

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja adalah aset penting bagi masa depan bangsa. Di seluruh dunia, terdapat sekitar 1,2 miliar remaja, setara dengan 18% populasi global (WHO, 2018). Di Indonesia, remaja perempuan usia 10-19 tahun mencapai sekitar 44,7 juta jiwa, atau 17% dari total populasi (Pusdatin Kementerian Kesehatan, 2017). Masa remaja adalah fase krusial dalam perkembangan reproduksi wanita, dengan status gizi dan kesehatan yang sangat berpengaruh terhadap kematangan fisik (Sharma et al., 2017).

Pada masa pubertas, sejumlah hormon, termasuk hormon reproduksi progesteron dan estrogen, mulai aktif dalam menjalankan fungsinya yang menyebabkan organ reproduksi juga mulai bekerja. Ada beberapa tanda yang dapat dilihat secara fisik, seperti mulai membentuk panggul, tumbuh payudara, dan mendapatkan menstruasi pertama, yang disebut *menarche* (Karlinah & Irianti, 2021). Remaja perempuan tidak selalu memiliki menstruasi yang normal tanpa keluhan. Ada banyak remaja putri yang mengalami *menarche* setelah berusia 14 tahun. Siklus menstruasi yang tidak teratur, memanjang atau memendek adalah masalah pola menstruasi yang sering dialami remaja putri (Miraturrofi'ah, 2020).

IMT adalah indikator yang digunakan untuk menilai status gizi, dihitung dengan membagi berat badan (kg) dengan kuadrat tinggi badan (m) (Arisman, 2009) dan indikator penting dalam menilai status gizi seseorang dan sering digunakan untuk mengidentifikasi risiko gangguan kesehatan, termasuk gangguan siklus menstruasi. Ketidakteraturan siklus menstruasi dapat disebabkan oleh berbagai faktor, salah satunya adalah obesitas. Obesitas dapat memengaruhi keseimbangan hormon dalam tubuh, yang berdampak pada pola menstruasi (Smith et al., 2020). Menurut WHO, terdapat hubungan antara IMT di luar batas normal dan siklus menstruasi yang tidak teratur. Siklus menstruasi yang tidak teratur dialami

oleh banyak wanita dan dapat mempengaruhi kesehatan reproduksi mereka (WHO, 2018).

Di Indonesia, sekitar 76,7% wanita usia 20-24 tahun memiliki siklus menstruasi teratur, sedangkan 14,4% tidak teratur (Riskesdas, 2013). Sebanyak 49,3% remaja putri mengalami gangguan menstruasi, termasuk polimenorea (36,5%) dan oligomenorea (12,8%) (Susiloningtyas & Rahayu, 2022). Beberapa penelitian menunjukkan bahwa wanita dengan IMT tidak normal memiliki risiko lebih besar mengalami ketidakteraturan menstruasi dibandingkan dengan mereka yang memiliki IMT normal (Johnson & Lee, 2019). Selain itu, perubahan gaya hidup dan pola makan yang tidak sehat dapat memperburuk kondisi ini, sehingga menimbulkan masalah kesehatan reproduksi yang lebih serius (Garcia et al., 2021).

Studi terbaru juga menyoroti bahwa intervensi berupa usaha untuk menormalkan berat badan dan perubahan gaya hidup dapat membantu memperbaiki ketidakteraturan siklus menstruasi pada wanita dengan IMT yang tidak normal (Williams et al., 2022). Oleh karena itu, penting untuk mengetahui hubungan antara IMT dan siklus menstruasi guna mengembangkan strategi pencegahan dan intervensi yang efektif.

Penyebab lain gangguan pola menstruasi adalah RLPP (Andriani, 2018). RLPP adalah salah satu cara untuk mengidentifikasi status obesitas sentral yang menunjukkan akumulasi lemak pada intra-abdominal. Akumulasi lemak yang tinggi menyebabkan ketidakseimbangan hormon yang terjadi selama proses menstruasi, seperti estrogen, progesteron, FSH, dan LH. Perubahan dalam produksi hormon reproduksi ini menyebabkan berbagai masalah menstruasi, termasuk siklus menstruasi yang lebih panjang dan lama pendarahan selama menstruasi, serta masalah lain yang menyertai menstruasi, seperti dismenorea (Karina et al., 2017).

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Rasio Lingkar Pinggang Panggul terhadap Siklus Menstruasi pada Kadet Mahasiswi *Cohort 4* Universitas Pertahanan Republik Indonesia”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka permasalahan penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut:

- a. Bagaimana gambaran IMT pada kadet mahasiswi *cohort* 4 Universitas Pertahanan Republik Indonesia?
- b. Bagaimana gambaran RLPP pada kadet mahasiswi *cohort* 4 Universitas Pertahanan Republik Indonesia?
- c. Bagaimana gambaran siklus menstruasi pada kadet mahasiswi *cohort* 4 Universitas Pertahanan Republik Indonesia?
- d. Apakah terdapat hubungan IMT dengan siklus menstruasi pada kadet mahasiswi *cohort* 4 Universitas Pertahanan Republik Indonesia?
- e. Apakah terdapat hubungan RLPP dengan siklus menstruasi pada kadet mahasiswi *cohort* 4 Universitas Pertahanan Republik Indonesia?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

- a. Mengetahui hubungan IMT dengan siklus menstruasi pada kadet mahasiswi *cohort* 4 Universitas Pertahanan Republik Indonesia.
- b. Mengetahui hubungan RLPP dengan siklus menstruasi pada kadet mahasiswi *cohort* 4 Universitas Pertahanan Republik Indonesia.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran IMT pada kadet mahasiswi *cohort* 4 Universitas Pertahanan Republik Indonesia.
- b. Mengetahui gambaran RLPP pada kadet mahasiswi *cohort* 4 Universitas Pertahanan Republik Indonesia.
- c. Mengetahui gambaran siklus menstruasi pada kadet mahasiswi *cohort* 4 Universitas Pertahanan Republik Indonesia.
- d. Mengetahui hubungan IMT dengan siklus menstruasi pada kadet mahasiswi *cohort* 4 Universitas Pertahanan Republik Indonesia.

- e. Mengetahui hubungan RLPP dengan siklus menstruasi pada kadet mahasiswi *cohort* 4 Universitas Pertahanan Republik Indonesia.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian, maka manfaat pada penelitian ini sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Di bidang akademik akan memperkaya ilmu pengetahuan khususnya tentang hubungan IMT dan RLPP terhadap siklus menstruasi pada kadet mahasiswi *cohort* 4 Universitas Pertahanan Republik Indonesia.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan lebih banyak informasi dan materi tentang penerapan metode penelitian ilmiah terkait hubungan IMT dan RLPP terhadap siklus menstruasi pada kadet mahasiswi *cohort* 4 Universitas Pertahanan Republik Indonesia.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Kadet Mahasiswi *Cohort* 4 UNHAN RI

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah informasi dan wawasan bagi kadet mahasiswi *cohort* 4 UNHAN RI agar dapat mengontrol pola hidup, gizi seimbang, dan bisa menjaga berat badan optimal agar terhindar dari gangguan siklus menstruasi.

b. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan bagi institusi untuk memberikan wawasan terkait kebijakan kampus kepada kadet mahasiswi sebagai referensi, informasi tambahan, pengetahuan, dan pengalaman tentang hubungan IMT dan RLPP terhadap siklus menstruasi pada kadet mahasiswi *cohort* 4 untuk menjaga dan menyeimbangkan IMT dan RLPP dalam batas normal.

c. Bagi Peneliti

Menambah wawasan dan pengetahuan serta referensi tentang hubungan IMT dan RLPP terhadap siklus menstruasi pada kadet mahasiswi *cohort* 4 untuk penelitian selanjutnya.

