

## Gambaran Kesehatan Reproduksi Remaja Putri di Gresik

Rizka Esty Safriana

<sup>1)</sup> Program Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Gresik, Indonesia

Corresponding Author: Rizka Esty Safriana  
E-mail: rizkaesty@umg.ac.id

### INFORMASI ARTIKEL

#### Riwayat Artikel:

Submit 23/11/22

Revisi 14/12/22

Diterima 16/12/22

Publikasi 20/12/22

DOI : 10.30587/ijmt.v2i01.4854

#### Keywords:

Health reproduction;

Adolescent;

Menstruation;

#### Kata Kunci:

Kesehatan reproduksi;

Remaja;

Menstruasi;

### ABSTRACT

Adolescent reproductive health, especially for young women, is often related to menstrual problems. Menarche or the first menstruation occurs in adolescents normally occurs at the age of 10-14 years. Adolescents often experience menstrual problems or disorders at the onset of menarche. The problem that often occurs is the irregularity of the menstrual cycle. The purpose of this study was to find out how the reproductive health of female adolescents in Gresik is described. This research method is a descriptive study with a total sample of 37 female students who attend Darul Islam High School and Gresik NU 1 High School. The results showed that 35.1% of female adolescents experienced irregular menstruation. As many as 18.9% of adolescents are at risk of experiencing chronic energy deficiency and 8.1% are at risk of anemia.

### ABSTRAK

Kesehatan reproduksi remaja khususnya pada remaja putri sering kali terkait dengan masalah menstruasi. Menarche atau menstruasi yang pertama terjadi pada remaja normalnya terjadi pada usia 10-14 tahun. Remaja seringkali mengalami masalah atau gangguan menstruasi di awal terjadinya menarche. Masalah yang seringkali terjadi yaitu ketidakteraturan siklus menstruasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana gambaran kesehatan reproduksi remaja putri di Gresik. Metode penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan jumlah sampel sebanyak 37 siswa perempuan yang bersekolah di SMA Darul Islam dan SMA NU 1 Gresik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebesar 35,1% remaja perempuan mengalami menstruasi tidak teratur. Sebanyak 18,9% remaja beresiko mengalami kekurangan energy kronik dan 8,1% beresiko anemia.

## PENDAHULUAN

Proses pematangan sistem reproduksi merupakan proses fisiologis sebagai tanda matangnya organ reproduksi. Pada remaja perempuan ditandai dengan terjadinya menstruasi saat usia 12-13 tahun. Proses tersebut juga berperan penting dalam kesejahteraan fisik maupun psikologis (Rachmawati & Safriana, 2020).

Remaja perempuan merupakan individu yang rentan dan beresiko mengalami gangguan kesehatan reproduksi khususnya terkait menstruasi. Hampir 75% remaja mengalami gangguan menstruasi, diantaranya siklus menstruasi yang tidak teratur, nyeri saat

menstruasi, dan perdarahan yang lama dan banyak saat menstruasi. Siklus menstruasi sangat bervariasi pada setiap individu. Bahkan pada individu yang sama (kembar identik) siklus menstruasinya dapat berbeda. Secara normal, menstruasi berlangsung setiap 21-32 hari selama lebih kurang 5-7 hari (Safriana & Sitaresmi, 2022).

Data dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS, 2013) dalam Todoho (2014), menunjukkan bahwa sebagian besar 68% perempuan di Indonesia yang berusia 10 - 59 tahun melaporkan menstruasi teratur dan 13,7% mengalami masalah siklus menstruasi yang tidak teratur dalam satu tahun terakhir, di mana persentase menstruasi tidak teratur mencapai

15,8% di wilayah DIY (Kurniawati & Nursanti, 2018). Penelitian lain yang dilaksanakan pada remaja di Turki ditemukan hasil bahwa 31,2% remaja putri mengalami ketidakteraturan siklus menstruasi (Miraturrofi'ah, 2020). Perbedaan panjangnya pola menstruasi antar wanita biasanya disebabkan karena tidak seimbangannya hormon estrogen, progesteron, LH dan FSH karena suatu penyakit, status gizi maupun stress (Haniza et al., 2018).

Gangguan siklus menstruasi terdiri dari 2 macam, yaitu polimenorea dan oligomenorea. Polimenorea adalah siklus menstruasi dengan jumlah rentang hari kurang dari 21 hari dan atau volume darah sama atau lebih banyak dari volume darahan menstruasi biasanya. Gangguan ini mengindikasikan gangguan pada proses ovulasi, yaitu fase luteal yang pendek. Polimenorea menyebabkan unovulasi pada wanita karena sel telur tidak dapat matang sehingga pembuahan sulit terjadi. Oligomenorea adalah siklus menstruasi dengan durasi lebih dari 35 hari. Volume perdarahan umumnya lebih sedikit dari volume perdarahan menstruasi biasanya. Gangguan jenis ini berakibat ketidaksuburan dalam jangka panjang karena sel telur jarang diproduksi sehingga tidak terjadi pembuahan. Oligomenorea tidak berbahaya pada wanita, namun dapat berpotensi sulit hamil karena tidak terjadi ovulasi (Yolandiani et al., 2020).

Penelitian serupa juga dilakukan di Malaysia dan hasilnya mayoritas remaja putri mengalami gangguan menstruasi seperti menstruasi yang tertunda, siklus menstruasi yang tidak teratur, nyeri dan perdarahan yang banyak saat menstruasi. Penelitian yang dilakukan di SMAN 2 Singaraja menyatakan adanya hubungan antara kadar Hb, aktivitas fisik dan tingkat stres terhadap keteraturan siklus menstruasi (Armeyanti & Damayanti, 2021).

Sehingga tujuan dari penelitian ini adalah ingin mengetahui gambaran kesehatan reproduksi pada remaja putri di beberapa SMA di wilayah Kabupaten Gresik. Penelitian ini penting untuk dilaksanakan agar dapat diketahui kondisi kesehatan remaja sehingga kedepannya

agar menjadi efektif apabila dilakukan kegiatan promosi kesehatan reproduksi pada remaja khususnya di wilayah kabupaten Gresik.

## METODE

Metode penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan rancangan penelitian cross sectional. Pelaksanaan penelitian dilaksanakan di SMA Darul Islam dan SMA NU 1 Gresik Kecamatan Gresik Kabupaten Gresik yang dilaksanakan pada bulan April-Mei 2022. Pengambilan sampel dengan menggunakan metode *purposive sampling* disesuaikan dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Sehingga, besar sampel yang digunakan dalam penelitian sebanyak 37 siswi.

Kriteria inklusi yang diterapkan yaitu siswi yang sudah pernah menstruasi sebelumnya dan para siswi yang hadir dan bersedia menjadi responden pada saat tim peneliti hadir untuk mengambil data. Sedangkan kriteria eksklusi meliputi siswi yang tidak hadir, belum pernah mengalami menstruasi, dan tidak bersedia menjadi responden.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan lembar kuisisioner. Hasil penelitian kemudian direkapitulasi kemudian dilakukan tabulasi.

## HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian terhadap 37 siswi diperoleh data umur sebagai berikut :

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Penelitian Berdasarkan Umur**

Umur	Frekuensi (F)	Persentase (%)
15 tahun	2	5,4
16 tahun	21	56,8
17 tahun	9	24,3
18 tahun	5	13,5
Total	37	100

Sumber: Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar siswi SMA yang menjadi responden berumur 16 tahun yaitu sebanyak 21 siswi (56,8%).

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Penelitian Berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT)**

IMT	Frekuensi	Persentase
Kurus	5	13,6
Normal	30	81
Gemuk	2	5,4
Total	37	100

Sumber: Data Primer, 2022

Dari tabel 2 mayoritas IMT siswi remaja pada kondisi IMT normal yaitu sebanyak 30 siswi (81%).

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Penelitian Berdasarkan nilai lingkaran lengan atas (Lila)**

Resiko KEK	Frekuensi	Persentase
Beresiko KEK ( $\leq 23,5$ cm)	7	18,9
Tidak beresiko KEK ( $> 23,5$ cm)	30	81,1
Total	37	100

Sumber: Data Primer, 2022

Dari tabel 3 diketahui bahwa sebagian besar remaja tidak beresiko KEK karena nilai lila yang lebih dari 23,5 cm yaitu sebanyak 30 siswi (81,1%).

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden Penelitian Berdasarkan nilai Kadar Hb**

Kadar Hb	Frekuensi	Persentase
Resiko anemia ( $\leq 12$ gr/%)	3	8,1
Tidak resiko anemia ( $Hb > 12$ gr/%)	34	91,9
Total	37	100

Sumber: Data Primer, 2022

Tabel 4 tentang hasil penelitian pada kadar Hb remaja putri diperoleh hasil bahwa sebanyak 34 siswi (91,9%) tidak beresiko anemia atau kadar Hb-nya berada diangka lebih dari 12 gr/%).

**Tabel 5. Distribusi Frekuensi Responden Penelitian Berdasarkan Keteraturan siklus menstruasi**

Kategori	Frekuensi	Persentase
Tidak teratur	13	35,1
Teratur	24	64,9
Total	37	100

Sumber: Data Primer, 2022

Menurut tabel 5 yaitu sebagian besar remaja putri siklus menstruasinya adalah teratur yaitu sebanyak 24 siswi (64,9%).

## PEMBAHASAN

Remaja merupakan kelompok usia yang berada pada fase perkembangan artinya pada masa remaja mereka mengalami perkembangan yang sangat pesat mulai dari perkembangan baik secara fisik maupun psikis. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa secara umum kondisi kesehatan remaja khususnya remaja putri di Kecamatan Gresik Kabupaten Gresik dalam kategori baik. Hasil pengukuran IMT pada 37 siswi diperoleh hasil bahwa mayoritas remaja dalam kategori normal yaitu sebanyak 30 siswi (81%).

Walaupun demikian terdapat 18,9% remaja putri beresiko kekurangan energi, kondisi kekurangan energi kronik pada masa remaja perlu dilakukan penanggulangannya karena berdasar pada hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian masalah kekurangan energi kronik pada ibu hamil sudah dibawa semenjak remaja (Mulyani et al., 2021).

Kekurangan energi kronik selama kehamilan akan berhubungan dengan berat bayi saat lahir. Selain beresiko kekurangan energi kronik 8,1% remaja putri beresiko mengalami anemia karena pada pemeriksaan kadar HB ditemukan remaja yang kadar haemoglobinnya  $< 12$  gr/%. Pada kesehatan reproduksi ditemukan 35,1% remaja putri yang mengalami masalah dalam keteraturan haid.

Dari beberapa faktor yang kemungkinan dapat mempengaruhi keteraturan siklus menstruasi adalah status gizi. Makanan cepat saji, status sosial ekonomi berpengaruh terhadap status gizi remaja perempuan yang berakibat pada ketidakteraturan siklus menstruasi. IMT atau BMI ini merupakan cara yang sederhana untuk memantau status gizi (Safriana & Sitaresmi, 2022).

Gangguan siklus menstruasi berkaitan erat dengan gangguan keseimbangan hormon terutama hormon estrogen, progesterone, LH dan FSH pada perempuan. Gangguan pada sistem hormonal sendiri berkaitan erat dengan status gizi yang juga dipengaruhi oleh asupan makanan. Kelebihan asupan makanan seperti

lemak akan berpengaruh pada kelebihan produksi hormon estrogen. Maka gangguan pada sistem hormonal tersebut akan mempengaruhi kerja organ tubuh termasuk organ reproduksi seksual yang berdampak pada gangguan siklus menstruasi (Ersila & Prafitri, 2017).

Anemia pada remaja juga berkaitan dengan gangguan menstruasi. Gangguan yang diakibatkan oleh anemia yaitu pada transport oksigen, metabolisme inti sel, transkrip genetik, dan metabolisme oksidatif. Hal tersebut karena zat besi memiliki peran pada berbagai proses biokimia dalam tubuh. Kondisi apabila seorang remaja mengalami defisit zat besi maka dapat menyebabkan berbagai gangguan seperti pada sistem imun dan fungsi neurologi. Fungsi neurologi sendiri menurut hasil penelitian mempengaruhi sistem reproduksi (Sandra et al., 2016).

## SIMPULAN

Kesimpulan dari penelitian ini bahwa kondisi kesehatan reproduksi remaja putri di Gresik khususnya di SMA Darul Islam dan SMA NU 1 Gresik adalah baik. Hal tersebut ditandai dengan hasil pengukuran IMT yang masuk kategori normal yaitu 81% dengan LILA lebih dari 23,5 cm (81,1%) yang artinya tidak beresiko KEK, kemudian sebagian besar kadar Hb remaja lebih dari 12 gr/% (91,9%) dan siklus menstruasi remaja juga teratur (64,9%).

## UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih karena penelitian ini didanai oleh Direktorat Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Universitas Muhammadiyah Gresik. Selain itu terima kasih kepada SMA Darul Islam dan SMA NU 1 Gresik karena telah berkenan untuk dijadikan tempat penelitian dan kepada seluruh siswi yang telah menjadi responden sehingga penelitian ini dapat terselesaikan.

## DAFTAR PUSTAKA

- Armayanti, L. Y. A., & Damayanti, P. A. R. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Singaraja. *JMK : JURNAL MEDIA KESEHATAN*, 14(1), 75-87.
- Ersila, W., & Prafitri, L. D. (2017). Layanan Kesehatan Reproduksi Remaja Dalam Upaya Pencegahan Anemia Pada Remaja di Kabupaten Pekalongan. *Implementasi Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat Untuk Peningkatan Kekayaan Intelektual*, September, 635-641. <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/psn12012010/article/viewFile/2934/2857>
- Haniza, Widiani E, & Perwiraningtyas P. (2018). Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Wanita Usia 40-50 Tahun (Premenopause) Di Tlogosuryo Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang. *Nursing News*, 3(1), 133-143.
- Kurniawati, D. P., & Nursanti, I. (2018). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Madrasah Aliyah Negeri 0 Pondok Bambu Jakarta Timur*. 02(02), 493-496.
- Miraturrofi'ah, M. (2020). Kejadian Gangguan Menstruasi Berdasarkan Status Gizi Pada Remaja. *Jurnal Asuhan Ibu Dan Anak*, 5(2), 31-42. <https://doi.org/10.33867/jaia.v5i2.191>
- Mulyani, E., Yuliati, L., Handajani, D. O., & Putri, D. W. (2021). *Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Kekurangan Energi Kronik*. 16(02), 7-12.
- Rachmawati, A., & Safriana, R. E. (2020). Efektifitas Endorphin Massage dan Senam Dismenore dalam Menurunkan Dismenore Primer. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*, 3(3), 192-196. <https://doi.org/10.31934/mppki.v3i3.1116>
- Safriana, R. E., & Sitaresmi, S. D. (2022). Hubungan Siklus Menstruasi Tidak Teratur dengan Dismenore. *Indonesian Journal of Midwifery Today*, 2(1), 13-19. <http://journal.umg.ac.id/index.php/ijmt/article/view/3832>
- Sandra, D., Argueta, E., Wachter, N. H., Silva, M., Valdez, L., Cruz, M., Gómez-Díaz, R. A., Casas-saavedra, L. P., De Orientación, R., Salud México, S. de, Virtual, D., Social, I. M. del S., Mediavilla, J., Fernández, M., Nocito, A., Moreno, A., Barrera, F., Simarro, F., Jiménez, S., ... Faizi, M. F. (2016). *Hubungan Antara Status Gizi Dan Anemia Dengan Siklus Menstruasi Pada*

Remaja Putri Di SMA Batik 1 Surakarta.  
152(3), 28.  
file:///Users/andreataquez/Downloads/guia-plan-de-mejora-institucional.pdf%0Ahttp://salud.tabasco.gob.mx/content/revista%0Ahttp://www.revistaalad.com/pdfs/Guias\_ALAD\_11\_Nov\_2013.pdf%0Ahttp://dx.doi.org/10.15446/r

evfacmed.v66n3.60060.%0Ahttp://www.cenetec.

Yolandiani, R. P., Fajria, L., & Putri, Z. M. (2020). Faktor - faktor yang mempengaruhi ketidakteraturan Siklus menstruasi pada remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 68, 1-11.