

HUBUNGAN OBESITAS SENTRAL DENGAN KEJADIAN GANGGUAN MENSTRUASI PADA SISWI SMA NEGERI 1 SURAKARTA

Marita Puspitasari¹, Denny Anggoro²

¹*Mahasiswa Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*

²*Bagian Kedokteran Keluarga dan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta*

INTISARI

Obesitas sentral adalah kondisi kelebihan lemak di pusat (perut). Obesitas sentral lebih berhubungan dengan faktor hormonal yang mempengaruhi siklus menstruasi, sehingga perlu dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara obesitas sentral dengan kejadian gangguan menstruasi pada siswi SMA Negeri 1 Surakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional* untuk mengidentifikasi hubungan antara obesitas sentral dengan kejadian gangguan menstruasi pada siswi SMA Negeri 1 Surakarta. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 66 responden. Data obesitas sentral diperoleh dari pengukuran lingkaran pinggang, sedangkan gangguan menstruasi diperoleh dari wawancara yang mengacu pada lembar kuesiner. Hasil yang diperoleh diolah menggunakan uji statistik *Fisher Exact*.

Dari total 66 jumlah sampel, siswi yang memiliki lingkaran pinggang normal dengan siklus menstruasi yang teratur sebanyak 13 siswi, siswi yang mengalami gangguan menstruasi tetapi lingkaran pinggang normal sebanyak 47 siswi, sebanyak 1 siswi memiliki lingkaran pinggang besar tanpa mengalami gangguan menstruasi, dan 5 siswi memiliki lingkaran pinggang besar dengan gangguan menstruasi. Hasil uji statistik *Fisher Exact* menunjukkan nilai $p = 1,000$ ($p > 0,05$) yang berarti tidak terdapat hubungan antara obesitas sentral dengan gangguan menstruasi pada siswi SMA Negeri 1 Surakarta secara statistik.

Kata Kunci : obesitas sentral, gangguan menstruasi.

THE CORRELATION BETWEEN CENTRAL OBESITY AND MENSTRUATION DISORDERS IN STUDENTS OF SENIOR HIGH SCHOOL 1 SURAKARTA

Marita Puspitasari¹, Denny Anggoro²

¹ Doctor Education Students of Medical Faculty Muhammadiyah University Yogyakarta

² Family and Community Medicine Department Medical Faculty of Muhammadiyah University Yogyakarta

ABSTRACT

Central obesity is a condition of fat excess on the center (belly). Central obesity bears to hormonal factor which affects the menstrual cycles, so that it is necessary to do further research to determine the correlation of central obesity and menstrual disorder on female students of SMA Negeri 1 Surakarta.

This research is an analytical observational research with cross sectional approach to identify the correlation between central obesity and menstrual disorder on female students of SMA Negeri 1 Surakarta. There were 66 respondents involved in this research. Central obesity data was obtained by measuring waist circumference, while the menstrual disorder was obtained by interviewing the respondents based on the questionnaire. The result was computed by statistic test Fisher Exact.

According to 66 samples, female students with normal waist circumference and menstrual cycles were 13 students, female students with menstrual disorder but have normal waist circumference were 47 students, 1 female student with large waist circumference without menstrual disorder, and 5 female students with large waist circumference and menstrual disorder. The result of statistic test Fisher Exact shows the value of $p = 1,000$ ($p > 0,05$) that means no correlation between central obesity and menstrual disorder on female students of SMA Negeri 1 Surakarta using statistic.

Keywords: *central obesity, menstrual disorder.*

Pendahuluan

Menstruasi merupakan perdarahan yang menyertai penurunan progesteron setelah ovulasi pada siklus non fertil dan menyebut episode perdarahan endometrium lain pada wanita tidak hamil sebagai perdarahan uterus atau endometrium¹. Banyak wanita-wanita di negara berkembang, jika ditanya akan menyatakan bahwa mereka memiliki masalah menstruasi dan mempengaruhi kesehatan mereka pada umumnya. Kebanyakan dari keluhan-keluhan mereka tidak menarik perhatian provider kesehatan, sehingga mereka lebih sering mengabaikan gejala-gejalanya. Gangguan menstruasi merupakan keadaan yang umum dialami oleh wanita².

Gangguan menstruasi mempengaruhi 75 persen remaja putri dan merupakan alasan umum dari mereka untuk mencari pelayanan kesehatan. Keluhan yang berhubungan dengan menstruasi juga merupakan alasan utama tidak masuk sekolah diantara remaja putri.

Prevalensi terbesar gangguan menstruasi pada remaja adalah perdarahan yang banyak².

Dalam mekanisme menstruasi salah satu hormon yang sangat berperan adalah hormon estrogen. Normalnya, prekursor hormon ini berada di ovarium. Hanya saja, estrogen ini tidak hanya berasal dari ovarium tapi juga dari lemak yang berada di bawah kulit. Lemak di bawah kulit tersebut berisi kolesterol³. Kolesterol merupakan bahan pembentukan sejumlah steroid penting seperti estrogen⁴. Hal ini banyak terdapat pada wanita yang mengalami obesitas.

Riskesdas (2007), menemukan bahwa prevalensi obesitas sentral pada penduduk umur 15 tahun keatas untuk tingkat propinsi Jawa Tengah adalah 18,4%. Obesitas sentral tertinggi di Kota Surakarta (34,7%) disusul oleh Kota Pekalongan (30,8%), Kota Magelang (30,6%), Kota Tegal (28,8%), dan Kabupaten Jepara (27,5%)⁵.

Penulis memilih SMA Negeri 1 Surakarta karena letaknya strategis, mudah dijangkau dan terdapat di kota dengan prevalensi obesitas sentral tertinggi di Jawa Tengah sehingga dapat digunakan sebagai tempat pengambilan sampel untuk kriteria usia 15 tahun ke atas yang mengalami obesitas sentral. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam tentang hubungan obesitas sentral terhadap kejadian gangguan menstruasi pada siswi SMA Negeri 1 Surakarta.

Bahan dan Cara

Penelitian ini adalah penelitian observasional analitik untuk menguji hubungan antara obesitas sentral dengan kejadian gangguan menstruasi pada siswi SMA Negeri 1 Surakarta. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah semua siswi kelas XI reguler SMA Negeri 1 Surakarta. Sampel yang diuji adalah 66 siswi kelas XI reguler SMA Negeri 1 Surakarta.

Sebagai kriteria inklusi adalah siswi kelas XI yang bersedia menjadi responden, berusia 15 – 17 tahun, sudah menstruasi dan tidak merokok ataupun minum alkohol. Adapun siswi yang menderita keganasan pada sistem reproduksi (kista, myom, tumor, dll) dikeluarkan dari sampel penelitian.

Sebagai variabel bebas adalah obesitas sentral. Variabel Terikat yakni gangguan menstruasi. Variabel Pengganggu yakni stres, gaya hidup. Lalu variabel Perantaranya adalah hormon.

Alat yang digunakan dalam penelitian ini adalah timbangan berat badan dengan ketelitian 0,1 kg untuk mengukur berat badan, *microtoise* atau alat ukur yang ditempelkan ditembok dengan ketelitian 0,1 cm untuk mengukur tinggi badan, tape measuring / metline yang digunakan adalah jenis plastic tape measuring merk butterfly, dengan ketelitian 1 mm untuk mengukur lingkar pinggang, dan alat bantu penelitian yaitu kuesioner yang disusun secara sistematis

dan berisi pertanyaan-pertanyaan yang diperlukan untuk mengumpulkan data mengenai menstruasi.

Penelitian telah dilakukan di SMA Negeri 1 Surakarta kecamatan gilingan kelurahan banjarsari pada bulan Juni – Januari 2014. Pelaksanaannya diawali dengan wawancara siswi dengan menggunakan kuesioner lalu dilakukan pengukuran berat badan, tinggi badan serta lingkaran pinggang.

Uji dilanjutkan dengan *Fisher Exact* untuk mengetahui signifikansi hubungan antara obesitas sentral dengan gangguan menstruasi.

Hasil Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara obesitas sentral dengan kejadian gangguan menstruasi pada siswi SMA Negeri 1 Surakarta. Penelitian ini menggunakan kuisisioner yang telah diuji kevaliditasannya sebagai alat ukur dan juga pengukuran secara langsung oleh penguji. Sampel yang

digunakan dalam penelitian ini berjumlah 66 orang.

Tabel 1. Data siswi berdasarkan ukuran lingkaran pinggang dan riwayat menstruasi

		menstruasi		
		normal	gangguan	total
Lingkaran pinggang	Normal	13	47	60
	gangguan	1	5	6
Total		14	52	66

Pada tabel 9, didapatkan bahwa siswi yang memiliki lingkaran pinggang normal sebesar 60 siswi (90.91%) sedangkan 6 siswi (9.09%) memiliki lingkaran pinggang tidak normal (besar). Berdasarkan data diperoleh jumlah siswi yang memiliki lingkaran pinggang normal dengan siklus menstruasi teratur sebanyak 13 siswi (19.70%), sedangkan siswi yang memiliki lingkaran pinggang normal tetapi mengalami gangguan menstruasi sebanyak 47 siswi (71.21%). Siswi dengan lingkaran pinggang besar tanpa mengalami gangguan menstruasi sebanyak 1 siswi (1,51%), sedangkan siswi yang memiliki lingkaran pinggang besar dengan gangguan menstruasi sebanyak 5 siswi (7.57%).

Hubungan antara obesitas sentral dengan kejadian gangguan menstruasi pada siswi dapat dinilai dengan uji korelasi *fisher exact*. Pada tabel *fisher exact* didapatkan *p-value* sebesar 1.000 maka H_0 diterima yang berarti bahwa tidak didapatkan hubungan yang signifikan antara obesitas sentral dengan kejadian gangguan menstruasi pada siswi SMA Negeri 1 Surakarta.

Diskusi

1. Kejadian Gangguan menstruasi

Berdasarkan data penelitian didapatkan mayoritas subjek mengalami gangguan menstruasi sebanyak 52 siswi (78.79%) dan 21.21% tidak mengalami gangguan menstruasi sebanyak 14 siswi. Didukung pendapat dari Sianipar *et al.*, (2009), gangguan menstruasi merupakan masalah yang cukup sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer⁶. Penelitian yang dilakukan di sejumlah negara, termasuk negara-negara berkembang lainnya, mengungkapkan bahwa gangguan

menstruasi merupakan masalah yang cukup banyak dihadapi oleh wanita, terutama pada usia remaja. Gangguan menstruasi memerlukan evaluasi yang seksama karena gangguan menstruasi yang tidak ditangani dapat mempengaruhi kualitas hidup dan aktivitas sehari-hari.

2. Obesitas sentral

Berdasarkan data penelitian didapatkan 9.09% subjek memiliki lingkar pinggang ≥ 80 cm sebanyak 6 siswi dan 90.91% sebanyak 60 siswi memiliki lingkar pinggang 60-79 cm. Didukung dengan data Riskesdas (2007), prevalensi obesitas sentral tertinggi pada kelompok umur 45-54 tahun (25,1%) dan terendah pada kelompok umur 15–24 tahun (8,1%). Seperti halnya dengan obesitas umum, maka prevalensi obesitas sentral juga terlihat lebih tinggi pada perempuan (28,4%) dibanding laki-laki (7,2%).

3. Hubungan obesitas sentral dengan kejadian gangguan menstruasi

Berdasarkan uji *fisher exact* dalam penelitian ini didapatkan *p-value* sebesar

1.000 ($p > 0.05$). Nilai $p > 0.05$ berarti H_0 diterima yang bermakna tidak adanya korelasi yang signifikan antara obesitas sentral dengan gangguan menstruasi pada siswi SMA Negeri 1 Surakarta. Dalam penelitian ini diperoleh data jumlah siswi yang memiliki lingkar pinggang normal dengan siklus menstruasi teratur sebanyak 13 siswi (19.70%), sedangkan siswi yang memiliki lingkar pinggang normal tetapi mengalami gangguan menstruasi sebanyak 47 siswi (71.21%). Sebanyak 1 siswi (1.51%) yang obesitas sentral namun tidak mengalami gangguan menstruasi, sedangkan 5 siswi (7.57%) dengan obesitas sentral mengalami gangguan menstruasi sebanyak 5 siswi (7.57%). Data penelitian menunjukkan bahwa obesitas bukan faktor tunggal yang mempengaruhi menstruasi. Gangguan menstruasi dapat dipengaruhi oleh daya regenerasi endometrium, gangguan endokrin, stress, aktivitas fisik, diet, berat badan, dan penyakit ginekologi. Gangguan menstruasi merupakan gangguan akibat adanya

masalah kesehatan alat genitalia dan ketidakseimbangan hormonal yang kompleks, berasal dari mata rantai aksis hipotalamus-hipofisis-ovarium. Dalam penelitian ini, peneliti tidak mendapatkan hasil yang signifikan antara hubungan obesitas sentral dengan gangguan menstruasi. Persentasi lemak pada tubuh dalam obesitas hanya mempengaruhi hormon estrogen bukan hormon progesteron sehingga obesitas sentral hanya berkorelasi dengan siklus menstruasi. Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Primastuti (2012) dengan judul hubungan obesitas dengan ketidakteraturan siklus menstruasi. Hasil penelitian Primastuti (2012) menunjukkan Terdapat hubungan signifikan antara obesitas dengan siklus menstruasi pada wanita subur. Hubungan antara obesitas dengan siklus menstruasi disebabkan karena kadar lemak dalam tubuh yang berisi kolesterol, dimana kolesterol

merupakan bahan pembentuk steroid yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi.

Kesimpulan

Berdasar hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

- Dari 66 siswi terdapat 6 siswi (9.09%) memiliki lingkaran pinggang tidak normal (besar) dan 5 siswi (7.57%) mengalami gangguan menstruasi.
- Tidak terdapat hubungan yang signifikan ($p > 1.000$) antara obesitas sentral dengan gangguan menstruasi pada siswi SMA Negeri 1 Surakarta secara statistik.

Saran

Dari penelitian diatas disarankan penelitian lebih lanjut untuk membandingkan hubungan obesitas sentral dengan gangguan siklus menstruasi, gangguan tentang banyak dan lama perdarahan, gangguan perdarahan di luar haid, dan gangguan lain yang berkaitan dengan haid.

Diharapkan pula penelitian selanjutnya mengambil pengontrolan variabel pengganggu yang lebih teliti sehingga hasil penelitian dapat lebih baik serta dilakukan selanjutnya dengan menggunakan pendekatan *cohort* untuk penelitian sebab-akibat.

Daftar Pustaka

1. Cunningham, F.G., Gant, N.F., Leveno, K.J., Gilstrap III, L.C., Hauth J.C., & Wenstrom, K.D. (2006). *Obstetri William* Vol. 1. Jakarta: EGC .
2. Houston, A.M., Abraham, A., Huang, Z. & D'Angelo, L.J. (2006). Knowledge, attitudes, and consequences of menstrual health in urban adolescent females. *J Pediatr Adolesc Gynecol*, 19, 271-275.
3. Kadarusman, Y. 2008. Obesitas Mengganggu Seks dan Kesuburan. Diakses 4 April 2013, dari <http://www.susukolostrum.com/artikel-kesehatan/kandungan/obesitas-mengganggu-seks-dan-kesuburan.html>
4. Almatsier, S. (2001). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
5. Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas). 2007. *Laporan Provinsi Jawa Tengah*. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan, Republik Indonesia.
6. Sianipar, O., Bunawan, N.C., Almazini, P., Calista, N., Wulandari, P., Rovenska, N., et al. (2009). Prevalensi gangguan Menstruasi dan Faktor-faktor yang

berhubungan pada Siswi SMU di Kecamatan Pulo Gadung Jakarta Timur. *Maj Kedokt Indon*, vol: 59, no: 6.

7. Primastuti, Hapsari N. (2012). *Hubungan Obesitas dengan ketidakteraturan siklus menstruasi*. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.