

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Salah satu indikator keberhasilan pembangunan bidang kesehatan di Indonesia adalah status gizi. Masalah gizi ganda adalah fenomena gizi buruk dan pelbagai persoalan yang menyertainya di satu sisi dan fenomena kegemukan serta obesitas di sisi lainnya yang sangat erat kaitannya dengan aspek kesehatan yang lain.<sup>1</sup>

Prevalensi anemia pada wanita usia reproduktif paling sedikit ialah Amerika Serikat pada urutan pertama dengan presentasi sebesar 11,9%, prevalensi anemia paling banyak ialah di negara Senegal pada urutan ke-185 dengan presentase 57,5%, sedangkan Indonesia menduduki urutan ke-61 dengan presentase 22,5%.<sup>2</sup>

Menurut WHO, prevalensi *overweight* dan obesitas pada orang dewasa urutan pertama adalah India dan terakhir adalah negara Palau, sedangkan Indonesia menduduki urutan ke-27 dengan presentase 24,5%.<sup>2</sup>

Di Indonesia, presentase anak sekolah dan remaja sangat kurus umur 16-18 tahun berdasarkan Indeks Masa Tubuh Menurut Umur (IMT/U) adalah 0,6%, kurus 8,6%. Remaja putri sangat kurus 1,8%, kurus 5,7%. Status gizi penduduk dewasa umur >18 tahun berdasarkan IMT kurus 6,7%, normal 54,8%, gemuk 27,9%, obes 10,6%. Presentase remaja puteri yang mendapat Tablet Tambah Darah (TTD) secara nasional sebesar 10,3%.<sup>3</sup>

Status gizi dapat mempengaruhi berbagai masalah kesehatan lain, satu di antaranya adalah gangguan siklus menstruasi. Selain itu, umur, pendidikan, rokok, alkohol, konsumsi kafein, dan aktifitas fisik, adalah faktor- faktor yang dianggap dapat mempengaruhi siklus menstruasi.<sup>4</sup>

Menstruasi merupakan ciri remaja yang telah mampu melakukan kehidupan reproduksi. Menstruasi yang berulang setiap bulan pada akhirnya akan membentuk siklus menstruasi.<sup>5</sup> Tahun-tahun reproduksi normal perempuan ditandai dengan perubahan ritmis bulanan pada kecepatan sekresi hormon-hormon perempuan serta perubahan fisik yang sesuai pada ovarium dan organ-organ seks lainnya. Pola

ritmis ini disebut siklus seksual atau siklus menstruasi bulanan perempuan.<sup>6</sup> Pada masing-masing wanita mempunyai variasi dalam siklus menstruasinya, yang masih dalam batas normal.<sup>7</sup> Panjang siklus haid yang dianggap masih dalam batas normal adalah 28-31 hari, namun variasinya cukup luas.<sup>7</sup>

Masalah reproduksi wanita yang berkaitan dengan usia adalah ketidakteraturan siklus menstruasi.<sup>8</sup> Gangguan pada siklus menstruasi dapat dijadikan suatu indikator penting yang menunjukkan adanya gangguan pada fungsi reproduksi yang dapat dihubungkan dengan berbagai penyakit seperti kanker rahim, kanker payudara, dan infertilitas.<sup>9</sup> Efek gangguan menstruasi yang lain adalah waktu istirahat yang memanjang (54%) dan menurunnya kemampuan belajar (50%).<sup>10</sup>

Pada status gizi yang berlebih dan kurang biasanya akan mengalami ketidakteraturan siklus menstruasi. Hal ini dikarenakan pada status gizi berlebih, banyaknya sel lemak akan meningkatkan produksi esterogen, sedangkan pada status gizi yang kurang tidak terdapat cukup sel lemak untuk memproduksi esterogen yang sangat dibutuhkan untuk ovulasi dan menstruasi, sehingga kadar lemak yang terlalu banyak atau terlalu sedikit akan berpengaruh terhadap siklus menstruasi.<sup>11</sup>

Permasalahan mengenai status gizi yang dialami oleh remaja tentu saja akan berpengaruh kepada kesehatan, salah satunya adalah kesehatan reproduksi. Gangguan kesehatan reproduksi pada remaja yang tidak segera diatasi akan berdampak pada kehidupan reproduksinya di masa yang akan datang. Oleh karena itu, status gizi dan siklus menstruasi menjadi masalah yang tidak bisa diabaikan oleh siapa saja, terlebih khusus tenaga kesehatan.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara status gizi dan keteraturan siklus menstruasi khususnya pada siswi SMA. Pada penelitian ini, peneliti memilih siswi SMA "X" kota Yogyakarta sebagai subjek penelitian karena belum ada penelitian tentang hubungan status gizi dengan keteraturan siklus menstruasi di SMA "X" kota Yogyakarta.

Sebelumnya penelitian serupa pernah diangkat oleh Ellen Pingkan Widiasmoko (2014). Berdasarkan penelitian yang dilakukan, presentase kejadian gangguan siklus menstruasi lebih banyak didapatkan pada kelompok obesitasi (72%)

dibandingkan pada kelompok IMT normal (18%). Obesitas menyebabkan memanjangnya siklus menstruasi wanita usia dewasa muda, sehingga dapat terjadi oligomenore sampai amenore.<sup>12</sup>

Penelitian yang lain juga pernah dilakukan oleh Sifra T A, Joice Kaeng, H M Tandean (2013). Berdasarkan penelitian yang dilakukan, sebagian besar responden digolongkan ke dalam kategori malnutrisi yang menunjukkan adanya gangguan siklus menstruasi, dengan distribusi polimenorea 16 responden, oligomenorea 13 responden, amenorea 36 responden.<sup>13</sup>

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Apakah terdapat hubungan antara status gizi dengan keteraturan siklus menstruasi siswi SMA “X” kota Yogyakarta.

## **1.3 Maksud dan Tujuan**

### **1.3.1 Maksud Penelitian**

Maksud penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara status gizi dan keteraturan siklus menstruasi pada siswi SMA “X” kota Yogyakarta.

### **1.3.2 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini untuk menambah wawasan dalam menurunkan angka ketidakteraturan siklus menstruasi yang berkaitan dengan status gizi.

## **1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah**

Manfaat secara akademis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan referensi serta pengembangan ilmu pengetahuan dalam bidang gizi dan reproduksi.

Manfaat secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi bagi siswi SMA “X”, praktisi kesehatan, maupun masyarakat luas tentang hubungan antara status gizi dan siklus menstruasi serta pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan keseimbangan gizi.

## **1.5 Kerangka Pemikiran dan Hipotesis**

### **1.5.1 Kerangka Pemikiran**

Status gizi dipengaruhi oleh keadaan infeksi, pengaruh budaya, faktor sosial ekonomi, produksi pangan, pelayanan kesehatan dan pendidikan, serta asupan makanan.<sup>11</sup> Kolesterol dalam jaringan akan diubah menjadi hormon androgen oleh sel teka, hormon androgen tersebut akan berdifusi dari sel teka ke dalam sel granulosa kemudian akan diubah menjadi estrogen. Pada orang dengan status gizi lebih/obesitas mengakibatkan peningkatan jaringan lemak, sehingga semakin banyak kolesterol yang diubah menjadi estrogen. Kadar estrogen yang tinggi mengakibatkan umpan balik ke hipotalamus dan hipofisis sehingga kadar FSH tidak dapat mencapai puncak, mengakibatkan pertumbuhan folikel terhenti, sehingga mengganggu ovulasi dan siklus menstruasi.<sup>14</sup> Pada status gizi yang kurang/*underweight* terdapat jumlah sel teka dan kolesterol yang lebih sedikit, sehingga kadar estrogen yang diproduksi rendah, mengakibatkan menurunnya kadar LH dan pada akhirnya akan berpengaruh terhadap ovulasi siklus menstruasi.<sup>11</sup>

### **1.5.2 Hipotesis Penelitian**

Hipotesis dari penelitian ini adalah bahwa status gizi mempengaruhi siklus menstruasi.