

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Premenstrual Syndrome (PMS) atau Sindrom Premenstruasi merupakan suatu kumpulan gejala fisik, psikologis, dan emosi yang dialami oleh banyak wanita selama 1 – 2 minggu sebelum memasuki masa menstruasi.¹ Sebanyak 150 gejala telah dikaitkan dengan sindrom pramenstruasi, tetapi kebanyakan wanita hanya mengalami sebagian dari jumlah gejala tersebut.² Gejala-gejala yang paling umum adalah mudah marah, depresi, mudah menangis, kecemasan, kram perut, nyeri pada payudara dan sakit kepala.³ Gejala tersebut dapat muncul di waktu kapan saja antara masa pubertas dan mati haid, tetapi lebih sering ditemukan pada wanita berusia 20-40 tahun.⁴

Meskipun sindrom pramenstruasi dialami sebanyak 90% wanita di masa reproduktif, akan tetapi penyebabnya masih belum ditemukan. Terdapat hubungan erat antara PMS dengan naik turunnya kadar hormon estrogen dan progesteron yang dapat mempengaruhi perubahan kimia di otak.² Selbihnya, faktor risiko yang dapat menyebabkan terjadinya PMS adalah mempunyai riwayat keluarga PMS, riwayat kejadian traumatis (trauma emosional, trauma fisik) riwayat depresi, riwayat keluarga depresi, merokok, obesitas, dll.^{5,6}

Diagnosa yang digunakan untuk mengidentifikasi kondisi penyakit adalah melalui pemeriksaan medis, akan tetapi pada sindrom pramenstruasi tidak ditemukan adanya hasil pemeriksaan fisik dan laboratorium yang khas. Maka dari itu, untuk mendiagnosis PMS dokter akan menyarankan untuk mencatat tanda dan gejala yang di derita, hari pertama gejala muncul, hari ketika gejala tersebut hilang dan juga tandai hari pertama dan akhir menstruasi selama dua siklus menstruasi dalam kalender atau di buku harian. Diagnosa PMS sangat penting karena terdapat beberapa kondisi yang menyerupai PMS

seperti sindrom kelelahan kronis, gangguan tiroid dan gangguan suasana hati, contohnya depresi dan kecemasan.⁷

Status gizi seseorang dapat diukur dengan cara menghitung nilai indeks massa tubuh. Sebab itu, dengan mengukur IMT dapat diketahui apakah seseorang ada risiko untuk mengalami suatu penyakit kronis atau tidak.⁸ Indeks massa tubuh (IMT) atau *Body Mass Index* (BMI) didefinisikan sebagai berat badan seseorang dalam kilogram dibagi dengan kuadrat tinggi badan dalam meter (kg/m^2).⁹ IMT dapat dikategorikan menjadi *underweight* jika nilai IMT di bawah $18.5 \text{ kg}/\text{m}^2$, normal jika nilai di antara $18.5 - 22.9 \text{ kg}/\text{m}^2$, *overweight* jika nilai di antara $23.0 - 24.9 \text{ kg}/\text{m}^2$ dan obesitas jika nilai di atas $25.0 \text{ kg}/\text{m}^2$. Kategori tersebut sama untuk seluruh dewasa dengan beda kelamin, tipe tubuh dan usia.⁸

Kelebihan berat badan dan obesitas merupakan suatu permasalahan yang cukup besar dan meresahkan bagi warga negara Indonesia dikarenakan jumlahnya yang terus meningkat. Menurut data WHO dan UNICEF, jumlah orang dewasa yang kelebihan berat badan di Indonesia telah berlipat ganda selama 20 tahun terakhir. Tidak hanya meningkat pada orang dewasa, jumlah obesitas pada anak-anak juga meningkat. Menurut RISKESDAS 2018, satu dari 5 anak sekolah dasar dan satu dari 7 anak remaja di Indonesia memiliki berat badan berlebihan atau obesitas. Rata-rata, obesitas di Indonesia meningkat dengan sangat cepat pada keluarga yang kaya maupun miskin dikarenakan orang-orang lebih memilih mengonsumsi makanan olahan. Dibandingkan makanan masakan rumahan, makanan olahan memiliki kadar lemak dan gula yang lebih tinggi, tetapi orang-orang memilihnya karena relatif memiliki harga yang lebih murah, lebih efisien, dan praktis.⁶⁶

1.2 Perumusan Masalah

Jumlah penelitian yang menghubungkan variabel indeks massa tubuh dengan sindrom pramenstruasi masih rendah. Terdapat penelitian dari Poland yang

menyatakan wanita dengan IMT normal menderita sindrom pramenstruasi dua kali lebih sering daripada wanita dengan BMI ≥ 25 kg/m² akan tetapi terdapat banyak penelitian yang berkontradiksi dengan penemuan ini, seperti penelitian dari Iran yang menyatakan wanita yang kelebihan berat badan memiliki lebih banyak gejala PMS daripada mereka yang memiliki BMI < 25 kg/m². Maka dari itu, penelitian ini dilakukan untuk meneliti lebih lanjut mengenai hubungan antara indeks massa tubuh dengan sindrom pramenstruasi.^{65,72}

1.3 Pertanyaan Penelitian

- Bagaimana gambaran indeks massa tubuh pada mahasiswi FK UPH angkatan 2019–2021?
- Bagaimana insiden kejadian sindrom pramenstruasi pada mahasiswi FK UPH angkatan 2019–2021?
- Apakah terdapat hubungan antara indeks massa tubuh dengan sindrom pramenstruasi pada mahasiswi FK UPH angkatan 2019–2021?

1.4 Tujuan Umum dan Khusus

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan sindrom pramenstruasi pada mahasiswi praklinik FK UPH angkatan 2019 – 2021.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran indeks massa tubuh pada mahasiswa praklinik FK UPH Angkatan 2019 – 2021.
2. Mengetahui insiden kejadian sindrom pramenstruasi pada mahasiswi praklinik FK UPH angkatan 2019 – 2021.

1.5 Manfaat

1.5.1 Manfaat Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mengenai hubungan indeks massa tubuh dengan sindrom pramenstruasi pada mahasiswi praklinik fakultas kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2019 – 2021.

1.5.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan untuk seluruh wanita yang mengalami sindrom pramenstruasi maupun yang tidak mengalami agar dapat mengerti.

