

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja ialah perubahan berasal kanak-kanak sampai dewasa dilihat dari perubahan fisik, psikis serta psikososial dimana batas umur remaja dari 12 hingga 24 tahun. Masa remaja ditandai dengan datangnya menstruasi pertama (menarche) hormon, status gizi, stress, penyakit metabolik seperti diabetes melitus, penggunaan kontrasepsi, tumor ovarium serta gangguan system saraf inti hipotalamus serta hipofisis (Sunarsih, 2017).

Menstruasi akan mengalami siklus yang tidak teratur di pertama masa reproduksi serta sampai keteraturan saat umur kurang lebih 17-18 tahun. Walaupun biasanya siklus yang normal hanya ada di 2-3 perempuan selebihnya biasanya mengalami gangguan siklus menstruasi yang tidak normal bisa digolongkan menjadi 3 yaitu: polimenore (siklus lebih pendek atau <21 hari), oligomenore (>35 hari) serta amenore (tidak haid dibedakan menjadi amenore primer dan sekunder). Siklus menstruasi normal terjadi setiap 21-35 hari, dengan haid berlangsung selama 3-7 hari (Kusmiran, E., 2012 *dalam* Widyaningrum et al., 2021).

WHO menyatakan IMT yang berada di atas atau di bawah batas normal berhubungan dengan siklus yang tidak teratur. Tubuh membutuhkan energi untuk melakukan siklus menstruasi, jika terlalu banyak energi yang dibakar menyebabkan penurunan berat badan secara drastis dan terlalu kurus sehingga kadar hormon turun. Hal ini menyebabkan haid tidak datang (Sunarsih, 2017).

Asupan nutrisi yang tidak baik berdampak pada penurunan fungsi reproduksi. Permasalah tak jarang dialami pada remaja ialah sedikitnya asupan gizi yang menyebabkan gizi buruk ialah kekurangan energi terlalu kurus atau kronis serta anemia defisiensi besi. Selain itu perkara yg sering timbul ialah kelebihan gizi juga dapat mengakibatkan kegemukan.

Kejadian tersebut bisa mempengaruhi keadaan tubuh serta sistem reproduksi berhubungan pada menstruasi (Amperaningsih & Fathia, 2018).

Mekanisme status gizi dengan siklus menstruasi dapat mempengaruhi pola siklus menstruasi, baik pada wanita dengan IMT kurang maupun yang IMT lebih. Teratur tidaknya siklus menstruasi terkait dengan hormon, terutama hormon seksual, seperti progesterone, estrogen, LH, dan FSH. Gangguan dan kerja sistem hormon ini terkait dengan status gizi, yang akan berdampak pada metabolisme hormon seksual pada sistem reproduksi wanita (Maedy et al., 2022).

Salah satu perubahan kebiasaan makan adalah karena globalisasimakanan yang dijadikan perilaku gaya hidup timbul karena globalisasi dan modernisasi ternyata tidak mengandung nilai gizi yang baik bagi kesehatan tubuh. Gaya hidup modern saat ini bisa menjadi penyebab obesitas sebab ada kecenderungan senang mengkonsumsi *junkfood* seperti gorengan, seblak, makanan daging olahan (hamburger, sosis, dll), kuliner berlemak dan daging, mie instan. salah satu faktor yang bisa menghipnotis terjadinya obesitas di remaja artinya tersedianya makanan cepat saji yang murah tetapi tidak sehat, salah satunya *junkfood*. Konsumsi *junk food* semakin tinggi pesat di kalangan remaja, sebab cita rasanya yang enak, cenderung mudah didapat, dan disajikan dengan cepat, hal ini menjadi gaya hidup remaja masa kini (Widyastuti, 2018).

Di Provinsi Yogyakarta sendiri remaja pada umur 16-18 tahun prevalensi tertinggi status gizi kurus (10,58%) dan sangat kurus (3,93%) terjadi di Kota Yogyakarta (Risksedas, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti Pada hari rabu tanggal 1 Maret 2023 peneliti bertanya pada bagian kesehatan yaitu UKS mengenai perkembangan sisiwi terutama pada keluhan-keluhan yang dirasakan oleh remaja yaitu gangguan siklus menstruasi, pihak UKS menjelaskan perkembangan kesehatan reproduksi yang sering dialami oleh siswi yaitu gangguan siklus menstruasi yang tidak teratur, melalui kegiatan keputrian yang ada disekolahan tersebut peneliti diberikan kesempatan

oleh pihak sekolah yaitu Humas dan pihak UKS untuk melakukan studi pendahuluan dengan menanyakan beberapa pertanyaan pada 15 (22,1%) siswi yang hadir pada kegiatan keputrian di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta. Mendapatkan hasil 10 siswi mengalami siklus menstruasi yang berubah-ubah seperti siklus 1 <21 hari, siklus 2 normal, siklus 3 <21 hari, serta 5 siswi mengatakan mengalami siklus yang tidak normal setiap bulannya terjadi dengan bukti data keluhan yang terdapat di UKS. Jumlah populasi siswi kelas X 68 siswi dan menurut peneliti cukup dijadikan sampel penelitian.

Berdasarkan permasalahan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri”.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Rumusan masalah pada penelitian ini ialah apakah ada hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Dianalisis hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada siswi kelas X di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta

2. Tujuan Khusus

a. Diketahui status gizi siswi kelas X di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

b. Diketahui siklus menstruasi pada siswi kelas X di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

c. Diketahui hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada siswi kelas X di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Data dan hasil penelitian dapat dijadikan sebagai penambah wawasan dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan memperkuat hasil penelitian sebelumnya tentang hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Hasil penelitian sangat bermanfaat dalam beberapa hal yaitu sebagai informasi, referensi serta dokumentasi dapat dijadikan sebagai perbandingan bagi peneliti selanjutnya.

b. Bagi Mahasiswa

Hasil dari penelitian bisa dijadikan sebagai wawasan sekaligus pengalaman tentang hubungan Status gizi dengan Siklus menstruasi. Selain itu kita dapat lebih mengetahui asupan nutrisi gizi seimbang yang harus terpenuhi untuk memperoleh status gizi yang baik dan siklus menstruasi yang normal.

c. Bagi Siswi

Hasil dari penelitian ini bagus untuk penambah wawasan sekaligus sebagai informasi terhadap hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri, sehingga remaja dapat menjaga dan mempertahankan pola hidup sehat gizi seimbang untuk mencegah terjadinya gangguan reproduksi.

E. Keaslian penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Rencana Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
1	Yuliati Amperaningsih, Nurul Fathia (2018)	Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Bandar Lampung	Penelitian ini menggunakan jenis observasional analitik dengan pendekatan <i>Cross Sectional</i>	Hasil uji statistik Chi Square dengan derajat kepercayaan (CI) 95% dan nilai α (0,05) didapatkan hasil perhitungan p value $(0,01) < \alpha$ (0,05)	Persamaan dengan peneliti ini adalah variable bebas yaitu Status gizi dan variable terikat siklus menstruasi. Sedangkan perbedaannya adalah pada metode <i>Retrospektif</i> , Jumlah populasi dan sample, serta tempat penelitiannya.
2	Rahmah Widyaningrum, Arif Tirtana, Aisha Nurfadillah (2021)	Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Siswi Smk Gagasan Wanareja Cilacap	Metode kuantitatif dengan studi <i>cross sectional</i>	Hasil penelitian menunjukkan sejumlah 20 siswi (57,14%) mengalami siklus menstruasi normal dan 19 siswi (54,29%) memiliki status gizi normal.	Persamaan dengan peneliti ini adalah variable bebas yaitu Status gizi dan variable terikat siklus menstruasi. Sedangkan perbedaannya adalah pada metode <i>Retrospektif</i> , jumlah populasi dan sample, serta tempat penelitiannya.
3	Hukmiah Aspar, Agusalim (2021)	Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Mizanul'Ulum Sanrobo Kabupaten Takalar	Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan <i>Cross Sectional Study</i>	menggunakan uji Chi-Square (fisher' exact test) diperoleh dengan $p = 0,01 < 0,05$ artinya ada hubungan status gizi dengan siklus menstruasi	Persamaan dengan peneliti ini adalah variable bebas yaitu Status gizi dan variable terikat siklus menstruasi. Sedangkan perbedaannya adalah pada metode <i>Retrospektif</i> , jumlah populasi dan sample, serta tempat penelitiannya.