

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* [WHO] (2014), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19. Masa remaja terbagi menjadi 3, yaitu awal (*early adolescence*) berusia 10-13 tahun, tengah (*middle adolescence*) berusia 14-16 tahun dan akhir (*late adolescence*) berusia 17-19 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10- 18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI, 2014).<sup>1</sup>

Menstruasi merupakan tanda seksual primer yang menandai periode pubertas bagi seorang perempuan. Haid atau menstruasi adalah proses alami seseorang yaitu proses dekuamasi atau meluruhnya dinding rahim bagian dalam (endometrium) yang keluar melalui vagina.<sup>2</sup> Hormon memiliki pengaruh penting dalam menstruasi, jika hormon tidak seimbang maka siklus akan terganggu. <sup>3</sup> Siklus menstruasi normalnya berlangsung antara 21-35 hari dengan rata-rata siklus 28 hari. Lama menstruasi biasanya 3-7 hari dengan jumlah darah selama menstruasi berlangsung tidak melebihi 80 ml.<sup>2</sup>

Masalah siklus menstruasi dianggap penting tidak hanya oleh pemerintah saja namun juga penting bagi masyarakat. Beberapa anggapan masyarakat menyatakan bahwa siklus menstruasi yang tidak teratur dapat menyebabkan

dampak buruk bagi wanita karena dapat menimbulkan permasalahan dalam kesehatan, pertanda awal dari penyakit kronis, mulai dari kanker, jantung dan bahkan mengakibatkan kemandulan.<sup>4</sup>

Gangguan menstruasi dapat berupa gangguan lama dan jumlah darah haid yang keluar, gangguan siklus haid, gangguan perdarahan diluar siklus haid dan gangguan lain yang berhubungan dengan haid. Adanya gangguan menstruasi dapat menjadi hal yang serius. Menstruasi yang tidak teratur dapat menjadi pertanda tidak adanya ovulasi (*anovulatory*) pada siklus menstruasi. Hal tersebut berarti seorang wanita dalam keadaan infertile (cenderung sulit memiliki anak). Keluhan yang berhubungan dengan kondisi fisik seperti rasa sakit di sekitar kepala dan nyeri pada perut bagian bawah sehingga dapat mengganggu rutinitas. Dampak emosional dapat berupa emosi yang tidak terkontrol, gelisah, lekas marah, mudah panik dan pada akhirnya akan mudah menangis.<sup>5</sup>

Penelitian lain menemukan bahwa dismenore merupakan gangguan menstruasi dengan prevalensi sebanyak 89,5%, diikuti ketidakteraturan menstruasi sebanyak 31,2%, serta panjang durasi menstruasi sebanyak 5,3%.<sup>6</sup> Pada penelitian Brieniasz Jet al, mengenai gangguan lainnya mendapatkan prevalensi amenore primer sebanyak 5,3%, amenore sekunder 18,4%, oligomenorea 50%, polimenore 10,5%, dan gangguan lainnya sebanyak 15,8%.<sup>6</sup>

Penelitian yang dilakukan pada salah satu Universitas di India pada perempuan kelompok usia 17-20 tahun didapatkan bahwa 6,6% mengalami

siklus menstruasi 35 hari. Penelitian di Jepang didapatkan 63% mahasiswi yang mengalami menstruasi tidak teratur. Penelitian yang dilakukan di beberapa Universitas di Turkey didapatkan gangguan menstruasi berupa ketidakteraturan siklus menstruasi sebesar 31,2%. Di Indonesia perempuan berusia 20-24 tahun yang memiliki siklus menstruasi teratur sebesar 76,7% dan yang tidak teratur 14,4%, penelitian lain mengatakan bahwa 33,2% responden dengan siklus tidak teratur.<sup>7</sup> Sedangkan di Jawa Barat sebanyak 14,4 % remaja yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur.<sup>8</sup>

Cakir M et al pada tahun 2007, pada penelitiannya menemukan 31,2% remaja mengalami ketidakteraturan siklus menstruasi. Perbedaan panjangnya pola menstruasi antar wanita biasanya disebabkan karena ketidakseimbangan hormon estrogen, progesteron, LH, dan FSH karena suatu penyakit, status gizi maupun stress.<sup>9</sup>

Siklus menstruasi dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu faktor psikologi, gangguan hormonal, faktor genetik, kelainan organik dan status gizi.<sup>10</sup> Salah satunya adalah status gizi, dalam beberapa hal masalah status gizi remaja diantaranya adalah anemia defisiensi besi, kelebihan dan kekurangan berat badan. Remaja cenderung memiliki persepsi negatif terhadap tubuhnya dan sangat memperhatikan penampilan, sehingga pada umumnya remaja tersebut membatasi dietnya dengan melakukan penurunan berat badan dengan cara yang ekstrim, yang tidak jarang berujung pada *anorexia nervosa*. Disisi lain remaja juga sering mengonsumsi makanan cepat saji atau *junk food* yang tinggi kandungan lemak jenuh, kolesterol dan

natrium tinggi sehingga beresiko obesitas atau *overweight*.<sup>10</sup> Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Melia Pebrina yang menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara status gizi dengan siklus menstruasi pada siswi remaja SMA N 12 Padang.<sup>9</sup>

Salah satu bagian penting yang mempengaruhi status gizi adalah lemak. Lemak merupakan salah satu senyawa di dalam tubuh yang mempengaruhi proses pembentukan hormon estrogen, dan salah satu faktor dominan penyebab gangguan menstruasi adalah hormon estrogen.<sup>10</sup> Estrogen disintesis di ovarium, di adrenal, plasenta, testis, jaringan lemak dan susunan saraf pusat. Menurut analisis penyebab lebih panjangnya siklus menstruasi diakibatkan jumlah estrogen yang meningkat dalam darah akibat meningkatnya jumlah lemak.<sup>11</sup>

Pada penelitian yang dilakukan di SMU di Semarang didapatkan bahwa sebagian dari remaja yang diteliti, persentase lemak tubuh merupakan resiko ringan bagi terjadinya ketidakteraturan siklus menstruasi dan dengan kategori obesitas lebih tinggi yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur.<sup>3</sup>

Untuk dapat mengukur status gizi seseorang dapat dihitung menggunakan IMT (Indeks Massa Tubuh). IMT adalah parameter yang ditetapkan oleh WHO sebagai perbandingan berat badan dengan kuadrat tinggi badan. IMT ditentukan dengan cara mengukur berat badan dan tinggi badan secara terpisah kemudian nilai berat dan tinggi tersebut dibagikan untuk mendapatkan nilai IMT dalam satuan kg/m.<sup>12</sup>

Gambaran IMT terhadap siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 18,9%.<sup>13</sup> Di Indonesia, 13,5% usia 18 tahun ke atas mengalami kelebihan berat badan, sebanyak 28,7% mengalami obesitas.<sup>14</sup> Di Jawa barat terdapat prevalensi status gizi berdasarkan IMT/U pada usia 16-18 tahun, yaitu prevalensi kategori sangat kurus 1,42%, kategori kurus 5,61%, gemuk 10,60% dan obesitas 4,5%.<sup>8</sup>

Berdasarkan hasil uji statistik yang telah dilakukan oleh Purnama Simbolon, Asep Sukohar, Catur Ariwibowo, Susianti (2017), didapatkan bahwa lama siklus menstruasi yang paling banyak ditemukan yaitu oligomenorea sebanyak ( $p < 0,05$ ). Dan hasil uji statistik *Chi Square* didapatkan nilai  $p = 0,014$  ( $p < 0,05$ ) maka terdapat hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi.<sup>10</sup>

Berhubungan dengan fungsi menstruasi, secara khusus jumlah wanita yang anovulasi akan meningkat bila berat badannya meningkat. Berat badan sebagai representasi massa lemak tubuh memiliki pengaruh terhadap keseimbangan hormon dan menstruasi. Jika seorang wanita memiliki berat badan di bawah rata-rata maka hormon dalam tubuh akan berhenti bekerja dan siklus menstruasi pun akan berhenti sedangkan pada wanita yang memiliki berat badan di atas rata-rata (obesitas) memiliki peluang dua kali lipat lebih besar untuk mengalami siklus menstruasi tidak teratur.<sup>3</sup> Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Rani Purnama Sari tahun 2015 mengatakan bahwa terdapat hubungan antara obesitas dengan siklus menstruasi. Pada

siklus menstruasi tidak teratur, biasanya menstruasi tidak mengalami proses ovulasi.<sup>15</sup>

Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui apakah terdapat hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan siklus menstruasi pada siswi kelas XII di SMAN 1 Pangkalan Kabupaten Karawang.

## **B. Rumusan Masalah**

Adanya gangguan menstruasi dapat menjadi hal yang serius. Menstruasi yang tidak teratur dapat menjadi pertanda tidak adanya ovulasi (*anovulatory*) pada siklus menstruasi. Hal tersebut berarti seorang wanita dalam keadaan infertile (cenderung sulit memiliki anak). Siklus menstruasi dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu faktor psikologi, gangguan hormonal, faktor genetik, kelainan organik dan status gizi.<sup>10</sup> Salah satunya adalah status gizi, untuk dapat mengukur hal tersebut status gizi dapat dihitung menggunakan rumus IMT (Indeks Massa Tubuh). Masalah status gizi remaja diantaranya adalah anemia defisiensi besi, kelebihan dan kekurangan berat badan. Disisi lain remaja juga sering mengkonsumsi makanan cepat saji atau *junk food* yang tinggi kandungan lemak jenuh, kolesterol dan natrium tinggi sehingga beresiko obesitas atau *overweight*. Di Indonesia perempuan berusia 20-24 tahun yang memiliki siklus menstruasi teratur sebesar 76,7% dan yang tidak teratur 14,4%, penelitian lain mengatakan bahwa 33,2% responden dengan siklus tidak teratur.<sup>7</sup> Sedangkan di Jawa Barat sebanyak 14,4 % remaja yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur.<sup>8</sup>

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut: Adakah Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Kelas XII di SMAN 1 Pangkalan Kabupaten Karawang?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Kelas XII di SMAN 1 Pangkalan Kabupaten Karawang.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Siswi Kelas XII SMAN 1 Pangkalan Kabupaten Karawang.
- b. Mengetahui Siklus Menstruasi Pada Siswi Kelas XII di SMAN 1 Pangkalan Kabupaten Karawang.
- c. Mengetahui Keeratan Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Kelas XII di SMAN 1 Pangkalan Kabupaten Karawang

### **D. Ruang Lingkup Penelitian**

Ruang lingkup penelitian ini adalah mencakup pelaksanaan pelayanan kebidanan, yaitu pada kesehatan reproduksi dengan masalah siklus menstruasi pada remaja.

### **E. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi penelitian terbaru yang relevan di bidang kesehatan khususnya yang mengkaji mengenai hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi.

## 2. Manfaat Praktik

### a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi dan referensi tentang hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan siklus menstruasi.

### b. Bagi Masyarakat

Dapat dijadikan sebagai tambahan informasi kepada masyarakat, khususnya pada siswi kelas XII di SMAN 1 Pangkalan Kabupaten Karawang untuk menjaga IMT agar tetap seimbang dan tidak terjadi gangguan siklus menstruasi.

### c. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat menjadi sumber referensi, sumber bacaan dan sumber pengajaran di wilayah kampus Poltekkes Kemenkes Yogyakarta mengenai hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan siklus menstruasi pada Siswi kelas XII SMAN 1 Pangkalan Kabupaten Karawang.

## F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1. Keaslian Penelitian

| No | Peneliti (Tahun) | Judul Penelitian                  | Desain                 | Teknik Sampling          | Hasil Penelitian                                     | Perbedaan Penelitian |
|----|------------------|-----------------------------------|------------------------|--------------------------|--|----------------------|
| 1. | V.A Irmayanti    | Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) | <i>Cross Sectional</i> | <i>Stratified Random</i> | Dari 43 siswi yang tidak obesitas diperoleh sebanyak | Terdapat perbedaan   |



|    |   |  |             |                        |  |   |  |
|----|---|--|-------------|------------------------|--|---|--|
|    | Harahap, 2012   | Terhadap Menstruasi Remaja Putri Di SMPN 17 Kota Jambi   | Siklus Pada | <i>Sampling</i>        | 30,2% dengan siklus menstruasi pendek, 62,8% memiliki siklus menstruasi normal, dan 7,0% memiliki siklus menstruasi panjang. Dari siswi yang obesitas terdapat 19,4% memiliki siklus menstruasi pendek, 12,9% memiliki siklus menstruasi normal, dan 67,7% memiliki siklus menstruasi panjang. | populasi, teknik pengambilan sampel, dan tempat penelitian.   |  |
| 2. | Purnama Simbolon, Asep Sukohar, Catur Ariwibowo, Susianti, 2016 | Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Lama Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung | Lama        | <i>Cross Sectional</i> | <i>Total Sampling</i>  | Pada kategori lama siklus menstruasi didapatkan sebanyak 61,4% memiliki siklus menstruasi normal, 10,1% dengan siklus menstruasi lebih pendek (polimenorea), dan sebanyak 28,5% dengan siklus menstruasi lebih dari normal (oligomenorea).  | Terdapat perbedaan tempat, populasi, teknik pengambilan sampel, dan tempat penelitian. |
| 3. | Sindy Hapsari, Diah Nur Anisa. 2018.                            | Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Kelas X Di Sma Muhamadiyah 7 Yogyakarta.                       | Indeks      | <i>Cross Sectional</i> | <i>Purposive Sampling</i>  | Data karakteristik responden berdasarkan usia, yaitu menunjukkan bahwa karakteristik tertinggi pada usia 16 tahun sebanyak 56,8% dan terendah pada usia 15 tahun sebanyak 43,2%.<br>Data karakteristik berdasarkan siklus menstruasi, yaitu pada kategori siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 59,5% dan kategori siklus menstruasi teratur sebanyak 40,5%. | Perbedaan pada penelitian ini yaitu tempat penelitian, populasi dan sampel penelitian. |

