

ORIGINAL ARTICLE**HUBUNGAN POLA MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN ANEMIA PADA REMAJA DI PESISIR PANTAI DESA MALAKA TAHUN 2022***The Correlation Between Menstruation Patterns and Adolescents Anemia Incidence in the Coastal Village of Malaka, 2022***Baiq Nurul Hidayati¹, Anna Layla Salfarina^{2*}, Maelina Ariyanti³**¹Program Studi Profesi Ners, Stikes Yarsi Mataram, Mataram, NTB, Indonesia²Program Studi DIII Kebidanan, Stikes Yarsi Mataram, Mataram, NTB, Indonesia³Program Studi Profesi Ners, Stikes Yarsi Mataram, Mataram, NTB, Indonesia*Korespondensi: anna.laylasalfarina@gmail.com**INFO ARTIKEL**

Riwayat Artikel:

Diterima: 26 Januari 2023

Revisi: 5 Februari 2023

Disetujui: 7 Februari 2023

Kata Kunci:

Anemia,

Menstruasi,

Remaja

ABSTRAK

Latar Belakang: Akibat dari tumbuh kembang yang terjadi pada masa remaja dapat menimbulkan perubahan jenis kebiasaan hidup yang dapat menyebabkan anemia pada remaja. Saat menjadi ibu semakin beresiko mengalami perdarahan sebelum dan sesudah melahirkan, lahirnya bayi BBLR dan meningkatnya angka kesakitan bahkan kematian pada ibu dan bayi. Hasil pemeriksaan Hb terhadap 99 remaja putri di Desa Malaka Lombok Utara didapatkan 99 (49,7%) mengalami anemia. **Tujuan:** Mengetahui hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja di pesisir pantai Desa Malaka Tahun 2022. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah survei analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampling adalah *purposive sampling* dengan jumlah sampel 52 orang. Instrumen pada penelitian ini yaitu alat *hemoglobinometer* untuk mengukur nilai hemoglobin dan menggunakan kuisioner pola menstruasi. Analisis data menggunakan uji *chi-square*. **Hasil:** Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan statistic chi-square didapatkan angka nilai signifikansi antara pola menstruasi dengan kejadian anemia, P value $0,859 < 0,05$. **Kesimpulan:** Berdasarkan hasil penelitian tidak terdapat hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja di pesisir pantai Desa Malaka Lombok Utara.

ARTICLE INFO*Article history:**Received:* 26 January 2023*Revised:* 5 February 2023*Accepted:* 7 February 2023*Key Words:**Anemia,**Adolescent,**Menstruation***ABSTRACT**

Background: As a result of the growth and development that occurs in adolescence can lead to changes in the type of living habits that can cause anemia in adolescents. When women become a mother, the risk of experiencing bleeding increases before and after giving birth, and the baby has LBW which increases morbidity and even death in both mother and baby. The results of the Hb examination of 199 young women in Malaka Village, North Lombok, found that 99 (49.7%) had anemia. **Aims:** The purpose of this study was determine the correlation between menstruation patterns and adolescents anemia incidence in the Coastal Village of Malaka. **Method:** This research used an analytic survey with a cross-sectional approach. The sampling technique used purposive sampling with a total sample of 52 people. The instrument in this study was a hemoglobinometer to measure hemoglobin values and used a menstrual pattern questionnaire. Data analysis used the chi-square test. **Result:** The results of statistical tests using the chi-square statistic, the significance value was obtained between menstrual patterns and the incidence of anemia, P value $0.859 < 0.05$. These results indicate that there is no relationship between menstrual patterns and the incidence of anemia in adolescents in the coastal area of Malaka Village, North Lombok. **Conclusion:** The results of the research there was no relationship between menstrual patterns and the incidence of anemia in adolescents in the coastal area of Malaka Village, North Lombok.

LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan masa peralihan sehingga proses pertumbuhan fisik, mental dan emosional terjadi secara cepat sehingga kebutuhan akan zat gizi menjadi semakin banyak (Cholifah & Wulandari, 2018). Akibat dari tumbuh kembang yang terjadi pada masa remaja menimbulkan banyak perubahan yaitu jenis kebiasaan hidup dan perilaku konsumsi. Remaja hanya memenuhi asupan zat gizi makro tanpa memperhatikan zat gizi mikro salah satunya zat besi yang dapat menyebabkan anemia pada remaja (Deivita et al., 2021). WHO menyatakan bahwa anemia termasuk dalam 10 masalah tertinggi di abad modern ini dengan 2,3 miliar penduduk dunia mengalami anemia, dengan angka kejadian anemia pada remaja sebesar 40-88% (Jaswadi, 2020). Berdasarkan hasil laporan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) terjadi peningkatan kasus anemia yaitu pada tahun 2013 sebesar 18,40% menjadi 48,9% pada tahun 2018, dengan skala terbesar pada usia 15-24 tahun (Kemenkes RI, 2019a). Untuk prevalensi anemia di wilayah provinsi Nusa Tenggara Barat berada pada persentasi 48% (Kemenkes RI, 2019b). Sementara itu data Dinas Kesehatan Kabupaten Lombok Utara, prevalensi kejadian anemia pada remaja putri menunjukkan bahwa terdapat peningkatan selama 3 tahun terakhir yaitu 195 kasus (2019), 332 kasus (2020) dan 429 kasus (2021) remaja putri yang mengalami anemia.

Remaja putri yang menjadi kelompok rawan mengalami anemia defisiensi zat besi akibat semakin tingginya keperluan akan zat besi yang dipengaruhi oleh terjadinya proses pertumbuhan, kematangan seksual dan proses menstruasi (Astuti & Kulsum, 2020; Deivita et al., 2021). Sikap pola konsumsi sehari-hari yang rendah akan zat besi oleh remaja putri dapat menjadikan kurang terpenuhinya asupan zat besi harian (Budiarti, Anik, & Wirani, 2020). Selain itu, banyaknya remaja putri yang tidak memperhatikan kondisi kesehatannya sehingga tanda-tanda anemia yang tidak terdeteksi bisa berdampak terhadap penurunan aktifitas fisik (Harahap, 2018; Salim, Kartika, & Puspasari, 2021). Anemi pada remaja putri dapat disebabkan karena kehilangan darah secara kronis saat mengalami menstruasi setiap bulan. Hal ini disebabkan remaja putri dalam usia reproduksi sehingga setiap harinya memerlukan zat besi tiga kali lebih banyak (Andriani, 2021; Qomarasari & Mufidaturrosida, 2022).

Sebagai akibat dari anemia pada remaja bisa menimbulkan gejala seperti lemah, letih, lesu, lelah dan lupa (Basith, Agustina, & Diani, 2017). Anemia ini dapat mengakibatkan kurangnya kemampuan fisik, berpikir, produktivitas selama bekerja dan dapat menyebabkan turunnya *antibody* di dalam tubuh sehingga mudah terserang oleh penyakit infeksi (Astuti & Trisna, 2017). Apabila keadaan anemia ini dialami sejak masih remaja, yang nantinya saat dewasa remaja putri akan menjadi seorang ibu, akan semakin beresiko saat hamil yaitu dapat mengalami perdarahan sebelum dan sesudah melahirkan, berisiko lahirnya bayi dengan berat lahir rendah (BBLR) dan meningkatnya angka kesakitan bahkan kematian pada ibu dan bayi (Fauziyah & Rahayu, 2021). Secara umum, meningkatnya angka kejadian anemia dapat disebabkan oleh beberapa hal diantaranya: kehilangan darah secara kronis, asupan dan penyerapan makanan yang mengandung zat besi tidak adekuat, serta peningkatan kebutuhan akan zat besi (Astuti & Trisna, 2016). Faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan anemia yaitu lama haid, status gizi, asupan zat besi dan protein tidak terpenuhi sesuai kebutuhan, pendapatan orang tua dan pendidikan ibu (Jaelani, Simanjuntak, & Yuliantini, 2017). Penelitian antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri yang dilakukan di Semarang

menemukan terdapat hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri (Suhariyati, Rahmawati, & Realita, 2020).

Ketersediaan pangan dalam pemenuhan asupan gizi dipengaruhi juga oleh kondisi wilayah dan geografis. Daerah pesisir memiliki perbedaan dengan wilayah pedesaan atau perkotaan, bahkan pegunungan. Salah satunya yaitu jenis komoditas pangan yang dihasilkan dan yang tersedia tergantung pada hasil perikanan nelayan ke laut (Andyarini, 2017). Mata pencaharian masyarakat pesisir pantai yaitu nelayan, sebagian masyarakatnya ada yang bertani sawah dan ladang, bertani tambak atau menjadi pedagang. Hasil dari nelayan salah satunya yaitu ikan yang kandungan vitamin A, iodium dan mineral-mineral penting lainnya, mempunyai kemampuan yang cukup baik untuk menangani masalah yang berhubungan dengan gizi (Sasmiyanto & Handayani, 2016). Desa Malaka Kabupaten Lombok Utara merupakan kawasan pesisir pantai, dimana masyarakatnya cenderung mengkonsumsi makanan sumber protein hewani dari laut yang tinggi nilai zat besi. Besarnya potensi tersebut berbanding terbalik dengan tingginya angka kejadian anemia pada remaja di daerah tersebut. Selain itu, pemberian tablet tambah darah yang menjadi program pemerintah melalui institusi Pendidikan di daerah Malaka pada bulan Oktober 2021 sudah mencapai 100%. Tetapi, hasil pemeriksaan kadar Hb pada bulan Oktober 2021 terhadap 199 remaja putri di Desa Malaka, yang dilakukan di beberapa sekolah didapatkan 99 (49,7%) mengalami anemia. Menurut Kemenkes RI (2013), menyatakan bahwa bila angka kejadian anemia mencapai $\geq 20\%$ maka menjadi masalah Kesehatan masyarakat (Jaelani et al., 2017).

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti menggunakan pengisian angket yang berisi data pribadi, pengetahuan remaja tentang anemia dan pemeriksaan Hb pada remaja putri di pesisir pantai Desa Malaka pada tanggal 28 Januari 2022, maka didapatkan 5 orang dari total 9 responden mengalami anemia dengan kadar hemoglobin antara 11,4 g/dL - 11,6 g/dL. Status anemia pada remaja putri di pesisir pantai Desa Malaka salah satunya dapat disebabkan oleh pola menstruasi. Dari 9 responden yang mengalami anemia, 4 orang mengalami pola menstruasi tidak normal dengan siklus memanjang. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Suhariyati et al., 2020) menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pola menstruasi dengan status anemia pada remaja putri. Berdasarkan penjabaran latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang tentang hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja di pesisir pantai Desa Malaka Lombok Utara.

TUJUAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja di pesisir pantai Desa Malaka tahun 2022.

METODE (Comic Sans MS : 11 pt)

Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian survei analitik dengan pendekatan *cross-sectional* yang dilakukan di Desa Malaka Lombok Utara yang memiliki Kawasan pesisir pantai. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei tahun 2022. Populasi dalam penelitian ini sebesar 199 remaja putri dan didapatkan sampel sebesar 52 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen yang digunakan yaitu alat *hemoglobinometer* bermerk *Easy*

Touch untuk mengukur nilai hemoglobin, pengukuran status gizi berdasarkan hasil IMT menggunakan alat ukur timbangan dan *microtoise*, serta menggunakan kuisioner pola menstruasi yang dibuat oleh peneliti. Hasil uji validitas kuesioner pola menstruasi menyatakan bahwa nilai rata-rata r hitung untuk mengetahui pola menstruasi yaitu 0,459. Karena nilai r hitung $> 0,443$ maka 3 item pada kuisioner pola menstruasi dinyatakan valid. Sedangkan, nilai r alpa (0,557) lebih besar dari r tabel, maka 3 pertanyaan dinyatakan reliabel. Analisa data pada variabel independen dan dependen dilakukan dengan menggunakan uji *chi-square*.

HASIL

Responden penelitian ini adalah remaja putri di Desa Malaka Lombok Utara berjumlah 52 orang. Karakteristik responden penelitian dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan, Usia, Usia Pertama Haid, dan Kejadian Anemia pada Remaja Putri yang Anemia di Desa Malaka Tahun 2022 (n=52)

Karakteristik Responden	f(%)
Pendidikan	
SMP	29(55,8)
SMA	23(44,2)
Usia	
Remaja awal (11-14 tahun)	13(25)
Remaja pertengahan (15-18 tahun)	39(75)
Usia Pertama Haid	
Remaja awal (11-14 tahun)	49(94,2)
Remaja pertengahan (15-18 tahun)	3(5,8)
Jenis Anemia	
Ringan	44(84,6)
Sedang	5(9,6)
Berat	3(5,8)

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa karakteristik responden penelitian yang paling banyak adalah remaja berpendidikan SMP yaitu sebesar 29 (55,8%) dan sebagiannya berpendidikan SMA yaitu sebesar 23 (44,2%). Berdasarkan usia dan usia pertama haid dapat diketahui bahwa responden penelitian yang paling banyak adalah usia remaja pada kategori remaja pertengahan sebesar 39 (75,0%), dan sebagian besar usia pertama haid responden penelitian yaitu pada usia remaja awal sebesar 49 (94,2%). Karakteristik responden berdasarkan kejadian anemia paling banyak yaitu anemia ringan sebesar 44 (84,6%), anemia sedang sebesar 5 (9,6%) dan anemia berat sebesar 3 (5,8%).

Tabel 2 Hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja di pesisir pantai Desa Malaka tahun 2022 (n=52)

Variabel	Anemia			Total N(%)	P Value
	Ringan	Sedang	Berat		
	N(%)	N(%)	N(%)		
Pola Menstruasi					
Normal	30(57,7)	4(7,7)	2(3,8)	36(69,2)	0,859
Tidak Normal	14(26,9)	1(1,9)	1(1,9)	16(30,8)	
Total	44(84,6)	5(9,6)	3(5,8)	52(100)	

Berdasarkan tabel 2 hasil analisis korelasi antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja, didapatkan angka tertinggi pola menstruasi dengan kategori normal dan anemia ringan sebesar 30 orang (57,7%). Sedangkan berdasarkan hasil uji statistic menggunakan statistic *chi-square* didapatkan angka nilai signifikansi antara pola menstruasi dengan kejadian anemia, *P value* $0,859 < 0,05$. Sehingga dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang signifikan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja di Pesantren Teknologi Riau dengan analisis uji *chi-square* didapatkan $X_{hitung} < X_{tabel}$ yaitu $3,361 < 3,841$. Hasil ini menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Pesantren Teknologi Riau (Andriani, 2021). Penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang hubungan asupan zat besi dan pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri di Puskesmas Pakuan Baru Kota Jambi Tahun 2020, dari 38 responden, responden dengan pola menstruasi normal sebanyak 26 orang (68,4%) dan responden dengan pola menstruasi tidak normal sebanyak 12 orang (31,6%). Hasil analisis data menggunakan uji *chi-square* didapatkan nilai $p = 0,579$, yang menunjukkan tidak terdapat hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja putri (Salim et al., 2021).

Penelitian ini memiliki persamaan dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya yaitu kesamaan variabel pola menstruasi dan kejadian anemia pada remaja. Sedangkan perbedaannya yaitu pada karakteristik responden, tempat dan geografi. (Andriani, 2021; Salim et al., 2021). Pola menstruasi menggambarkan seajarnya proses menstruasi yang terdiri siklus menstruasi, lama menstruasi dan banyaknya darah yang keluar saat menstruasi. Berdasarkan hasil penelitian diketahui pola menstruasi yang paling tinggi yaitu dengan kategori normal sebesar 36 orang (69,2%). Salah satu faktor yang mempengaruhi normalnya pola menstruasi adalah menarche yang terjadi pada usia lebih awal. Pada penelitian ini responden lebih banyak mengalami menarche pertama kali pada usia 12 dan 13 tahun, sehingga pada saat ini remaja putri tersebut memiliki pola menstruasi yang normal dan hormone menstruasinya sudah terbentuk sempurna. Responden yang mengalami pola menstruasi tidak normal sebesar 16 orang (30,8%), hal ini dapat disebabkan oleh remaja yang memiliki siklus menstruasi yang anovulatoir dimana prosesnya bergantung pada kerja hormonal sehingga berdampak pada perdarahan yang tidak teratur dan jumlah perdarahan menjadi lebih banyak. Selain itu, tidak

normalnya pola menstruasi dapat disebabkan oleh faktor stress (Dineti, Maryani, Purnama, Asmariyah, & Dewiana, 2022; Yunarsih & Antono, 2017).

Pola menstruasi tidak menjadi satu-satunya faktor penyebab anemia. Berdasarkan tabel 2 yaitu hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia, diketahui kejadian anemia tertinggi terjadi pada remaja yang memiliki pola menstruasi dengan kategori normal. Faktor risiko yang dapat meningkatkan kejadian anemia adalah simpanan zat besi yang buruk, asupan gizi yang tidak adekuat dan meningkatnya kebutuhan gizi (Salim et al., 2021; Yunarsih & Antono, 2017).

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terimakasih penulis ucapkan kepada remaja di pesisir pantai Desa Malaka dan pihak-pihak yang telah memfasilitasi dan membantu jalannya penelitian ini.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 52 remaja putri di Desa Malaka Lombok Utara tahun 2022, dapat diambil kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan antara pola menstruasi dengan kejadian anemia pada remaja di Desa Malaka Lombok Utara tahun 2022. Dengan dilakukannya penelitian ini diharapkan bagi dinas Kesehatan Lombok Utara dapat bekerjasama dalam mengoptimalkan kegiatan pemantauan secara teratur terkait pemeriksaan kadar hemoglobin bagi remaja untuk dapat mendeteksi kejadian anemia pada remaja. Bagi pelayanan Kesehatan diharapkan dapat mengoptimalkan program posyandu keluarga dan membentuk program posyandu remaja di wilayah kerja Puskesmas Nipah yang merupakan bagian dari wilayah Desa Malaka, untuk memantau dan melibatkan remaja dalam peningkatan derajat Kesehatan secara berkesinambungan. Diharapkan puskesmas dapat meningkatkan upaya promosi Kesehatan untuk menanggulangi kejadian anemia yang bekerjasama dengan pihak-pihak sekolah yang ada di Kawasan Desa Malaka Lombok Utara untuk. Selain itu, meningkatkan sosialisasi dan melakukan pendampingan untuk meningkatkan kepatuhan remaja dalam mengkonsumsi tablet tambah darah.

DAFTAR PUSTAKA

- Andriani. (2021). Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja di Pesantren Teknologi Riau. *Health Care Media*, 5(1), 23-28.
- Andyarini, E. N. (2017). Tinjauan Sistematis Determinan Gizi Kurang Pada Balita Di Daerah Pesisir. *Jurnal Marine*, 02(01), 1-14.
- Astuti, & Kulsum, U. (2020). Pola Menstruasi dengan Terjadinya Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan*, 11(2), 314-327. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.26751/jikk.v11i2.832>
- Astuti, & Trisna, E. (2016). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Wilayah Lampung Timur. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 12(2), 277-251. <http://dx.doi.org/10.26630/jkep.v12i2.611>

- Basith, A., Agustina, R., & Diani, N. (2017). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Dunia Keperawatan*, 5(1), 1-10. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.20527/dk.v5i1.3634>
- Budiarti, A., Anik, S., & Wirani, N. P. G. (2020). Studi Fenomenologi Penyebab Anemia pada Remaja di Surabaya. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 6(2), 137-141. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.36053/mesencephalon.v6i2.246>
- Cholifah, N., & Wulandari, A. (2018). Aplikasi Pemberian Madu terhadap Peningkatan Haemoglobin (Hb) pada Remaja Putri yang Mengalami Anemia. *The 8 Th University Research Colloquium*, (September 2006), 533-539.
- Deivita, Y., Syafruddin, S., Andi Nilawati, U., Aminuddin, A., Burhanuddin, B., & Zahir, Z. (2021). Overview of Anemia; risk factors and solution offering. *Gaceta Sanitaria*, 35, S235-S241. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.07.034>
- Dineti, A., Maryani, D., Purnama, Y., Asmariyah, & Dewiana, K. (2022). Hubungan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Wilayah Pesisir Kota Bengkulu. *Jurnal Surya Medika*, 8(3), 86-91. <https://doi.org/https://doi.org/10.33084/jsm.v8i3.4503>
- Fauziyah, S. H., & Rahayu, N. S. (2021). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Status Anemia pada Remaja Putri di Kampung Cariu Tangerang. *Arsip Gizi Dan Pangan*, 6(1), 21-32. <https://doi.org/10.22236/argipa.v6i1.6502>
- Harahap, N. R. (2018). Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Nursing Arts*, 12(2), 78-90. <https://doi.org/10.36741/jna.v12i2.78>
- Jaelani, M., Simanjuntak, B. Y., & Yuliantini, E. (2017). Faktor Risiko yang Berhubungan dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 358. <https://doi.org/10.26630/jk.v8i3.625>
- Jaswadi, J. (2020). Hubungan Sikap Dengan Kejadian Anemia Remaja Putri Di SMAN 9 Mataram. *JISIP (Jurnal Ilmu Sosial Dan Pendidikan)*, 4(3), 12-15. <https://doi.org/10.36312/jisip.v4i3.1144>
- Kemendes RI. (2019a). Laporan Nasional Riskesdas 2018. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. Jakarta. Retrieved from <https://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/lpb/issue/view/218>. Diakses pada tanggal 5 Februari 2023
- Kemendes RI. (2019b). Laporan Provinsi NTB Riskesdas 2018. In *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. Jakarta. Retrieved from <https://ejournal2.litbang.kemkes.go.id/index.php/lpb/article/view/3754>. Diakses pada tanggal 5 Februari 2023
- Qomarasari, D., & Mufidaturrosida, A. (2022). Hubungan Status Gizi, Pola Makan dan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri Kelas VIII di SMPN 3 Cibeber. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 6(2), 43-50. <https://doi.org/https://doi.org/10.36409/jika.v6i2.150>

- Salim, A. M., Kartika, R., & Puspasari, A. (2021). Hubungan Asupan Zat Besi dan Pola Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Remaja Putri di Puskesmas Pakuan Baru Kota Jambi Tahun 2020. *Medical Dedication (Medic): Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 4(1), 170-178. <https://doi.org/https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v4i1.13477>
- Sasmiyanto, & Handayani, L. T. (2016). Studi Komparasi Indikator Sehat Bayi, Balita, dan Ibu Hamil di Wilayah Pesisir Pantai dan Pegunungan di Kabupaten Jember Tahun 2015. *NurseLine Journal*, 1(2), 212-218.
- Suhariyati, 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. Retrieved from <http://jab.stikba.ac.id/index.php/jab/article/view/214/127>
- Yunarsih, Y., & Antono, S. D. (2017). Hubungan Pola Menstruasi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri Kelas VII SMPN 6 Kediri. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(1), 25. <https://doi.org/10.32831/jik.v3i1.42>

