

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Jika kebutuhan nutrisi anak tidak terpenuhi selama tahap pertumbuhan, mereka tidak akan berkembang dengan baik. Mengonsumsi makanan yang memenuhi kebutuhan tubuh adalah nutrisi. Nutrisi normal atau sangat baik dan nutrisi buruk adalah dua bentuk nutrisi yang berbeda. Diet seimbang dan tingkat latihan fisik menentukan nutrisi yang baik. Sistem kekebalan yang melemah mungkin membuat tubuh lebih rentan terhadap penyakit dan infeksi. Tubuh menjadi lebih rentan terhadap penyakit, mengganggu pertumbuhan fisik dan mental (WHO, 2013).

Ditemukan bahwa 1,7% gadis sangat kurus, 5,0% gadis kurus, 9,7% gadis kelebihan berat badan, dan 2,7% gadis gemuk memiliki indikasi BMI/U. Sekitar 800 juta orang di seluruh dunia, sebagian besar di negara-negara miskin, kekurangan gizi, menurut laporan WHO tahun 2012. Ada 104 juta anak dan remaja yang kekurangan gizi di seluruh dunia. Dalam hal kelaparan dan kekurangan gizi, Asia Selatan menempati urutan pertama dengan 46% dari total global, diikuti oleh Afrika sub-Sahara dengan 28% dan Amerika Latin dan Karibia dengan 7% (WHO, 2012).

Di Indonesia, remaja usia 16-18 tahun memiliki status gizi pendek dan sangat pendek (26,7%), remaja kurus dan sangat kurus (8,1%), dan remaja obesitas 16-18 tahun (13,5%) (Riskesdas, 2018).

Kelebihan gizi cukup umum, melebihi frekuensi nasional, di lima belas provinsi. Provinsi tersebut antara lain Jawa Timur, Gorontalo, Kalimantan Timur, Sulawesi Utara, Banten, Kalimantan Tengah, Papua, Jawa Tengah, Sulawesi Selatan, Kepulauan Riau, Bangka Belitung, dan DKI Jakarta. Salah satu provinsi dengan angka obesitas yang jauh lebih tinggi dari rata-rata nasional adalah Sumatera Barat. 6,9% dari ini. Sementara insiden remaja sangat kurus tumbuh sebesar 0,4%, tren remaja kurus sebagian besar tetap tidak berubah antara tahun 2007 dan 2013. Sebaliknya, proporsi orang gemuk telah meningkat dari 1,4% pada tahun 2007 menjadi 7% pada tahun 2013. Secara nasional, sembilan provinsi memiliki tingkat gizi buruk melebihi 9%, dan banyak remaja menderita karenanya. Remaja yang kekurangan gizi berjumlah sekitar 13% dari populasi, dan 16 provinsi memiliki tingkat lebih tinggi dari 13%.

Prevalensi status gizi (IMT/U) remaja putri usia 16-18 tahun di Sumatera Utara sangat rendah yaitu 0,34%, kurus 3,22%, obesitas 12,59%, dan obesitas 3,38 persen, per data Riskesdas 2018. Namun di Kabupaten Batu Bara, prevalensi status gizi (BMI/U) pada remaja putri sangat rendah (0,83%). Prevalensi underweight ditetapkan sebesar 4,43%, obesitas sebesar 8,61%, dan obesitas sebesar 2,53% (Riskesdas 2018).

Remaja merupakan aset penting bagi masa depan bangsa karena dapat membuka jalan bagi generasi yang bermoral (Adriani dan Wirjatmadi, 2014). Ada 1,2 miliar kelompok pemuda secara global, menurut perkiraan. Ini setara dengan 1 dari 6 orang di seluruh dunia, atau 18% dari populasi global (WHO, 2016). Anak-anak di Indonesia berusia antara 10 dan 19 tahun merupakan sekitar 17% dari total populasi negara, atau 3 juta orang (Badan Pusat Statistik, 2017).

Manusia menua baik secara fisik maupun emosional selama masa remaja. Biasanya, pubertas digunakan untuk menggambarkan hal ini (Rohan, 2017). Menstruasi muncul pertama kali selama masa pubertas pada gadis remaja. Kehidupan seorang wanita adalah yang paling penting sepanjang masa remajanya (Fitrieningtyas et al., 2017). Untuk kematangan fisik, yang mempengaruhi kesehatan keturunan mereka di kemudian hari, kesehatan dan status gizi remaja sangat penting (Patimah, 2017).

Wanita yang kekurangan gizi seringkali berisiko mengalami masalah menstruasi. Gangguan siklus menstruasi banyak terjadi pada wanita gemuk. Hipotalamus wanita yang kelebihan berat badan atau kurang gizi tidak bekerja dengan benar, yang menyebabkan anomali tambahan dalam siklus menstruasinya (Dieny, 2014). Malfungsi organ, seperti masalah dengan siklus menstruasi dan fungsi reproduksi, dapat terjadi akibat kekurangan nutrisi. Kondisi tubuh manusia yang ditentukan oleh pola makan dan olahraga dikenal dengan status gizi (Almatsier, 2010).

Menurut penelitian yang dilakukan pada tahun 2013 oleh Adnyan, kesehatan gizi remaja putri dan siklus menstruasi memiliki hubungan yang substansial. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa tautan ini biasanya ada. Dokumen telah tiba. Dapat dikatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara siklus menstruasi wanita dan kondisi gizi.

Mayoritas partisipan penelitian Kamidah dan Isnain (2014) melaporkan memiliki berat badan normal dan menstruasi tidak teratur. Menurut temuan analisis statistik, ada korelasi antara indeks massa tubuh dan siklus menstruasi, membuktikan bahwa kedua parameter tersebut terkait.

Dalam penelitian Nunung tahun 2017 mayoritas peserta (60,6%) memiliki status gizi normal, sementara setidaknya enam peserta (9,1%) gemuk. Hanya beberapa responden yang melaporkan mengalami menstruasi ganjil; mayoritas menunjukkan menstruasi mereka normal. Siklus menstruasi dan kesehatan gizi gadis remaja terbukti berkorelasi secara signifikan, menurut temuan tes Kendall Tau. Ini menunjukkan hubungan antara kesehatan makanan dan siklus menstruasi. Penelitian lain dilakukan oleh Hamdani dan El Alasi, 2017 dan menemukan hubungan yang signifikan antara IMT dengan siklus menstruasi.

Kekurangan gizi menurut Noviana (2016), dapat berdampak signifikan terhadap kemampuan reproduksi seseorang. Jika kekurangan berat badan atau tidak mendapatkan cukup nutrisi, siklus menstruasi mungkin berubah (Purwatasari dan Marwati, 2011). Hormon-hormon dalam tubuh mungkin memiliki masalah sebagai hasilnya. Menurut penelitian (Islamy & Farida, 2019), dua pengaruh utama pada siklus menstruasi adalah diet dan tingkat stres. Kedua elemen ini dapat digunakan untuk menjelaskan ketidakteraturan siklus menstruasi seorang wanita, yang memiliki kemungkinan 40,2% .

Menurut penelitian Felicia et al (2015) ., tampaknya diet seimbang dan bergizi mendorong pertumbuhan yang optimal. Karbohidrat, lipid, dan protein harus dikonsumsi untuk memenuhi kebutuhan diet. Remaja dengan gizi buruk mungkin mengalami menstruasi yang tidak teratur sebagai akibat dari kekurangan gizi mereka. Protein dan lemak terkait dengan fase folikular menstruasi, sedangkan kalori dan karbohidrat terkait dengan fase luteal. Menstruasi remaja akan konsisten jika ketiga nutrisi ini dikonsumsi secara seimbang.

Untuk mengetahui apakah semua remaja putri telah mengalami menstruasi, dilakukan polling pada 18 Maret 2021. Terdapat dua wanita yang menstruasinya teratur selama tiga bulan berturut-turut dan delapan wanita yang menstruasinya tidak teratur. Berdasarkan polling tersebut, 2 wanita yang sering menstruasi memiliki status gizi tinggi, sedangkan 10 wanita memiliki kondisi gizi rendah.

Penelitian tentang hubungan status gizi dengan siklus menstruasi ini belum pernah dilakukan di Desa Laut Tador khusus remaja putri usia 16-18 tahun yang, sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut: “Apakah ada hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui status gizi pada remaja putri.
2. Untuk mengetahui siklus menstruasi pada remaja putri.
3. Untuk mengetahui hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini bermanfaat untuk mengetahui hubungan status gizi dengan siklus menstruasi remaja putri.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Bagi Peneliti

Meningkatkan pengetahuan dan kesadaran melakukan penelitian kesehatan masyarakat serta memberikan pengalaman dan keahlian dalam melakukannya. Selain itu, penelitian ini dapat digunakan untuk mengidentifikasi dan menawarkan saran untuk solusi masalah kesehatan masyarakat, terutama yang mempengaruhi status gizi remaja putri dan siklus menstruasi. Hal ini dilakukan sesuai dengan fokus informasi yang dipelajari sepanjang sesi perkuliahan.

1.4.2.2 Bagi Penyedia Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pencerahan tentang hubungan siklus menstruasi dengan pola makan bagi komunitas kesehatan reproduksi, khususnya untuk konseling remaja putri.

1.4.2.3 Bagi Remaja Putri

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengajarkan dan mendidik remaja putri tentang hubungan antara status gizi mereka dan siklus menstruasi mereka sehingga mereka dapat bekerja untuk memperbaiki pola makan mereka dan menghindari masalah gizi.

1.4.2.4 Bagi Instansi Pendidikan

Studi ini diharapkan dapat menawarkan sumber daya dan panduan untuk studi lain untuk menyajikan temuan yang lebih menyeluruh.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN