

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Siklus menstruasi adalah fenomena berulang yang diatur oleh sistem hipotalamus-pituitari-ovarium, di mana hormon *Gonadotropin Releasing Hormone* (GnRH) dilepaskan untuk menstimulasi kelenjar hipofisis untuk mensekresikan hormon yang berperan dalam menstruasi yaitu *Follicle Stimulating* (FSH) dan *Hormone Luteinizing Hormone* (LH). Panjang siklus menstruasi ialah jarak antara tanggal mulainya haid yang lalu dan mulainya haid berikut. Hari mulainya perdarahan dinamakan hari pertama siklus. Panjang siklus haid yang normal ialah 21-35 hari. Berbagai faktor mempengaruhi siklus menstruasi yaitu stres, olahraga, alkohol, dan status gizi.<sup>1</sup>

Gangguan menstruasi merupakan salah satu gangguan sistem reproduksi yang sering ditemukan. Sekitar 70-90% remaja putri di Indonesia mengalami ketidakteraturan siklus menstruasi dan di Indonesia perempuan usia 15-24 tahun mengalami siklus menstruasi tidak normal sebanyak 26,1%.<sup>2</sup>

Status gizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi. Status gizi dapat dinilai dan dikelompokkan menjadi sangat kurus, *underweight*, *overweight* dan obesitas yang diukur dengan Indeks Massa Tubuh (IMT).<sup>3</sup>

Data dari RISKESDAS RI tahun 2013, menunjukkan bahwa prevalensi obesitas pada kelompok umur dewasa sebesar 15.4% dan *overweight* sebesar 13.5%. Jika prevalensi obesitas dan *overweight* digabungkan, maka prevalensi penduduk Indonesia yang mengalami kelebihan berat badan sebesar 28.9%.<sup>4</sup>

Gambaran status gizi berdasarkan IMT di Indonesia pada profil kesehatan Indonesia 2012 menunjukkan prevalensi obesitas pada kelompok umur dewasa sebanyak 11,7% dan berat badan lebih sebesar 10%. Angka

kelebihan berat badan di Indonesia pada perempuan lebih tinggi dibanding laki-laki yaitu 26,9% pada perempuan dan 16,3% pada laki-laki.<sup>5</sup>

Berbagai penelitian telah menemukan hubungan antara status gizi yang diukur dengan IMT dengan siklus menstruasi. Kekurangan gizi menyebabkan disfungsi hipotalamus-hipofisis anterior sehingga terjadi penurunan konsentrasi hormon yang berperan dalam kelangsungan menstruasi, sedangkan pada wanita yang kelebihan berat badan, terjadi ketidakseimbangan hormon. Peningkatan lemak dalam tubuh menyebabkan peningkatan jumlah esterogen yang mengakibatkan siklus menstruasi lebih panjang.<sup>1</sup>

Dalam penelitian yang berjudul “*Relationship between Body Mass Index and Menstrual Irregularities among the Adolescents*” menunjukkan adanya hubungan yang signifikan secara statistik antara IMT dan siklus menstruasi. Responden dengan status gizi *overweight* dan *underweight* mayoritas mengalami menstruasi tidak normal.<sup>6</sup>

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meneliti seberapa besar hubungan status gizi dengan siklus menstruasi. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, penulis memberi judul penelitian ini sebagai berikut:

**HUBUNGAN STATUS GIZI BERDASARKAN IMT DENGAN  
PANJANGNYA SIKLUS MENSTRUASI MAHASISWI FAKULTAS  
KEDOKTERAN UNIVERSITAS TARUMANAGARA ANGKATAN  
2016 JAKARTA**

## **1.2 Rumusan Masalah**

### **1.2.1 Pernyataan masalah**

Terdapat hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

### **1.2.2 Pertanyaan masalah**

1. Bagaimana gambaran status gizi mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara?
2. Bagaimana prevalensi siklus menstruasi yang tidak teratur pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara?

3. Apa hubungan status gizi dengan panjangnya siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara?

### **1.3 Hipotesis Penelitian**

Terdapat hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

### **1.4 Tujuan Penelitian**

#### **1.4.1 Tujuan Umum**

Memperbaiki status gizi dan juga siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara

#### **1.4.2 Tujuan Khusus:**

1. Mengetahui sebaran status gizi berdasarkan penilaian IMT pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.
2. Mengetahui gambaran panjangnya siklus menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.
3. Mengetahui hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

#### **1.5.1 Terhadap ilmu pengetahuan**

Dapat menjadi data primer untuk penelitian selanjutnya.

#### **1.5.2 Terhadap masyarakat**

Memberikan informasi kepada masyarakat luas, khususnya wanita bahwa siklus menstruasi dapat dipengaruhi oleh status gizi.

#### **1.5.3 Terhadap peneliti**

Memberikan pengalaman dan menambah pengetahuan tentang status gizi dan siklus menstruasi.