

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi merupakan proses perdarahan normal yang terjadi akibat proses peluruhan dinding rahim saat tidak terjadinya proses pembuahan. Jarak siklus menstruasi berbeda pada setiap wanita, umumnya berkisar 15-45 hari rata-rata 28 hari dan lamanya berkisar 2-8 hari rata-rata 4-6 hari dengan darah yang dikeluarkan berkisar 60-80 ml per siklus. Keteraturan siklus menstruasi dapat menggambarkan kondisi kesehatan reproduksi perempuan. Perempuan yang mengalami gangguan siklus menstruasi dapat mengakibatkan gangguan kesuburan, abortus berulang dan adanya penyakit ganas pada sistem reproduksinya (Villasari, 2021).

Berat badan sebagai representasi massa lemak tubuh memiliki pengaruh terhadap keseimbangan hormon dan menstruasi. Berat badan berlebih dan obesitas merupakan kondisi abnormal ditandai dengan penumpukan lemak berlebihan melebihi batas kebutuhan skeletal dan fisik yang dapat mengganggu kesehatan (Prahita, 2017). Namun kenyataannya, siklus menstruasi yang terjadi pada wanita tidak selamanya teratur karena sebagian wanita usia subur mengalami masalah terkait dengan keteraturan siklus menstruasi meskipun tidak menggunakan alat kontrasepsi. Mereka mengalami gangguan siklus menstruasi seiring dengan perubahan berat badan (IMT) yang cenderung gemuk atau kurus. Wanita obesitas memiliki peluang

dua kali lipat lebih besar untuk mengalami siklus tidak teratur dibandingkan dengan wanita yang memiliki berat badan normal karena lemak mempengaruhi proses pembentukan hormon estrogen (Zierle, 2020).

Menurut data WHO terdapat 75% wanita yang mengalami gangguan siklus menstruasi, kurang lebih 60-70% wanita dengan berat badan kurang dan berat badan lebih dapat menunjukkan gejala gangguan siklus menstruasi. Data Riset Kesehatan Dasar (2018) menjelaskan bahwa di Indonesia, wanita usia 10-59 tahun mengalami masalah menstruasi tidak teratur sebanyak 13,7% dalam satu tahun. Gangguan siklus menstruasi yang tidak teratur pada perempuan Indonesia usia 17-29 tahun serta 30-34 tahun cukup banyak yaitu sebesar 16,4%. Sedangkan persentase perempuan di Jawa Timur yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur sebesar 13,3%. Menurut Riskesdas (2018), prevalensi gizi lebih penduduk Indonesia dalam usia >18 tahun sebesar 35,4% yang terdiri dari 13,6% berat badan lebih (*overweight*) dan 21,8% sangat gemuk (*obese*).

Berdasarkan studi pendahuluan terhadap 10 responden di Polindes Ko'olan Kecamatan Blega Kabupaten Bangkalan pada bulan Desember 2023, bahwa dalam tiga bulan terakhir 4 responden (40%) mengalami siklus menstruasi yang memanjang (>35 hari), 2 responden (20%) mengeluh siklusnya memendek (<21 hari), dan 4 responden (40%) lainnya siklus menstruasinya normal yaitu pada rentang 21-35 hari. Pada saat diwawancarai sebagian besar dari mereka tidak menunjukkan ciri-ciri stres, mereka hanya disibukkan dengan kegiatan bertani dan mengurus rumah tangga. Namun ada 1 responden yang mengeluh tentang kesibukan perkuliahan karena statusnya

sebagai mahasiswa. Pada saat pengukuran tinggi badan dan berat badan mereka mempunyai hasil Indeks Massa Tubuh yang berbeda-beda, dari 10 responden dengan IMT kurus sebanyak 2 responden, IMT gemuk 3 responden dan IMT normal sebanyak 5 responden.

Tingginya prevalensi terhadap gangguan siklus menstruasi disebabkan oleh beberapa faktor seperti aktivitas fisik, stress dan juga status gizi. Status gizi seseorang dapat ditentukan dengan cara melakukan pengukuran indeks masa tubuh. Indeks masa tubuh (IMT). IMT digunakan untuk memprediksi presentase kadar lemak dalam tubuh manusia. Proses pembentukan hormon esterogen di pengaruhi oleh lemak, lemak merupakan salah satu senyawa dalam tubuh dan salah satu faktor dominan penyebab gangguan menstruasi adalah hormon estrogen (Zierle, 2020). Siklus menstruasi dipengaruhi oleh serangkaian hormon yang diproduksi oleh tubuh yaitu *Luteinizing Hormon*, *Follicle Stimulating Hormon* dan estrogen. Selain itu siklus juga di pengaruhi oleh kondisi psikis perempuan sehingga siklus menstruasi dapat menjadi maju dan mundur (Fransiska et al., 2017).

Menurut Syaifudin (2003, dalam Mesarini 2013) mengatakan bahwa dampak yang timbul dari gangguan siklus menstruasi yang tidak ditangani dengan segera dan secara benar akan mengakibatkan gangguan kesuburan sehingga akan berdampak pada kesulitan memiliki keturunan, tubuh terlalu kehilangan banyak darah sehingga memicu terjadinya anemia yang dapat menyebabkan seseorang mudah terserang infeksi karena kekurangan zat besi dalam tubuh. Dampak lain yang ditimbulkan dari ketidakaturan siklus menstruasi yaitu adanya gangguan pada sistem

reproduksi seperti polip rahim, kanker rahim, kista ovarium, sindrom ovarium polistik.

Menurut penelitian Ruqaiyah (2020) menyatakan bahwa ada hubungan antara indeks massa tubuh terhadap siklus menstruasi pada mahasiswa AKBID Pelamonia Makassar. Hal ini sejalan dengan penelitian Tanisiwa (2019) bahwa terdapat hubungan bermakna antara indeks massa tubuh dengan ketidakteraturan siklus menstruasi pada wanita usia subur di Kecamatan Leihitu Barat. Persentase responden dengan siklus menstruasi tidak normal lebih tinggi pada kelompok Indeks Massa Tubuh tidak normal, dibandingkan kelompok Indeks Massa Tubuh normal. Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Andria (2019) bahwa responden dengan IMT tidak normal lebih banyak terjadi pada responden dengan siklus menstruasi tidak normal, sedangkan pada responden dengan IMT normal lebih banyak memiliki siklus menstruasi normal sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada wanita pasangan usia subur Di Dusun Kumu Kecamatan Rambah Hilir.

Upaya yang dapat dilakukan untuk menjaga siklus menstruasi agar teratur yaitu dengan menjaga pola makan dan menerapkan gaya hidup yang sehat. Pola makan yang teratur dan makan makanan yang bergizi seimbang merupakan solusi agar siklus menstruasi berjalan secara teratur. Jika sudah cukup sering mengalami ketidakteraturan menstruasi maka sebaiknya segera menemui dokter ahli kandungan atau dokter umum untuk mendiagnosa apa yang menyebabkan ketidakteraturan menstruasi tersebut (Kusmiran, 2014).

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Wanita Usia Subur di Polindes Ko’olan Kecamatan Blega Kabupaten Bangkalan”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut “Apakah ada hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan keteraturan siklus menstruasi pada wanita usia subur di Polindes Ko’olan Kecamatan Blega Kabupaten Bangkalan?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan keteraturan siklus menstruasi pada wanita usia subur di Polindes Ko’olan Kecamatan Blega Kabupaten Bangkalan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi indeks massa tubuh (IMT) pada wanita usia subur di Polindes Ko’olan Kecamatan Blega Kabupaten Bangkalan.
2. Mengidentifikasi keteraturan siklus menstruasi pada wanita usia subur di Polindes Ko’olan Kecamatan Blega Kabupaten Bangkalan.
3. Menganalisis hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan keteraturan siklus menstruasi pada wanita usia subur di Polindes Ko’olan Kecamatan Blega Kabupaten Bangkalan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Responden

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada responden terkait dengan kategori IMT yang berhubungan dengan keteraturan siklus menstruasi.

1.4.2 Manfaat Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai dokumentasi serta menambah referensi kepustakaan yang ada khususnya tentang hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan siklus menstruasi.

1.4.3 Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Memberikan referensi data untuk peneliti selanjutnya serta diharapkan penelitian terkait Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan siklus menstruasi dapat dikembangkan lagi.

