

ABSTRAK

HUBUNGAN STATUS GIZI DAN SIKLUS MENSTRUASI REMAJA DITINJAU DARI KEDOKTERAN DAN ISLAM

Remaja sangat rentan terhadap kekurangan nutrisi karena beberapa faktor. Pertama karena bertambahnya kebutuhan nutrisi dan kalori akibat cepatnya pertumbuhan dan perkembangan fisik. Kedua karena berubahnya gaya hidup dan kebiasaan makan, yang akan mempengaruhi asupan dan kebutuhan makanan. Pada remaja putri, pubertas ditandai dengan permulaan menstruasi (*menarche*). Gizi yang kurang pada remaja putri dapat mempengaruhi pematangan seksual, pertumbuhan, fungsi organ tubuh, dan akan menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi. Tujuan umum dan khusus dari penulisan skripsi ini adalah membahas hubungan status gizi dan siklus menstruasi remaja ditinjau dari segi kedokteran dan Islam.

Mekanisme hubungan status gizi dan siklus menstruasi remaja adalah berkaitan dengan asupan energi. Pengukuran status gizi pada remaja sebaiknya menggunakan 2 cara yaitu IMT dan persentase lemak tubuh. Pada remaja dengan asupan energi yang kurang, akan mempengaruhi kadar hormon leptin dan sumbu hipotalamus-hipofisis-ovarium sehingga terjadi penurunan kadar hormon-hormon yang berperan dalam siklus menstruasi dan terjadilah amenore.

Tinjauan Islam terhadap hubungan status gizi dan siklus menstruasi remaja adalah pola makan dan minum dalam Islam yaitu halal, baik, dengan berbagai jenis, serta seimbang. Pola makan dan minum yang tidak sesuai ajaran Islam tersebut akan berdampak pada tubuh, yaitu terganggunya pertumbuhan jasmani, gizi tubuh menjadi tidak seimbang baik kekurangan maupun berlebihan, dapat menimbulkan berbagai penyakit termasuk gangguan siklus haid. Gangguan siklus haid dalam Islam yaitu istihadhah. Istihadhah adalah keluarnya darah secara terus-menerus diluar kebiasaan masa haid yang normal. Terjadinya gangguan fungsi tubuh, tentu ada sesuatu yang salah dalam segi perawatan dan pemeliharannya yaitu asupan zat gizinya, karena Allah tidak akan menghadirkan bencana melainkan disebabkan oleh perbuatan manusia itu sendiri.

Ilmu kedokteran dan Islam sependapat bahwa remaja membutuhkan zat gizi seimbang untuk pertumbuhan dan perkembangan tubuhnya. Bagi remaja putri dengan asupan gizi yang tidak seimbang akan menimbulkan berbagai gangguan fungsi tubuh antara lain gangguan siklus menstruasi

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah kami setujui dan telah dipertahankan di hadapan Penguji Skripsi, Fakultas Kedokteran UNIVERSITAS YARSI.

Jakarta, April 2014

Penguji Bidang Medik

Penguji Bidang Agama

(Dr. Nur Asiah, MS, SpGK)

(Dra. Hj. Zulmaizarna, M.Pd.I)

PERNYATAAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah kami setuju untuk dipertahankan di hadapan Penguji Skripsi, Fakultas Kedokteran UNIVERSITAS YARSI.

Jakarta, April 2014

Pembimbing Bidang Medik

Pembimbing Bidang Agama

(Dr. Nur Asiah, MS, SpGK)

(Dra. Hj. Zulmaizarna, M.Pd.I)

KATA PENGANTAR



Puji dan syukur senantiasa kita tujukan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat-Nya, serta shalawat dan salam kepada Nabi Muhammad SAW, dan para sahabat serta pengikutnya sampai akhir zaman, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“HUBUNGAN STATUS GIZI DAN SIKLUS MENSTRUASI REMAJA DITINJAU DARI KEDOKTERAN DAN ISLAM”** sebagai salah satu persyaratan untuk mencapai gelar profesi Dokter Muslim pada Fakultas Kedokteran Universitas YARSI.

Berbagai kendala yang telah penulis hadapi sehingga dapat terselesaikannya skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan dari banyak pihak. Atas bantuan yang telah diberikan, baik moril maupun materil maka selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga penulis sampaikan kepada :

1. DR. Dr. H. Artha Budi Susila Duarsa, M.Kes selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Jakarta.
2. Dr. Salmy Nazir, Sp.PA selaku Komisi Penguji Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Jakarta.
3. Dr. Nur Asiah, MS, SpGK selaku dosen Pembimbing Medik dan Pembimbing Akademik yang telah banyak memberikan bimbingan, serta masukan kepada penulis di dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Dra. Hj. Zulmaizarna, M.Pd.I selaku dosen Pembimbing Agama Islam yang telah banyak memberikan bimbingan, nasihat serta masukan kepada penulis.
5. Keluargaku tercinta, ibunda Dra. Hj. Nur Hasanah, ayahanda Drs. H. Cecep Suhendi, M.Pd, abangku H. Fajar Candara Perdapa, S.Pd, dan adikku Farih Faruk Mufasir atas limpahan kasih sayang, dukungan, motivasi dan untaian doa yang tak kunjung putus kepada penulis selama ini.
6. Dosen-dosen pengajar Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Jakarta atas ilmu dan pengetahuan serta bimbingan yang telah diberikan kepada penulis.

7. Kepala dan Staf Perpustakaan Universitas YARSI Jakarta yang telah membantu dalam mencari buku-buku sebagai referensi dalam penyusunan skripsi ini.
8. Dian Yuthika Rizki, Filda Azalia Pamano, Fennie Budhiarti, Fahmi Hidayati, Fitria Rizka Utami, Firda Jusela, Hafidiani, Azisah Soraya, Ayu violet Hamid, Dahlia Ardygarini P, Kiki Lestari Suryaningrum, Nidia Ranah Azmi Lubis, Ratu Nur Annisa, Widya Paramita dan teman - temanku lainnya yang tak bisa disebutkan satu persatu. Terima kasih atas doa, semangat serta kebersamaan dalam keadaan susah maupun senang selama berada di fakultas kedokteran ini.
9. Adik-adikku Laila Mayangsari, Farida Fidiyaningrum, Ferika, Hanifah, Anggraeniayu, Eliyulianti atas doa, semangat serta kebersamaan selama ini.
10. dr. Sri Rahayu. N, Isti Iryan Prianti S.Ked, dan Cahya Dwi L S.Ked atas saran, bantuan dan dukungannya selama pembuatan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penyusunan skripsi ini tidak luput dari kesalahan dan kekurangan baik dari segi materi maupun bahasa yang disajikan. Untuk itu penulis mohon maaf atas segala kekurangan dan kekhilafan yang tidak disengaja. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dan pembaca pada umumnya di dalam memberikan sumbang pikir dan dalam perkembangan ilmu pengetahuan kedokteran. Kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan guna memperoleh hasil yang lebih baik di dalam penyempurnaan skripsi ini dari penulisan sampai dengan isi dan pembahasannya.

Akhir kata dengan mengucapkan Alhamdulillah, semoga Allah SWT selalu meridhoi kita semua.

Jakarta, April 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK.....	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR GAMBAR.....	viii
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Permasalahan.....	5
1.3 Tujuan	5
1.3.1 Tujuan Umum.....	5
1.3.2 Tujuan Khusus	5
1.4 Manfaat	5
BAB II HUBUNGAN STATUS GIZI DAN SIKLUS MENSTRUASI REMAJA DITINJAU DARI KEDOKTERAN	
2.1 Lemak.....	7
2.1.1 Definisi Lemak.....	7
2.1.2 Klasifikasi Lemak.....	7
2.1.3 Pengangkutan dan Penyimpanan Lemak.....	8
2.2 Kolesterol.....	10
2.3 Komposisi Tubuh.....	14
2.4 Perbedaan Komposisi Tubuh pada Pria dan Wanita.....	15

2.5	Gizi Kurang.....	17
2.6	Status gizi.....	18
2.7	Menstruasi.....	23
2.7.1	Definisi Gangguan Menstruasi.....	23
2.7.2	Siklus Menstruasi.....	23
2.7.3	Gangguan Menstruasi.....	27
2.8	Hubungan Status Gizi dan Siklus Menstruasi Remaja.....	28
 BAB III TINJAUAN ISLAM TERHADAP HUBUNGAN STATUS GIZI DAN SIKLUS MENSTRUASI REMAJA		
3.1	Gizi Menurut Islam.....	35
3.2	Menstruasi Menurut Islam.....	43
3.3	Tinjauan Islam Terhadap Hubungan Status Gizi dan Siklus Menstruasi pada Remaja.....	49
 BAB IV KAITAN PANDANGAN KEDOKTERAN DAN ISLAM TENTANG HUBUNGAN STATUS GIZI DAN SIKLUS MENSTRUASI PADA REMAJA.....		
52		
 BAB V KESIMPULAN DAN SARAN		
5.1.	Simpulan	54
5.2.	Saran	55
 DAFTAR PUSTAKA.....		
57		

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Biosintesis Kolesterol	12
Gambar 2. Biosintesis dan Metabolisme Estrogen	13
Gambar 3. Perubahan selama siklus menstruasi.....	25

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Klasifikasi IMT	20
Tabel 2. Klasifikasi IMT untuk Anak Usia 5-18 Tahun.....	20
Tabel 3. Kategori IMT untuk Orang Indonesia Menurut Depkes 2002	21