

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Dimana pada masa ini, seseorang akan mengalami berbagai perubahan, baik fisik maupun biologis. Salah satu ciri-ciri seorang wanita memasuki masa remaja yakni ia akan mengalami menstruasi.

Menstruasi merupakan indikator yang penting untuk menilai kesehatan reproduksi wanita dan kesehatan endokrin. Meskipun fisiologis, namun banyak perempuan khususnya remaja mempunyai masalah pada menstruasinya. Menstruasi dikatakan teratur apabila berjalan tiga kali dengan rentang periodik yang sama setiap bulannya (Nurfadilah et al., 2022). Gangguan menstruasi disebabkan oleh beberapa faktor yaitu faktor hormonal, status gizi, indeks massa tubuh (IMT), dan gangguan psikologis seperti stress (Islamy & Farida, 2019).

Laporan dari *World Health Organizations* (WHO) tahun 2020 prevalensi gangguan siklus menstruasi pada wanita sekitar 45%. Di dunia lebih dari 1,9 miliar orang mengalami kelebihan berat badan yaitu 31,6% mengalami obesitas dan 39% diantaranya yakni remaja. Obesitas telah mencapai proporsi epidemi secara global, dengan setidaknya 2,8 juta orang meninggal setiap tahun akibat kelebihan berat badan atau obesitas (Hermawan, 2020). Pernah dikaitkan dengan negara-negara berpenghasilan tinggi, obesitas sekarang juga lazim di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah.

Data Riset Kesehatan Dasar (2018), menjelaskan bahwa di Indonesia, wanita usia 10-59 tahun mengalami masalah menstruasi tidak teratur sebanyak 13,7 % dalam 1 tahun. Gangguan siklus menstruasi yang tidak teratur pada perempuan Indonesia usia 17-29 tahun serta 30-34 tahun cukup banyak yaitu sebesar 16,4% . Data sensus penduduk tahun 2020 saat itu di Indonesia memiliki 21,5 juta sekitar 7,9% dari populasi berada pada kategori remaja. Di Indonesia menunjukkan sebanyak 24.7 % remaja usia 13 – 15 tahun mengalami gangguan status gizi dengan prevalensi gemuk 11,2%, dan obesitas 4.8%. Sementara itu gangguan status gizi pada remaja usia 16–18 tahun sebesar 21.6% dengan prevalensi gemuk 9.5 %, dan obesitas 4.0%. Menurut laporan RISKESDAS (2018), Sumatera Barat menempati urutan ke-16 dengan prevalensi obesitas tertinggi yaitu 3,7%. Prevalensi obesitas di kalangan anak muda di Sumatera Barat adalah 18,1%.

Penelitian yang dilakukan oleh Simbolon tahun 2018 menyatakan bahwa terdapat hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan siklus menstruasi. Diketahui bahwa kalori yang berlebihan dan lonjakan kenaikan berat badan dapat berpengaruh dalam peningkatan estrogen dalam darah. Selain itu peningkatan lemak tubuh yang tinggi, juga memiliki androgen yang tinggi. Diketahui bahwa androgen merupakan hormon yang akan diubah menjadi estrogen melalui proses aromatisasi pada sel-sel granulosa dan jaringan lemak. Kadar estrogen yang tinggi dalam darah akan memicu feedback negatif terhadap sekresi GnRh (Simbolon et al., 2018).

Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh Bala Tahun 2020. Penelitian ini menunjukkan ada kaitannya antara IMT terhadap siklus menstruasi. Hal ini dikarenakan bahwa Status gizi berupa obesitas memiliki presentasi lemak tubuh yang tinggi merupakan bahan dasar dalam pembentukan hormone estrogen. Kadar estrogen yang tinggi menyebabkan feedback terhadap FSH menjadi terganggu sehingga tidak mencapai kadar puncak dan mengganggu pertumbuhan folikel yang menyebabkan pemanjangan dari siklus menstruasi. Apabila terjadi gangguan pada proses ini maka akan terjadi gangguan ovulasi (Bala et al., 2020).

Status gizi dapat memberikan gambaran simpanan lemak tubuh seseorang. Lemak tubuh yang kurang atau berlebihan berpengaruh terhadap reproduksi hormon estrogen yang berdampak pada siklus menstruasi. Sisa energy yang tidak digunakan dalam tubuh akibat rendahnya aktivitas fisik akan berubah menjadi lemak tubuh yang berhubungan dengan gizi lebih. Perempuan dengan status gizi lebih hingga obesitas beresiko 1,89 kali lebih besar mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur dibandingkan seseorang dengan status gizi normal (Rachmawati, A., & Dieny, F, 2019).

Status gizi memiliki peran penting untuk melihat baik dan buruknya keadaan gizi seseorang. WHO mengatakan bahwa IMT yang tidak normal akan berhubungan dengan siklus menstruasi (Wulandari, 2021). Sehingga remaja perlu memperhatikan status gizi karena akan berdampak buruk pada kesehatan mereka. Kekurangan gizi ataupun kelebihan gizi sama-sama dapat mengganggu siklus menstruasi karena mempengaruhi kinerja hipotalamus sehingga tidak mampu memberi kode untuk hipofisa anterior dan hipofisa

tidak mengeluarkan FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Luteinizing Hormone*).

Cukup banyak masalah yang berdampak negatif pada kesehatan remaja khususnya masalah gizi remaja. Masalah Gizi yang sering terjadi pada remaja adalah kurangnya asupan gizi yang mengakibatkan menderita kurang gizi yaitu terlalu kurus yang disebut dengan Kurang Energi Kronik (KEK) dan dapat terkena anemia karena kekurangan zat besi. Disamping itu masalah yang sering muncul adalah kelebihan asupan gizi yang menyebabkan obesitas. Hal-hal tersebut sangat mempengaruhi keadaan tubuh dan system produksi hormone yang berkaitan erat dengan terjadinya menstruasi (Depkes, 2018).

Dari jurnal ilmiah kesehatan masyarakat yang di terbitkan oleh Alfita dewi et al., tahun 2023 didapatkan bahwa Data Dinas Kesehatan Kota Padang yang tercatat rekapitulasi hasil penjarangan kesehatan pemeriksaan peserta didik di Kota Padang tahun 2021 yang dilakukan kepada anak Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), dan Sekolah Menengah Atas (SMA). Terdapat masalah Obesitas tertinggi pada peserta didik SMA. Hasil rekapitulasi penjarangan kesehatan pemeriksaan peserta didik SMA kelas X (sepuluh) di wilayah kerja puskesmas masing-masing. Jumlah murid yang terjaring dalam pemeriksaan penilaian status gizi sebanyak 7.275 siswa, dan 209 orang siswa mengalami Obesitas yang terdapat di dua puluh tiga Puskesmas, dimana sebanyak 54 kasus Obesitas terdapat pada Puskesmas Ambacang di Kota Padang (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat,2021).

Siswi Putri Kelas XI di MAN 1 Kota Padang Berjumlah 140 orang. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 22 Juli 2023 oleh peneliti pada 15 orang siswi di MAN 1 Kota Padang menggunakan wawancara sederhana didapatkan bahwa 13 dari 15 siswi mengalami gangguan siklus menstruasi yakni 8 mengalami menstruasi sekali dalam 2 bulan atau lebih, 5 orang mengalami menstruasi 2 kali dalam sebulan, dan 8 dari 15 siswi tersebut memiliki status gizi obesitas.

Berdasarkan latar belakang ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Status Gizi dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di MAN 1 Kota Padang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada Hubungan antara Status Gizi dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri Kelas XI di MAN 1 Padang Tahun 2023?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Status Gizi dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri Kelas XI di MAN 1 Padang Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi frekuensi kejadian Status Gizi pada remaja putri Kelas XI di MAN 1 Padang Tahun 2023.
- b. Mengetahui distribusi frekuensi gangguan siklus menstruasi pada remaja putri Kelas XI di MAN 1 Padang Tahun 2023.

- c. Mengetahui Hubungan Status Gizi dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri Kelas XI di MAN 1 Padang Tahun 2023.

D. Manfaat penelitian

1. Teoritis

a. Bagi Peneliti

Dengan penelitian ini, peneliti dapat memperdalam ilmu pengetahuan mengenai hubungan status gizi dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja putri serta dapat menerapkan metodologi penelitian secara tepat dan benar.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini bisa diharapkan dapat dijadikan bahan pustaka dalam rangka menambah informasi dan pemahaman mengenai hubungan status gizi dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja putri.

2. Praktisi

a. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan saran dan informasi bagi kepala sekolah dan guru-guru mengenai pentingnya status gizi terhadap gangguan siklus menstruasi pada remaja putri.

b. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat mengenai status gizi serta gangguan siklus menstruasi sehingga dapat menurunkan angka kejadian status gizi lebih atau obesitas serta kejadian gangguan siklus menstruasi pada tahun berikutnya.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini membahas tentang hubungan status gizi dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja putri kelas XI di MAN 1 Padang tahun 2023. Jenis penelitian ini kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian cross sectional. Populasi penelitian ini yaitu siswi kelas XI di MAN 1 Padang dengan jumlah 140 orang dan untuk sampel penelitian peneliti menggunakan rumus Slovin maka jumlah sampelnya adalah 59 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Waktu penelitian pada bulan Agustus 2023 sampai Februari 2024 dan pengambilan data dilakukan pada tanggal 13-16 November 2023. Teknik pengumpulan data dengan cara melakukan pemeriksaan, berat badan dan tinggi badan. Kuesioner di gunakan untuk mengetahui gangguan siklus menstruasi pada siswa. Analisis data menggunakan analisis univariate dan bivariate dimana analisis bivariate menggunakan uji statistik *Chi-Square*.