

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Dismenorea merupakan nyeri yang terjadi pada saat haid yang ditandai dengan rasa kram dan berpusat di abdomen bawah. Keluhan nyeri yang dirasakan bervariasi dari ringan hingga berat (Hendarto, 2011). Status gizi yang rendah (*underweight*) dapat diakibatkan karena asupan makanan yang kurang, termasuk zat besi yang dapat menimbulkan anemia, sedangkan status gizi lebih (*overweight*) dapat juga mengakibatkan dismenore karena terdapat jaringan lemak yang berlebihan yang dapat mengakibatkan terdesaknya pembuluh darah oleh jaringan lemak pada organ reproduksi wanita, sehingga darah yang seharusnya mengalir pada proses menstruasi terganggu dan mengakibatkan nyeri pada saat menstruasi (Sofia, 2013).

Prevalensi dismenore di dunia menunjukkan frekuensi yang cukup tinggi, menurut WHO rata-rata insidensi terjadinya dismenore pada wanita muda antara 16,8 – 81%. Di Inggris dilaporkan 45 -97% wanita dengan keluhan dismenore, dimana prevalensi hampir sama ditemui di negara-negara Eropa. Prevalensi terendah dijumpai di Bulgaria (8,8%) dan prevalensi tertinggi di negara Finlandia (94%) (Latthe, 2006). Di Indonesia angka kejadian dismenore berkisar 55% dikalangan wanita usia muda (Ernawati, 2010).

Remaja putri dengan status gizi normal menurut BMI menunjukkan bahwa mereka telah memenuhi kebutuhan untuk tubuh mereka. Hal tersebut dilakukan untuk memenuhi kebutuhan energi dan zat gizi sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Dedeh (2010) yakni kebutuhan energi dan zat gizi usia remaja ditujukan untuk reposisi jaringan tubuhnya. Masa remaja merupakan masa transisi penting pertumbuhan dari anak-anak menuju dewasa. Gizi seimbang pada masa tersebut akan menentukan kematangan pada remaja di masa depan. Beberapa masalah status gizi yang timbul disebabkan karena kecenderungan remaja lebih gemar mengonsumsi makanan cepat saji dari pada makanan yang banyak mengandung zat besi seperti sayuran sehingga kebutuhan karbohidrat terpenuhi namun zat gizi lainnya tidak.

Berdasarkan survey awal yang telah dilaksanakan di SMA Negeri 1 Rajagaluh terdapat sebanyak 40% siswi yang mengeluhkan dismenore setiap bulannya, para siswi yang mengalami dismenore tersebut pergi ke UKS bahkan sampai harus dipulangkan untuk menjalani istirahat di rumah sehingga konsekuensinya para siswi tersebut tidak bisa mengikuti kegiatan belajar sebagaimana mestinya di sekolah.

Problem dismenore semakin besar lagi karena dismenore pada umumnya mempengaruhi wanita dari berbagai ras, budaya, dan latar belakang sosial-ekonomi. Sebanyak 59,7% wanita muda melaporkan beberapa unsur dismenore. 49% nyeri ringan, sedangkan 51% nyeri sedang sampai berat. Berdasarkan penelitian terdahulu dilaporkan dismenore

menyebabkan ketidakhadiran siswi di sekolah sebanyak 14% sampai 25% (Ehrenthal et al., 2005).

Beberapa faktor risiko dari dismenore adalah usia kurang dari 30 tahun, BMI <18 atau >25 kg/m², merokok, menarke sebelum 12 tahun, stress, dan siklus/durasi menstruasi tidak teratur (Genazzani, 2013). Salah satu faktor yang dapat menimbulkan dismenore primer adalah status gizi. Overweight merupakan faktor risiko terjadinya dismenore primer karena berat badan berlebih terdapat jaringan lemak yang berlebih sehingga dapat mengakibatkan terdesaknya pembuluh darah oleh jaringan lemak pada sistem reproduksi wanita. Pembuluh darah yang terdesak membuat darah yang mengalir pada proses menstruasi terganggu hingga timbul dismenore primer (Novia & Puspitasari, 2008). Selain itu, menurut Jeffcoate wanita dengan indeks massa tubuh lebih dari normal memiliki kadar prostaglandin yang tinggi sehingga memicu terjadinya spasme miometrium yang dipicu oleh zat dalam darah menstruasi yang mirip lemak alamiah yang dapat ditemukan di dalam otot uterus menyebabkan terjadinya dismenore (Nataria, 2011).

Seseorang dengan *underweight* ternyata juga dapat mengalami dismenore primer karena pada saat menstruasi fase luteal terjadi peningkatan kebutuhan gizi. Bila hal ini diabaikan maka dampaknya terjadi keluhan-keluhan yang menimbulkan rasa nyeri selama siklus menstruasi (Paath, 2004)

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada siswi SMA N 1 Kawangkoan dan siswi di SMA “N” Makassar pada tahun 2013 menyatakan hasil yang sama bahwa ada hubungan antara status gizi dan kejadian dismenore. Adanya hubungan tersebut oleh karena kurangnya mengkonsumsi zat gizi dapat menyebabkan anemia yang menurunkan daya tahan tubuh terhadap rasa nyeri sehingga saat menstruasi dapat terjadi dismenore. Selain itu, status gizi yang lebih yaitu lemak yang berlebihan yang dapat memicu timbulnya kadar *prostaglandin* tinggi yang dapat mengganggu sistem reproduksi termasuk pada waktu menstruasi yaitu menimbulkan dismenore (Menorek, 2014) (Mukarramah *et al.*, 2013).

Dari penelitian (Mulastin, 2011) menunjukkan tidak ada hubungan antara status gizi dengan kejadian dismenore pada remaja putri SMA Al-Hikmah Jepara. Penelitian lain yang telah dilakukan pada remaja putri di MTs Negeri Surabaya II menunjukkan hasil yang sama dengan alasan kejadian dismenore yang terjadi dikarenakan oleh banyak faktor diantaranya yaitu faktor kejiwaan, faktor konstitusi seperti dapat menurunkan ketahanan terhadap rasa nyeri, kondisi fisik lemah, anemia, penyakit menahun dan lain sebagainya dapat mempengaruhi timbulnya dismenore (Sarwono, 2006).

Beberapa hasil penelitian terdahulu yang menunjukkan hasil berlawanan, oleh karena masih terbatasnya penelitian yang melihat pengaruh status gizi dan kecemasan terhadap kejadian dan derajat dismenore di Kabupaten Majalengka, berdasarkan pernyataan dari guru SMAN 1 Rajagaluh yang mengeluhkan banyaknya siswi yang mengalami

dismenore, serta pertimbangan angka dismenore yang masih tinggi di Jawa Barat oleh maka penelitian ini penting dilakukan.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan pertimbangan latar belakang tersebut, masalah yang akan dikaji pada penelitian ini adalah “apakah ada pengaruh status gizi dan kecemasan terhadap kejadian dan derajat dismenore pada remaja putri di SMAN 1 Rajagaluh?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui apakah ada pengaruh status gizi dan kecemasan terhadap kejadian dan derajat dismenore pada remaja putri di SMAN 1 Rajagaluh kabupaten Majalengka.

1.3.2. Tujuan Khusus

1.3.2.1. Mendeskripsikan keadaan status gizi remaja putri di SMAN 1 Rajagaluh.

1.3.2.2. Mendeskripsikan kejadian dismenore pada remaja putri di SMAN 1 Rajagaluh.

1.3.2.3. Mengetahui adanya pengaruh status gizi terhadap kejadian dismenore pada remaja putri di SMAN 1 Rajagaluh.

1.3.2.4. Mengetahui adanya pengaruh status gizi terhadap derajat dismenore diukur dengan skala nyeri VAS pada remaja putri di SMAN 1 Rajagaluh.

1.3.2.5. Mengetahui adanya pengaruh kecemasan terhadap kejadian dismenore pada remaja putri di SMAN 1 Rajagaluh.

1.3.2.6. Mengetahui adanya pengaruh status gizi terhadap derajat dismenore yang diukur dengan skala nyeri VAS pada remaja putri di SMAN 1 Rajagaluh.

1.4. Manfaat penelitian

1.4.1. Manfaat Praktis

Memberikan pengetahuan bagi para remaja putri di SMAN 1 Rajagaluh mengenai status gizi yang berhubungan dengan dismenore, sebagai upaya untuk mempertahankan status gizi agar mengurangi kejadian dismenore.

1.4.2. Manfaat Pengembangan Ilmu

Menjadi bahan penelitian selanjutnya terkait dengan pengaruh status gizi dan kecemasan terhadap kejadian dan derajat dismenore.