

**HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN SIKLUS MENSTRUASI
PADA SISWI SMP WAHID HASYIM KOTA MALANG**

SKRIPSI



Oleh :

ROSLINCE UMBU PATI

2017610084

PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADENI

MALANG

2019

RINGKASAN

Usia peralihan pada remaja wanita ditandai dengan menstruasi, namun terkadang siklus menstruasi mengalami masalah yaitu meliputi siklus menstruasi <20 hari (*polymenorrhea* >35 hari siklus mens (*oligomenorrhea*), dengan siklus menstruasi >3 bulan (*amenorrhea*). Ada beberapa faktor yang pengaruhi permasalahan yaitu . untuk mengetahui hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada siswi SMP Wahid Hasyim merupakan tujuan dari penelitian ini. *cross sectional* desain dalam penelitian ini. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi di SMP Wahid Hasyim Malang kelas VII dan VIII sebanyak 52 orang berdasarkan data bulan Desember 2020, dan teknik sampling menggunakan *simple random sampling* dengan memperhatikan kriteria inklusi (siswi usia 12-15 tahun, siswi kelas VII dan VIII, sudah mengalami menstruasi, dan bersedia menjadi responden dengan mengisi *Informed Consent*) dan kriteria eksklusi (tidak masuk sekolah saat penelitian, *drop out* saat penelitian berlangsung) sehingga diperoleh sebanyak 46 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. *Fisher's Exact Test* analisis yang digunakan. Jadi di dalam penelitian ini dikategori mempunyai IMT normal sekitar 24 orang (52,2%), lebih dari separuh responden dikategorikan memiliki siklus menstruasi tidak normal yaitu sebanyak 27 orang (58,7%), dan dapatkan nilai signifikan 0,003 ($p\ value \leq 0,05$) yang jadi dinyatakan signifikan dan H_1 diterima, sehingga dapat disimpulkan ada hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada siswi SMP Wahid Hasyim. Dengan demikian, siswi di SMP Wahid Hasyim Malang dapat menjaga pola hidup sehat agar Indeks Massa Tubuh (IMT) tetap terjaga dan tidak berdampak buruk pada kesehatan, salah satunya adalah kesehatan reproduksi yaitu siklus menstruasinya tetap normal.

Kata Kunci: Indeks Massa Tubuh, Siklus Menstruasi, Remaja

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut (WHO) usia 10 sampai 19 tahun merupakan usia remaja (Kemenkes RI, 2015). Suatu transisi periode dari anak ke dewasa dan diikuti dengan suatu perubahan psikologi merupakan remaja (Novita, 2018). Perubahan biologis pada remaja ditandai dengan masa pubertas, yaitu terutama pada awal masa remaja ini, dan khusus untuk remaja perempuan ditandai dengan menstruasi (Bahruddin, 2019). Pada remaja sering terjadi menstruasi pada umur 12-16 tahun dan merupakan suatu pendarahan teratur dari uterus (Sunarsih, 2017).

Siklus menstruasi adalah waktu dari hari pertama siklus bulanan sampai munculnya kerangka waktu feminin berikutnya. Haid pada wanita biasa sebagian besar terjadi selama 28 hari, dan siklus normal khas wanita terjadi sekitar 21-35 (Sitoayu, 2017). menstruasi secara luas, antara orang-orang dan dalam satu individu yang sama (seorang wanita yang sama), menyiratkan bahwa remaja putri adalah kembar yang tidak dapat dibedakan dengan bentuk tubuh yang sama, namun memiliki siklus bulanan yang berbeda (Andria, 2019)

Siklus kewanitaan adalah petunjuk penting untuk menunjukkan adanya masalah sistem regeneratif di kemudian hari yang dapat meningkatkan infeksi yang berbeda dalam kerangka konseptual, termasuk keganasan rahim, tingkat kematangan, dan kemandulan.

(Latifah, 2017; dan Ariesthi dkk, 2020). Tanda-tanda dari siklus menstruasi yang tidak normal yaitu siklus menstruasi meliputi <20 siklus mens per hari (*polymenorrhea*), >35 siklus mens hari (*oligomenorrhea*), dan >3 bulan siklus mens (*amenorrhea*) (Sitoayu, 2017).

WHO (2017) melaporkan permasalahan yang terkait dengan menstruasi yang paling banyak terjadi adalah frekuensi menstruasi tidak normal sebesar 80,7% sedangkan durasi menstruasi tidak normal sebesar 43,8%. Riset Kesehatan Dasar (2018) menunjukkan sebanyak 68% wanita umur 10-59

tahun yang memiliki siklus menstruasi normal sedangkan sisanya mengalami masalah siklus menstruasi, sedangkan di Jawa Timur sendiri 68,3% alami mens normal dan sisanya 31,7% alami menstruasi yang tidak normal (Kemenkes RI, 2018a). Dilaporkan bahwa di Kota Malang sebanyak 7 dari 10 atau sebanyak 70% remaja putri mengalami siklus menstruasi tidak normal (Kemenkes RI, 2019).

Faktor yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi tidak normal, yaitu paparan lingkungan aktivitas fisik dan lingkungan kerja pendarahan, dan dysmenorrhea, penyakit, perubahan rutinitas, dan gaya hidup (Pebrina, 2016). Variabel yang berbeda yang dapat menyebabkan siklus feminin yang aneh adalah waktu penggunaan pencegahan, kanker di ovarium, anomali pada sistem sensorik fokal hipotalamus-hipofisis, dan BMI tinggi atau rendah (Oktaviana, 2017).

Variabel yang berbeda yang dapat menyebabkan siklus feminin yang aneh adalah waktu penggunaan pencegahan, kanker di ovarium, anomali pada sistem sensorik fokal hipotalamus-hipofisis, dan BMI tinggi atau rendah (Oktaviana, 2017).

Indeks massa tubuh dengan kategori *overweight* (obesitas) maupun *underweight* dapat memicu terjadinya siklus menstruasi yang tidak normal (Rahmanisa, 2014). IMT pada remaja perempuan dengan kategori *overweight* (obesitas) maupun *underweight* (kurus) dapat memicu suatu siklus mens yang didapati senyawa steroid (termasuk di dalamnya steroid sex) sebagai pengatur produksi hormon gonadotropin. Selanjutnya di dalam gonadotropin, peptida gonad mempunyai sifat pengatur sekresi FSH, yaitu Inhibin dan fallistatin menekan pelepasan FSH, dan aktivin merangsang pelepasan FSH. Sehingga proses ini berperan sebagai penunjang utama dalam siklus menstruasi (Rahmanisa, 2014). Dengan peningkatan suatu lemak tubuh akan meningkatkan kadar estrogen sebaliknya kurangnya lemak tubuh juga akan berdampak pada kurangnya kadar estrogen dalam darah, artinya seseorang dengan IMT yang tinggi juga memiliki androgen yang tinggi begitupun sebaliknya seseorang

yang memiliki IMT rendah juga memiliki androgen rendah. Ketidaknormalan IMT pada remaja perempuan dapat berdampak buruk pada organ reproduksi. Wanita yang obesitas mengalami gangguan keseimbangan hormon, sehingga pada tubuh wanita obesitas lebih banyak menghasilkan estrogen, sehingga hal ini sangat berperan dapat menimbulkan ketidaknormalnya siklus menstruasi. Sedangkan wanita dengan IMT terlalu kurus juga berdampak pada siklus menstruasi, karena pada wanita subur membutuhkan zat kolesterol yang berguna untuk pembentukan hormon, artinya IMT dengan kategori kurus atau sangat kurus dapat mengganggu hormon kolesterol akibat kurangnya asupan kolesterol. Dari kedua dampak buruk tersebut dari IMT yang tidak normal (terlalu gemuk dan terlalu kurus) maka untuk mengembalikan suatu siklus mens diperlukannya adanya perubahan gaya hidup menjadi lebih sehat.

Penelitian Mulyani dan Mustofa (2016) menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan siklus menstruasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran angkatan 2013 Universitas Malahayati Bandar Lampung tahun 2016, hal ini dapat dibuktikan dengan temuan yang menunjukkan bahwa dari 103 responden dengan nilai IMT terdapat 81 responden (78,6%) yang memiliki siklus menstruasi normal, sedangkan dari 59 responden yang memiliki IMT abnormal terdapat 25 responden (42,4%) yang memiliki siklus menstruasi tidak normal. Penelitian Trisnawati dan Anasari (2017) menyimpulkan bahwa ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan keteraturan siklus menstruasi, berdasarkan temuan dan analisis sebagian besar indeks massa tubuh (IMT) responden adalah normal (73%). , sebagian besar (60%). memiliki siklus menstruasi yang teratur, dan hasil uji statistik yang diperoleh memiliki hubungan yang signifikan

Penelitian lain yang dilakukan oleh Milla dkk (2018) menyimpulkan ada hubungan dengan obesitas dan mens di Kelurahan Tlogomas, dan hal ini mengganggu kelancaran menstruasi yaitu remaja putri mengalami siklus menstruasi terlalu cepat. Simbolon dkk (2018) dalam penelitiannya menemukan bahwa dari total sampel yang diteliti sebanyak 158 orang, diperoleh sebagian besar 118 responden (74,7%) yang memiliki IMT dengan

kategori normal, diantaranya terdapat 80 responden (67,8%) mengalami periode yang khas, dan hasil tes terukur menunjukkan bahwa ada hubungan yang kritis antara daftar berat badan dan panjang siklus wanita pada mahasiswa angkatan 2016 Fakultas Kedokteran Universitas Lampung. Eksplorasi Wijayani (2019) menduga ada hubungan yang sangat besar antara catatan berat badan dan periode, hal ini dibuktikan dengan penemuan yang menunjukkan bahwa 56 responden yang memiliki siklus menstruasi normal diantaranya terdapat 35 responden (65%) yang memiliki nilai IMT normal.

Studi dahulu tanggal 26 Desember 2020 dengan melakukan wawancara pada 10 siswi SMP Wahid Hasyim yang memiliki Indeks Massa Tubuh (IMT) tidak normal, diketahui 8 orang (80%) diantaranya mengalami siklus menstruasi tidak normal, yaitu 6 orang (60%) diantaranya mengalami siklus menstruasi kurang dari 21 hari, sedangkan 2 orang (20%) diantaranya mengalami siklus menstruasi lebih dari 35 hari. Berdasarkan fenomena di atas, maka judul penelitiannya yaitu hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada siswi SMP Wahid Hasyim.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada siswi SMP Wahid Hasyim?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada siswi SMP Wahid Hasyim.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi indeks massa tubuh pada siswi SMP Wahid Hasyim.
2. Mengidentifikasi siklus menstruasi pada siswi SMP Wahid Hasyim.
3. Menganalisis hubungan indeks massa tubuh dengan siklus menstruasi pada siswi SMP Wahid Hasyim.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Pelayan Kesehatan

Secara hipotetis, efek samping dari ulasan ini diandalkan untuk menjadi referensi atau kontribusi untuk kemajuan ilmu pengetahuan dan menambah penyelidikan Sains secara khusus tentang efek daftar berat badan yang melampaui siklus kewanitaan.

2. Bagi Dunia Pendidikan

Secara hipotetis, lembaga pendidikan dapat memanfaatkan efek lanjutan dari ulasan ini untuk menambah dan mengembangkan tulisan pembelajaran, memperluas informasi siswa tentang efek yang akan terjadi jika mereka memiliki catatan berat badan yang berlebihan (kegemukan) dengan siklus bulanan.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Pelayan Kesehatan

Pelayan kesehatan diharapkan dapat memberikan informasi kepada remaja putri tentang dampak Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap siklus menstruasi, sehingga remaja putri dapat menjaga pola hidup sehat untuk mencegah terjadinya *underweight* atau *overweight*.

2. Masyarakat

Masyarakat dalam khususnya dapat menjaga pola hidup sehat agar Indeks Massa Tubuh (IMT) tetap terjaga dan tidak berdampak buruk pada kesehatan, salah satunya adalah kesehatan reproduksi yaitu siklus menstruasinya tetap normal di antara 21 – 35 hari.

3. Sekolah

Sekolah sebagai tempat kedua bagi siswi untuk bertumbuh dan berkembang, maka sekolah mempunyai kewajiban demikian murid dapat memiliki pengetahuan yang baik tentang cara menjaga pola hidup sehat.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan acuan untuk melakukan kajian di lokasi yang berbeda hal ini dimaksudkan membandingkan dengan penelitian sekarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto. 2015. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Anderson, L. W. dan D. R. Krathwohl. 2015. *Kerangka Landasan Untuk Pembelajaran, Pengajaran, dan Asesmen Revisi Taksonomi Pendidikan Bloom*. Terjemahan Agung Prihantoro. Yogyakarta: Pustaka Belajar
- Andryawan, Teguh Prakoso. 2013. *Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Azwar, S. 2012. *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Liberty.
- Badan Interijen Negara. 2019. *Kecelakaan Lalu Lintas Menjadi Pembunuh Terbesar Ketiga*. Jakarta: Badan Intelijen Negara Republik Indonesia.
- BPS Jatim. 2015. *Jumlah Kecelakaan Lalu Lintas*. Surabaya: BPS Jatim
- Boswick, John A. 2013. *Perawatan Gawat Darurat (Emergency Care)*. Terjemahan oleh Sukwan Handali. Jakarta: EGC.
- Kase, Prastiwi & Sutriningsih. 2018. Hubungan Pengetahuan Masyarakat Awam dengan Tindakan Awal Gawat Darurat Kecelakaan Lalu Lintas Di Kelurahan Tlogomas Kecamatan Lowokwaru Malang. *Nursing News 3 (1)*. Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang. <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/838>. Diakses pada tanggal 11 Desember 2020.
- Kemenkes RI. 2015. *Lindungi Jiwa Anak Dengan Jaga Keselamatan Jalan*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Kepolisian RI. 2012. *Data Jumlah Keselakaan Indonesia tahun 2011-2012*. Jakarta: Polisi Indonesia

Kepolisian RI. 2020. *Rambu Lalulintas*. Jakarta : Kepolisian Republik Indonesia.

Khoirul, A. 2013. Hubungan Pemahaman Penolong Dengan Tindakan Pertolongan Pertama Pada Korban Kecelakaan Lalu Lintas Di IGD RSUD Ungaran Dan IGD RSUD Ambarawa. *Jurnal Keperawatan 1 (8)*. Universitas Ngudi Waluyo.
<https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/novum/article/download/23945/21886>. Diakses pada tanggal 11 Desember 2020.

Kurniati NLW., Setiawan I., & Sihombing S. 2017. Keselamatan Berjalan Lintas Di Kota Bogor Traffic Safety In Bogor. *Jurnal Manajemen Transportasi & Logistik 4 (1)*. Sekolah Tinggi Manajemen Transportasi Trisakti. <https://media.neliti.com/media/publications/112669-ID-keselamatan-berjalan-lintas-di-kota-bogor.pdf>. Diakses pada tanggal 11 Desember 2020.

Kurniawan, Hanung. 2014. Hubungan pengetahuan penanganan kondisi gawat darurat terhadap Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan Lalu Lintas. *Jurnal Keperawatan 4 (6)*: Universitas Politeknik Tegal. <http://repository.unimus.ac.id/534/2/BAB%20I.pdf>. Diakses pada tanggal 11 Desember 2020.