

## BAB I PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Kesehatan reproduksi adalah keadaan sehat secara fisik, mental dan sosial secara utuh tidak semata-mata bebas dari penyakit atau kecacatan tetapi juga berkaitan dengan sistem fungsi dan proses reproduksi pada laki-laki atau perempuan. Salah satu cara menjaga kesehatan reproduksi adalah dengan cara menjaga siklus menstruasi. Menstruasi merupakan kondisi terjadinya perdarahan periodik yang diawali setelah kurang lebih 14 hari mengalami ovulasi yang disebabkan lepasnya lapisan endometrium uterus.<sup>1</sup> Siklus menstruasi yang tidak normal akan berdampak ke beberapa kondisi seperti terjadinya infertilitas, dimana berdasarkan data WHO sebanyak 36% perempuan infertil diakibatkan faktor tuba fallopi, gangguan ovulasi 33% dan endometriosis 6% ini berarti sebagian besar masalah infertilitas diakibatkan gangguan pada alat reproduksi dan adanya gangguan ovulasi.<sup>2</sup> Siklus menstruasi tidak normal juga dapat mengalami *pre Menstrual Syndrome* yang lebih berat serta adanya kecenderungan prevalensi yang tinggi pada siklus menstruasi tidak normal pada penderita kanker serviks.<sup>3</sup> Ketika tidak normalnya siklus menstruasi akan berakibat pada beberapa kondisi serius seperti sindrom ovarium polikistik (PCOS), predictor DM dikemudian hari, gangguan metabolisme, gangguan endokrin dan penyakit jantung koroner.<sup>4-6</sup>

Prevalensi siklus menstruasi tidak normal di beberapa negara tentang diketahui bahwa terdapat Prevalensi yang cukup tinggi terhadap kejadian siklus menstruasi tidak normal, seperti sebuah Survei Kesehatan Maya di India melaporkan bahwa lebih dari 50% di India memiliki siklus menstruasi yang terlalu panjang dan pendek.<sup>7</sup> Selain itu sebuah penelitian *Cohort prospective* yang dilakukan selama 15 tahun dari tahun 1999 di Tehran, Iran didapatkan bahwa 2128 wanita diketahui sebanyak 379 wanita memiliki siklus menstruasi yang tidak normal.<sup>8</sup> Sebuah studi *Cross sectional* di Korea pada 4709 wanita usia 19-54 tahun pada tahun 2010-2012 diketahui 669 orang wanita mengalami siklus menstruasi yang tidak normal.<sup>9</sup>

Prevalensi siklus menstruasi di Indonesia berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2010 diketahui prevalensi perempuan di Indonesia dengan masalah siklus menstruasi tidak normal yakni sebesar 13,7% dan untuk Provinsi Jambi 17,1% dan berada berada diatas rata-rata nasional.<sup>10</sup> Penelitian di beberapa wilayah Indonesia tentang siklus menstruasi pada remaja cukup banyak diketahui terdapat remaja dengan siklus menstruasi yang tidak normal, seperti hasil penelitian pada remaja putri di Bandar Lampung diketahui Prevalensi siklus menstruasi tidak normal (Polimenorea dan oligomenorea) pada remaja putri sebanyak 37%.<sup>11</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Pusparini (2017) bahwa sebanyak 28% remaja putri di Lampung mengalami oligomenorea dan 22% mengalami polimenorea.<sup>12</sup> Selain itu penelitian lain mengungkap remaja yang bersekolah di SMA N 1 Jakarta Timur dinyatakan sebanyak 60,8% remaja mengalami gangguan siklus menstruasi.<sup>13</sup> Hasil sebuah penelitian yang dilakukan di salah satu Kabupaten di Provinsi Jambi yakni di Kecamatan Pelawan, Sarolangun tahun 2020 diketahui sebanyak 42.36% yang mengalami siklus menstruasi yang tidak normal.<sup>14</sup>

Status gizi adalah salah satu faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi. Status gizi yang lebih pada bisa berdampak terhadap peningkatan hormon estrogen. Hal tersebut dapat mengakibatkan umpan negatif pada produksi GnRH (*Gonadotropin Hormone*) melalui sekresi protein inhibitor akibatnya produksi FSH akan terganggu akibat kinerja hipofisis anterior mengalami gangguan. Akibatnya terjadi disfungsi proliferasi folikel yang dapat mengakibatkan pemanjangan siklus menstruasi.<sup>15</sup> Penelitian terdahulu yang bertujuan untuk menguji hubungan status gizi dengan siklus menstruasi diketahui bahwa remaja dengan status gizi kurang dan lebih berisiko 2,8 kali untuk mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur (PR= 2,80 95% CI: 1,6 – 4,8).<sup>16</sup> Selain itu penelitian lain mengungkap bahwa ada hubungan status gizi lebih dengan siklus menstruasi dengan *prevalence ratio* 7,27 yang artinya status gizi yang lebih 7 kali berisiko untuk mengalami siklus menstruasi yang tidak normal.

Selain faktor status gizi yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi, faktor stres juga mempengaruhi siklus menstruasi. Stres adalah kondisi ketika adanya respon dari manusia fisiologis, psikologis dan perbuatan dimana seseorang mencoba beradaptasi dan melakukan pengaturan dari tekanan dari stressor. Sistem neuroendokrinologi adalah yang terkait dengan kondisi stres jika dikaitkan pada reproduksi perempuan, dimana diketahui bahwa sistem inilah yang berpengaruh terhadap menstruasi perempuan.<sup>17</sup> Diketahui bahwa suatu hasil penelitian mengenai hubungan stres dengan siklus menstruasi didapatkan bahwa pada kelompok stres sebanyak (62,71%) mengalami siklus menstruasi yang tidak normal.<sup>18</sup> Penelitian Islamy dan Farida (2019) didapatkan adanya hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri dengan (PR= 4,7 95% CI; 1,1-20,0) jika dibandingkan bahwa stres memiliki risiko 4,7 kali untuk mengalami siklus menstruasi tidak normal dibandingkan yang tidak stres pada remaja.<sup>16</sup>

Faktor aktivitas fisik juga mempengaruhi siklus menstruasi. aktivitas fisik yang berlebihan juga mengakibatkan siklus menstruasi menjadi tidak normal. Aktivitas fisik berat dapat berdampak pada gangguan disfungsi hipotalamus yang menyebabkan gangguan sekresi GnRH.<sup>19</sup> Salah satu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan siklus menstruasi diketahui bahwa remaja yang melakukan aktivitas fisik dengan intensitas tinggi yang mengalami ketidaknormalan siklus menstruasi sebesar (44,3%).<sup>20</sup> Selain itu penelitian di Tangerang Selatan pada remaja SMA diketahui remaja yang melakukan aktivitas fisik yang berat mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur adalah 66,7%.<sup>21</sup> Suatu penelitian diketahui adanya hubungan aktivitas fisik terhadap *oligomenorea* pada remaja (OR = 14.104 95% CI; 1,720- 276,136) dimana remaja yang melakukan aktivitas fisik yang berat akan lebih berisiko 14 kali untuk mengalami *oligomenorhea* (siklus menstruasi panjang >35 hari).<sup>22</sup>

Tanjung Jabung Barat adalah salah satu Kabupaten yang terdapat di Provinsi Jambi yang terdiri dari 13 Kecamatan. Berdasarkan data Badan Pusat Statistik Tanjung Jabung Barat, Tungkal ilir adalah salah satu kecamatan di Kabupaten Tanjung Jabung Barat dengan jumlah remaja putri usia 10-19

tahun terbanyak yakni 7129 orang. Salah satu Kelurahan yang terdapat di Kecamatan Tungkal Ilir adalah Kelurahan Kampung nelayan. Kelurahan Kampung Nelayan memiliki jumlah remaja putri yang cukup banyak yakni 886 orang remaja putri usia 10-19 tahun.<sup>23</sup> Berdasarkan data Riskesdas tahun 2018 diketahui proporsi remaja usia 10-19 tahun yang sudah mengalami menstruasi di Kabupaten Tanjung Jabung Barat adalah 66,87% adapun telah disebutkan proporsi siklus menstruasi yang tidak normal berdasarkan data di Provinsi Jambi sendiri sebesar 17% dan berada diatas rata-rata nasional<sup>24</sup>. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada beberapa remaja putri di Kelurahan Kampung Nelayan Tanjung Jabung Barat diketahui dari 15 orang yang diwawancarai persentase remaja yang mengalami siklus menstruasi tidak normal 60% dengan rincian 33,3% dengan siklus menstruasi panjang (>35 hari) dan 26,7% dengan siklus menstruasi pendek (<21 hari).

Berdasarkan penjelasan di atas cukup tingginya Prevalensi siklus menstruasi tidak normal di beberapa negara dan di beberapa wilayah Indonesia khususnya di wilayah Kelurahan Kampung Nelayan dan permasalahan status gizi, stres dan aktivitas fisik yang menjadi faktor yang dapat memberikan pengaruh terhadap siklus menstruasi, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian "Hubungan Status Gizi, Stres dan Aktivitas Fisik dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di Kelurahan Kampung Nelayan Kecamatan Tungkal Ilir Kabupaten Tanjung Jabung Barat".

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka dirumuskan masalah penelitian yaitu “Apakah ada hubungan antara status gizi, stres dan aktivitas fisik dengan siklus menstruasi pada remaja putri di Kelurahan Kampung Nelayan Kecamatan Tungkal Ilir Kabupaten Tanjung Jabung Barat?”.

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk menganalisis hubungan antara status gizi, stres dan aktivitas fisik dengan siklus menstruasi pada remaja putri di Kelurahan

Kampung Nelayan Kecamatan Tungkal Ilir Kabupaten Tanjung Jabung Barat.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui proporsi siklus menstruasi pada remaja putri di Kelurahan Kampung Nelayan Kecamatan Tungkal Ilir Kabupaten Tanjung Jabung Barat.
- b. Mengetahui proporsi status gizi pada remaja putri di Kelurahan Kampung Nelayan Kecamatan Tungkal Ilir Kabupaten Tanjung Jabung Barat.
- c. Mengetahui proporsi stres pada remaja putri di Kelurahan Kampung Nelayan Kecamatan Tungkal Ilir Kabupaten Tanjung Jabung Barat.
- d. Mengetahui proporsi aktivitas fisik pada remaja putri di Kelurahan Kampung Nelayan Kecamatan Tungkal Ilir Kabupaten Tanjung Jabung Barat.
- e. Mengetahui hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di Kelurahan Kampung Nelayan Kecamatan Tungkal Ilir Kabupaten Tanjung Jabung Barat.
- f. Mengetahui hubungan antara stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di Kelurahan Kampung Nelayan Kecamatan Tungkal Ilir Kabupaten Tanjung Jabung Barat.
- g. Mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan siklus menstruasi pada remaja putri di Kelurahan Kampung Nelayan Kecamatan Tungkal Ilir Kabupaten Tanjung Jabung Barat.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan menjadi fasilitas untuk penulis sebagai pembelajaran untuk menambah wawasan dan pengetahuan serta menjadi acuan untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam.

### **1.4.2 Bagi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan**

Penelitian ini dilakukan agar dapat menjadi referensi ataupun sumber bacaan terbaru untuk menambah wawasan mahasiswa lainnya

terutama mengenai hubungan antara status gizi, stres dan aktivitas fisik dengan dampaknya terhadap siklus menstruasi.

#### **1.4.3 Bagi mahasiswa Universitas Jambi**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pertimbangan bagi mahasiswa, terutama mahasiswi Universitas Jambi agar lebih memperhatikan dalam mengelola kebutuhan gizi, beraktivitas fisik dan mengelola stres dengan baik agar tidak berdampak buruk terhadap kesehatan reproduksi.

#### **1.4.4 Bagi masyarakat**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi tambahan bagi masyarakat agar lebih memperhatikan kesehatan reproduksi terutama dengan hubungan antara status gizi, stres dan aktivitas fisik terhadap siklus menstruasi.