

## HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN GANGGUAN HAID

**Mega Ade Nugrahmi**

Program Studi DIII Kebidanan  
Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sumatera Barat  
Jl. By Pass No.9, Aur Birugo Tigo Baleh, Bukittinggi, Sumatera Barat

**e-mail** : mega\_gaulya@yahoo.com

### ABSTRAK

Kejadian status gizi kurang pada remaja putri sering luput dan terabaikan, padahal kualitas sumber daya manusia sebagai indikator keberhasilan pembangunan nasional terletak ditangan remaja. Salah satu cara untuk menentukan keadaan gizi seseorang adalah dengan menentukan Indeks Masa Tubuh ( IMT ), yaitu dengan membandingkan berat badan dan tinggi badan. Tujuan Penelitian ini Diketuinya hubungan Indeks Masa Tubuh dengan gangguan haid pada mahasiswi D-III Kebidanan Stikes Prima Nusantara Bukittinggi. Desain penelitian menggunakan metode analitik dengan design *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswi tingkat II Prodi D-III Kebidanan Stikes Prima Nusantara Bukittinggi yang berjumlah 83 orang. Data yang digunakan adalah data primer dengan metode wawancara. Instrumen menggunakan kuisisioner. Data dianalisis dengan menggunakan dilakukan melalui uji statistik *Chi-Square*. Uji statistik bermakna bila diperoleh nilai  $P < 0,05$  pada CI 95%. Hasil didapatkan bahwa responden yang terganggu pada saat haid lebih banyak pada responden dengan IMT yang kurang yaitu 78,6% dibandingkan dengan IMT yang normal ( 15,15 % ) dan lebih ( 1,2% ). Sedangkan responden yang tidak terganggu pada saat haid lebih banyak pada responden dengan IMT yang normal yaitu 84,84 % dibandingkan dengan IMT yang kurang ( 21,4% ) dan lebih ( 2,4% ). Terdapat hubungan signifikan antara indeks massa tubuh dengan gangguan haid pada mahasiswi tingkat II Prodi D-III Kebidanan Stikes Prima Nusantara Bukittinggi.

**Kata Kunci** : indeks massa tubuh, gangguan haid, remaja

### ABSTRACT

The occurrence of malnutrition status among young girls is often missed and neglected, whereas the quality of human resources as an indicator of the success of national development lies in the hands of adolescents. One way to determine a person's nutritional state is by determining the Body Mass Index (BMI), which is by comparing weight and height.. Objective Knowing the relationship of Body Mass Index with menstrual disorders in D-III Midwifery students at Stikes Prima Nusantara Bukittinggi. The study design used analytical methods with cross sectional design. The population in this study were all female college students at the Second D-III Study Program of Stikes Prima Nusantara Bukittinggi, totaling 83 people. The data used are primary data with interview methods. The instruments used questionnaires. Data were analyzed using the Chi-Square statistical test. Statistical tests were significant when P values 0.05 were obtained at 95% CI. It was found that respondents who were disturbed during menstruation were more in respondents with less BMI ie 78.6% compared to normal BMI (15.15%) and more (1.2%). Whereas respondents who were not interrupted during menstruation were more likely to be respondents with a normal BMI of 84.84% compared with less BMI (21.4%) and more (2.4%). There is a significant relationship between body mass index and menstrual disorders in the level II students of D-III Study Program Midwifery in Stikes Prima Nusantara Bukittinggi.

**Keyword** : body mass index, menstrual disorders, teenagers

## PENDAHULUAN

Perubahan dramatis dalam bentuk dan ciri-ciri fisik berhubungan erat dengan mulainya pubertas. Aktivitas kelenjar pituitary pada saat ini berakibat dalam sekresi hormon yang meningkat, dengan efek fisiologis yang tersebar luas. Hormon pertumbuhan memproduksi dorongan pertumbuhan yang cepat, yang membawa tubuh mendekati tinggi dan berat dewasanya dalam sekitar dua tahun. Dorongan pertumbuhan terjadi lebih awal pada pria dari pada wanita. Juga menandakan bahwa wanita lebih dulu matang secara seksual dari pada pria. Pencapaian kematangan seksual pada gadis remaja ditandai oleh kehadiran menstruasi atau haid (Sundari,2009).

Salah satu indikator kesehatan reproduksi adalah haid yang merupakan perdarahan periodik dan siklik dari rahim. Perdarahan tersebut merupakan akibat dari runtuhnya jaringan endometrium, tanpa terjadinya suatu kehamilan (Enud J. Suryana dkk, 2000). Jika ada gangguan hormon terutama berhubungan dengan hormon Salah satu indikator kesehatan reproduksi adalah haid yang merupakan perdarahan periodik dan siklik dari rahim. Perdarahan tersebut merupakan akibat dari runtuhnya jaringan endometrium, tanpa terjadinya suatu kehamilan (Enud J. Suryana dkk, 2000). Jika ada gangguan hormon terutama berhubungan dengan hormon progesteron, estrogen, LH dan FSH hal ini akan mempengaruhi fungsi kerja hormon lain termasuk kerja hormon reproduksi yang mempengaruhi perangsangan terjadinya gangguan haid.

Indeks Masa Tubuh (IMT) merupakan faktor yang berperan dalam kelainan siklus haid. Banyak kelainan haid yang diderita seseorang yang memiliki nilai IMT di atas normal atau di bawah normal.

Pada seseorang yang memiliki IMT diatas normal akan mengalami kelainan haid berupa oligomenore, sedangkan seseorang yang memiliki IMT dibawah normal akan mengalami kelainan haid berupa amenorea (Sundary,2009)

WHO menjelaskan, kenaikan IMT merupakan faktor risiko besar untuk beberapa jenis penyakit dan Johannes menambahkan risiko penyakit lainnya seperti perlemakan hati, batu empedu, gangguan hormonal sehingga haid jarang, sulit hamil, kolesterol dan lain-lain. Menurut proyeksi global WHO di tahun 2005 mengindikasikan sekitar 1,6 miliar orang dewasa (15 tahun ke atas) mengalami overweight dan sedikitnya 400 juta orang dewasa mengalami obesitas. Diperkirakan pada tahun 2015 sekitar 2,3 miliar orang mengalami overweight dan lebih dari 700 juta yang obesitas (WHO, 2005)

Pada penelitian yang dilakukan pada 734 wanita di Polandia didapatkan angka kejadian poliminorea mencapai 6.7% (Skierska, 1996). Pada penelitian lain pada 146 remaja di belanda didapatkan angka kejadian polimenorea 1.37% (Van Hoof, 1998). Penelitian terhadap 53 penderita insulin dependent diabetes melitus (IDDM) didapatkan 14.95% diantaranya mengalami polimenorea (Snadjrova, 1999).

Sebuah penelitian di Arab Saudi (3% underweight, 17% normal, 42% overweight, dan 38% obese) mendapatkan bahwa angka kejadian oligominorea meningkat antara 18% sampai 32% sebanding dengan meningkatnya IMT (Hamilton dkk, 1995).

Data statistik menunjukkan kurang lebih 37 % dari jumlah penduduk di Indonesia adalah remaja. Dalam survei 2 tahunan, angka obesitas pada remaja meningkat, Tingkat obesitas pada 2007 saja ditemukan 19,1 %. (Depkes). Sedangkan prevalensi remaja dengan IMT kurus berkisar antara 30%–40%. (Depkes, 2007)

Berdasarkan hasil survey awal dari 13 orang mahasiswi Tingkat II Program Studi DIII Kebidanan di Stikes Prima Nusantara Bukittinggi yang diteliti diketahui bahwa sekitar 13 % mahasiswi yang mengalami gangguan haid.

**BAHAN DAN METODE**

Desain penelitian menggunakan metode analitik dengan design *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswi tingkat II Prodi D-III Kebidanan Stikes Prima Nusantara Bukittinggi yang berjumlah 96 orang, dimana 13 orang sudah dijadikan sampel pada survey awal sehingga populasi penelitian menjadi 83 orang. Data yang digunakan adalah data primer dengan metode wawancara. Instrumen menggunakan kuisisioner. Data dianalisis dengan menggunakan dilakukan melalui uji statistik *Chi-Square*. Uji statistik bermakna bila diperoleh nilai  $P < 0,05$  pada CI 95%.

**HASIL**

**A. Hasil Analisa Univariat**

**1. Gambaran Indeks Massa Tubuh**

**Tabel 1**  
**Distribusi Responden Menurut Indeks Massa Tubuh Pada Mahasiswi Tingkat II Prodi D-III Kebidanan Stikes Prima Nusantara Bukittinggi**

Indeks Massa Tubuh	Jumlah	Presentase
Kurang	14	16,9
Normal	66	79,5
Lebih	3	3,6
Total	83	100

Dari table analisis distribusi frekuensi responden menurut Indeks Massa Tubuh didapatkan bahwa sebagian besar

responden memiliki indeks massa tubuh dalam kategori normal yaitu sebanyak 66 orang ( 79,5% ).

**2. Gangguan Haid**

**Tabel 2**  
**Distribusi Responden Menurut Gangguan Haid Pada Mahasiswi Tingkat II Prodi D-III Kebidanan Stikes Prima Nusantara Bukittinggi**

Gangguan Haid	Jumlah	Presentase
Terganggu	22	26,6
Tidak terganggu	61	73,4
Total	83	100

Dari table analisis distribusi frekuensi responden menurut gangguan haid didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswi tingkat II Prodi D-III Kebidanan Stikes Prima Nusantara Bukittinggi tidak terganggu saat haid yaitu sebanyak 61 orang ( 73,4% ).

**C. Hasil Analisa Bivariat**

**Tabel 3**  
**Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Gangguan Haid Pada Mahasiswi Tingkat II Prodi D-III Kebidanan Stikes Prima Nusantara Bukittinggi**

Indeks Massa Tubuh	Gangguan Haid				Total		p value
	Terganggu		Tidak Terganggu		n	%	
	n	%	N	%			
Kurang Normal Lebih	1	78,6	3	21,4	1	10	
	1	15,1	5	84,8	4	0	
	1	5	6	4	6	10	
Total	0	1,2	2	2,4	6	0	
	1				3	10	
Total	2	94,9	6	5,05	8	10	
	2	5	1		3	0	

Dari table analisis hubungan Indeks Massa Tubuh dengan gangguan haid didapatkan bahwa responden yang terganggu pada saat haid lebih banyak pada

responden dengan IMT yang kurang yaitu 78,6% dibandingkan dengan IMT yang normal ( 15,15 % ) dan lebih ( 1,2% ). Sedangkan responden yang tidak terganggu pada saat haid lebih banyak pada responden dengan IMT yang normal yaitu 84,84 % dibandingkan dengan IMT yang kurang ( 21,4% ) dan lebih ( 2,4% ). Analisa tersebut memperlihatkan bahwa semakin baik indeks massa tubuh semakin rendah kemungkinan terjadinya gangguan responden pada saat haid. Berdasarkan hasil analisa statistic *chi-square* diperoleh nilai  $p=0.05$  .Dari nilai  $p$  tersebut dapat dijelaskan bahwa  $H_0$  ditolak artinya terdapat hubungan signifikan antara indeks massa tubuh dengan gangguan haid pada mahasiswi tingkat II Prodi D-III Kebidanan Stikes Prima Nusantara Bukittinggi.

## PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa mahasiswi tingkat II Prodi D-III Kebidanan Stikes Prima Nusantara Bukittinggi yang mengalami gangguan pada saat haid lebih banyak terjadi pada responden dengan IMT yang kurang yaitu 78,6% dibandingkan dengan IMT yang normal ( 15,15% ) dan IMT lebih ( 1,2% ). Sedangkan responden yang tidak mengalami gangguan pada saat haid lebih banyak pada responden dengan IMT normal yaitu 84,84% dibandingkan dengan IMT yang kurang ( 21,4% ) dan IMT lebih ( 2,4% ). Analisa tersebut memperlihatkan bahwa IMT yang normal dapat menurunkan kemungkinan terjadinya gangguan haid.

Melalui uji *person chi-square test* diperoleh nilai  $p= 0,001$ . Dari nilai  $p$  tersebut dapat dijelaskan bahwa  $H_0$  ditolak artinya terdapat hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh dengan gangguan haid pada mahasiswi tingkat II Prodi D-III Kebidanan Stikes Prima Nusantara Bukittinggi.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Dahliansyah ( 2008 ), dimana hasil penelitiannya 46 % responden mempunyai nilai IMT dalam kategori kurang, sebagian besar responden mempunyai siklus haid yang tidak teratur. Disini menunjukkan bahwa semakin baik nilai IMT seseorang maka semakin baik pula siklus haid orang tersebut.

Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa gizi kurang atau terbatas selain akan mempengaruhi pertumbuhan, fungsi organ tubuh, juga akan menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi. Hal ini akan berdampak pada gangguan haid, tetapi akan membaik bila asupan nutrisinya baik. Pada remaja wanita perlu mempertahankan status gizi yang baik, dengan cara mengkonsumsi makanan seimbang karena sangat dibutuhkan pada saat haid, terbukti pada saat haid tersebut terutama pada fase lutea ( produksi progesteron ) akan terjadi peningkatan kebutuhan nutrisi. Apabila hal ini diabaikan maka dampaknya akan terjadi keluhan-keluhan yang menimbulkan rasa ketidaknyamanan selama siklus haid ( Paath & Erna Francin,2004 )

Siklus datang bulan tidak teratur merupakan salah satu keluhan seputar organ reproduksi yang paling sering dikeluhkan wanita. Pada umumnya siklus datang bulan berlangsung 28 hari, tetapi pada sebagian wanita siklus tersebut tidak sama, antara 20 dan 35 hari.

Hasil penelitian ini juga sama dengan hasil penelitian Lennita ( 2008 ), dimana status gizi mempengaruhi gangguan dari siklus haid. Dari hasil penelitiannya pada responden yang mengalami gangguan haid didapatkan pada responden yang mempunyai nilai IMT dalam kategori kurus yaitu sebanyak 56,4 % . Disini menunjukkan bahwa status gizi yang baik akan terhindar

dari gangguan haid dibandingkan dengan status gizi yang kurang.

Dari hasil penelitian ini kecendrungan terjadinya gangguan haid disebabkan oleh karena pengaruh hormonal, penurunan berat badan yang drastis, stress, kecemasan dan diet yang tidak terkontrol. Oleh karena itu pemantauan keadaan tersebut perlu dilakukan oleh setiap orang secara berkesinambungan. Mempertahankan berat badan normal memungkinkan seseorang dapat mencapai usia harapan hidup yang lebih panjang dengan penerapan hidangan sehari-hari yang lebih seimbang.

#### KEPUSTAKAAN

- Chandra, Budiman. 1995. *Pengantar Statistik Kesehatan*. Jakarta : EGC
- Clayton. 2000, *The sex hormones*, Gynecology by ten teacher.
- Enud J. Surjana, Ali Baziad, Andon Hestiantoro. 2000, *Siklus Menstruasi dan Gangguan Haid*, Kumpulan kuliah Obstetri dan Ginekologi FKUI 2000, diakses dari <http://go.to/cakul>. Juli.2007
- Eschleman. 1999, *Intriductory nutrition and dit therapy*
- Garrow JS. 2000, *Obesity, Human nutrition and diatetics*
- Hamilton CJM, Jorandi KA, Sieck UV. 2000, *High prevalence of obesity in Saudi infertility population*.
- Lubis Peti, *Berat Badan Pengaruhi Siklus Haid*, diakses dari <http://www.vivanews.com>. Januari, 2009.
- Manuaba, 2009. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita Edisi 2*. Jakarta:ECG
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2005. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Pedoman Praktis Memantau Status Gizi Orang Dewasa*, 11 Mai 2011, diakses dari [www.mer-c.org/penyakit-kulit/227-penurunan-berat-badan-dan-sakit-di-punggung.html](http://www.mer-c.org/penyakit-kulit/227-penurunan-berat-badan-dan-sakit-di-punggung.html)
- Pengaruh Psikologis Gangguan Haid*, 28 November 2008, diakses dari <http://www.gangguan-haid.com>
- Skiersa E, Bytrizarowska J, Gajewski AK. 1999, *Risk analysis of menstrual disorder in young women from urban population menstrual disorder*.
- Snadderova M, Martinck J, Horejsi J, Novakova D, Lebl J, Kolouskova J. 1999. *Premenarhal and post menarche girl with insulin dependent diabetes mellitus: ovarium and other organ specific autoantibodies, menstrual cycle*.
- Sunday. 2009, *Kesehatan Reproduksi Remaja*, diakses dari <http://www.kesrepro.com>
- Van Hoof MH. 1998, *Polycystic Ovaries in adolescent asociated with menstrual irregularities*. Highlight of the 16<sup>th</sup> world congres on fertility and sterility
- Winkjosastro-Hanifa, Saifuddin-Abdul Basri, Rachimhadhi-Triatmojo, 2005. *Ilmu Kandungan*, edisi 2. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo