

Obesitas dan Gangguan Menstruasi pada Siswi di MTsN 2 Banjarmasin**Kristina Yuniarti**Fakultas Keperawatan dan Ilmu Kesehatan; Universitas Muhammadiyah Banjarmasin;
nerskrisyun18@gmail.com (koresponden)**Nur Izzatil Hasanah**

Universitas Muhammadiyah Banjarmasin; izzatil.hasanah97@gmail.com

ABSTRACT

Based on the results of the South Kalimantan Provincial Health Office in 2018 the prevalence of obesity in South Kalimantan is 467 people. obesity is a buildup of excessive fat in the body that has an impact on health, namely menstrual disorders because it affects hormonal imbalances that can cause an increase in estrogen so ovulation does not occur. This study aims to determine the relationship between obesity and menstrual disorders in MTsN 2 Banjarmasin in 2019. The method in this study used analytic design with cross sectional approach. The subjects in this study were 34 female students who were obese and had menstruated. Sampling technique that was using total sampling. Data were analyzed using Spearman rank correlation test. The test results obtained p-value of 0.933 (>0.05), there was no relationship between obesity weight and menstrual disorders in female students at MTsN 2 Banjarmasin. Suggestions though obesity has no effect on menstrual disorders. However, teenagers should pay more attention to the effects of obesity on other reproductive health.

Keywords: obesity; menstrual disorders

ABSTRAK

Berdasarkan hasil dari dinas kesehatan provinsi kalimantan selatan tahun 2018 prevalensi obesitas dikalimantan selatan berjumlah 467 orang. obesitas merupakan penumpukan lemak yang berlebihan didalam tubuh yang menimbulkan dampak terhadap kesehatan yaitu gangguan menstruasi karena mempengaruhi ketidakseimbangan hormon yang dapat menyebabkan peningkatan esterogen sehingga tidak terjadi ovulasi. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara obesitas dengan gangguan menstruasi pada siswi di MTsN 2 Banjarmasin tahun 2019. Metode pada penelitian ini menggunakan desain analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Subyek dalam penelitian ini yaitu 34 orang siswi yang memiliki berat badan obesitas dan sudah mengalami menstruasi. Teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan total sampling. Data dianalisis menggunakan korelasi *Spearman rank*. Hasil uji didapatkan nilai p 0,933 (>0,05), tidak ada hubungan antara berat badan obesitas dengan gangguan menstruasi pada siswi di MTsN 2 Banjarmasin. Saran meskipun obesitas tidak berpengaruh terhadap gangguan menstruasi. Namun sebaiknya pada remaja lebih memperhatikan tentang dampak obesitas terhadap kesehatan reproduksi lainnya.

Kata kunci: obesitas; gangguan menstruasi

PENDAHULUAN

Perkembangan manusia tidak pernah statis, semenjak pembuahan atau konsepsi selalu terjadi perubahan, setelah lahir kehidupan seorang wanita mengalami beberapa masa yaitu masa bayi, kanak-kanak dan sampai masa pubertas atau remaja. Pada saat memasuki masa pubertas, anak perempuan akan mengalami menstruasi sebagai tanda bahwa sistem reproduksinya sudah aktif. Pada usia ini tubuh wanita mengalami perubahan-perubahan, karena mulai memproduksi hormon-hormon yang akan mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan sistem reproduksi⁽¹⁾.

Menstruasi merupakan pendarahan secara periodik dan siklik dari uterus yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi secara berkala akibat terlepasnya lapisan endometrium uterus.⁽²⁾ Sedangkan gangguan menstruasi sering ditemukan pada wanita yang mulai memasuki fase pubertas terjadinya gangguan menstruasi dari pola perdarahan menstruasi metroragia, oligomenorea polymenorea, amenorea, dismenorea.⁽³⁾ Adapun faktor yang mempengaruhi yaitu berat badan obesitas, gangguan nutrisi yang berat, penurunan berat badan dan aktifitas yang berat.⁽¹⁾

Dalam data dari dinas kesehatan provinsi kalimantan selatan remaja yang memiliki berat badan obesitas pada umur 12-18 tahun sebanyak 467 orang pada tahun 2018. Obesitas merupakan suatu kelainan yang terjadi karena adanya ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar sehingga menyebabkan terjadinya penimbunan jaringan lemak dalam tubuh secara berlebihan.⁽⁴⁾

Dampak obesitas bisa mengganggu kesuburan wanita, dampak dari obesitas ini ovarium yang memproduksi sel telur tidak memungkinkan wanita untuk hamil walaupun terjadi pembuahan tetapi janin sulit berkembang sehingga rentan terjadi keguguran.⁽⁵⁾ Pada remaja putri diperlukan status gizi yang baik dalam membantu pertumbuhan remaja termasuk keteraturan siklus menstruasi. Remaja putri yang mengalami asupan lebih atau obesitas dapat menyebabkan gangguan fungsi reproduksi dan berdampak pada gangguan menstruasi.⁽⁶⁾

Berdasarkan hasil penelitian.⁽⁷⁾ Hasil penelitian ini menunjukkan dari 70 orang didapatkan *p-value* sebesar 0,001 dengan uji statistik *Mann-Whitney*. Pada 35 responden yang obese sebanyak 5 responden (14,3%) mengalami siklus menstruasi yang normal dan sebanyak 30 responden (85,7%) mengalami perpanjangan siklus menstruasi. Sedangkan pada 35 responden dengan status gizi yang normal didapatkan sebanyak 32 responden (91,4%) mengalami siklus menstruasi normal dan hanya 3 responden (8,6%) mengalami perpanjangan siklus menstruasi. Terdapat perbedaan yang bermakna rerata panjang siklus menstruasi antara mahasiswi yang berstatus gizi obese dan status gizi normal di Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala dengan nilai *p-value* <0,05. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Februari 2019 di MTsN 2 Banjarmasin dilakukan melalui wawancara dan melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan untuk mendapatkan data siswi yang memiliki berat badan obesitas yaitu terdapat 10 orang siswi yang memiliki berat badan obesitas dan sudah mengalami menstruasi diantaranya termasuk kategori obesitas tingkat I ada 8 orang dan obesitas tingkat II ada 2 orang, didapatkan hasil 7 orang mengalami gangguan menstruasi diantaranya 4 orang mengalami dismenorea, 1 orang hipermenorea, 1 polimenorea, 1 Amenorea dan 3 orang tidak mengalami gangguan menstruasi atau normal. Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan berat badan obesitas dengan gangguan menstruasi pada siswi di MTsN 2 Banjarmasin Tahun 2019.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain analitik dengan metode *cross sectional*, yaitu penelitian yang mendesain pengumpulan datanya dilakukan pada satu titik waktu dimana fenomena yang diteliti selama satu periode pengumpulan data.⁽⁸⁾ Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII dan VIII yang memiliki berat badan obesitas di MTsN 2 Banjarmasin yang berjumlah 34 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII dan VIII yang memiliki berat badan obesitas di MTsN 2 Banjarmasin yang berjumlah 34 orang. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling. Penelitian ini dilaksanakan di MTsN 2 Banjarmasin dari bulan April-juni 2019. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah alat ukur tinggi badan, alat ukur berat badan dan kuesioner. Kuesioner terdiri dari 12 pertanyaan tentang gangguan menstruasi.

Peneliti mengajukan surat izin penelitian ke bagian fakultas, Setelah mendapatkan surat izin. Peneliti menyampaikan surat dari fakultas ke sekolah dan kemenag (kementrian agama kota banjarmasin) untuk melakukan penelitian. Selanjutnya peneliti kemudian memperkenalkan diri terlebih dahulu kepada responden untuk menjelaskan tujuan, manfaat dan prosedur penelitian serta menyerahkan lembar informed consent. Kemudian peneliti melakukan pengambilan data siswi tentang identitas (nama/inisial, alamat, usia, dan jenis kelamin serta menghitung dari pengukuran tinggi badan dan berat badan dengan perhitungan indek massa tubuh. Setelah itu peneliti menyiapkan lembar kuesioner yang berisi pertanyaan-pertanyaan tentang gangguan menstruasi. Data yang telah dikumpulkan dicek, dikelompokkan dan diberikan skor pada masing-masing lembar kuesioner dan selanjutnya melakukan pengolahan data dan analisa data. Untuk menganalisis hubungan berat badan obesitas dengan gangguan menstruasi pada siswi di MTsN 2 Banjarmasin digunakan uji statistik dengan korelasi Spearman rank.

HASIL

Karakteristik Umur Responden yang Memiliki Berat Badan Obesitas Berjumlah 34 Orang

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Umur Responden Tahun 2019

No	Umur	Frekuensi	Persen
1	12	11	32.4
2	13	15	44.1
3	14	8	23.5
Jumlah		34	100.0

Berdasarkan table 1 di atas dapat dilihat bahwa responden memiliki umur 12 tahun sebanyak 11 orang (32,4%), yang memiliki umur 13 tahun sebanyak 15 orang (44,1%) dan yang memiliki umur 14 tahun sebanyak 8 orang (23,5%).

Gambaran Siswi yang Memiliki Berat Badan Obesitas di MTsN 2 Banjarmasin Tahun 2019

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berat Badan Obesitas Tahun 2019

No	Obesitas	Frekuensi	Persen
1	Tingkat I	29	85.3
2	Tingkat II	5	14.7
Jumlah		34	100.0

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar adalah siswi yang memiliki berat badan obesitas tingkat I yang berjumlah 29 orang (85.3%) dan sebagian kecil siswi yang memiliki berat badan obesitas tingkat II berjumlah 5 orang (14.7%).

Gambaran Gangguan Menstruasi pada Siswi yang Memiliki Berat Badan Obesitas di MTsN 2 Banjarmasin Tahun 2019

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Gangguan Menstruasi

No	Menstruasi	Frekuensi	Persen
1	Tidak ada gangguan menstruasi	21	61.8
2	Ada gangguan menstruasi	13	38.2
Jumlah		34	100.0

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar adalah siswi yang tidak mengalami gangguan menstruasi berjumlah 21 orang (61,8 %) dan siswi yang mengalami gangguan menstruasi adalah berjumlah 13 orang (38,2%).

Hubungan Antara Berat Badan Obesitas dengan Gangguan Menstruasi pada Siswi di MTsN 2 Banjarmasin Tahun 2019.

Tabel 4. Hubungan Berat Badan Obesitas dengan Gangguan Menstruasi di MTsN 2 Banjarmasin Tahun 2019

	Menstruasi				Total		P-Value	Nilai r
	Tidak ada gangguan		Ada gangguan		n	%		
	n	%	n	%				
Obesitas tingkat I	18	59,2	11	32,4	29	85,3	0,933	0,015
Obesitas tingkat II	3	8,8	2	5,9	5	14,7		
Total	21	61,8	13	38,2	34	100,0		

Uji Spearman rank dengan hasil $p = 0,933 > \alpha = 0,05$

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa responden yang berjumlah 34 orang yang terdiri dari sebagian siswi yang memiliki berat badan obesitas tingkat I berjumlah 29 orang (85,3%) diantaranya 18 orang (59,2 %) tidak mengalami gangguan menstruasi dan sebagian dari 11 orang (32,4%) mengalami gangguan menstruasi dan siswi yang memiliki berat badan obesitas tingkat II berjumlah 5 orang (14,7%) ada 3 orang (8,8%) tidak mengalami gangguan menstruasi dan 2 orang (5,9%) lainnya mengalami gangguan menstruasi.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 34 orang responden menunjukkan bahwa responden yang memiliki berat badan obesitas tingkat I berjumlah 29 orang (85,3%) dengan presentase lebih banyak dibandingkan dengan siswi yang memiliki berat badan obesitas tingkat II yang berjumlah 5 orang (14,7%). Masa remaja merupakan salah satu periode perkembangan seseorang yang juga disebut masa pubertas. Mereka tidak hanya tumbuh menjadi lebih tinggi dan lebih besar.⁽⁹⁾ Tetapi adapun tanda-tanda lain yang

muncul pada saat masa transisi atau masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai adanya perubahan fisik, psikis dan psikososial. Pada remaja cenderung banyak menghabiskan waktu berjam-jam di depan tv, melakukan pekerjaan, belajar, sekolah, dan kegiatan santai. Bahkan menurut penelitian, lebih dari 2 jam sehari menonton TV bisa menjadi pemicu obesitas.

Obesitas merupakan suatu kondisi dimana akumulasi lemak yang tidak normal atau berlebihan di jaringan adiposa sampai kadar tertentu sehingga dapat menyebabkan gangguan kesehatan⁽¹⁰⁾ Pada saat penelitian remaja yang memiliki berat badan obesitas masih banyak ditemukan dan ada beberapa kategori obesitas seperti obesitas tingkat I dan obesitas tingkat II, obesitas tingkat I merupakan obesitas tingkat ringan yang perhitungan indeks massa tubuhnya dari 25-29,9 sedangkan obesitas tingkat II obesitas tingkat berat yang perhitungan indeks massa tubuhnya dari 30-39,9. Dapat disimpulkan bahwa remaja masih belum memperhatikan pentingnya menjaga berat badan agar tetap ideal karena sebagian remaja masih banyak ditemukan memiliki berat badan obesitas hal ini dikarenakan oleh beberapa faktor yaitu ketidakseimbangan energi, faktor emosional dan aktivitas yang kurang.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 34 orang responden menunjukkan bahwa sebagian besar adalah siswi yang tidak mengalami gangguan menstruasi berjumlah 21 orang (61,8%) sedangkan sebagian kecil siswi yang mengalami gangguan menstruasi berjumlah 13 orang (38,2%).⁽¹¹⁾ Menyatakan bahwa perubahan gangguan menstruasi bisa disebabkan oleh beberapa faktor yang dapat mempengaruhi gangguan menstruasi. Salah satu faktornya yaitu berat badan obesitas karena dapat mempengaruhi fungsi sistem hormonal.

Pada remaja memiliki kecenderungan emosional yang tidak stabil hal ini dapat juga dipengaruhi oleh keadaan fisik salah satunya memiliki berat badan obesitas, selain itu tugas dari sekolah, hasil ulangan yang tidak sesuai dengan harapan hal ini juga dapat mempengaruhi tingkat stress seorang remaja, ketika seseorang mengalami stress tubuh akan mengalami perubahan sistemik yang dapat berpengaruh pada hipotalamus melalui perubahan prolaktin atau endogenous oplat yang dapat memengaruhi elevasi kortisol basal dan menurunkan *luteinizing hormone* (LH) dapatkan menyebabkan gangguan menstruasi. Umumnya usia remaja mempunyai aktifitas fisik yang tinggi disekolah maupun diluar sekolah aktivitas fisik yang berat akan merangsang inhibisi *Gonadotropin Releasing Hormon* (GnRH) dan aktivitas gonadotropin dapat menurunkan level dari serum esterogen. Sehingga hal ini juga bisa menjadi faktor yang mempengaruhi gangguan menstruasi. Pada saat penelitian remaja cenderung banyak melakukan aktifitas fisik seperti mengikuti kegiatan ekstrakurikuler disekolah, sehingga hal ini dapat mempengaruhi sebagian besar responden obesitas yang tidak mengalami gangguan menstruasi berjumlah lebih besar dari responden yang mengalami gangguan menstruasi karena menstruasi tidak hanya dipengaruhi yang dapat mempengaruhi faktor hormonal seseorang, tetapi adapun faktor lain yaitu stress dan aktivitas fisik berlebih yang juga dapat mempengaruhinya.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 34 orang responden menunjukkan bahwa responden yang memiliki berat badan obesitas tingkat I berjumlah 29 orang (85,3%) diantaranya 18 orang (52,9%) tidak mengalami gangguan menstruasi dan sebagian terdiri dari 11 orang (32,4%) mengalami gangguan menstruasi dan sebagian kecil responden yang memiliki berat badan obesitas tingkat II yang berjumlah 5 orang (14,7%) ada 3 orang (8,8%) tidak mengalami gangguan menstruasi dan ada 2 orang (5,9%) lainnya mengalami gangguan menstruasi. Remaja yang memiliki berat badan obesitas dapat mengalami gangguan menstruasi karena bisa meningkatkan jumlah esterogen dalam darah sehingga jumlah lemak dalam tubuh meningkat tetapi adapun faktor lain yang dapat mempengaruhinya yaitu stress dan aktivitas fisik.⁽¹²⁾ Adapun faktor yang mempengaruhi gangguan menstruasi selain gangguan fungsi hormonal, tetapi ada banyak faktor yang berpengaruh seperti stress, aktivitas fisik yang sering ditemukan pada remaja karena masih pada tahap perkembangan. Pada remaja cenderung mengalami perkembangan emosi yang tidak stabil sehingga akan lebih mudah mengalami stress, stress pada remaja bisa disebabkan karena materi ingin menghadapi ulangan kenaikan kelas, pekerjaan sekolah yang banyak dan tuntutan dari orang tua yang ingin melihat anaknya mendapatkan nilai yang bagus, stress lebih banyak dialami pada remaja perempuan karena tuntutan motivasi mereka lebih tinggi, pada saat tubuh seseorang mengalami stress yang berlebih tubuh akan mengalami perubahan sistemik yang dapat berpengaruh pada hipotalamus melalui perubahan prolaktin atau endogenous oplat yang dapat memengaruhi elevasi kortisol basal dan menurunkan *luteinizing hormone* (LH) dapatkan menyebabkan gangguan menstruasi.

KESIMPULAN

Penelitian yang dilakukan memberikan gambaran bahwa berdasarkan presentase terbanyak adalah siswi yang memiliki berat badan obesitas tingkat I dan siswi yang memiliki berat badan obesitas tingkat II. Gangguan menstruasi pada siswi yang memiliki berat badan obesitas diantaranya yang memiliki berat badan obesitas tingkat I dan siswi yang memiliki berat badan obesitas tingkat II, sedangkan siswi yang lainnya tidak mengalami

gangguan menstruasi. Hasil penelitian tidak ada hubungan antara berat badan obesitas dengan gangguan menstruasi pada siswi di MTsN 2 Banjarmasin Tahun 2019.

DAFTAR PUSTAKA

1. Marmi. Kesehatan Reproduksi. Yogyakarta: Pustaka Pelajar; 2013.
2. Nurfadjrnilakesuma. Hubungan Berat Badan dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat III Prodi DIII Kebidanan Stikes Mercubaktijaya Padang. *Jurnal Menara Ilmu*. 2017;11(77)
3. Kusmiran E. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika; 2012.
4. Wulandari, Syamsinar, Lestari, Hariati, Fachlevy FA. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Obesitas Pada Remaja di SMA Negeri 4 Kendari Tahun 2016. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*. 2016;1(3)
5. Sibagarang EE. Kesehatan Reproduksi Wanita. Jakarta: TV Info Media; 2010.
6. Novita R. Hubungan Status Gizi Dengan Gangguan Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA Al-Azhar Surabaya. *Amerta Nutrition*. 2018;2(2):172-181.
7. Basill, Ikhsanuddin, Dewi, Puspa, Tgk, Marisa. Perbedaan Rerata Panjang Siklus Menstruasi antara Mahasiswi Berstatus Gizi Normal di Fakultas Kedokteran Universitas Syiah Kuala. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Medisia*. 2017;2(4):23-27.
8. Swarjana K. Metodologi Penelitian Kesehatan Edisi Revisi. Yogyakarta: CV Andi Offset; 2015.
9. Felia, Hutagol, Esther, Kundre, Rina. Hubungan Status Gizi Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri di PSIK FK UNSRAT Manado. *Ejournal Kep (e-kep)*. 2015;3(1).
10. Hendra, Christine, Manampiring, Aaltje E, Budiarmo, Fona. Faktor-faktor Risiko Terhadap Obesitas Pada Remaja di Kota Bitung. *Jurnal e.Biomedik (eBm)*. 2016;(4)1.
11. Pebrina, Melia. Hubungan Status Gizi Dengan Keteraturan Siklus Menstruasi Pada Siswi Remaja Di SMAN 12 Padang Tahun 2015. *Jurnal Medika Sainatika*. 2016;7(2).
12. Endah, Puji, Noranita L. Prevalensi Kejadian Gangguan Menstruasi berdasarkan Indeks Masa Tubuh (IMT) pada Siswa Kelas VII SMP. *Jurnal Kebidanan*. 2016;(3).