

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi merupakan proses fisiologis pada wanita, yaitu luruhnya dinding rahim yang terjadi secara periodik melalui indung telur kiri maupun kanan secara bergantian setiap bulannya (Kusumanita, 2020). Menstruasi pertama (*menarche*) umumnya terjadi pada rentang usia 8 hingga 16 tahun, dengan usia paling sering terjadi yaitu sekitar 11 tahun. Hal ini tergantung pada faktor yang memengaruhi kedewasaan dan perkembangan hormon pada remaja tersebut (Fadhiya Hayya *et al.*, 2023). Menstruasi akan terjadi secara berulang setiap bulan, sehingga terbentuklah siklus menstruasi. Siklus menstruasi merupakan hari pertama menstruasi sampai tepat hari pertama datangnya periode menstruasi yang baru. Normalnya, siklus menstruasi berlangsung antara 21–35 hari sekali (Rahmi & Purnawati, 2023).

World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa sekitar 75% remaja wanita di dunia mengalami gangguan menstruasi, 15% di antaranya memerlukan penanganan medis (Rizki Khaerunnisa Sappe *et al.*, 2024). Gangguan menstruasi paling banyak terjadi di Amerika Serikat, yaitu sekitar 94,9% pada usia 12–17 tahun. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (2018), di Indonesia terdapat 11,7% remaja wanita mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur (Fadhiya Hayya *et al.*, 2023). Gangguan siklus menstruasi, seperti oligomenorea diperkirakan sebanyak 50%, amenorea sekunder 18,4%,

polimenorea 10,5%, dan amenorea primer 5,3%, dan gangguan campuran sebanyak 15,8% (Novitas Sari & Ediyono, 2024).

Gangguan siklus menstruasi memiliki dampak jangka panjang yang signifikan terhadap kesehatan reproduksi dan kualitas hidup (Rizki Khaerunnisa Sappe *et al.*, 2024). Beberapa penelitian menyebutkan bahwa gangguan siklus menstruasi berkaitan dengan berbagai penyakit dan kondisi medis, seperti sindrom metabolik, penyakit jantung koroner, diabetes melitus tipe 2, *rheumatoid arthritis*, anemia, osteoporosis, masalah psikologis, penurunan kualitas hidup, infertilitas, bahkan kecacatan (Attia *et al.*, 2023). Oleh karena itu, pemahaman terhadap faktor-faktor yang memengaruhi siklus menstruasi sangat penting dalam upaya pencegahan dan penatalaksanaan gangguan tersebut. Terdapat berbagai faktor yang dapat memengaruhi siklus menstruasi, salah satunya adalah status gizi.

Status gizi pada remaja dapat dihitung melalui indeks massa tubuh (IMT) dengan membandingkan rasio berat badan dan tinggi badan untuk mengetahui persentase lemak dalam tubuh. Lemak adalah salah satu komponen yang sangat berpengaruh terhadap produksi hormon androgen dan estrogen. Hormon estrogen memiliki peran yang lebih dominan dalam gangguan siklus menstruasi (Sawitri *et al.*, 2020). Ketidakseimbangan status gizi, baik kelebihan maupun kekurangan, dapat menyebabkan gangguan hormonal yang berdampak pada siklus menstruasi.

World Health Organization (WHO) (2024) menyebutkan bahwa pada tahun 2022, sebanyak 2,5 miliar atau setara dengan 43% penduduk berusia 18 tahun ke atas mengalami kelebihan berat badan, dan 890 juta di antaranya mengalami obesitas. Hal ini menunjukkan peningkatan dibandingkan tahun 1990, yang saat itu tercatat sekitar 25%. Kejadian berat badan berlebih bervariasi

tergantung wilayah: di Asia Tenggara dan Afrika sekitar 31%, sedangkan di Amerika mencapai sekitar 67%. Di sisi lain, terdapat 17,3 miliar orang atau setara dengan 24,9% remaja mengalami kekurangan berat badan (*underweight*). Data Riskesdas (2023) menunjukkan bahwa sebanyak 6,4% perempuan yang berusia di atas 18 tahun mengalami masalah gizi buruk, 15,3% mengalami kelebihan berat badan (*overweight*), dan 31,2% menderita obesitas. Di Bali tercatat sekitar 4,8% perempuan di atas 18 tahun mempunyai masalah gizi buruk, 15,5% mengalami kejadian kelebihan berat badan (*overweight*), dan sekitar 25,4% menderita obesitas.

Seiring dengan meningkatnya kasus obesitas maupun gizi kurang, gangguan menstruasi juga menjadi lebih sering terjadi. Oleh karena itu, penting untuk meneliti hubungan antara IMT dengan siklus menstruasi agar dapat memberikan gambaran yang lebih jelas mengenai dampak status gizi terhadap kesehatan reproduksi wanita. Dalam kaitannya dengan penilaian siklus menstruasi, Federasi Obstetri dan Ginekologi Internasional telah menetapkan parameter standar untuk menilai siklus menstruasi normal, meliputi frekuensi, keteraturan, durasi, dan volume perdarahan.

Meskipun, parameter FIGO telah digunakan secara luas di berbagai negara untuk menilai gangguan menstruasi secara lebih objektif dan terukur, di Indonesia penelitian yang mengkaji hubungan antara IMT dengan siklus menstruasi berdasarkan parameter FIGO masih sangat terbatas. Penerapan parameter ini dapat meningkatkan ketepatan dalam mendiagnosis gangguan siklus menstruasi dan mengidentifikasi faktor-faktor risiko yang berkontribusi terhadapnya. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui hubungan antara

IMT dan siklus menstruasi berdasarkan parameter FIGO, serta sebagai upaya pencegahan dan perbaikan kualitas kesehatan reproduksi remaja di Indonesia. Melalui penelitian ini, diharapkan remaja dapat lebih memahami pentingnya menjaga status gizi yang sehat sebagai bagian dari gaya hidup yang mendukung fungsi reproduksi yang optimal.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha Angkatan 2024?

1.3 Tujuan

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha Angkatan 2024.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi indeks massa tubuh (IMT) pada mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha Angkatan 2024.
- b. Untuk mengidentifikasi siklus menstruasi pada mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha Angkatan 2024

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan dan pemahaman penulis tentang keterkaitan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan siklus menstruasi. Selain itu, penelitian ini menjadi sarana bagi peneliti untuk mengimplementasikan pengetahuan yang sudah didapatkan selama menempuh perkuliahan.

2. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kepedulian remaja putri dan wanita dewasa yang berada dalam usia subur, mengenai pentingnya mempertahankan berat badan yang ideal sebagai salah satu upaya untuk mendukung keteraturan siklus menstruasi dan kesehatan reproduksi. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat mendorong penerapan pola hidup sehat yang meliputi pola makan seimbang, aktivitas fisik secara rutin, serta kebiasaan menjaga kesehatan reproduksi.

3. Bagi Pemerintah

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan dalam menyusun program atau kebijakan kesehatan, terutama dalam bidang kesehatan reproduksi.