

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi adalah proses dimana rahim melepaskan mukosa jaringan dan darah melalui vagina. Menstruasi normalnya terjadi setiap bulan selama fase reproduksi pada wanita yang dimulai pada saat pubertas dengan menstruasi pertama yang disebut *menarche* dan berakhir saat *menopause*.³ Lama menstruasi normal adalah 3-7 hari, dihitung dari hari pertama mulai perdarahan sampai perdarahan berhenti. Siklus menstruasi umumnya berlangsung selama 21-35 hari, dihitung dari hari pertama menstruasi dengan hari pertama menstruasi siklus berikutnya.⁴ Selama menstruasi normal, diperkirakan sekitar 40mL darah dan tambahan 35mL cairan serosa dilepaskan melalui vagina.⁵

Indeks massa tubuh atau disebut juga IMT adalah nilai yang diambil dari pembagian berat badan (BB) suatu orang dalam kilogram dengan kuadrat dari tinggi badannya (TB) dalam meter. Salah satu senyawa yang dapat mempengaruhi IMT suatu orang adalah lemak, selain itu, lemak juga merupakan salah satu faktor di dalam tubuh yang dapat mempengaruhi proses steroidogenesis, salah satu hormon steroid yaitu hormon estrogen. Hormon estrogen adalah salah satu penyebab gangguan menstruasi seperti tidak adanya menstruasi, menstruasi tidak teratur, dan nyeri menstruasi. Memiliki IMT yang terlalu tinggi atau rendah dapat berarti kadar lemak tubuh yang terlalu tinggi atau rendah, dan dapat menyebabkan gangguan menstruasi.¹

Sebagian besar dari populasi remaja perempuan menjalani diet yang sangat berbahaya karena cenderung mengalami *insecurity* dimana mereka memandang tubuhnya sendiri secara negatif dan sangat memperhatikan penampilan. Diet yang dijalani remaja perempuan bertujuan untuk menurunkan berat badan secara ekstrim, atau pada kasus yang lebih parah dapat menyebabkan *anorexia nervosa*. Di sisi sebaliknya, remaja juga dapat beresiko tinggi obesitas karena mempunyai kebiasaan mengonsumsi *junk food* seperti gorengan, kripik kentang, dan camilan lainnya yang tinggi kolesterol, natrium, dan lemak jenuh.²

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Alisha, dkk., 2021 tentang perilaku makan mahasiswa di Palembang selama pandemi COVID-19, ditemukan bahwa banyak diet keseharian mahasiswa yang tidak sesuai dengan Pedoman Gizi Seimbang, dimana konsumsi buah, sayur, dan karbohidrat lebih rendah dari yang direkomendasikan, tetapi konsumsi lemak, protein nabati, dan protein hewani mahasiswa sesuai yang direkomendasikan. Juga ditemukan adanya penurunan aktivitas fisik pada mahasiswa Fakultas Kedokteran di Palembang karena

pelajaran daring (dalam jaringan) selama pandemi COVID-19 mengharuskan mereka duduk selama ≥ 8 jam.¹⁶

Berdasarkan paparan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan IMT (Indeks Massa Tubuh) dengan siklus menstruasi terhadap mahasiswi Program Studi Kedokteran FKIK.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pemaparan latar belakang yang disampaikan, masalah yang muncul dan akan diteliti dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

"Apakah ada hubungan antara IMT (Indeks Massa Tubuh) dengan siklus menstruasi terhadap mahasiswi Program Studi Kedokteran FKIK?"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian yang dilakukan adalah untuk menjelaskan hubungan antara IMT (Indeks Massa Tubuh) dengan siklus menstruasi terhadap mahasiswi Program Studi Kedokteran FKIK.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat IMT (Indeks Massa Tubuh) berdasarkan dimensi terhadap mahasiswi Program Studi Kedokteran FKIK.
- b. Mengidentifikasi siklus menstruasi terhadap mahasiswi Program Studi Kedokteran FKIK.
- c. Menganalisis hubungan antara IMT (Indeks Massa Tubuh) dengan siklus menstruasi terhadap mahasiswi Program Studi Kedokteran FKIK.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan bagi peneliti mengenai hubungan antara IMT (Indeks Massa Tubuh) dengan siklus menstruasi terhadap mahasiswi Program Studi Kedokteran FKIK.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat mengenai hubungan antara IMT (Indeks Massa Tubuh) dengan siklus menstruasi terhadap mahasiswi Program Studi Kedokteran FKIK.

1.4.3 Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pedoman dan acuan bagi peneliti lain yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut dengan topik yang sama tetapi dengan variabel atau tempat penelitian yang berbeda.