



**HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DAN MENSTRUASI DENGAN  
KEJADIAN ANEMIA PADA SANTRI PUTRI PONDOK PESANTREN  
AL-HIDAYAH KECAMATAN KARANGRAYUNG  
KABUPATEN GROBOGAN TAHUN 2009**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Kesehatan Masyarakat

Oleh :

Peni Catur Inayati  
NIM 6450405155

PERPUSTAKAAN  
**UNNES**

**ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

**2009**

## ABSTRAK

Peni Catur Inayati. 2009. **Hubungan Antara Status Gizi dan Menstruasi dengan Kejadian Anemia pada Santri Putri Pondok Pesantren Al-Hidayah Kecamatan Karangrayung Kabupaten Grobogan**. Skripsi. Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat, Universitas Negeri Semarang.

Kata Kunci: Anemia, Status Gizi, Menstruasi

Anemia masih merupakan salah satu masalah gizi utama yang terjadi pada kelompok perempuan masa reproduktif. Remaja putri lebih rawan terkena anemia dibandingkan usia anak-anak dan dewasa karena masa remaja adalah masa pertumbuhan, sedangkan pada masa ini remaja putri sudah memikirkan bentuk tubuhnya. Penyebab anemia yang paling sering adalah defisiensi zat gizi besi. Banyak faktor yang mempengaruhi terjadinya anemia diantaranya adalah pendarahan saat menstruasi dan status gizi.

Jenis Penelitian ini adalah *Explanatory Research*, yaitu menjelaskan hubungan kausal secara deskriptif dan analitik. Metode yang digunakan adalah metode *Survey* dengan pendekatan *Cross sectional* dimana obyek penelitian diukur dan data dikumpulkan dalam waktu bersamaan. Teknik pengambilan sampel dengan cara *Simple Random Sampling* dan didapatkan jumlah sampel sebesar 45 sampel. Instrumen dalam penelitian ini adalah timbangan injak, *microtoise*, pemeriksaan kadar hemoglobin, wawancara dan dokumentasi. Data primer diperoleh dengan cara pengukuran berat badan, tinggi badan, wawancara, serta pemeriksaan kadar hemoglobin. Data sekunder diperoleh dari Puskesmas Kecamatan Karangrayung Kabupaten Grobogan. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat (menggunakan uji *Chi-square* dengan  $\alpha = 0,05$ ).

Dari hasil penelitian ini didapatkan bahwa responden dengan status gizi kurus 95,7% menderita anemia dan responden dengan status gizi normal 54,5% menderita anemia. Dari uji statistik didapatkan nilai  $p = 0,001$ . Responden yang sedang menstruasi saat diperiksa kadar hemoglobin 95% mengalami anemia, dan responden yang tidak sedang menstruasi 60% mengalami anemia, dengan nilai  $p = 0,007$ .

Kesimpulan penelitian ini adalah ada hubungan antara status gizi dan menstruasi dengan kejadian anemia pada santri putri Pondok Pesantren Al-Hidayah Kecamatan Karangrayung Kabupaten Grobogan. Saran yang diajukan bagi responden adalah banyak mengkonsumsi makanan yang banyak mengandung zat besi, tidak melakukan diet tanpa konsultasi dengan dokter atau ahli gizi, dan pemeriksaan kadar hemoglobin secara berkala.

## ABSTRACT

Peni Catur Inayati. 2009. **The Relationship Between Nutritional Status and Menstruation with the Incidence of Anemia in Female *Santri* (Students) of *Pondok Pesantren* (Islamic Boarding School) of Al-Hidayah, Karangrayung District, Grobogan Regency.** Final Project. Public Health Department, State University of Semarang.

Keywords: Anemia, Nutritional Status, Menstruation

Anemia has been one of major nutritional problems in women at reproductive age. Female adolescents are more susceptible of suffering from anemia compared to childhood and adulthood since adolescence constitutes a growth age, in which female adolescents have concerned about their body posture. The most common cause of anemia is deficiency of iron nutrient. There are many factors influencing the presence of anemia, they are, among others, hemorrhage at menstruation and nutritional status.

This study was one of explanatory research, i.e. explaining the causal relationship descriptively and analytically. The method used was survey with cross-sectional approach in which the research object was measured and the data were collected simultaneously. The sampling used was simple random sampling and it was obtained as many as 45 samples. The instruments in this research were stepping scale, *microtoise*, hemoglobin rate examination, interview and documentation. The primary data were obtained by measuring the samples' weight and height, interviewing, and examining the hemoglobin rate. The secondary data were obtained from *Puskemas* (Public Health Center) of Karangrayung District, Grobogan Regency. The data were analyzed in univariate and bivariate manners (using Chi-square test with  $\alpha = 0.05$ ).

From the research result, it was found that from the respondents with thinny nutritional status, 95.7% of them suffered from anemia and from those with normal nutritional status 54.5% of them suffered from anemia. From the statistical test,  $p$  value = 0.001 was obtained. The respondents experiencing menstruation by the time they were under examination for their hemoglobin rate, 95% of them suffered from anemia, and those who were not experiencing menstruation, 60% of them suffered from anemia, with  $p$  value = 0.007.

The conclusion of this research was that there was a relationship between nutritional status and menstruation with the incidence of anemia in female *santri* (students) of *Pondok Pesantren* (Islamic Boarding School) of Al-Hidayah, Karangrayung District, Grobogan Regency. The suggestion the researcher could offer was for the respondents to consume meals containing lot of iron, to not perform any diet without consulting it to a doctor or nutritionist, and to check their hemoglobin rate regularly.