BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan suatu masa transisi dari usia anak-anak menuju masa dewasa atau biasa disebut masa pubertas bagi remaja putri (Fitriani, 2020), yang ditandai dengan perubahan fisik, biologi, kognitif, sosial-ekonomi dan psikis. Menurut Departemen Kesehatan RI (2009) usia 17-25 tahun merupakan masa remaja akhir . Berdasarkan usia, masa remaja digolongkan menjadi dua tahap yaitu remaja awal (usia 15-17 tahun), remaja akhir (usia 18-21 tahun) dan dewasa awal (usia 22-24). Pada masa remaja, remaja putri mengalami menstruasi pertama kali atau *menarche* umumnya pada usia 11-15 tahun (Jha N, 2020).

Menstruasi merupakan suatu proses peluruhan dinding rahim dan disertai dengan pendarahan sebagai akibat tidak terjadinya proses pembuahan (Sinaga, dkk 2017). Menstruasi yang terjadi secara periodik setiap bulanya disebut siklus menstruasi (Amperaningsih dan Fathia, 2018). Siklus menstruasi dihitung antara jarak hari pertama menstruasi hingga mulainya periode berikutnya, siklus menstruasi normalnya berkisar antar 21 sampai dengan 35 hari dan siklus menstruasi rata-rata terjadi 28 hari (Tombokan dkk, 2017). Siklus menstruasi dapat dikatakan normal jika interval menstruasi wanita relatif tepat setiap bulannya, bahkan apabila waktunya meleset perbedaanya tidak terlalu jauh berbeda (Hidayatul dan Supriyadi, 2020).

Remaja putri sering mengalami gangguan menstruasi terutama gangguan pada siklus menstruasi (Yolandiani, 2021). Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) (2019) menyatakan data prevalensi sindrom menstruasi pada mahasiswi di beberapa negara. Negara-negara tersebut meliputi, Jepang dengan 79%, Tiongkok 33,82%, dan Etopia 37%. Indonesia sendiri memiliki angka gangguan menstruasi seperti dismenore sebesar 54,89% kasus pada remaja wanita dengan rentang usia

14-19 tahun (Ilmia dkk, 2018). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 14,5% wanita usia 10 tahun sampai usia 59 tahun mengalami ketidakteraturan siklus menstruasi. Sedangkan remaja di Indonesia usia 15 sampai dengan usia 19 tahun mengalami ketidakteraturan siklus menstruasi sebesar 11,7%. Menstruasi sendiri merupakan indikator kesehatan perempuan, sehingga remaja putri harus mengetahui faktor-faktor yang menggagu atau perubahan siklus menstruasi (Singh dkk,2019).

Beberapa faktor yang berdampak pada ketidakteraturan siklus menstruasi antara lain status gizi, konsumsi makanan, stres, merokok, mengkonsumsi obat hormonal dan gangguan *endokrin* (Dya dan Adiningsih, 2019). Macam-macam gangguan siklus menstruasi yaitu *polimenore*, *oligomenore* dan *amenorea* (Yolandiani dkk, 2021). Dampak kesehatan dari gangguan siklus menstruasi yang pendek jika tidak di tangani dengan baik dapat menyebabkan pengeluaran darah yang lebih sering sehingga kemungkinan dapat menyebabkan anemia pada remaja. Selain itu, siklus menstruasi yang tidak normal dapat menandakan tidak adanya ovulasi (*anovulasi*) pada siklus menstruasi. Hal tersebut menunjukkan bahwa seseorang dalam keadaan *infertilitas* yang berarti seseorang tersebut susah untuk memiliki keturunan (Novita, 2018).

Status gizi baik akan dicapai jika asupan gizi yang didapat sesuai dengan zat gizi yang diperlukan tubuh. Kondisi asupan gizi yang kurang dari kebutuhan tubuh akan berdampak pada status gizi kurang, sebaliknya, asupan gizi berlebih akan menyebabkan status gizi berlebih dan obesitas (Harjatmo dkk, 2017). Seseorang wanita yang memiliki gizi kurang maupun berlebih dan obesitas berisiko pada penurunan fungsi hipotalamus yang menyebabkan produksi *lutensizing hormone* dan *follicles stimulating hormone* terganggu sehingga siklus menstruasi juga akan terganggu (Farhan, 2022).

Penelitian terdahulu oleh Farhan dkk (2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dan stress terhadap

siklus menstruasi remaja putri di Indonesia. Berdasarkan landasan permasalahan di atas, maka penulis terdorong untuk melakukan penelitian terkait hubungan status gizi terhadap siklus menstruasi mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kendal Batang.

1.2 Rumusan Masalah

Adakah hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kendal Batang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kendal Batang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis status gizi mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kendal Batang.
2. Menganalisis siklus menstruasi yang dialami mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kendal Batang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademik

1. Sebagai referensi kepustakaan bagi riset maupun penelitian selanjutnya dengan variabel yang lebih luas pada Universitas Muhammadiyah Kendal Batang
2. Memberikan wawasan dan informasi pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Kendal Batang tentang siklus menstruasi dan status gizi agar meningkatkan pengetahuan, peran, dan usaha dalam pelayanan kesehatan khususnya pada remaja putri yang mengalami gangguan menstruasi. .
3. Bagi peneliti dapat menambahkan pengalaman, wawasan dan pengetahuan tentang hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kendal Batang

1.4.2 Manfaat Praktis

Menjadi salah satu sumber informasi bagi dunia kesehatan dalam menangani kasus status gizi pada remaja putri dengan gangguan siklus menstruasi dan dapat menjadikan informasi penting dalam merencanakan program upaya pencegahan.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.5 Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Variabel Penelitian	Sampel	Hasil Penelitian
Nurul Maulid Dya, Sri Adningsih (2019)	Hubungan Status Gizi dengan Siklus Menstruasi pada Siswi SMA 1 Lamongan	Penelitian ini menggunakan penelitian Analitik Observasional dan desain <i>Cross Sectional</i>	Status gizi dan Siklus menstruasi	Siswi kelas X dan IX Madrasah Aliyah Negeri 1 Lamongan sebesar 83 siswi rentan usia 5-18 tahun	Terdapat hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi ($p=0,036$)
Apraningih Y, Fthian N (2018.)	Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi pada Remaja di Bandar Lampung	Analitik observasional dengan pendekatan penelitian <i>cross sectional</i>	Status gizi dan siklus menstruasi	Seluruh siswikelas IX pada salah satu MAN di Bandar Lampung yang berjumlah 161 siswi	Adanya hubungan anatara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja dengan $p-value=0,001$
Novita R (2018)	Hubungan Status Gizi dengan Gangguan Menstruasi pada remaja di SMA Al Azhar Surabaya	penelitian observasional analitik dengan rancang bangun potong lintang	Hubungan status gizi dengan siklus menstruasi	Siswi SMA Al-Azhar Surabaya didapat 98 siswi sebagai sampel	Diperoleh hasil bahwa ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian gangguan menstruasi

Noviyanti, D., Drjito, E. (2018)	Hubungan Status Gizi Dan Tingkat Asupan Zat Gizi Dengan Siklus Mesntruasi Pada Remaja Putri Di Kecamatan Kedungbanten g Kabupaten Banyumas	Penelitian observasion al analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Status gizi, Tingkatn Asupan Zat Gizi dan Siklus Menstruasi	Remaja Putri di Kecamatan Kedungbant eng Kabupaten Banyumas	(p=0,035). Terdapat hubungan yang signifikan anantara asupan lemak dengan siklus menstruasi (p= 0,041)
----------------------------------	--	---	---	---	--

Beberapa hal yang membedakan penelitian ini dengan penelitian-penelitian sebelumnya adalah :

1. Pada penelitian ini sampel yang digunakan usia responden 17-24 tahun, berbeda dengan sampel sebelumnya yaitu usia 15-17 tahun.
2. Pada penelitian ini analisis data menggunakan uji *korelasi gamma* berbeda dengan analisis data sebelumnya yang menggunakan analisis data dengan uji korelasi sperman dan *chi square*.
3. Pada penelitian ini terdapat satu variabel bebas yaitu status gizi berbeda dengan penelitian sebelumnya terdapat dua variabel bebas yaitu status gizi dan tingkat asupan zat gizi.
4. Pada penelitian ini pengambilan sampel menggunakan rumus *slovin* sedangkan pada penelitian sebelumnya pengambilan sampel menggunakan rumus *Hasmer* dan *Klar*.