

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Obesitas adalah kegemukan atau kelebihan berat badan. Dampak buruk obesitas terhadap kesehatan, sangat berhubungan dengan berbagai macam penyakit yang serius, seperti tekanan darah tinggi, jantung, diabetes melitus dan penyakit pernafasan. Seseorang yang mengidap obesitas biasanya mengalami peningkatan risiko terserang berbagai penyakit dan gangguan kesehatan, salah satunya adalah mengalami gangguan siklus menstruasi (Bustam, 2015). Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Indonesia tahun 2010, angka *overweight* dan obesitas pada penduduk usia di atas 18 tahun tercatat sebanyak 27,1%. Sedangkan berdasarkan jenis kelamin, prevalensi obesitas pada perempuan lebih tinggi (26,9%) di banding laki-laki (16,3%). Status gizi penduduk remaja berdasarkan kategori indeks massa tubuh (IMT) di Provinsi Jawa Timur tahun 2011 di dapatkan hasil kurus sebesar 12,3 (%), normal sebesar 67,1 (%), BB lebih sebesar 9,5 (%), dan obesitas sebesar 11,1 (%). Data tersebut menunjukkan bahwa remaja masih banyak yang mengalami obesitas (Nurfadrijnlakesuma, 2017).

Gangguan obesitas berhubungan dengan gangguan ovulasi. Obesitas juga disertai dengan siklus anovulatorik karena peningkatan kadar estrogen. Kadar estrogen di dalam tubuh wanita berpengaruh dalam memberikan *feedback* untuk pengeluaran *Gonadotropin Releasing Hormone* (GnRH) dan mempengaruhi pengeluaran hormon *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) dan *Luteinizing Hormone* (LH). Persen lemak tubuh yang tinggi menyebabkan peningkatan produksi androgen yang berperan dalam memproduksi estrogen. Proses aromatisasi androgen menjadi estrogen ini terjadi di sel-sel granulosa dan jaringan lemak (Susilo, 2015).

Indikator yang menunjukkan adanya gangguan sistem reproduksi yang dapat dikaitkan dengan peningkatan risiko berbagai penyakit seperti kanker rahim, kanker payudara dan infertilitas merupakan dampak dari gangguan siklus menstruasi. Beberapa faktor seperti lemak tubuh, dan obesitas dapat menyebabkan penyimpangan dalam siklus menstruasi. Hal ini dapat menjadi serius jika tidak segera ditangani. Haid yang tidak teratur dapat menjadi pertanda bahwa siklus yang dilaluinya tidak berovulasi (*anovulatoir*) sehingga wanita tersebut cenderung sulit memiliki keturunan (*infertile*) (Harahap, 2013). Obesitas merupakan permasalahan yang merisaukan bagi remaja, karena dapat menurunkan rasa percaya diri seseorang dan menyebabkan gangguan psikologis yang serius.

Risiko kejadian gangguan siklus menstruasi pada wanita yang mengalami obesitas dapat diturunkan dengan mengikuti program penurunan berat badan. Penurunan berat badan dapat mempengaruhi siklus menstruasi karena penurunan persen lemak tubuh akan terjadi seiring dengan penurunan berat badan. Pada umumnya, penurunan berat badan sebesar $\pm 10\%$ pada wanita obesitas menunjukkan adanya perbaikan profil hormon dalam tubuh yang mempengaruhi gangguan siklus menstruasi sehingga dapat menurunkan risiko

kejadian gangguan siklus menstruasi, memperbaiki proses ovulasi, dan memperbaiki tingkat kesuburan. Pada penurunan berat badan sebesar 5-10% dari berat awal atau 0.5-1 kg penurunan lemak per 10 kg berat badan, dalam waktu sekurangnya 4 minggu dapat berpengaruh pada penurunan hiperandrogenism (kadar hormon androgen yang berlebih) pada wanita yang mengalami obesitas. Kadar lemak dalam tubuh seseorang mempengaruhi status gizi. Bila $IMT > 30$, orang tersebut menderita obesitas dan perlu diwaspadai karena biasanya orang tersebut juga menderita penyakit degeneratif seperti diabetes mellitus, hipertensi, hiperkolestrol, kelainan reproduksi dan metabolisme lain yang memerlukan pemeriksaan lanjut baik klinik atau laboratorium. Fungsi sistem reproduksi, selain dapat ditingkatkan dengan cara penurunan berat badan tetapi juga dapat ditingkatkan dengan cara memperbaiki kualitas asupan makanan. Jenis makanan yang dapat meningkatkan fungsi sistem reproduksi yaitu makanan yang banyak mengandung asam folat, zat besi, vitamin C, vitamin E, vitamin B6, seng, aluminium, dan kalsium. Jenis bahan makanan yang dianjurkan antara lain kacang-kacangan, sayuran hijau, buah-buahan, daging, dan juga ikan laut (Rakhmawati & Dieny, 2013). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMAN 1 Pandaan didapatkan hasil sebanyak 13,5% siswi mengalami kelainan siklus menstruasi dengan pengukuran IMT menunjukkan hasil diatas 25.0 atau tergolong Obesitas. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti tertarik untuk mengambil topik penelitian hubungan obesitas dengan siklus menstruasi di SMAN 1 Pandaan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah hubungan obesitas dengan siklus menstruasi pada remaja SMAN 1 Pandaan ?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan obesitas dengan siklus menstruasi pada remaja SMAN 1 Pandaan

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi kejadian obesitas pada remaja SMAN 1 Pandaan
2. Mengidentifikasi siklus menstruasi pada remaja SMAN 1 Pandaan
3. Menganalisis hubungan obesitas dengan siklus menstruasi pada remaja SMAN 1 Pandaan

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan untuk melakukan pengembangan teori pada mata kuliah Kesehatan Reproduksi pada konsep-konsep penyebab siklus menstruasi

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat memberikan informasi kepada remaja tentang hubungan Indeks Massa Tubuh yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja, dan dapat menjadi bahan peningkatan kapasitas bidan dengan pemberian komunikasi, informasi dan edukasi kepada remaja.