

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menstruasi merupakan proses perdarahan pada rahim yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi secara berkala akibat terlepasnya lapisan endometrium uterus (Ernawati Sinaga *et al.*, 2017). Siklus menstruasi memiliki hubungan yang erat dengan tingkat kesuburan wanita. Setiap wanita memiliki tingkat kesuburan yang berbeda-beda. Perbedaan tersebut disebabkan oleh beberapa faktor. Islamy & Farida (2019) menyatakan bahwa tingkat stres merupakan salah satu faktor yang terbukti dapat mempengaruhi siklus menstruasi seseorang. Faktor lain yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi adalah hormon estrogen dan progesteron yang dikeluarkan oleh ovarium pada masa reproduksi, serta status gizi dari setiap orang (Thiyagarajan *et al.*, 2021). Kebiasaan merokok juga merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi (Reda *et al.*, 2018)

Gangguan menstruasi sering dialami oleh wanita dan memiliki prevalensi terbanyak terjadi pada remaja selama masa reproduksinya. Gangguan menstruasi yang tidak ditangani dengan baik akan dapat mempengaruhi kualitas dan aktivitas hidup (Astuti & Noranita, 2016). Klasifikasi gangguan menstruasi menurut jumlah pendarahannya adalah hipomenorrhea dan hipermenorrhea, sedangkan menurut siklus atau durasi

perdarahan, gangguan menstruasi terbagi menjadi polimenorrhea, oligomenorrhea, dan amenorrhea (Purwoastuti, 2015).

Hasil studi di India yang melaporkan 22,1% remaja disana mengalami pola menstruasi yang tidak teratur (Larasati & Alatas, 2016). WHO menyatakan bahwa prevalensi gangguan menstruasi pada wanita sekitar 45%. Masalah kesehatan reproduksi pada remaja di Indonesia saat ini yang salah satunya adalah gangguan menstruasi memiliki prevalensi 13,7% (Paspariny, 2017). Prevalensi gangguan menstruasi di kota Yogyakarta adalah 15,8% (*Laporan nasional Riskesdas 2018*, 2019). Penelitian oleh Arsaningtias, 2017 melaporkan sebanyak 221 mahasiswa mengalami gangguan menstruasi karena stress ringan sampai berat saat mengerjakan skripsi.

Menurut Anindita *et al.* (2016), gangguan menstruasi pada mahasiswa kedokteran di Universitas Andalas memiliki prevalensi 73,3% dengan 63,3% mengalami dysmenorrhea. Pada sebuah universitas di Aceh, sebanyak 14,3% mahasiswa kedokteran yang memiliki kategori Indeks Masa Tubuh obesitas tidak memiliki gangguan siklus menstruasi, sedangkan 85,7% mengalami perpanjangan siklus menstruasi. Pada mahasiswa kedokteran yang memiliki kategori Indeks Massa Tubuh normal, hanya 8,6% yang mengalami perpanjangan siklus menstruasi. (Basili *et al.*, 2017). Permasalahan akademik merupakan salah satu hal utama yang mempengaruhi tingkat stres pada pelajar (Jayanthi *et al.*, 2015). Pada mahasiswa kedokteran di Malaysia terdapat 46,2% yang mengalami

gangguan emosi sehingga dapat berpengaruh pada tingkat stres. Tingkat stres yang tinggi akan memiliki dampak yang buruk pada siklus menstruasi dan dapat menyebabkan gangguan (Madona, 2020).

Status gizi seseorang dapat diukur secara antropometri menggunakan Indeks Masa Tubuh (IMT). Kategori yang terdapat pada Indeks Masa Tubuh (IMT) dapat mempengaruhi durasi siklus menstruasi pada setiap individu. Indeks Masa Tubuh (IMT) adalah salah satu metode antropometri yang selama ini digunakan untuk mengukur kategori tinggi dan berat badan pada orang dewasa yang bertujuan untuk mengategorikan ke dalam beberapa kelompok. Kelompok-kelompok tersebut berguna untuk menggambarkan indeks atau tingkat dari status gizi setiap individu. Selain itu, IMT juga berperan sebagai salah satu faktor risiko dari berbagai masalah kesehatan (Nuttall, 2015). Beberapa studi menyatakan bahwa IMT dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, di antaranya usia, pola makan, aktivitas fisik, dan jenis kelamin. Bertambahnya usia akan menyebabkan berkurangnya aktivitas fisik yang kemudian akan meningkatkan berat badan, sehingga IMT akan cenderung meningkat. Pola makan berkaitan dengan jenis, keseimbangan, dan kombinasi dari makanan yang dikonsumsi oleh seseorang dan jika tidak dikontrol dengan baik akan mempengaruhi IMT. Distribusi lemak tubuh abdominal lebih sering dialami oleh wanita. Distribusi lemak tubuh abdominal tersebut akan meningkatkan IMT (Rahmawati, 2015). Seseorang yang memiliki kategori IMT baik

underweight maupun *overweight* atau obesitas akan cenderung mengakibatkan gangguan siklus menstruasi. (Simbolon *et al.*, 2018)

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa kejadian obesitas di dunia sudah berlipat ganda sejak 1975. Pada tahun 2016, lebih dari 1.9 milyar (39%) orang dewasa berusia 18 tahun ke atas mengalami *overweight* dengan 650 juta (13%) di antaranya mengalami obesitas. Terdapat 340 juta anak-anak dan remaja usia 5-19 tahun di dunia mengalami *overweight* ataupun obesitas pada tahun 2016. Tahun 2020 dilaporkan 39 juta anak-anak berusia di bawah lima tahun di dunia mengalami *overweight*. (*World Health Organization*, 2021)

Prevalensi kelebihan berat badan tertinggi terdapat di wilayah WHO Amerika dan terendah di wilayah WHO *South-East Asia*. 13,5% orang dewasa berusia 18 tahun ke atas di Indonesia mengalami *overweight* dan 28,7% (IMT ≥ 25 kg/m²) mengalami obesitas. Berdasar indikator Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN) 2015-2019 sebanyak 15,4% (IMT ≥ 27 kg/m²) orang mengalami obesitas. Pada anak usia 5-12 tahun, sebanyak 18,8% mengalami *overweight* dan 10,8% mengalami obesitas. (“Kementrian Kesehatan Republik Indonesia,” 2018)

Tahun 2016, 30,7% anak perempuan usia 5-19 tahun di Indonesia mengalami *underweight*, dan pada anak laki-laki sebanyak 36%. Pada orang dewasa usia 18 tahun ke atas terdapat 12,6% perempuan dan 13,1% laki-laki mengalami *underweight*. (“*Country Nutrition Profiles*,” 2020)

Beberapa studi menyatakan bahwa terdapat hubungan erat antara status gizi dengan siklus menstruasi. Wanita yang memiliki IMT tinggi lebih cenderung memiliki siklus menstruasi yang lebih panjang atau mengalami oligomenorrhea (K. D. Pratiwi, 2021). Pada studi Zhou & Yang (2020) menyatakan bahwa siklus menstruasi yang *irregular* lebih sering terjadi pada wanita di China yang memiliki IMT ≥ 30 kg/m². Wanita yang memiliki IMT ≥ 30 kg/m² juga lebih cenderung memiliki siklus menstruasi lebih panjang atau oligomenorrhea. Studi Tang *et al.* (2020) menyatakan bahwa tidak ada korelasi antara IMT dengan siklus menstruasi melainkan terdapat hubungan yang signifikan antara IMT dengan volume darah menstruasi yang keluar pada setiap kategori IMT. Seif *et al.* (2015) menyatakan bahwa wanita dengan obesitas lebih cenderung mengalami oligomenorrhea, amenorrhea, dan atau siklus menstruasi yang tidak teratur.

Berdasarkan masalah-masalah yang sudah diteliti sebelumnya, belum terdapat penelitian yang merujuk pada hubungan IMT dengan gangguan menstruasi terlebih pada golongan mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut yang akan berfokus tentang bagaimana hubungan IMT terhadap gangguan menstruasi pada golongan mahasiswa. Penelitian ini diharapkan dapat menunjukkan apakah adanya hubungan antara masing-masing kategori IMT dengan kejadian gangguan menstruasi pada mahasiswa khususnya pada Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

Penelitian ini juga diharapkan dapat mengimplementasikan firman Allah SWT tentang bagaimana seorang wanita harus bertanggung jawab untuk menjaga kesehatan reproduksinya dengan menerapkan perilaku hidup yang baik dalam kehidupan sehari-harinya.

أَلَمْ نَخْلُقْكُمْ مِنْ مَّاءٍ مَّهِينٍ (٢٠) فَجَعَلْنَاهُ فِي قَرَارٍ مَّكِينٍ (٢١) إِلَى
 قَدَرٍ مَّعْلُومٍ (٢٢) فَقَدَرْنَا فَنِعَمَ أَفَلَاذِرُونَ (٢٣)

Artinya: “Bukankah kami menciptakan kamu dari air yang hina? Kemudian Kami letakkan dia dalam tempat yang kokoh (rahim) sampai waktu yang ditentukan, lalu Kami tentukan (bentuknya), maka Kami-lah sebaik-baik yang menentukan.” QS. al-Mursalaat (77) : 20-23.

Allah SWT juga berfirman pada QS. al-Mukminun (23) : 12-14 tentang hikmah yang dapat diambil dari terjadinya menstruasi pada seorang wanita di mana Allah SWT telah menciptakan gumpalan darah di rahim seorang ibu sebagai sumber nutrisi bagi janin yang ada di dalamnya. Allah SWT akan mengeluarkan darah tersebut dari rahim seorang wanita yang tidak sedang hamil melalui menstruasi dikarenakan tidak ada janin yang membutuhkan nutrisi dari darah tersebut.

وَلَقَدْ خَلَقْنَا الْإِنْسَانَ مِنْ سُلَالَةٍ مِنْ طِينٍ (١٢) ثُمَّ جَعَلْنَاهُ نُطْفَةً فِي
 قَرَارٍ مَّكِينٍ (١٣) ثُمَّ خَلَقْنَا النُّطْفَةَ عَلَقَةً فَخَلَقْنَا الْعَلَقَةَ مُضْغَةً فَخَلَقْنَا
 الْمُضْغَةَ عِظْلًا فَكَسَوْنَا الْعِظْلَ لَحْمًا ثُمَّ أَنشَأْنَاهُ خَلْقًا آخَرَ فَتَبَارَكَ
 اللَّهُ أَحْسَنُ الْخَالِقِينَ (١٤)

Artinya: *“dan Sesungguhnya Kami telah menciptakan manusia dari suatu saripati (berasal) dari tanah. Kemudian Kami jadikan saripati itu air mani (yang disimpan) dalam tempat yang kokoh (rahim). Kemudian air mani itu Kami jadikan segumpal darah, lalu segumpal darah itu Kami jadikan segumpal daging, dan segumpal daging itu Kami jadikan tulang belulang, lalu tulang belulang itu Kami bungkus dengan daging. Kemudian Kami jadikan Dia makhluk yang (berbentuk) lain. Maka Maha sucilah Allah, Pencipta paling baik.”* QS. al-Mukminun (23) : 12-14.

Rasulullah SAW pernah bersabda tentang masa haid atau jangka waktu siklus menstruasi, yang artinya: *“Hendaklah ia melihat hitungan hari dan malam, ketika ia mengalami darah haid. Juga hitungan dalam satu bulan. (jika sudah tiba), maka hendaklah ia meninggalkan Shalat, kemudian bermandilah, lalu balutlah kemaluannya, dan Shalatlailah”.* (Sunan Abu Daud)

B. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan kejadian gangguan menstruasi pada mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Muhammadiyah Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui dan mengkaji hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan kejadian gangguan menstruasi pada mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a) Mengetahui dan mengkaji kategori Indeks Masa Tubuh (IMT)
- b) Mengetahui dan mengkaji gangguan menstruasi pada mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
- c) Menganalisis hubungan kategori-kategori pada Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan kejadian gangguan menstruasi pada mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu dasar untuk penelitian selanjutnya yang akan datang khususnya yang berfokus pada hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan kejadian gangguan menstruasi pada mahasiswa.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan menjadi sarana penambah ilmu dan pengalaman baru bagi peneliti dalam menerapkan dan menelaah suatu masalah yang akan dihadapi khususnya berfokus pada hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan kejadian gangguan menstruasi pada mahasiswa. Hasil dari penelitian ini juga diharapkan bisa menjadi inspirasi bagi pembaca untuk menjaga kondisi tubuh supaya terhindar dari gangguan menstruasi.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Judul, Penulis, Tahun Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan
1.	<i>Association Between Obesity and Oligomenorrhea or Irregular Menstruation in Chinese Women of Childbearing Age</i> (Zhou & Yang, 2020)	<i>Cross sectional.</i> Sampel 1432 wanita usia 19-39 tahun yang selama 18 bulan secara rutin melakukan pemeriksaan di <i>Physical Examination Center of Peking University People's Hospital</i> di China.. Regresi logistik biner digunakan untuk membedakan kelompok <i>Odds Ratio</i> (OR), perbedaan IMT, WC, dan WHR untuk prevalensi dari oligomenorrhea, dan siklus menstruasi yang tidak teratur.	93 (6,5%) orang memiliki IMT obesitas, 6,5% memiliki oligomenorrhea, dan 22,6% memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur. Secara keseluruhan, sampel yang memiliki IMT obeitas lebih cenderung memiliki siklus menstruasi yang lebih panjang. WC memiliki keakuratan yang lebih baik untuk memprediksi siklus menstruasi yang tidak teratur dibandingkan dengan IMT.	Penelitian sebelumnya menggunakan variabel kategori IMT obesitas pada wanita di China. Sedangkan penelitian ini akan menggunakan variabel seluruh kategori IMT pada wanita yang tergolong mahasiswi di Program Studi Pendidikan Dokter Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

2.	<i>Is Body Mass Index Associated with Irregular Menstruation</i> (Tang <i>et al.</i> , 2020)	Cross sectional. Sampel 1012 wanita dengan usia 17-53 tahun mengisi kuesioner dengan data usia, berat dan tinggi badan, gravida, dan jangka waktu siklus menstruasi, serta seberapa banyak jumlah pembalut yang digunakan setiap mengalami menstruasi.	Tidak ada perbedaan pada jangka waktu siklus menstruasi pada wanita di setiap kategori IMT. Akan tetapi, terdapat perbedaan yang signifikan pada volume darah menstruasi yang keluar pada setiap wanita di kategori IMT yang berbeda.	Pada penelitian sebelumnya digunakan variabel kategori IMT dan volume darah yang keluar saat menstruasi, sedangkan pada penelitian ini akan digunakan variabel berupa durasi siklus menstruasi dan volume darah menstruasi dari setiap kategori IMT.
3.	<i>Menstrual Patterns and Problems in Association with Body Mass Index among Adolescent School Girl</i> (Singh <i>et al.</i> , 2019)	Cross sectional. Sampel sejumlah 210 siswa sekolah berusia 10-19 tahun di Delhi, India. Data yang di ambil berupa usia saat menars, siklus menstruasi, dan permasalahan yang terjadi saat menstruasi berlangsung.	Terdapat 54,3% memiliki IMT <i>underweight</i> dan mereka lebih cenderung memiliki lebih banyak masalah terkait siklus menstruasi. Hanya terdapat 13 sampel (6.2%) yang termasuk kategori IMT <i>overweight</i> .	Penelitian sebelumnya menggunakan sampel siswa dengan usia 10-19 tahun. Pada penelitian ini akan menggunakan sampel wanita yang tergolong mahasiswa dengan usia 18-23 tahun.
4.	<i>The Relationship Between the Duration of Menstrual Bleeding and</i>	Cross sectional. Terdapat 250 siswa sebagai sampel dengan usia 18-25	Terdapat 0.8% sampel yang memiliki siklus menstruasi kurang dari 21	Pada penelitian sebelumnya digunakan variabel antropometri

<p><i>Obesity-Related Anthropometric Indices in Students</i> (Kafaei-Atrian <i>et al.</i>, 2019)</p>	<p>tahun. Data diambil melalui kuesioner yang berisi informasi demografi, informasi berkaitan dengan siklus menstruasi, dan parameter antropometri yang berkaitan dengan obesitas seperti tinggi dan berat badan, lingkar pinggang, lingkar pinggul, dan lingkar lengan.</p>	<p>Data sampel memiliki siklus menstruasi selama lebih dari 35 hari. Tidak terdapat sampel yang memiliki durasi menstruasi kurang dari 3 hari. Terdapat 32 (12.8%) yang memiliki durasi menstruasi selama 7 hari. 230 (92%) sampel memiliki reguler siklus menstruasi. 249 (99.6%) sampel mengalami <i>dysmenorrhea</i>. Tidak terdapat hubungan antara <i>dysmenorrhea</i> dan indeks antropometri.</p>	<p>hari dan 6% yang berkaitan dengan obesitas. Pada penelitian ini akan digunakan variabel seluruh kategori IMT.</p>
--	--	--	--