

BABI

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Waktu perkembangan manusia yang dinamakan pubertas adalah masa perkembangan dari remaja menuju dewasa yang diwarnai oleh perubahan jasmani, mental, dan sosial. Remaja biasanya berada antara rentang usia 10 hingga dengan 18 tahun. Pada waktu pra dewasa adanya ubahan yang sangat cepat, yaitu terjadi perubahan tinggi badan dan berat badan yang disebut pubertas. Selain itu, akibat adanya perubahan hormonal yang terjadi pada masa pra dewasa akan terjadi perkembangan seksual (Kemenkes, 2022). Suatu hal permasalahan yang sering dihadapi oleh remaja merupakan kurangnya asupan nutrisi yang baik yang dapat mengakibatkan kurangnya asupan zat besi yang dapat memicu kegemukan. Hal ini berdampak pada kondisi tubuh dan sistem reproduksi yang berdampak pada Menarche (menstruasi pertama pada wanita) dan penampilan kewanitaan wanita secara umum (Hukmiyah Aspar, 2021).

World Health Organization (2020) menyebutkan bahwa risiko masalah menstruasi oleh perempuan sekitar 45%. Di samping itu, data Riskesdas 2018 menunjukkan sebanyak 14,5% perempuan Indonesia usia 10-59 tahun mengalami menstruasi tidak teratur. Berdasarkan data Riskesdas 2018, rata-rata perempuan Indonesia usia 10-59 tahun yang menjalani siklus bulanan tidak teratur adalah sebesar 14,5%. Angka yang lebih tinggi, yakni sebesar 16,4%, terjadi oleh perempuan usia 17-29 tahun dan 30-34 tahun, serta 11,7% pada remaja usia 15-19 tahun. Selain itu, sebanyak 14,9% perempuan yang berada di daerah perkotaan

mempunyai masalah siklus menstruasi tidak teratur. Sementara itu, sebanyak 68,3% perempuan di Daerah Sumatera Utara mempunyai siklus menstruasi normal, sedangkan 11,6% perempuan mempunyai siklus menstruasi tidak teratur. Sebagaimana yang tertuang dalam Pasal 11 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 61 Tahun 2014 tentang Kesiapan Regenerasi, pemerintah menetapkan program jaminan kesehatan reproduksi remaja untuk mempersiapkan remaja agar mampu melanjutkan hidup dan mengusahakan pemenuhan kebutuhannya sendiri. Perubahan pada sistem reproduksi wanita, faktor keturunan, penyakit yang diderita terus-menerus, berat badan, gaya hidup, dan stres merupakan beberapa faktor yang secara umum mempengaruhi normalitas menstruasi, antara lain siklus menstruasi wanita yang tidak teratur, tidak terjadinya menstruasi pada wanita, dan nyeri sendi. Berat badan yang tinggi atau rendah dapat menjadi faktor risiko bagi kesehatan wanita (Sawitri, et al., 2020).

Siklus menstruasi merupakan proses yang berlangsung terus-menerus dan terkadang dari rahim yang disertai dengan perubahan pada endometrium di dalam rahim (Dini Junita, 2020). Menstruasi terjadi secara terus-menerus dan siklusnya dimulai sejak tanggal menstruasi wanita terakhir sampai dengan tanggal menstruasi wanita berikutnya dan terjadi terus-menerus. Haid wanita terjadi tidak teratur, sehingga apabila seorang siswi sekolah dasar memiliki siklus haid yang tidak teratur yaitu lebih dari 28 hari, maka darah yang dikeluarkan tubuhnya akan lebih banyak yang dapat menyebabkan kekurangan zat besi (Nofianti., et al. 2021). Anak remaja yang mengalami siklus haid yang sangat panjang, yaitu <21 hari dan >35 hari, sistem reproduksinya akan terganggu dan menimbulkan masalah kesuburan yang akan berdampak pada masa depan keturunannya (Purnasari, 2023).

Perempuan mempunyai siklus menstruasi yang tidak sama, dan ketidakseimbangan hormon estrogen, progesteron, LH, dan FSH dapat disebabkan oleh faktor usia, kondisi kekurangan hormon yang terus-menerus, atau stres. Dampak yang ditimbulkan jika siklus haid terjadi secara tidak menentu dan dibiarkan terus menerus tidak segera diatasi akan menyebabkan kemandulan karena terganggunya fungsi ovulasi akibat zat-zat pemicu yang tidak stabil, sehingga menimbulkan endometriosis, dan menimbulkan masalah kejiwaan (Miraturrofi'ah, 2020). Status bantuan seorang individu sangat memengaruhi kapasitas seorang wanita, dan perubahan dalam berapa banyak campuran perencanaan steroid merupakan bagian penting dari pengelolaan siklus wanita (Felicia., et al. 2023).

Di Indonesia, remaja menghadapi Triple Burden Gizi, termasuk obesitas, wasting, dan kekurangan zat gizi mikro, dengan dua diantaranya berhubungan dengan masalah status gizi pada remaja. Sekitar 25% remaja kurang gizi disebut stunting atau pendek, 9% memiliki indeks masa tubuh rendah dan tampak kurus, dan 16% lebih gizi atau obesitas (Unicef, 2021). Menurut Laporan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 prevalensi nasional status gizi remaja kategori sangat kurus sebesar 1,4%, kategori kurus sebesar 6,7%, kategori normal sebanyak 78,3%, kategori gemuk sebesar 9,5%, dan kategori obesitas sebesar 4%. Menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Sumatera Utara, Status Gizi (IMT/U) tertinggi oleh remaja berusia 16-18 tahun yang kegemukan, berat badan lebih tinggi, atau obesitas adalah di Kota Labuhan Batu (15,63%), dengan prevalensi sangat kurus 0,56%. Sementara, prevalensi kegemukan di Kabupaten Deli Serdang adalah 36,20%, dan prevalensi sangat kurus 1,37% (Kemenkes RI, 2018).

Status gizi bisa dinilai secara tidak langsung dan langsung atau dengan anjuran dengan menggunakan metode antropometri, yaitu menggabungkan penilaian perspektif tubuh individu (Putri, 2022). Status gizi seseorang dapat dilihat dari bagaimana ia menggunakan zat-zat gizi dan apa yang dimakannya sehari-hari. Makanan yang bergizi tinggi menunjukkan status gizi yang baik, sedangkan makanan yang bergizi rendah menunjukkan kesehatan gizi yang buruk. (Salsabela & Hardiningsih, 2023). Terpenuhi gizi adalah keseimbangan banyak dan kualitas zat gizi untuk diperlukan tubuh. Remaja perempuan dengan status gizi yang buruk (kurang berat body, kekurangan berat body, atau obesitas) sering kali menderita anovulasi kronis atau ketidakteraturan menstruasi jangka panjang karena mereka cenderung memiliki sel lemak berlebih yang menghasilkan terlalu banyak estrogen. Sebaliknya, remaja perempuan dengan status gizi yang buruk (berlebihan berat badan atau obesitas) sering kali menderita anovulasi kronis atau ketidakteraturan siklus menstruasi (Mai Revi., et al. 2023).

Berdasarkan analisa Studi yang dilakukan mengenai status gizi dalam hubungannya dengan siklus menstruasi menggunakan Indeks Massa Tubuh (IMT) untuk memantau status gizi pada remaja. Pada penelitian Nugraheni., et al. (2020) dengan judul “Pemantauan Status Gizi Dan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri” peneliti di buat dilaboratorium prodi kebidanan sarjana terapan Universitas Sebelas Maret, dari hasil pantauan siklus menstruasi dan status gizi 27 remaja putri menjelaskan ternyata kalangan remaja putri mengalami siklus menstruasi yang teratur, yaitu 23 orang (85.2%) dan 4 orang (14.8%) tidak teratur. Selain itu, hasil menunjukkan bahwa 9 orang (33.3%) mempunyai status gizi normal, 8 orang (29.7%) memiliki status gizi kurang, 5 orang (18.5%) mempunyai status gizi

berisiko obesitas, dan 5 orang (18.5%) mempunyai status gizi obesitas grade I. Terdapat korelasi antara siklus menstruasi dengan status gizi pada 68 siswi kelas X dalam penelitian Yani dan Rahayu (2023), “Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 7”. Dari jumlah tersebut, 13 orang kurus (19,1%), 26 orang normal (38,2%), 17 orang gemuk (25,0%), dan 12 orang obesitas (17,6%). Tiga puluh satu (45,6%) dari 68 siswi memiliki periode menstruasi tidak teratur, sedangkan 37 (54,4%) memiliki periode menstruasi normal.

Dari dilakukan observasi pertama dilakukan peneliti pada tanggal 3 Februari 2024 di SMA Negeri 17 Medan yang adalah sebuah sekolah menengah negeri yang terletak di provinsi Sumatera Utara, Indonesia didapatkan hasil dari wawancara secara langsung pada 10 siswi dengan pantauan status gizi dan kapan terakhir kali melakukan pengukuran IMT serta mengenai siklus menstruasi, dari wawancara langsung tersebut didapatkan hasil sebagai berikut: 3 siswi (30%) dengan berat badan rendah, 5 (50%) siswi dengan berat badan normal, 2 siswi (2%) dengan berat badan lebih, serta 6 siswi (60%) mengeluhkan siklus menstruasi yang tidak teratur yaitu cepat dan berkepanjangan, serta rata-rata pengukuran berat badan yang dilakukan siswi tersebut yaitu satu tahun lalu. Dari pernyataan demikian peneliti terkesan untuk mengadakan penelitian lebih lanjut mengenai status gizi dengan siklus menstruasi, mengingat pentingnya untuk menjaga status gizi tetap normal dan memperhatikan siklus menstruasinya yang dimana remaja putri merupakan usia produktif untuk membangun generasi berikutnya, yang akan mengalami masa kehamilan dan melahirkan untuk menghindari gangguan reproduksi remaja serta menurunkan angka kematian ibu dan anak dikemudian hari. Oleh karena itu, di

SMA Negeri 17 Medan, peneliti akan mempelajari hubungan antara siklus menstruasi remaja putri dengan status gizi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang informasi dan data yang telah diberikan, maka diperlukan suatu penelitian untuk mengetahui hubungan status gizi remaja putri di SMA Negeri 17 Medan dengan siklus menstruasi.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 17 Medan tahun 2024.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan status gizi, dan siklus menstruasi pada siswi SMA Negeri 17 Medan
- b. Menganalisis hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada siswi SMA Negeri 17 Medan
- c. Menganalisis keeratan hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada siswi SMA Negeri 17 Medan

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Bagi Siswi

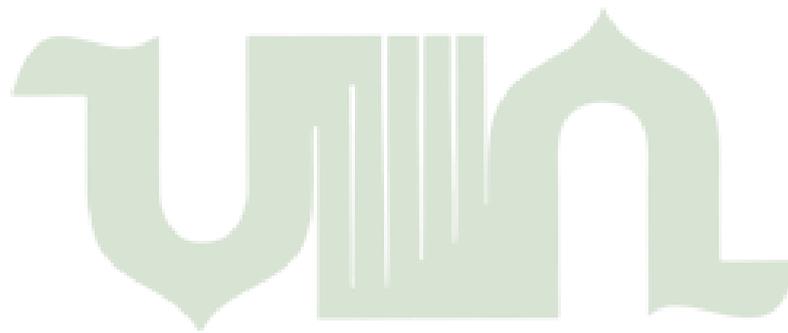
Menjadi sarana edukasi mengenai gambaran status gizi dan hubungannya terhadap siswi di SMA Negeri 17 Medan sehingga dapat lebih memperhatikan status gizinya.

1.4.2 Manfaat Bagi Sekolah

Penelitian ini dapat ikut andil dalam kontribusi edukasi sebagai penyuluhan kesehatan mengenai status gizi serta kesehatan reproduksi dan pengembangan kebijakan sekolah dalam pemberian kantin sehat untuk anak sekolah.

1.4.3 Manfaat Bagi Peneliti

Bisa menerapkan wawasan sudah telah dipahami selama perkuliahan serta meningkatkan kecerdasan dan wawasan pribadi, terutama dalam hal status gizi dengan siklus menstruasi sebagai bahan masukan dan informasi.



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN