Margareth, W., & Marbun, R. M. (2024). Hubungan Siklus Menstruasi, Konsumsi Tablet Tambah Darah (TTD) Dan Asupan Vitamin C Dengan Status Anemia Pada Siswi SMAN 27 Jakarta. *Antigen: Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Ilmu Gizi*, 2(1), 44-63.
- Andriani, D., & Hartinah, D. (2018). Hubungan periode penggunaan alat kontrasepsi suntik 3 bulan dengan siklus menstruasi. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 9(2), 177-191.
- Armah, N., Harahap, N. R., Syari, M., & Sipayung, N. A. (2021). Faktor yang berhubungan Dengan kejadian anemia pada remaja putri di Langkat. *Journal of Midwifery Senior*, 5(1), 25-36.
- Atik, N. S., Susilowati, E., & Kristinawati, K. (2022). Gambaran kadar hemoglobin pada remaja putri di SMK Wilayah Dataran Tinggi. *Indonesia Jurnal Kebidanan*, 6(2), 61-68.
- Basith, A., Agustina, R., & Diani, N. (2017). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian anemia pada remaja putri. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan dan Kesehatan*, 5(1), 1-10.
- Berliani, H., Maries, V. R., & Putri, A. R. A. (2024). Literature Review: Indeks Massa Tubuh Sebagai Faktor Terganggunya Siklus Menstruasi Pada Remaja. *Midwifery Health Journal*, 9(1), 69-84.

Indah Trianingsih*, Nurlaila, Estu Ayu Ningsih, Resti Ayu

Politeknik Kesehatan Tanjung Karang

Korespondensi penulis: Indah Trianingsih.*email : indahtrianingsih82@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i7.2009>

Hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri

- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2022). Profil Kesehatan Provinsi Lampung 2021. Lampung. Diakses dari: https://dinkeskotabalam.com/prof/DINAS_KESEHA_TAN.pdf
- Dineti, A., Maryani, D., Purnama, Y., Asmariyah, A., & Dewiani, K. (2022). Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Wilayah Pesisir Kota Bengkulu: The Relationship of Menstrual Patterns with Anemia in Adolescent Women in Coastal Areas Bengkulu City. *Jurnal Surya Medika (JSM)*, 8(3), 86-91.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). Aksi bergizi: gerakan sehat untuk remaja masa kini. Diakses dari: <https://kemkes.go.id/id/aksi-bergizi--gerakan-sehat-untuk-remaja-masa-kini>
- Khati, S. A. (2024). Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di SMPN 6 Tapung Kabupaten Kampar. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 2(1), 263-269.
- Kumalasari, D., Kameliawati, F., Mukhlis, H., & Kristanti, D. A. (2019). Pola Menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja. *Wellness and healthy magazine*, 1(2), 187-192.
- Podungge, Y., Nurlaily, S., & Mile, S. Y. W. (2022). *Buku Referensi Remaja Sehat, Bebas Anemia*. Deepublish.
- Putra, K. A., Munir, Z., & Siam, W. N. (2020). Hubungan kepatuhan minum tablet fe dengan kejadian anemia (hb) pada remaja putri di SMP Negeri 1 Tapen Kabupaten Bondowoso. *Jurnal Keperawatan Profesional*, 8(1), 49-61.
- Sari, R. Y., Wisnuwardani, R. W., Hasnidar, H., & Wibowo, C. Y. (2025). Edukasi Dan Pengawasan Konsumsi Tablet Tambah Darah Terhadap Peningkatan Kadar Hemoglobin Pada Remaja Putri: Studi Quasi Eksperimen: Education And Consumption Of Iron Supplement Tablets In Adolescent Girls: A Quasi-Experimental Study. *Quality: Jurnal Kesehatan*, 19(1), 8-16.
- Silvia, A., Kartini, A., & Nugraheni, S. A. (2019). Hubungan asupan zat gizi (protein, zat besi, vitamin c) dan pola (Siklus, lama) menstruasi dengan kadar hemoglobin (Studi pada Remaja Putri di SMK Negeri 10 Semarang). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(4), 504-516.
- Sugiyono. S. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Bandung: Alfabeta, Cv.
- 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), 195-203.
- Utami, D. N. (2020). *Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Kokap 1 Kabupaten Kulon Progo Tahun 2020* (Doctoral dissertation, Poltekkes Kemenkes Yogyakarta).
- World Health Organization. (2015). The Global Prevalence Of Anemia in 2011. Geneva : World Health Organization, 2015. Diakses dari: <https://www.who.int/publications/i/item/9789241564960>
- World Health Organization. (2022). Anemia in Women and Children. Diakses dari: https://www.who.int/data/gho/data/themes/topics/anemia_in_women_and_children

Indah Trianingsih*, Nurlaila, Estu Ayu Ningsih, Resti Ayu

Politeknik Kesehatan Tanjung Karang

Korespondensi penulis: Indah Trianingsih.*email : indahtrianingsih82@gmail.com

DOI: <https://doi.org/10.56922/quilt.v5i7.2009>