

**HUBUNGAN IMT TERHADAP SIKLUS HAID WANITA USIA
SUBUR DI KLINIK PANJI HUSADA KABUN****HELZUSRITA¹, SRIWULANDARI², ROMYWAHYUNY³**

⁽¹⁾Program Studi S1 Kebidanan/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir pengaraian,
Jl. Tuanku Tambusai, Kumu Rambah Hilir.
Email : helzus77@gmail.com

⁽²⁾Program Studi DIII Kebidanan/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir
Jl. Tuanku Tambusai, Kumu Rambah Hilir.
Email : sriwulandari@upp.ac.id

⁽³⁾Program Studi DIII Kebidanan/Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir
Pengaraian, Jl. Tuanku Tambusai, Kumu Rambah Hilir.
Email : romywahyuni@upp.ac.id

ABSTRAK

Menstruasi adalah perdarahan dengan periode tertentu yang termasuk bagian dari fungsional biologis wanita sepanjang siklus kehidupannya. Imt merupakan alat untuk mengukur status gizi seseorang yang diintreprestasikan dalam 3 kriteria yaitu kurus, normal dan gemuk. Berdasarkan Riskesdas 2018 Indonesia mengenai status gizi menurut IMT penduduk usia >18 tahun menunjukkan bahwa sebesar 8,7% mengalami gizi kurang, 13,5% mengalami gizi lebih, dan 15,4% mengalami obesitas. Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui Hubungan IMT Terhadap siklus haid pada wanita usia subur di Klinik Panji Husada. Metode penelitian kuantitatif analitik dengan desain *Cross sectional*. Jumlah sampel 49 orang. Tehknik pengambilan sampel secara *simple random sampling*. Tehnik Pengumpulan data yang digunakan peneliti yaitu dengan pendekatan *deskriptif klerasional*. Alat pengumpulan data yaitu menggunakan lembar *cheklist*. Uji analisa data dilakukan univariat dan bivariat (uji *chi-square*). Hasil penelitian dari uji *chi-square* diperoleh nilai $p=0,516$ artinya tidak ada hubungan antara IMT terhadap siklus haid wanita usia subur di Klinik Panji Husada Kecamatan Kabun. Saran Bagi Prodi SI Kebidanan Penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi mengenai hubungan antara IMT terhadap siklus haid wanita usia subur.

Kata kunci: IMT, WUS, Siklus Haid

ABSTRACT

Menstruation is bleeding with a certain period which is part of a woman's biological function throughout her life cycle. BMI is a tool to measure a person's nutritional status which is interpreted in 3 criteria, namely thin, normal and fat. Based on Indonesia's 2018 Riskesdas regarding nutritional status according to BMI population aged > 18 years showed that 8.7% experienced malnutrition, 13.5% experienced excess nutrition, and 15.4% experienced obesity. The purpose of this study was to determine the relationship between BMI and the menstrual cycle in women of childbearing age at the Panji Husada Clinic. Analytical quantitative research method with cross sectional design. The number of samples is 49 people. The sampling technique is simple random sampling. The data collection technique used by researchers is a

correlational descriptive approach. The data collection tool is using a checklist sheet. Data analysis test was carried out univariate and bivariate (*chi-square test*). The results of the research from the *chi-square* obtained $p = 0.516$, meaning that there is a not relationship between BMI and the menstrual cycle of women of childbearing age at the Panji Husada Clinic, Kabun District. Suggestions for the Midwifery SI Study Program This research can be an additional reference regarding the relationship between BMI and the menstrual cycle of women of childbearing age.

Keywords: IMT, WUS, Menstrual Cycle

PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan perdarahan dengan periode tertentu yang termasuk bagian dari fungsional biologis wanita sepanjang siklus kehidupannya. Proses menstruasi dapat menimbulkan potensi masalah kesehatan reproduksi wanita yang berhubungan dengan fertilitas yaitu pola menstruasi. Gangguan proses menstruasi dapat berupa lama nya siklus bias menimbulkan penyakit kronis (Sinaga *et al.*, 2017). Gangguan menstruasi merupakan indikator penting yang menunjukkan adanya gangguan fungsi system reproduksi yang dihubungkan dengan peningkatan resiko berbagai penyakit seperti kanker rahim dan payudara, fraktur tulang, dan infertilitas. Perubahan panjang dan gangguan keteraturan siklus menstruasi menggambarkan adanya perubahan produksi hormon reproduksi. Pemendekan masa folikuler menyebabkan siklus menstruasi menjadi lebih singkat (polimenore) berhubungan dengan penurunan kesuburan dan keguguran, sedangkan pemanjangan siklus menstruasi (oligomenore) berhubungan dengan kejadian anovulasi, keguguran dan infertilitas. Siklus menstruasi dikatakan normal jika jarak antara hari pertama keluarnya darah dan hari pertama menstruasi berikutnya terjadi dengan selang waktu 21-35 hari (Sinaga *et al.*, 2017). Siklus menstruasi yang tidak teratur kebanyakan terjadi akibat faktor hormonal. Seorang perempuan yang memiliki hormon estrogen dan progesteron yang berlebihan dapat memungkinkan terjadinya menstruasi dalam waktu yang lebih cepat. Sehingga, jika terdapat gangguan menstruasi yang dikarenakan factor hormonal, maka dapat dipastikan perempuan tersebut mengalami gangguan kesuburan (Villasari, 2022). Faktor yang mempengaruhi siklus dan lama hari menstruasi seperti aktifitas fisik, stres, diet, faktor hormon, makanan yang di konsumsi, enzim dalam tubuh dan Indeks Masa Tubuh (IMT) (Pritasari, Damayani and Nugraheni, 2017). Indeks masa tubuh merupakan salah satu ukuran untuk memprediksi presentasi lemak didalam tubuh manusia yang diperoleh dari perbandingan berat badan dalam kilogram dengan tinggi badan dalam meter persegi (Sutanto *et al.*, 2022). IMT merupakan alat untuk mengukur status gizi seseorang yang diintrepestasikan dalam 3 kriteria yaitu kurus, normal dan gemuk. Berdasarkan (Risksdas, 2018) Indonesia mengenai status gizi menurut IMT penduduk usia >18 tahun menunjukkan bahwa sebesar 8,7% mengalami gizi kurang, 13,5% mengalami gizi lebih, dan 15,4 % mengalami obesitas. Memiliki IMT yang tinggi atau rendah dapat menyebabkan gangguan menstruasi tidak teratur atau nyeri pada saat menstruasi. Hal ini disebabkan karena lemak merupakan salah satu senyawa di dalam tubuh yang mempengaruhi proses pembentukan hormon estrogen (Sherwood, 2014). Hormon estrogen yang terganggu yang mengakibatkan gangguan siklus menstruasi melalui jaringan adipose pada wanita obesitas. Seorang wanita yang memiliki hormon estrogen dan progesterone yang berlebihan dapat memungkinkan terjadinya menstruasi dalam waktu dekat. Sehingga terdapat gangguan menstruasi yang dikarenakan perempuan tersebut mengalami kesuburan (Villasari, 2022). Perempuan

Indonesia berusia 20-24 tahun yang memiliki siklus menstruasi teratur sebesar 76,7% dan yang tidak teratur 14,4%, sedangkan, di Provinsi Sumatera Utara didapatkan 68,3% siklus yang teratur dan 11,6% perempuan dengan siklus tidak teratur (Riskesmas, 2018). Perbedaan panjangnya pola menstruasi antar wanita yang biasanya disebabkan karena tidak seimbangnya hormon estrogen, progesteron, LH dan FSH karena suatu penyakit, status gizi maupun stress (Hapsari, 2018). Siklus menstruasi yang tidak teratur kebanyakan terjadi akibat faktor hormonal. Seorang perempuan yang memiliki hormon estrogen dan progesteron yang berlebihan dapat memungkinkan terjadinya menstruasi dalam waktu yang lebih cepat. Sehingga, jika terdapat gangguan menstruasi yang dikarenakan factor hormonal, maka dapat dipastikan perempuan tersebut mengalami gangguan kesuburan (Ganong, 2015). Berhubungan dengan fungsi menstruasi, secara khusus jumlah wanita yang anovulasi akan meningkat bila berat badannya meningkat. Pada penelitian ternyata wanita gemuk mempunyai resiko tinggi terhadap ovulasi infertile, dan fungsi ovulasi terganggu, sehingga menjadi tidak subur (G. Hall, 2016). Kekurangan nutrisi pada seseorang akan berdampak pada penurunan fungsi reproduksi. Kekurangan nutrisi sampai terjadi berat badan rendah ataupun malnutrisi dapat menyebabkan terjadinya perubahan hormonal berupa gangguan siklus ovulasi, hal ini yang dapat memicu terganggunya fertilitas (Sinaga *et al.*, 2017). Penelitian meta analisis di lakukan pada 9 studi di benua Eropa dan 4 study di benua Asia dan 1 study di benua Australia. Diperoleh adanya hubungan obesitas dan stress terhadap gangguan siklus haid (Annarahayu Lutfi, Dewi and Adriyani, 2021). Hasil penelitian yang dilakukan (Islami, 2016) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan keteraturan siklus menstruasi. Responden dengan status gizi normal menunjukkan siklus menstruasi yang teratur dibandingkan dengan responden yang memiliki status gizi kurus ataupun status gizi lebih (Umbu *et al.*, 2022). Berdasarkan survey awal di Desa Giti diperoleh bahwa 5 orang wanita usia subur yang berkunjung ke klinik pada bulan Desember 2022 yang mengalami obesitas mengatakan siklus haid nya terganggu. Hal ini menyebabkan peneliti tertarik untuk memilih judul penelitian tentang : Hubungan IMT Terhadap Siklus Menstruasi Pada Wanita Usia Subur di Klinik Panji Husada Kabun.

METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif analitik dengan rancangan penelitian yang digunakan adalah penelitian survey yakni penelitian yang dilakukan pada sekumpulan objek yang lazimnya cukup banyak dalam periode tertentu. Desain penelitian yang digunakan adalah *Cross Sectional* yaitu dengan mengamati data-data populasi atau sampel satu kali saja pada saat yang sama. Penelitian ini akan dilakukan di Klinik Panji Husada, waktu penelitian dilakukan dari bulan Maret 2023. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau objek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Populasi pada penelitian ini adalah wanita usia subur usia 20-40 tahun yang berkunjung di Klinik Panji Husada pada Tahun 2022 sebanyak 96 orang. Sampel pada penelitian ini adalah wanita usia subur yang berkunjung di klinik panji husada tahun 2022. Penentuan sampel (teknik sampel) adalah cara menentukan sampel yang jumlahnya sesuai dengan ukuran sampel yang akan dijadikan sumber data sebenarnya, dengan memperhatikan sifat-sifat penyebaran populasi agar diperoleh sampel yang representatif. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling* yaitu sampel yang dijadikan penelitian merupakan yang dipilih secara acak. Sampel diperoleh dengan teknik *random sampling* yaitu teknik penentuan sampel.

HASIL DAN PEMBAHASAN**A. HASIL**

Hubungan IMT dengan siklus haid wanita usia subur di Klinik Panji Husada

Tabel 4.3. Hubungan IMT terhadap siklus haid wanita usia subur di Klinik Panji Husada (n=49)

IMT	Normal		Tidak Normal		Total		OR (95% CI)	p
	N	%	N	%	N	%		
Normal	14	77,8	4	22,2	18	100	1,925	0,516
Tidak Normal	20	64,5	11	35,5	31	100	0,508-7,295	
Total	34	54,5	15	45,5	49	100,0		

Berdasarkan tabel 4.3. Hubungan IMT dengan siklus haid bahwa dari 49 responden jumlah responden dengan IMT normal sebanyak 18 orang dimana yang siklus haidnya normal ada 14 (77,8%) tidak Normal 4 (22,2%) sedangkan IMT tidak normal sebanyak 31 orang dimana yang siklus haidnya normal 20 (64,5%) dan tidak normal 11 (35,5%). Hasil analisis dengan menggunakan uji *Chi-squared* diperoleh hasil P value = 0,516 dengan taraf signifikan (α) sebesar 0,05. Sedangkan hasil diatas, dapat disimpulkan bahwa nilai tingkat kemaknaan (P value) lebih besar di bandingkan dengan nilai taraf signifikan (α) dimana P value=0,516 $>$ α =0,05, sehingga H_0 di terima sedangkan H_a ditolak artinya tidak Ada hubungan IMT terhadap siklus haid wanita usia subur Di Klinik Panji Husada Kabun.

B. PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini memperoleh nilai p=0,516 yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara IMT terhadap siklus haid pada wanita usia subur di Klinik Panji Husada Kecamatan Kabun. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian oleh (Andini Yuli Hanny, 2022) menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan dari IMT terhadap siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat I DIII Kebidanan. Penelitian lain yang mendukung oleh (Prathita aurora yana et al, 2022) menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang berarti antara persentase lemak tubuh dan IMT dengan ketaraturan siklus menstruasi. Responden pada penelitian ini memiliki karakteristik yang berbeda-beda. Ada yang memiliki

Indeks Massa Tubuh normal tapi memiliki Siklus Menstruasi yang tidak normal, ada yang memiliki Indeks Massa Tubuh tidak normal tetapi memiliki siklus menstruasi yang normal, ada juga yang memiliki Indeks Massa Tubuh tidak normal dan memiliki Siklus Menstruasi yang tidak normal juga. Hal ini dikarenakan pola hidup dari setiap responden yang berbeda-beda, seperti istirahat kurang, pola makan yang tidak terjaga, ditambah tekanan psikologis yang bisa mengakibatkan gangguan pada fungsi hormon (G. Hall, 2016). Siklus haid tidak normal apabila kadar hormon estrogen sebagai pengatur siklus menstruasi tidak stabil. Ketidakstabilan hormon estrogen disebabkan karena jaringan adiposa sebagai sumber pembentukan estrogen tidak terjaga dengan baik. Jaringan adiposa dalam tubuh diproduksi oleh lemak didalam tubuh. Sehingga dapat disimpulkan bahwa lemak didalam tubuh sangat berperan penting dalam pembentukan hormon estrogen. Hilangnya lemak yang berlebih didalam tubuh disebabkan karena intensitas aktivitas fisik seseorang yang berlebih pula (Barret *et al.*, 2016).

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, S., Soetardjo, S. and Soekatri, M. (2017) *Gizi seimbang dalam daur hidup kehidupan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Annarahayu Lutfi, Dewi, Y.L.R. and Adriyani, R.B. (2021) 'Meta-Analysis the Effect of Obesity and Stress on Menstrual Cycle Disorder', *Journal of Maternal and Child Health*, 6(4), pp. 423–435. Available at: <https://doi.org/10.26911/thejmch.2021.06.04.04>.
- Barret, K. *et al.* (2016) *Ganong's Review of Medical Physiology*. 23rd edn, *Developmental Medicine & Child Neurology*. 23rd edn. New York: Mc Graw Hill Lange. Available at: <https://doi.org/10.1111/j.1469-8749.1962.tb03197.x>.
- BKKBN (2017) 'Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2017.', *BPS 2017* [Preprint].
- Fitria, R. *et al.* (2022) *Metodologi Penelitian Kebidanan*. Ujungbatu: Dalni Bintang.
- Fitria, R., Reza, A. and Andriani, R. (2021) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Siklus dan Lama Hari Menstruasi remaja akhir di Desa Rantau Sakti Kecamatan Tambusai Utara Kabupaten Rokan Hulu', *Maternity And Neonatal : Jurnal Kebidanan*, 09.
- Ganong, W. (2015) 'Buku Ajar Fisiologi Kedokteran', in *24th edition*. Jakarta: EGC.
- Hall, G. (2016) 'Buku Ajar Fisiologi Kedokteran (Textbook of Medical Physiology)', in *13th ed.* Jakarta: EGC.
- Hall, G. and (2016) *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran (Textbook of Medical Physiology)*. 13th edn. Jakarta: EGC.
- Hapsari, S. (2018) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Siklus Menstruasi pada Siswi Kelas X di SMA Muhammadiyah 7 Yogyakarta', pp. 1–13.
- Indrawati, N.D. *et al.* (2018) *BUKU AJAR Lesi Pra Kanker Wanita Usia Subur (Pemeriksaan Skrining Tes IVA)*.
- Islami (2016) 'Hubungan Obesitas dengan Siklus Menstruasi pada Wanita Usia Subur di Desa Kaliwungu dan Desa Kedungdowo Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus Tahun 2016', *Rakernas Aipkema*, pp. 194–197.
- Karlinah, N. and Irianti, B. (2022) 'Pengaruh Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap siklus Menstruasi pada Siswi SMA Negeri 1 Kampar Kiri Hilir', *Jurnal Bidan Komunitas*, 4(1). Available at: <http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jbk>.
- Norlina, S. (2022) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Akademi Kebidanan', *Jurnal Keperawatan Suaka Insan (Jksi)*, 7(1), pp. 65–69.

- Available at: <https://doi.org/10.51143/jksi.v7i1.355>.
- Prawirohardjo (2020) *Buku Ilmu Kebidanan*. 4th edn. Sleman: PT BINA PUSTAKA SARWONO PRAWIROHARDJO.
- Prawiroharjo, S. (2018) *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo.
- Pritasari, Damayani, D. and Nugraheni, T.L. (2017) *Gizi Dalam Kehidupan*. Edited by Kemenkes RI. Jakarta: Pusdik SDM Kesehatan.
- Purwanto, T.S. and Sumaningsih, R. (2019) *Modul Ajar Gizi Ibu dan Anak Jilid 2, Prodi Kebidanan Magetan Poltekkes Kemenkes Surabaya*.
- Riskesdas (2018) 'Laporan_Nasional_RKD2018_FINAL.pdf'.
- Ruqaiyah (2020) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh Terhadap Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa AKBID Pelamonia Makassar Tahun 2020', *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*, 4(1).
- Sherwood, L. alih bahasa B.U. (2014) *Fisiologi Manusia dari sel ke sistem*. 6th edn. Jakarta: EGC.
- Sinaga, E. et al. (2017) *Manajemen Kesehatan MENstruasi, Global One*. Jakarta: Universitas Nasional IWWASH Global One.
- Sugiono (2014) *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutanto, L.B. et al. (2022) *Pengukuran Status Gizi Bagi Pemula*. Jakarta: Ukrida Press. Available at: <https://www.ptonline.com/articles/how-to-get-better-mfi-results>.
- Umbu, G. et al. (2022) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Nusa Cendana Kupang', *Cendana Medical Journal*, 23(1), pp. 17–23.
- Villasari, A. (2022) *Fisiologi Menstruasi*. Jawa Timur: Strada Press.
- Wiriarto, G. and Fina Erfiana (2020) 'Gizi dan kebugaran'. Yogyakarta: Graha Ilmu

