BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja diawali pada usia 10-19 tahun, diketahui jumlah remaja di Indonesia menurut Sensus Penduduk 2010 sebanyak 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk dunia (Kementrian Kesehatan RI, 2015). Massa remaja menjadi massa peralihan antara massa kanak-kanak dan massa dewasa yang ditandai dengan adanya pubertas. Pubertas pada remaja putri akan mengalami kematangan seksual, kematangan sel telur dan produksi hormon estrogen, hal tersebut menyebabkan munculnya menstruasi pada periode pertama yang disebut *menarche*. Menstruasi merupakan perdarahan dari rahim yang berlangsung secara periodik dan siklik (Pangemanan, 2017).

Menstruasi suatu proses alamiah yang biasa dialami perempuan. Lama menstruasi normalnya terjadi antara 3-7 hari. Menstruasi yang terjadi kurang dari tiga hari maka dikatakan *hipomenorea* dan jika lebih dari tujuh hari dikatakan *hipermenorea* (Pangemanan, 2017). Lama menstruasi antar wanita disebabkan karena ketidakseimbangan hormon LH, FSH, estrogen dan progesteron, karena status gizi, stres serta suatu penyakit. Asupan gizi yang kurang ataupun lebih akan menyebabkan kecukupan gizi tidak baik sehingga dapat menjadikan gangguan lama menstruasi (Novita, 2018). Kualitas hidup seperti konsumsi makanan cepat saji, kurang aktivitas fisik, remaja sering melakukan diet dan melewatkan sarapan pagi (Kundre, 2015). Kualitas hidup seperti itu sering dialami oleh remaja terutama di daerah diperkotaan.

Prevalensi remaja berdasarkan tempat tinggal, gizi lebih pada remaja di perkotaan lebih tinggi dari di pedesaan (perkotaan 1,8%, pedesaan 0,9%) (Kementrian Kesehatan RI, 2010).

Status gizi seseorang dapat ditentukan melalui pengukuran indeks massa tubuh. Indeks Massa Tubuh (IMT) adalah parameter yang ditetapkan oleh *World Health Organization* (WHO) sebagai perbandingan berat badan dengan kuadrat tinggi badan. Indeks Massa Tubuh (IMT) ditentukan dengan cara mengukur berat dan tinggi badan secara terpisah kemudian nilai berat dan tinggi tersebut dibagi untuk mendapatkan nilai IMT dalam satuan kg/m^2. Indeks Massa Tubuh (IMT) yang tinggi atau rendah dapat menyebabkan gangguan lama dan jumlah darah menstruasi (Novita, 2018). Hasil penelitian menunjukkan bahwa 6 responden katagori IMT gemuk dengan lama menstruasi tidak normal lebih dari 7 hari dan 20 responden pada katagori kurus dengan lama menstruasi tidak normal kurang dari 3 hari (Rahmawati, 2014).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan pada tanggal 15 November 2018 di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Denpasar, dengan melakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan untuk menentukan IMT yang dilakukan pada 10 orang siswi dari kelas X di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Denpasar. 10 orang siswi didapatkan dua orang siswi memiliki status gizi lebih dan satu orang memiliki status gizi kurang. Lama menstruasi yang dialami oleh siswi didapat hasil bahwa siswa yang memiliki status gizi kurang dengan lama menstruasi tiga sampai empat hari, pada siswi yang memiliki status gizi lebih dengan lama menstruasi tujuh

sampai sembilan hari dan siswi yang memiliki status gizi normal tujuh orang dengan lama menstruasi rata-rata empat sampai enam hari.

Menstruasi setiap bulan terjadi pada setiap wanita yang telah memasuki usia remaja. Semakin lama seseorang menstruasi akan menyebabkan kekurangan darah. Faktor gizi merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi lama menstruasi remaja. Fenomena saat ini remaja kurang aktiitas fisik, sering melakukan diet, mengonsumsi *fast food* dan tidak sarapan, hal ini sering dialami oleh remaja terutama di daerah di perkotaan karena itu penting untuk diteliti.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Lama Mestruasi Pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Denpasar Tahun 2019"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: "Adakah hubungan indeks massa tubuh dengan lama menstruasi pada remaja putri di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Denpasar Tahun 2019?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara indeks massa tubuh dengan lama menstruasi pada remaja putri di Sekolah Menengah Atas Negeri 6 Denpasar Tahun 2019.

2. Tujuan khusus

a. Mengidentifikasi indeks massa tubuh pada remaja putri.

b. Mengidentifikasi lama menstruasi pada remaja putri.

c. Menganalisis hubungan antara indeks massa tubuh pada remaja dengan lama menstruasi pada remaja putri.

D. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat antara lain :

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dan informasi terkait dengan gangguan menstruasi pada remaja putri akibat tidak seimbangnya status gizi. Status gizi dapat diukur melalui indeks massa tubuh, serta sebagai sumber atau bahan acuan bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan ilmu pengetahuan kebidanan.

2. Manfaat praktis

a. Bagi pemerintah atau pemangku kebijakan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan rujukan dalam mengambil keputusan atau program untuk meningkatkan kesehatan reproduksi pada remaja.

b. Bagi petugas kesehatan

Penelitian ini dapat menjadi informasi bagi petugas kesehatan dalam memberikan penyuluhan untuk menyebarluaskan informasi tentang indeks massa tubuh yang normal pada remaja putri terkait pengaruh terhadap lama menstruasi.

c. Bagi institusi pendidikan

Sebagai bahan untuk menyebarluaskan informasi kesehatan kepada remaja tentang hubungan berat badan normal dengan lama menstruasi.

d. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini, merupakan pengalaman peneliti dan dapat menambah wawasan pengetahuan peneliti mengenai pengetahuan tentang hubungan indeks massa tubuh dengan lama menstruasi pada remaja putri.

e. Bagi peneliti lain

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan rujukan untuk mengembangkan penelitian lain yang memiliki jangkauan lebih luas dan mendalam terkait hubungan indeks massa tubuh dengan lama menstruasi pada remaja putri.

f. Bagi responden

Diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang pengertian indeks massa tubuh dan hubungannya dengan lama menstruasi, serta dapat mengetahui indeks massa tubuh masing-masing.