

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada masa pubertas, setiap perempuan akan mengalami menstruasi yang terjadi pertama kali pada usia 10-16 tahun, yang disebut *menarche*. Gangguan menstruasi sering terjadi pada masa remaja. Sekitar 75% perempuan di dunia mengalami problem yang berhubungan dengan menstruasi. Gangguan yang paling sering terjadi adalah dismenorea, *premenstrual syndrome* (PMS),¹ dan ketidakmatangan aksis *hypothalamic-pituitary-ovarian* (HPO).² Siklus menstruasi secara langsung dan tidak langsung dipengaruhi oleh diet, aktivitas fisik, dan tekanan mental.¹ Gangguan menstruasi biasanya terjadi pada perempuan yang lebih muda, dan menjadi kurang sering pada yang lebih dewasa.³

Menurut *World Health Organization* (WHO), gizi atau nutrisi adalah makanan yang dikonsumsi berdasarkan hubungan dengan kebutuhan asupan keseharian. Dikatakan gizi baik apabila makanan seimbang dengan disertai aktivitas fisik yang adekuat.⁴ Akibat dari keadaan gizi kurang adalah pertumbuhan anak terganggu, produksi tenaga yang kurang, kurangnya daya tahan tubuh, terganggunya kecerdasan dan perilaku,⁵ sedangkan akibat kelebihan gizi terjadinya kegemukan yang dapat menyebabkan penyakit hipertensi, jantung koroner diabetes mellitus, dan batu empedu. Resiko penyakit tersebut meningkat progresif dengan peningkatan angka indeks masa tubuh (IMT).⁶ Selain itu, lingkaran pinggang (LP) dapat menggambarkan kandungan lemak yang terdapat disekitar perut dan dapat menunjukkan adanya perubahan metabolisme dalam tubuh.⁵

Penelitian yang dilakukan oleh Purnama Simbolon, dkk pada tahun 2018 menyatakan bahwa terdapat hubungan antara IMT dengan lama siklus menstruasi pada mahasiswi angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung.⁷ Hasil

penelitian Saira Dars, dkk pada tahun 2014 menyatakan bahwa terdapat hubungan antara IMT dengan pola menstruasi pada siswi dari 5 sekolah di Hyderabad, Pakistan.⁸ Hasil penelitian Vriska Roro Sekar Arum, dkk pada tahun 2019 menyatakan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan oligomenorea pada siswi-siswi dari 6 Sekolah Menengah Kejuruan di Brebes.⁹ Namun, hasil penelitian Imasari Aryani, dkk pada tahun 2016 menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan abnormalitas siklus menstruasi pada siswi-siswi dari 2 SMA di Surakarta.¹⁰ Hasil penelitian Yeunhee Kwak, dkk pada tahun 2019 yang menggunakan kuesioner dan pengukuran IMT, menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan berarti antara IMT dengan siklus menstruasi pada *Korea National Health and Nutrition Examination Survey 5* (KNHANES V).¹¹ Hasil penelitian Yana Aurora Prathita, dkk pada tahun 2017 menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan berarti antara presentase lemak tubuh dan IMT dengan keteraturan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.¹²

1.2 Perumusan Masalah

Pada penelitian-penelitian sebelumnya masih terdapat perbedaan hasil penelitian. Penelitian yang dilakukan oleh Andi Asmawati Azis, dkk pada tahun 2018 juga menyatakan bahwa 41 dari 101 mahasiswi Jurusan Biologi Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan Alam Universitas Negeri Makassar mengalami panjang siklus menstruasi yang tidak normal.¹³ Oleh karena itu, penelitian ini dimaksudkan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan panjangnya siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara status gizi dengan panjangnya siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan panjangnya siklus menstruasi.

1.4.2 Tujuan Khusus

- Untuk mengetahui IMT pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- Untuk mengetahui LP pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- Untuk mengetahui panjangnya siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- Untuk mengetahui hubungan antara status gizi yang berupa IMT dan LP dengan panjangnya siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

- Penelitian ini diharapkan dapat membantu pemberian edukasi mengenai hubungan antara status gizi dengan panjangnya siklus menstruasi.
- Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan penulis mengenai hubungan antara status gizi dengan panjangnya siklus menstruasi.

1.5.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat memberikan informasi dan wawasan kepada masyarakat umum mengenai hubungan antara status gizi dengan panjangnya siklus menstruasi.