

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Remaja adalah mereka yang berada pada tahap transisi masa anak-anak dan dewasa dengan rentang usia 10-19 tahun (WHO, 2014). Remaja merupakan aset bangsa untuk terciptanya generasi mendatang yang baik. Di dunia diperkirakan sekelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari total jumlah penduduk dunia (WHO, 2014). Sedangkan di Indonesia berdasarkan data Bappenas (2019), estimasi jumlah kelompok usia 10-19 tahun sebanyak 44,3 juta atau sekitar 17% dari jumlah seluruh penduduk Indonesia. Kyle, (2014) berpendapat bahwa, pada masa remaja terjadi perkembangan fisiologis yang ditandai dengan perubahan hormonal dan kematangan seksual. Salah satu perkembangan fisiologis yang terjadi pada remaja perempuan adalah mengalami menstruasi.

Menstruasi merupakan suatu proses keluarnya darah atau perdarahan pada perempuan yang terjadi secara teratur atau periodik. Proses menstruasi akan terjadi apabila ovum tidak dibuahi oleh sperma yang kemudian menyebabkan luruhnya dinding dalam rahim sebagai akibat dari tidak adanya implantasi embrio (Purwoastuti & Walyani, 2015). Proses menstruasi diawali dengan terjadi pertumbuhan dan perkembangan folikel primer yang dirangsang oleh hormon FSH. Pada saat tersebut, sel oosit primer akan membelah dan menghasilkan ovum yang haploid. Saat folikel berkembang menjadi folikel de graaf yang masak, folikel ini juga menghasilkan hormon esterogen yang merangsang keluarnya LH dari hipofisis. Esterogen yang keluar berfungsi merangsang perbaikan dinding

uterus, yaitu endometrium, yang habis terkelupas saat menstruasi. Pada umumnya fase menstruasi terjadi secara periodik yang dikenal dengan siklus menstruasi.

Siklus menstruasi merupakan pola yang menggambarkan jarak antara hari pertama menstruasi dengan hari pertama menstruasi berikutnya. Menurut laporan *World Health Organization* (WHO) tahun (2012), terdapat 45% wanita yang mengalami gangguan siklus menstruasi. Pola siklus menstruasi dikatakan normal jika tidak kurang dari 21 hari dan tidak melebihi 35 hari (Yudita, 2017). Terjadinya siklus menstruasi yang teratur merupakan penanda bahwa organ-organ reproduksi seorang wanita telah berfungsi dengan baik (Tombokan, 2017). Walaupun demikian, pada kenyataannya tidak semua perempuan memiliki siklus menstruasi yang normal. Banyak diantara mereka yang siklus menstruasinya tidak teratur, dimana siklusnya tidak memiliki pola tertentu. Menurut Proverawati & Misaroh (2016), siklus menstruasi yang lebih memendek dari biasa yaitu kurang dari 21 hari disebut sebagai polimenorea, siklus menstruasi memanjang lebih dari 35 hari disebut oligomenorea dan keadaan tidak datang menstruasi selama tiga bulan berturut-turut disebut amenorea. Apabila dalam 3 bulan, salah satu siklus terdapat kurang dari 21 hari atau lebih dari 35 hari atau bahkan tidak mendapatkan haid sama sekali, maka dikatakan siklus tidak teratur (Luthfa, 2017).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, sebagian besar (68%) perempuan di Indonesia berusia 10-59 tahun mengalami menstruasi teratur dan (13,7%) mengalami masalah siklus menstruasi yang tidak teratur dalam satu tahun terakhir. Persentase tertinggi menstruasi tidak teratur terdapat pada daerah Gorontalo (23,3%) dan terendah di Sulawesi Tenggara (8,7%). Menurut data dari

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2013, persentase gangguan siklus menstruasi di Gorontalo sebesar 23,3%.

Hal ini juga didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh (Achmad, 2020) tentang gangguan siklus menstruasi pada mahasiswa keperawatan semester 8 di Universitas Negeri Gorontalo didapatkan data tentang responden dengan siklus menstruasi normal berjumlah 50 responden (63,3%), sedangkan siklus menstruasi tidak normal sebanyak 29 responden (36,7%). Hasil uji statistik diperoleh nilai p Value= (0,001) yang berarti kurang dari ($\alpha = 0,05$). Maka dapat disimpulkan terdapat gangguan siklus menstruasi pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir semester VIII di Universitas Negeri Gorontalo (Achmad, 2020).

Panjang pendek dan keteraturan dari siklus menstruasi tersebut disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya faktor psikologis, aktivitas fisik, gangguan hormonal, genetik, berat badan dan status gizi (Deshpande dkk, 2013). Berat badan dan status gizi dapat dikaitkan dengan jumlah jaringan lemak tubuh, yang ketiganya merupakan faktor yang berhubungan erat dengan keteraturan siklus menstruasi. Menurut Sitoayu, dkk. (2020) untuk mengukur persen lemak tubuh, Indeks Massa Tubuh (IMT) memiliki korelasi yang paling kuat.

Indeks Massa Tubuh (IMT) didefinisikan sebagai perbandingan berat badan dalam kilogram dengan tinggi badan dalam meter persegi (Sukohar Asep, 2017). Berdasarkan indikator IMT Riskesdas (2018), secara nasional prevalensi IMT remaja perempuan rentang usia 13-18 tahun yakni, kurus sebanyak 4,9%, normal sebanyak 79,2% dan gemuk 15,95%. Remaja putri yang tergolong dalam kategori kurus dan gemuk, mayoritasnya mengalami siklus menstruasi tidak teratur

(Felicia, 2015). Hal ini juga sejalan dengan penelitian oleh Hapsari (2018) yang hasil penelitiannya menunjukkan bahwa remaja putri dengan IMT kurus dan gemuk lebih banyak mengalami ketidakteraturan siklus menstruasi dibandingkan dengan yang memiliki IMT normal. Sehingga indeks massa tubuh (IMT) memiliki hubungan yang signifikan terhadap siklus menstruasi (Wijayani, 2019).

Indeks Massa Tubuh (IMT) dapat menjadi alat atau cara yang sederhana untuk memantau status gizi, khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan (Supariasa, 2013). IMT juga berkorelasi kuat dengan persentase lemak tubuh. Hal tersebut dikarenakan semakin tinggi IMT subjek, persen lemak tubuh pun semakin meningkat (Ranasinghe et. al., 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Andriana (2018) menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara Indeks Massa Tubuh dengan siklus menstruasi. Hal ini relevan dengan Penelitian yang dilakukan oleh Noviandari (2016) dan (Fitriningtyas, dkk., 2017) ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri. Dieny (2014) mengatakan bahwa status gizi yang diukur dengan IMT berperan penting dalam mempengaruhi fungsi organ reproduksi. Berat badan yang rendah atau penurunan berat badan secara mendadak dapat menghambat pelepasan GnRH (*Gonadotropin Releasing Hormone*), yang dapat mengurangi kadar LH dan FSH hormon yang bertanggung jawab untuk perkembangan telur dalam ovarium, sel telur tidak akan pernah dibebaskan karena kekurangan hormon.

Gangguan siklus menstruasi juga ditemukan pada remaja dengan IMT gemuk atau status gizi lebih. Hal ini dikaitkan dengan jumlah jaringan lemak

tubuh. Menurut hasil penelitian (*Sheetal, et. al., 2015*) menunjukkan bahwa remaja perempuan yang memiliki berat badan lebih dan obesitas memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur. Kondisi tersebut sesuai dengan pendapat Proverawati & Asfuah (2017) bahwa status gizi berlebih seperti gemuk dan obesitas akan berdampak pada fungsi sistem hormonal tubuh, mengingat bahwa lemak mampu memproduksi estrogen yang mengakibatkan gangguan siklus menstruasi. Jika seseorang dengan IMT yang tidak normal sangat rentan mengalami siklus menstruasi tidak normal, karena hal ini juga berhubungan dengan status gizi dan persentasi lemak tubuh. Oleh sebab itu sangatlah penting untuk menjaga IMT tetap dalam batasan normal karena berhubungan dengan gangguan siklus menstruasi (*Andriana, 2018*).

Masalah gangguan siklus menstruasi yang tidak teratur dapat membuat seorang wanita mengalami berbagai dampak buruk, seperti menjadi lebih sulit hamil (*infertilitas*). Siklus menstruasi yang memendek dapat menyebabkan wanita mengalami *anovulasi* karena sel telur tidak terlalu matang sehingga sulit untuk dibuahi. Sedangkan siklus menstruasi yang memanjang menandakan sel telur jarang sekali diproduksi atau wanita mengalami *ketidaksuburan* yang cukup panjang. Apabila sel telur jarang diproduksi berarti pembuahan akan sangat jarang terjadi. Ketidakteraturan siklus menstruasi juga membuat wanita sulit mencari kapan masa subur dan tidak (*Nurlaila, 2015*).

Selain itu, masalah yang dapat terjadi pada wanita yang mengalami siklus menstruasi yang terlalu cepat atau terlalu sering, yakni *anemia*. Semakin sering dan atau lama wanita mengalami menstruasi maka semakin banyak pula darah

yang keluar dan semakin banyak kehilangan timbunan besi. Jika pengeluaran besi meningkat maka dapat menyebabkan keseimbangan zat besi dalam tubuh terganggu sehingga mempengaruhi suplai oksigen ke hypothalamus. Zat besi yang kurang dalam tubuh dapat menyebabkan kadar hemoglobin rendah sehingga menimbulkan banyak komplikasi pada wanita (Kristianti & Wibowo, 2014).

Berbagai masalah yang timbul di atas disebabkan karena kurangnya pengetahuan dan penanganan terhadap gangguan siklus menstruasi. Dari masalah gangguan siklus menstruasi hingga masalah yang ditimbulkan karenanya, dapat menyebabkan berbagai masalah keperawatan yakni nyeri akut, intoleransi aktivitas, ansietas, kelemahan, gangguan citra tubuh dan resiko hipovolemia (Persatuan Perawat Nasional Indonesia, 2017)

Berdasarkan *survey* awal yang dilakukan pada tanggal 30 Desember 2020 pada 10 orang mahasiswi keperawatan Universitas Negeri Gorontalo angkatan 2019 dan 2020 masing-masing 5 orang menggunakan *Google Form*, yang berisi pertanyaan tentang IMT dan siklus menstruasi. Didapatkan data IMT dari 10 mahasiswi terdapat 3 orang yang memiliki IMT kurus, 2 orang memiliki IMT normal, dan 5 orang memiliki IMT gemuk. Sedangkan data untuk siklus menstruasi didapatkan 3 orang mahasiswi angkatan 2019 dan 4 orang mahasiswi angkatan 2020 yang memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Keperawatan angkatan 2019 dan 2020 Universitas Negeri Gorontalo”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut :

1. Menurut laporan *World Health Organization* (WHO) tahun (2012), terdapat 45% wanita yang mengalami gangguan siklus menstruasi.
2. Perempuan di Indonesia yang berusia 10-59 tahun mengalami menstruasi tidak teratur adalah sebesar 13,7% di tahun 2013. Persentase tertinggi menstruasi tidak teratur terdapat pada daerah Gorontalo (23,3%) (Riset Kesehatan Dasar, 2013).
3. Berdasarkan *survey* awal yang dilakukan pada tanggal 30 Desember 2020 pada 10 orang mahasiswi keperawatan Universitas Negeri Gorontalo angkatan 2019 dan 2020 masing-masing 5 orang menggunakan *Google Form*, yang berisi pertanyaan tentang IMT dan siklus menstruasi. Didapatkan data IMT dari 10 mahasiswi terdapat 3 orang yang memiliki IMT kurus, 2 orang memiliki IMT normal, dan 5 orang memiliki IMT gemuk. Sedangkan data untuk siklus menstruasi, terdapat 3 orang mahasiswi angkatan 2019 dan 4 orang mahasiswi angkatan 2020 yang memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur.

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo ?”.

1.4. Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan Umum.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo.

1.4.2. Tujuan Khusus.

1. Mengidentifikasi Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswi Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo.
2. Mengidentifikasi dan Menganalisis Gangguan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo.
3. Menganalisis Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Keperawatan Universitas Negeri Gorontalo.

1.5. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1.5.1. Manfaat Teoritis.

Secara Teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat yaitu :

1. Memberikan gambaran pengetahuan mahasiswa tentang adanya hubungan indeks massa tubuh dengan keteraturan siklus menstruasi.
2. Untuk memperluas kajian tentang hubungan indeks massa tubuh dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi keperawatan Universitas Negeri Gorontalo.

1.5.2. Manfaat Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat bermanfaat sebagai berikut :

1. Bagi Institusi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih ilmu untuk keperawatan maternitas, sehingga perawat mengetahui adanya hubungan antara indeks massa tubuh dengan gangguan siklus menstruasi yang dapat dijadikan salah satu intervensi.

2. Bagi Peneliti

Merupakan bentuk pengaplikasian yang telah diperoleh selama perkuliahan dan memperoleh pengetahuan serta wawasan mengenai hubungan indeks massa tubuh dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi Universitas Negeri Gorontalo.

3. Bagi Masyarakat

Sebagai tambahan informasi kepada masyarakat khususnya pada anak perempuan tentang adanya hubungan antara nilai Indeks Massa Tubuh dengan gangguan siklus menstruasi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi, data dasar penelitian maupun pengembangan penelitian selanjutnya terutama dalam penelitian keperawatan maternitas.