

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Sifat dan perilaku yang berisiko pada remaja memerlukan ketersediaan pelayanan kesehatan peduli remaja yang dapat memenuhi kebutuhan kesehatan remaja termasuk pelayanan untuk kesehatan reproduksi (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015).

Pesatnya perkembangan pada masa remaja dipengaruhi oleh hormon seksual. Organ-organ reproduksi pada masa remaja putri telah mulai berfungsi seperti ovarium mulai memproduksi hormon estrogen dan progesteron. Hormon estrogen dan progesteron berfungsi merangsang perkembangan organ reproduksi putri. Pada masa pubertas, indung telur pada remaja putri mulai aktif dan menghasilkan sel telur (ovum) (Sinaga *et al.*, 2017). Menstruasi merupakan keadaan normal yang terjadi pada perempuan dengan adanya perubahan fisik dalam tubuh yang terjadi secara berkala dan dipengaruhi oleh hormon reproduksi. Remaja putri dikatakan usia yang rentan mengalami gangguan menstruasi seperti siklus menstruasi yang tidak teratur. Pada tiga tahun pertama, remaja putri cenderung berisiko mengalami gangguan siklus menstruasi yang berhubungan dengan keadaan hormonal yang belum seimbang, hal tersebut dapat menjadi normal pada saat remaja memasuki usia sekitar 19 – 20 tahun (Noviyanti *et.al.*, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Aspar (2021) menunjukkan bahwa dari 30 responden terdapat 24 responden yang mengalami gangguan siklus menstruasi (80,0%). Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Hidayah *et al* (2016) menunjukkan bahwa dari 108 responden remaja putri, sebagian besar remaja memiliki siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 60,2 %. Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa dari 150 responden yang mengalami gangguan siklus menstruasi yaitu 113 (75,3%) responden (Herawati, 2017).

Menstruasi yang tidak normal merupakan tanda tidak adanya siklus ovulasi yang normal (anovulasi), sehingga mengalami kesulitan untuk memiliki keturunan (infertilitas) (Suparji, 2017). Gangguan perdarahan menstruasi dapat menimbulkan risiko patologis apabila dihubungkan dengan banyaknya kehilangan darah, mengganggu aktivitas sehari-hari, adanya tanda-tanda kanker (Rosyida, 2021).

Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi yaitu stress, status gizi, asupan zat gizi dan aktivitas fisik. Kurangnya asupan gizi selain dapat mempengaruhi pertumbuhan, fungsi organ tubuh, juga menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi yang berdampak pada gangguan menstruasi, namun akan membaik bila asupan zat gizinya juga baik (Fil Ilmi dan Selasmi, 2019). Hasil penelitian lain menunjukkan bahwa 25 responden dengan asupan lemak kurang dan asupan lemak lebih cenderung memiliki siklus menstruasi tidak normal sebaliknya responden dengan asupan lemak baik cenderung memiliki siklus menstruasi yang normal, artinya ada hubungan antara asupan lemak dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja putri (Novitasari, 2016).

Survei awal penelitian di SMK Bina Putera Nusantara menunjukkan bahwa 30 dari 40 siswi mengalami siklus menstruasi yang tidak normal. Status gizi pada siswi SMK Bina Putera Nusantara didapatkan bahwa dari 10 siswi terdapat 2 siswi memiliki status gizi kurus, 3 siswi memiliki status gizi lebih, dan 5 siswi lainnya memiliki status gizi normal.

Hasil penelitian Sitoayu *et al* (2017) menunjukkan bahwa ada hubungan antara asupan lemak dengan siklus menstruasi pada responden dengan kecukupan asupan lemak tidak baik berisiko 4,88 kali mengalami gangguan siklus menstruasi dibandingkan dengan responden yang memiliki kecukupan asupan lemak baik. Ketidakaturan siklus menstruasi juga disebabkan oleh status gizi yang tidak normal salah satunya yaitu gizi kurus.

Hasil penelitian lain yang serupa menunjukkan bahwa siklus menstruasi yang tidak teratur lebih banyak terjadi pada responden dengan status gizi kurus sebesar 33,3% kehilangan berat badan secara drastis yang menyebabkan penurunan hormon gonadotropin untuk pengeluaran LH (*Luteinizing Hormone*) dan FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) yang mengakibatkan kadar estrogen akan turun sehingga berdampak negatif pada siklus menstruasi dan ovulasi yang artinya ada hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi (Fil Ilmi dan Selasmi, 2019).

Uraian latar belakang di atas memotivasi peneliti untuk mengetahui hubungan status gizi dan asupan lemak dengan siklus menstruasi pada remaja putri, yang mana status gizi dan asupan lemak ini merupakan masalah global yang berdampak bagi kesehatan manusia, terutama bagi kesehatan reproduksi pada remaja putri.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada siswi SMK Bina Putera Nusantara Kota Tasikmalaya tahun 2022?
2. Apakah ada hubungan asupan lemak dengan siklus menstruasi pada siswi SMK Bina Putera Nusantara Kota Tasikmalaya tahun 2022?

C. Tujuan Penelitian

1. Menganalisis hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada siswi SMK Bina Putera Nusantara Kota Tasikmalaya tahun 2022.
2. Menganalisis hubungan antara asupan lemak dengan siklus menstruasi pada siswi SMK Bina Putera Nusantara Kota Tasikmalaya tahun 2022.

D. Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup Masalah

Permasalahan yang akan dianalisis yaitu hubungan status gizi dan asupan lemak dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMK Bina Putera Nusantara.

2. Lingkup Metode

Metode penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*.

3. Lingkup Keilmuan

Penelitian ini termasuk dalam lingkup gizi masyarakat.

4. Lingkup Sasaran

Sasaran penelitian ini adalah siswi kelas XI SMK Bina Putera Nusantara Kota Tasikmalaya.

5. Lingkup Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di SMK Bina Putera Nusantara Kota Tasikmalaya.

6. Lingkup Waktu

Waktu penelitian dari bulan Juni 2022 sampai dengan Maret 2023.

E. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

Memberikan informasi dan pengetahuan untuk peneliti selanjutnya khususnya mengenai hubungan status gizi dan asupan lemak dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

2. Bagi Program Studi Gizi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan status gizi dan asupan lemak dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

3. Bagi Keilmuan Gizi

Menambah pengetahuan ataupun wawasan bagi mahasiswa dan menjadi sumber informasi mengenai hubungan status gizi dan asupan lemak dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

4. Bagi Peneliti

Mengetahui hubungan status gizi dan asupan lemak dengan siklus menstruasi pada remaja putri.