

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi merupakan salah satu tanda proses tumbuh kembang remaja. Aspek kesehatan menstruasi merupakan bagian dari karakteristik seksual sekunder yang sangat penting bagi kesehatan reproduksi seorang wanita (Rahayu, 2015).

Menstruasi adalah pelepasan endometrium yang telah mati dan sudah berhenti saat endometrium beregenerasi yang dimulai dari hari pertama (Wiknjaksono, 2009). Dalam proses menstruasi dapat menimbulkan masalah kesehatan reproduksi wanita yang berhubungan dengan pola menstruasi yaitu fertilitas. Gangguan siklus menstruasi dapat berupa lamanya durasi dari siklus menstruasi yang bisa menimbulkan risiko penyakit kronis (Kusmiran, 2013).

Siklus menstruasi yang tidak teratur dapat menyebabkan seorang wanita menjadi sulit hamil atau infertilitas. Siklus menstruasi yang tidak teratur memiliki pola siklus tertentu. Menstruasi normal berlangsung diantara 21-35 hari. Menstruasi yang berlangsung kurang dari 21 hari dikategorikan menstruasi pendek dapat menyebabkan seorang wanita mengalami anovulasi karena sel telur tidak terlalu matang sehingga sulit untuk dibuahi. Siklus menstruasi yang lebih dari 35 hari dikategorikan sebagai menstruasi panjang yang dapat menandakan sel telur jarang diproduksi atau wanita mengalami ketidaksuburan yang panjang, ini berarti pembuahan akan sangat jarang terjadi (Nurlaila, 2015).

Siklus menstruasi yang tidak teratur kebanyakan akibat faktor hormonal, tidak seimbangnya hormon estrogen dan progesterone karena suatu penyakit, status gizi maupun stress. Perempuan yang memiliki hormon yang berlebih dapat menyebabkan siklus menstruasi tidak teratur. Sehingga, jika terjadi gangguan menstruasi yang dikenakan faktor hormonal, kemungkinan perempuan tersebut mengalami gangguan kesuburan (Laila, 2016).

Menurut laporan WHO tahun 2018 terdapat 80% wanita yang mengalami gangguan menstruasi. Beberapa penelitian sebelumnya juga menunjukkan masih banyaknya remaja yang mengalami ketidakteraturan siklus menstruasi. Penelitian Sri Norlina tahun 2022 menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa memiliki Indeks massa tubuh yang normal, sejumlah 22 orang (55%) dan indeks massa tubuh kegemukan yaitu sejumlah 2 orang (5%), sedangkan untuk siklus menstruasi yang normal yaitu sebanyak 26 orang (65%), sebanyak 11 orang (27,5%), siklus menstruasi yang paling sedikit yaitu oligomenorea sebanyak 3 orang (7,5%). Faktor-faktor yang berperan dalam keteraturan siklus menstruasi seperti perubahan hormon reproduksi wanita, genetik, kondisi medis serius, indeks massa tubuh, gaya hidup dan stres (Kusmiran, 2013). Indeks massa tubuh yang tinggi atau rendah dapat menjadi faktor risiko gangguan menstruasi termasuk siklus menstruasi yang tidak teratur, tidak adanya menstruasi dan nyeri menstruasi (Sawitri et al., 2020). Kekurangan nutrisi pada seseorang akan berdampak pada penurunan fungsi reproduksi (Noviana, 2016). Kekurangan nutrisi sampai terjadi berat badan rendah ataupun malnutrisi dapat menyebabkan terjadinya perubahan hormonal berupa gangguan siklus ovulasi, hal ini yang dapat memicu terganggunya fertilitas (Purwitasari dan Maryanti, 2011).

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013-2018 menunjukkan bahwa terdapat peningkatan prevalensi berat badan lebih pada perempuan dari tahun ke tahun. Pada tahun 2013 dengan persentase 11,5% dan terus meningkat hingga tahun 2018 dengan persentase sebesar 13,6%. Prevalensi obesitas pada perempuan dari 2013 dengan persentase 14,8% dan terus meningkat hingga tahun 2018 dengan persentase sebesar 21,8%. Sedangkan prevalensi IMT kurang atau kurus berkisar antara 30% - 40% (Permaisih 2003 dalam Badriah 2011).

Hollingworth (2012) menyatakan bahwa 22% berat badan perempuan harus tersusun atas lemak untuk menjamin lancarnya siklus ovulasi. IMT dapat sangat berdampak terhadap pengaturan dan pelepasan gonadotropin serum. Status gizi obesitas dan kurus mempengaruhi persentase lemak tubuh seseorang, dimana jika

semakin banyak lemak maka estrogen yang diproduksi akan lebih banyak sedangkan kurus mengakibatkan lemak yang akan diubah menjadi estrogen juga sedikit. Kedua hal tersebut berpengaruh terhadap umpan balik ke hipotalamus sehingga mengganggu siklus menstruasi (Felicia et al., 2015; Rakhmawati, 2013).

Hasil penelitian yang dilakukan Ruqaiyah (2020) di Makassar menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan keteraturan siklus menstruasi. Responden dengan status gizi normal menunjukkan siklus menstruasi yang teratur dibandingkan dengan responden yang memiliki status gizi kurus ataupun status gizi lebih.

Indeks massa tubuh berpengaruh kepada hormon reproduksi, sehingga akan menyebabkan gangguan siklus menstruasi. Menurut data yang dikeluarkan oleh Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2019 memperlihatkan persentase kejadian ketidakteraturan siklus menstruasi pada usia 10-29 tahun sebesar 16,4% (Pusdatin, 2019).

Berhubungan dengan fungsi menstruasi, secara khusus jumlah wanita yang anovulasi akan meningkat bila berat badannya meningkat. Pada penelitian ternyata wanita gemuk mempunyai resiko tinggi terhadap ovulasi infertile, dan fungsi ovulasi terganggu, sehingga menjadi tidak subur (Noviana, 2016). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Islami pada tahun 2016 yang berjudul “Hubungan Obesitas Dengan Siklus Menstruasi Pada Wanita Usia Subur Di Desa Kaliwungu Desa Kedungdowo Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus Tahun 2016” yaitu terdapat hubungan signifikan antara obesitas dan siklus menstruasi pada wanita usia subur. Obesitas meningkatkan faktor resiko dari ketidakteraturan siklus menstruasi hingga 3,5 kali lipat.

Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi MTs dan MA Jamiat Kheir Jakarta”.

Kesehatan adalah keadaan yang diinginkan setiap orang, tetapi masih banyak orang yang tidak memperdulikan kesehatanya terutama dari pola makan yang sehat.

Pola makan sehat rasulullah saw berfokus pada mengontrol makanan yang sehat. Hal ini terkait dengan cara mendapatkan makanan secara halal (legal), yang berkaitan dengan akhiat, dan kebaikan (thayyib), yang berkaitan dengan duniawi, seperti makanan yang kaya nutrisi (Setyaningrum, 2018). Yang dijelaskan dalam firman Allah SWT. (QS. Abasa/80:24).

فَلَيَنْظُرْ إِلَى إِنْسَانٍ طَعَامِهِ

Artinya : “ *Maka hendaknya manusia itu memperhatikan makanannya*”

Di dalam bahasa hadis maupun al-Qur'an siklus itu diistilahkan dengan atau yang satu rumpun dengan kata ha'id (Hendrik, 2006). Secara bahasa, kata ha'id berarti sesuatu yang mengalir (as-sailan) (CD ROM al-Maktabah asy-Syamilah). Istilah yang serupa ada tums, berarti darah kotor; ‘ir’ berarti darah yang kental; i’sh’ berarti tetesan darah dan d}ahk yang berarti darah yang mengalir secara melimpah.

1.2 Rumusan Masalah

Beberapa penelitian memperlihatkan bahwa terdapat hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi. Berdasarkan hal tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengetahui “Apakah ada hubungan Indeks Massa Tubuh dengan siklus menstruasi pada siswi MTs dan MA Jamiat Kheir Jakarta?”.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran indeks massa tubuh pada siswi MTs dan MA Jamiat Kheir Jakarta?
2. Bagaimana gambaran siklus menstruasi pada siswi MTs dan MA Jamiat Kheir Jakarta?
3. Bagaimana hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada siswi MTs dan MA Jamiat Kheir Jakarta?
4. Bagaimana hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada siswi MTs dan MA Jamiat Kheir Jakarta menurut pandangan Islam?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui gambaran hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada siswi MTs dan MA Jamiat Kheir Jakarta.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui keadaan Indeks massa tubuh pada siswi MTs dan MA Jamiat Kheir Jakarta.
2. Mengetahui keadaan siklus menstruasi pada siswa MTs dan MA Jamiat Kheir Jakarta.
3. Mengetahui hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada siswi MTs dan MA Jamiat Kheir Jakarta.
4. Mengetahui hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada siswi MTs dan MA Jamiat Kheir Jakarta menurut pandangan Islam.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Bagi Universitas Yarsi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan masukan dan rujukan untuk bidang Ilmu Kedokteran, khususnya mengenai hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi.

1.5.2 Manfaat Bagi Penelitian

Penelitian ini dapat menambah wawasan khususnya mengenai hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi.

1.5.3 Manfaat Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat di bidang kesehatan, khususnya mengenai indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada remaja.