

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia merupakan negara berkembang dengan jumlah penduduk yang besar dan persebaran penduduk yang belum merata. Berdasarkan data sensus penduduk tahun 2010, jumlah penduduk berjenis kelamin laki-laki sebanyak 119.630.913 (50,43%) dan jumlah penduduk berjenis kelamin wanita sebanyak 118.010.413 (49,57%). Terdapat 63,4 juta penduduk Indonesia adalah remaja. Jumlah tersebut terdiri dari 50,70% remaja laki-laki dan 49,30% remaja putri. Jumlah penduduk yang besar mempengaruhi munculnya berbagai masalah, salah satunya adalah masalah kesehatan. Data *Global Nutrition Report* (2014) menunjukkan bahwa Indonesia termasuk salah satu negara yang memiliki permasalahan gizi.

Remaja mengalami perubahan dimana terjadi pertumbuhan fisik, mental dan emosional yang sangat cepat (Proverawati dan Asfuah, 2009). Kebutuhan gizi remaja laki-laki dan wanita berbeda, karena wanita mengalami perubahan besar dalam sistem reproduksinya. Remaja putri yang terpelihara status gizinya, akan terpelihara kesehatan reproduksinya (Proverawaty dan Wati, 2011). Perubahan hormon yang menyertai pubertas juga menyebabkan banyak perubahan fisiologis dan mempengaruhi kebutuhan gizi pada remaja (Tarwoto dkk, 2010). Selain itu, status gizi pada

remaja putri juga mempengaruhi sistem hormonal, yang terkait dengan jumlah lemak dalam tubuh. Lemak mempengaruhi produksi hormon estrogen, dimana hormon tersebut merupakan salah satu hormon yang mempengaruhi sistem reproduksi remaja putri (Verawaty dan Rahayu, 2012).

Sistem reproduksi remaja putri tidak hanya dipengaruhi oleh kondisi status gizinya. Masalah kesehatan lain yang sering muncul pada remaja putri adalah anemia. Anemia menyebabkan anoksia (kekurangan suplai oksigen) pada organ tubuh karena berkurangnya jumlah oksigen yang dibawa darah ke jaringan. Hal ini menyebabkan menurunnya kerja organ tubuh dan terganggunya metabolisme tubuh, termasuk sistem neurologi yang dapat mempengaruhi sistem reproduksi. Salah satu gejala umum yang muncul akibat anemia adalah gangguan urogenital yang berupa gangguan menstruasi (Handayani dan Hariwibowo, 2008).

Permasalahan status gizi pada saat ini tidak hanya berupa kekurangan gizi yang menyebabkan tubuh kurus atau berat tubuh kurang/*underweight*, melainkan juga karena berat badan berlebih atau disebut dengan obesitas/*overweight*. Hasil penelitian Felicia (2015) menunjukkan bahwa remaja putri dengan status gizi kurus dan gemuk mayoritas mengalami siklus menstruasi tidak teratur. Menurut Wahyuningsih (2012) terdapat hubungan yang bermakna antara kadar hemoglobin dengan siklus menstruasi. Menurut Anggarini (2012) terdapat hubungan yang signifikan

antara kadar hemoglobin dan status gizi dengan pola siklus menstruasi pada remaja akhir. Anemia dapat mempengaruhi perubahan siklus menstruasi. Anemia juga dapat disebabkan oleh kelainan koagulasi yang apabila tidak ditangani dapat mengakibatkan terganggunya pola siklus menstruasi.

Keteraturan siklus menstruasi sangat penting bagi wanita, karena berhubungan dengan tingkat kesuburan. Jarak menstruasi yang terlalu panjang dapat menjadi tanda bahwa tidak terjadinya ovulasi dalam tubuh wanita. Siklus menstruasi yang tidak teratur pada remaja juga dapat mengganggu prestasi belajarnya, karena ketidakaturan hormon dalam tubuh dapat menyebabkan remaja rentan mengalami stres, sensitif, dan gangguan psikologis yang mempengaruhi minat belajar serta prestasi di sekolah (Verawaty dan Rahayu, 2012).

Hasil survei *National Health and Nutrition Examination Survey* tahun 2009-2010 (National Obesity Observatory, 2011) di Amerika, persentase obesitas berdasarkan kelompok umur tertinggi dialami oleh remaja umur 12-19 tahun sebesar 33,6%. Data Riskesdas tahun 2013 menunjukkan bahwa, prevalensi gizi lebih pada remaja umur 16-18 tahun mengalami peningkatan dari tahun 2007 yang semula hanya 1,4% menjadi 7,3%. Berdasarkan data Riskesdas 2010, secara nasional obesitas didominasi oleh perempuan. Kejadian obesitas di Jawa Tengah pada remaja umur 15 tahun keatas mencapai 18,4%, sedangkan kejadian obesitas di Kota Surakarta sebanyak 10,7%. World Health Organization/WHO (2008) melaporkan bahwa

prevalensi anemia pada wanita tidak hamil di Asia Tenggara mencapai 45,7%. Indonesia memiliki prevalensi anemia pada wanita tidak hamil sebanyak 33,1%. Data Survei Kesehatan Rumah Tangga/SKRT (2004) prevalensi anemia remaja putri usia 10-18 tahun sebanyak 57,1%. Prevalensi anemia secara nasional setelah disesuaikan menurut acuan Riskesdas tahun 2007 adalah sebesar 11,9%. Jawa tengah memiliki prevalensi jauh di atas nasional yaitu sebesar 22,8%.

Hasil studi pendahuluan di SMA Batik 1 Surakarta terhadap 20 siswi, terdapat 20% siswi dengan status gizi gemuk dan obesitas, 50% siswi dengan anemia, dan terdapat 30% siswi mengalami siklus menstruasi yang tidak normal. Penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan di SMA Batik 1 Surakarta oleh Cahyaningrum (2013) menunjukkan bahwa terdapat 44,7% remaja putri memiliki status gizi tidak normal (kurang 17,9% dan lebih 26,8%). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Novitasari (2014) di SMA Batik 1 Surakarta menunjukkan bahwa terdapat 46% remaja putri mengalami anemia. Berdasarkan penelitian sebelumnya, prevalensi status gizi tidak normal (gizi kurang dan lebih) dan anemia di SMA Batik 1 Surakarta tergolong tinggi. Status gizi dan anemia mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja, akibat dari terganggunya keseimbangan hormon dalam tubuhnya. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk menganalisis “Hubungan antara Status Gizi dan Anemia dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Batik 1 Surakarta”.

B. Masalah Penelitian

Adakah hubungan antara status gizi dan anemia dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Batik 1 Surakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara status gizi dan anemia dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Batik 1 Surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran status gizi remaja putri di SMA Batik 1 Surakarta.
- b. Mengetahui gambaran anemia remaja putri di SMA Batik 1 Surakarta.
- c. Menganalisis hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Batik 1 Surakarta.
- d. Menganalisis hubungan antara anemia dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMA Batik 1 Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi lingkungan pendidikan, untuk meningkatkan pengetahuan siswi mengenai status gizi, anemia dan kesehatan reproduksi terutama siklus menstruasi.

2. Bagi penelitian selanjutnya, dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian mendatang.
3. Bagi tenaga kesehatan, sebagai sumber informasi agar lebih memperhatikan masalah kesehatan berupa status gizi dan anemia pada remaja putri.