

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja adalah seseorang yang berusia 10-18 tahun¹. Masa remaja merupakan salah satu periode penting dalam kehidupan, masa dimana seseorang akan mengalami proses perubahan menuju kedewasaan². Perubahan yang terjadi pada masa remaja mencakup perubahan fisik, emosional dan sosial sebagai ciri dalam masa pubertas dan dari ciri pubertas tersebut, menstruasi merupakan perbedaan mendasar antara pria dan wanita³.

Menstruasi adalah proses meluruhnya endometrium yang terjadi secara periodik dan siklik⁴. Proses ini melibatkan interaksi kompleks beberapa faktor seperti hormon dengan organ tubuh, yaitu hipotalamus, hipofise, ovarium dan uterus serta faktor lain di luar organ reproduksi. Normalnya siklus menstruasi berkisar antara 21-35 hari dengan durasi 2-10 hari. Jumlah darah yang dikeluarkan tidak lebih dari 80 ml. Haid pertama kali pada seorang perempuan umumnya terjadi pada usia 14 tahun⁵.

Gangguan haid biasanya terjadi pada tahun-tahun awal menstruasi. Tujuh puluh lima persen wanita mengalami gangguan menstruasi dan hal ini menjadi alasan seseorang untuk datang ke dokter⁶. Dismenorea menjadi gangguan menstruasi yang paling sering diderita dengan persentase 89,5%, disusul dengan ketidakteraturan menstruasi 31,2%⁷. Data menunjukkan bahwa lebih dari 50% perempuan pada seluruh negara di dunia menderita dismenorea. Di Indonesia didapatkan angka 64,25% wanita mengalami dismenorea dengan pembagian 54,89% dismenorea primer dan 9,36% untuk dismenorea sekunder⁸.

Dismenorea adalah nyeri atau sensasi kram yang dirasakan pada perut bagian bawah sering disertai dengan gejala lain seperti berkeringat, sakit kepala, mual, muntah, diare dan gemetar pada saat menstruasi⁹. Dismenorea terbagi atas dismenorea primer dan dismenorea sekunder. Insiden dismenorea primer berkisar antara 60-90% pada remaja wanita¹⁰. Hasil penelitian Mahmudiono 2011 di Indonesia

pada remaja wanita berusia 14-19 tahun didapatkan insiden dismenorea primer sebanyak 54,89%¹¹.

Dismenorea primer adalah nyeri haid tanpa ditemukan kelainan ginekologi dan berhubungan dengan siklus ovulasi serta disebabkan oleh kontraksi miometrium sehingga terjadi iskemia akibat adanya produksi prostaglandin oleh endometrium fase sekresi. Dismenorea sekunder adalah kondisi nyeri haid yang berhubungan dengan adanya kelainan ginekologi seperti endometriosis, adenomiosis, mioma uteri, stenosis servik dan lainnya¹².

Dismenorea mengakibatkan gangguan aktivitas sehari-hari. Morbiditas yang disebabkan oleh dismenorea menjadi salah satu gambaran terhadap beban kesehatan masyarakat. Hal ini juga menjadi salah satu penyebab ketidakhadiran di sekolah, tempat kerja dan mempengaruhi kualitas hidup seseorang¹³. Selain itu, dismenorea juga dapat menyebabkan gangguan psikologi pada beberapa perempuan dikarenakan menjadi tidak produktif pada aktivitas sosial¹⁴. Di Amerika Serikat dismenorea menyebabkan ketidakhadiran saat kerja dan sekolah, sebanyak 13 – 51% perempuan absen sedikitnya sekali, dan 5 – 14% berulang kali absen¹⁵. Menurut Robert (1998) pada sekitar 10% wanita, dismenorea ini muncul cukup hebat sehingga menyebabkan penderita mengalami “kelumpuhan” aktivitas untuk sementara¹⁶. Hasil penelitian sebelumnya di Kelurahan Banjar Kemantren Sidoarjo Jawa Timur menunjukkan juga bahwa dampak dari dismenore primer yaitu produktivitas menurun (59,2%), bolos sekolah/kerja (5,6%) dan tidak merasa terganggu (35,2%)¹⁷. Nyeri berat dirasakan pada 50% orang, 30% nyeri sedang dan sisanya mengalami nyeri ringan. Meskipun angka kejadian yang tinggi serta memiliki dampak negatif, masih banyak wanita yang tidak mencari perawatan medis untuk kondisi ini¹⁸.

Faktor resiko yang berhubungan dengan dismenore diantaranya adalah kebiasaan olahraga, usia menarche, stress dan status gizi. Status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan antara asupan dengan penggunaannya dalam bentuk variabel tertentu¹⁹. Indeks Masa Tubuh (IMT) merupakan alat yang sederhana untuk memantau status gizi orang dewasa khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan²⁰.

Ketidakseimbangan status gizi akan mempengaruhi fungsi organ tubuh termasuk fungsi organ reproduksi. Kekurangan faktor nutrisi pada seseorang akan berdampak pada penurunan fungsi reproduksi. Khususnya pada fase luteal, seseorang membutuhkan nutrisi lebih. Apabila hal ini diabaikan maka akan berdampak pada ketidaknyamanan pada saat menstruasi. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian dari Madhubala dan Kala yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara *underweight* dengan dismenorea²¹. Sedangkan pada keadaan perempuan yang kelebihan berat badan, komposisi lemak yang ada pada tubuh perempuan tersebut akan menyebabkan gangguan aliran darah ke organ reproduksi^{22,23}. Hal ini didukung oleh hasil penelitian Harlow et al yang menyatakan bahwa kelebihan berat badan menjadi faktor penting pada kejadian dismenorea²⁴.

SMA N 1 Padang adalah salah satu sekolah menengah atas (SMA) yang terletak di Kelurahan Lolong Belanti, Kecamatan Padang Utara, Kota Padang, Sumatera Barat. Berdasarkan data dari Dinas Pendidikan Kota Padang, SMA N 1 Padang merupakan salah satu sekolah favorit di kota Padang. Hal ini diukur dari banyaknya lulusan SMA N 1 Padang yang diterima di perguruan tinggi negeri. Telah dilakukan studi pendahuluan terhadap 10 orang siswi SMA N 1 Padang, 9 orang diantaranya mengalami dismenorea. Terdapat 5 responden yang memiliki berat badan rendah, 2 orang dalam kategori normal dan 2 orang termasuk kategori berat badan lebih. Sedangkan 1 orang yang tidak mengalami dismenorea memiliki berat badan normal.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk meneliti hubungan status gizi dengan kejadian dismenorea pada siswi SMA N 1 Padang.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka didapatkan beberapa rumusan masalah yaitu:

1. Bagaimanakah distribusi frekuensi dismenorea pada siswi SMA N 1 Padang?
2. Bagaimanakah distribusi status gizi pada siswi SMA N 1 Padang?

3. Apakah terdapat hubungan antara dismenorea dengan status gizi pada siswi SMA N 1 Padang?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian dismenorea pada siswi SMA N 1 Padang tahun ajaran 2017/2018.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi dismenorea pada siswi SMA N 1 Padang
2. Mengetahui distribusi frekuensi status gizi pada siswi SMA N 1 Padang
3. Mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian dismenorea pada siswi SMA N 1 Padang

1.4. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan peneliti.

2. Bagi Instansi dan Tenaga Kesehatan

Dapat menjadi bahan masukan bagi tenaga kesehatan dan pihak-pihak terkait mengenai dismenorea dan hubungannya dengan status gizi.

3. Bagi Masyarakat

Memberi informasi kepada pembaca dan masyarakat umum tentang hubungan status gizi dengan dismenorea