

BAB 1: PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Usia remaja merupakan tahap perkembangan dari anak-anak menuju dewasa, menurut WHO rentan usia remaja adalah 10-19 tahun. Fase ini merupakan waktu yang sangat penting dalam memberikan pendidikan kesehatan yang baik.⁽¹⁾ Remaja akan mengalami perubahan secara fisik dan perkembangan secara biologis yang disebut juga dengan masa pubertas. Pada remaja perempuan tanda pubertas yaitu terjadinya menstruasi. Menstruasi merupakan keluarnya darah, mukus, dan debris dari lapisan rahim dengan pelepasan (*shedding*) endometrium secara periodik dan siklik, yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi. Selama menstruasi, sebagian besar wanita mengalami rasa sakit dan kesulitan tertentu, salah satunya dismenore.⁽²⁾

Dismenore adalah nyeri perut saat haid, dismenore disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah, prostaglandin dan faktor psikologis/stress yang menyebabkan nyeri haid pada sebagian wanita. Kram menstruasi sering terjadi pada sebagian besar wanita. Menurut penelitian Salamah, dismenore ini dialami setidaknya 53% remaja. Untuk mengatasinya, beberapa wanita lebih suka berbaring tengkurap, tidur telentang, tidak aktif, atau bahkan minum obat.⁽³⁾

Dalam studi meta-analisis dari 50 penelitian dalam 10 tahun terakhir, prevalensi dismenore ditemukan bervariasi antara 39%-94% pada remaja. Dalam studi terbaru dari Turki pada tahun 2018 yang mengevaluasi remaja putri berusia 13 sampai 18 tahun, prevalensi dismenore primer di dunia ditemukan sebesar 84,8%.⁽⁴⁾

Berdasarkan penelitian Takiya, 2016. Prevalensi dismenore di AS sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Di Amerika Serikat, insiden tertinggi dismenore primer terjadi pada remaja akhir dan awal usia 11 tahun. Prevalensi dismenore pada remaja putri sekitar 92%. Dalam studi epidemiologi pada remaja (usia 12 sampai 17 tahun) di Amerika Serikat, prevalensi dismenore adalah 59,7%. Pada kasus ini pasien mengeluhkan nyeri, 12% nyeri berat, 37% nyeri sedang dan 49% nyeri ringan.⁽⁵⁾ Di Maroko, prevalensi dismenore adalah 78% dan 58,1% di antaranya mengalami dismenore berat.⁽⁶⁾

Hasil penelitian Gutman *et al*, 2022 menjelaskan bahwa antara 41% dan 91,5% wanita muda, usia sekolah dan universitas, terkena dismenore.⁽⁷⁾ Dalam penelitian Salamah tahun 2019 Prevalensi kejadian dismenore di Asia sekitar (84,2%), dengan kasus di Asia Timur Laut (68,7%), Asia Timur Tengah (74,8%), dan hampir (50,0%) di Asia Laut Barat. Prevalensi di Asia Tenggara cukup tinggi, di Malaysia jumlah wanita dengan dismenore primer adalah (69,4%), di Thailand (84,2%), dan di Indonesia pada tahun 2019, diperkirakan (65%) wanita usia reproduksi dengan dismenore primer.⁽³⁾ Prevalensi dismenore di Sumatera Barat adalah 57,3% pada tahun 2016⁽⁸⁾. Prevalensi remaja SMA yang mengalami dismenore primer di Kota Payakumbuh berdasarkan penelitian Welinda tahun 2016 adalah 56%.⁽⁹⁾

Ada dua jenis dismenore, dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer, akibat produksi prostaglandin, dismenore primer adalah kram perut bagian bawah dan/atau panggul yang terjadi sebelum atau selama menstruasi, tanpa penyakit penyerta seperti endometriosis, dan biasanya berlangsung dari 1 hingga 3 hari dan bila pemeriksaan fisik negatif. Dismenore sekunder terjadi dengan tanda dan gejala yang serupa tetapi merupakan akibat dari penyakit panggul yang mendasarinya, seperti

endometriosis atau fibroid. Dismenore biasanya muncul sebagai kram perut, tetapi juga dapat bermanifestasi sebagai sakit kepala, mual, muntah, atau gejala umum lainnya.⁽⁷⁾ Bentuk dismenore yang paling sering dialami remaja putri adalah sesak atau kejang pada perut bagian bawah. Perasaan tidak nyaman hingga mudah tersinggung, mual, muntah, berat badan naik, kembung, nyeri punggung, sakit kepala, jerawat, stress, lesu, dan depresi.⁽¹⁰⁾

Dampak utama dismenore pada remaja dan dewasa muda adalah tingkat absensi sekolah dan kerja meningkat, pembatasan aktivitas fisik, gangguan tidur, dan kesehatan mental menjadi buruk. Selain itu, studi membuktikan bahwa nyeri haid berulang dapat berkontribusi pada perkembangan kondisi nyeri kronis lainnya. Di Indonesia, dismenorea primer menyebabkan (59,2%) remaja putri merasa kurang aktif, (5,6%) membolos sekolah atau bekerja, dan sebanyak (35,2%) merasa tidak ada masalah.⁽³⁾ Dampak klinik dari dismenore sekunder adalah dispareunia, kemandulan dan perdarahan yang abnormal.⁽¹¹⁾

Menurut Notoatmojo 2012, terdapat dua jenis faktor penyebab penyakit, yaitu internal dan eksternal. Faktor Internarnal dibagi menjadi tiga yaitu faktor gizi, faktor anatomi atau konstitusi dan faktor jenis kelamin dan usia. Adapun faktor eksternal yaitu faktor lingkungan yang membuat seseorang lebih rentan terhadap penyakit tertentu. Faktor eksternal diantaranya kondisi fisik, kimiawi, biologis, psikologis, perilaku, dan sosial budaya.⁽¹²⁾

Hurlock (2007) berpendapat bahwa, fenomena *menarche* membuktikan bahwa mekanisme reproduksi pada wanita sudah matang. Jadi, jika pubertas remaja putri terjadi lebih awal, berarti kematangan organ reproduksinya belum sepenuhnya matang. Usia *menarche* <12 tahun memiliki dampak dekat terhadap terjadinya dismenore dan masalah

kesehatan yang perlu mendapat perhatian. Anak perempuan yang mengalami haid dini atau < 12 tahun, anak perempuan yang sedang pubertas memiliki alat kelamin yang belum matang, dan leher rahim masih menyempit, dapat menyebabkan mengalami sakit perut saat haid. Hal ini disebabkan oleh organ reproduksi anak perempuan belum berfungsi secara maksimal.⁽¹³⁾

Menurut Syafriani dkk, tahun 2021 dalam penelitiannya yang berjudul hubungan status gizi dan usia *menarche* dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMAN 2 Bangkinang Kota 2020 terhadap 80 orang responden di SMAN 2 Bangkinang, menunjukkan bahwa Ada hubungan yang bermakna secara statistik antara usia *menarche* dengan angka kejadian dismenore pada wanita muda dengan $p=0,02$. Ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan prevalensi dismenore pada remaja putri dengan $p\text{-value} = 0,01$.⁽¹⁴⁾

Wanita dengan riwayat keluarga dismenore primer memiliki risiko dismenore primer yang lebih tinggi. Beberapa peneliti berpendapat bahwa anak dari ibu dengan masalah menstruasi juga mengalami masalah menstruasi, alasan yang mungkin terkait dengan perilaku yang dipelajari ibu. Alasan riwayat keluarga merupakan faktor risiko dismenore primer mungkin terkait dengan kondisi seperti endometriosis.⁽¹⁵⁾ Menurut penelitian Nurfadillah dkk, tahun 2021 terhadap 374 Mahasiswi Universitas Siliwangi tahun 2021, diketahui ada hubungan signifikan antara riwayat keluarga dengan dismenore primer dengan nilai $p\text{-value} 0,000$ dan $POR=5,364$.⁽¹⁶⁾

Faktor lain penyebab dismenore pada remaja perempuan yaitu tidak mendapatkan nutrisi yang cukup seperti zat besi. Besi merupakan komponen utama yang berperan penting dalam hematopoiesis (hemopoiesis), untuk sintesis hemoglobin. Hemoglobin memiliki efek mengikat oksigen untuk diedarkan ke seluruh tubuh, jika

jumlah hemoglobin berkurang hanya sedikit oksigen yang terikat dan diedarkan ke seluruh tubuh, sehingga oksigen tidak dapat masuk ke pembuluh darah organ biologis, menghasilkan vasokonstriksi, menyebabkan rasa sakit. Selain itu, wanita dengan dismenore cenderung kekurangan seng, yang menyebabkan mereka memiliki kadar prostaglandin yang tinggi. Seng memiliki sifat antioksidan dan anti-inflamasi yang membantu dalam menghambat metabolisme prostaglandin.⁽¹⁷⁾ Menurut studi oleh Savitri dkk, (2019) pada 65 siswi SMP Negeri 2 Sawan didapatkan hasil bahwa ada hubungan antara status gizi dengan prevalensi dismenorea dengan $p = 0,008$ dan $r = 0,324$, serta ada hubungan antara umur pertama kali haid dengan angka kejadian dismenore dengan $p = 0,005$ dan $r = 0,341$.⁽¹⁷⁾

Stress adalah salah satu faktor risiko dismenore, Stress ialah respon tubuh manusia terhadap stressor yang dialaminya. Stress dapat menyebabkan gangguan pada sistem kerja tubuh manusia, termasuk sistem endokrin. Ketika seseorang berada di bawah tekanan internal atau eksternal, serangkaian respons neuroendokrin terjadi, yang menyebabkan peningkatan prostaglandin.. Progesteron merupakan senyawa yang berfungsi untuk merangsang kontraksi otot rahim. Prostaglandin meningkat secara berlebihan tersebut mengakibatkan hiperkontraksi uterus yang mengakibatkan aliran darah ke uterus menurun dan menyebabkan iskemia yang akan menyebabkan dismenore.⁽¹⁸⁾

Berdasarkan hasil penelitian Rumahorbo dkk, pada tahun 2022, terhadap 44 mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan. Terdapat korelasi sedang antara stress dan dismenore dengan koefisien korelasi $r=0,495$ ($p=0,000$). Artinya ada hubungan yang signifikan antara stress dengan nyeri haid.⁽¹⁸⁾

Kurangnya aktivitas fisik dapat menyebabkan kram menstruasi. Angka kejadian dismenore primer akan meningkat pada wanita yang kurang berolahraga, sehingga pada saat terjadi dismenore primer, oksigen tidak dapat mencapai pembuluh darah organ reproduksi sehingga suplai darah saat ini menjadi menyempit (vasokonstriksi). Jika seorang wanita berolahraga secara teratur, dia dapat menyediakan oksigen hampir dua kali lebih banyak per menit sehingga oksigen dialirkan ke pembuluh darah yang menyempit. Hal ini akan menyebabkan penurunan kejadian dismenore primer dengan olahraga teratur.⁽¹⁹⁾

Menurut Nadhiroh dan Tatik tahun 2022 yang meneliti Hubungan Olahraga dengan dismenore pada remaja putri di SMAN 2 Bangkalan, Hasil uji statistik membuktikan bahwa terdapat hubungan kebiasaan olahraga dengan kejadian dismenore pada remaja putri kelas 2 di SMAN 2 Bangkalan dengan *p-value* 0,000 dan hasil uji rasio ganjil (OR) menunjukkan bahwa perempuan yang tidak aktif dalam olahraga 14 kali lebih mungkin aktif secara fisik. berisiko mengalami dismenore.⁽²⁰⁾

Alasan peneliti memilih lokasi penelitian di MTsN 2 Kota Payakumbuh karena rata-rata siswi di Madrasah Tsanawiyah merupakan remaja awal yang baru memasuki usia *menarche* sehingga masih dalam tahap penyesuaian terhadap menstruasi dan berbagai gangguan saat menstruasi salah satunya dismenore, hal ini berdasarkan penelitian Sanctis *et. al* (2016) dalam penelitiannya yang berjudul *Dysmenorrhea in adolescents and young adults: a review in different countries*, bahwa dalam enam bulan pertama setelah *menarche* remaja belum terbiasa dengan dismenore primer, sehingga hal tersebut lebih berdampak mengganggu aktifitas dan produktivitas remaja putri.⁽²¹⁾ Belum ada penelitian sebelumnya, setelah peneliti melakukan studi awal di 2 MTsN se-Kota Payakumbuh prevalensi kejadian dismenore terbanyak adalah di MTsN 2

Payakumbuh 74,19%, sedangkan prevalensi kejadian dismenore di MTsN 1 Payakumbuh adalah sebanyak 64,51%, dan penelitian ini dilakukan secara langsung maka peneliti memilih MTsN sebagai tempat penelitian karena di MTsN kelas siswa dan siswi terpisah, sehingga lebih mudah bagi peneliti dalam akses untuk mendapatkan data dan efisiensi waktu peneliti dalam melakukan penelitian.

Berdasarkan survei awal yang peneliti lakukan terhadap 31 orang siswi di MTsN 2 Payakumbuh ditemukan bahwa 28 siswi sudah mengalami menstruasi, 23 siswi (74,19%) siswi mengalami dismenor pada saat menstruasi dengan rincian 20 siswi (64,51%) merasa tidak konsentrasi belajar saat menstruasi, 13 siswi (41,93%) pernah tidak hadir di sekolah karena dismenore, 2 siswi (0,06%) pernah berobat karena dismenore, 6 siswi (19,35%) mengalami *menarche* dini.

Berdasarkan hal tersebut di atas, maka perlu dilakukan kajian tentang apa saja faktor-faktor yang berhubungan dengan dismenore pada siswi MTsN 2 Payakumbuh pada tahun 2023. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara usia *menarche*, riwayat keluarga, status gizi, tingkat stress, dan kebiasaan olahraga dengan kejadian dismenore pada siswi MTsN 2 Payakumbuh pada tahun 2023.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dasar di atas, maka dapat dirumuskan masalah mengenai bagaimana hubungan antara usia *menarche*, riwayat keluarga, status gizi, tingkat stress, dan kebiasaan olahraga dengan kejadian dismenore pada siswi MTsN 2 Payakumbuh pada tahun 2023.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan dismenore pada siswi MTsN 2 Payakumbuh pada tahun 2023.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi kejadian dismenore pada siswi MTsN 2 Payakumbuh tahun 2023
2. Mengetahui distribusi frekuensi usia *menarche* pada siswi MTsN 2 Payakumbuh tahun 2023
3. Mengetahui distribusi frekuensi riwayat keluarga mengalami dismenore pada siswi MTsN 2 Payakumbuh tahun 2023
4. Mengetahui distribusi frekuensi status gizi pada siswi MTsN 2 Payakumbuh tahun 2023
5. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat stress pada siswi MTsN 2 Payakumbuh tahun 2023
6. Mengetahui distribusi frekuensi kebiasaan olahraga pada siswi MTsN 2 Payakumbuh tahun 2023
7. Mengetahui hubungan usia *menarche* dengan dismenore pada siswi MTsN 2 Payakumbuh tahun 2023
8. Mengetahui hubungan riwayat keluarga dengan dismenore pada siswi MTsN 2 Payakumbuh tahun 2023
9. Mengetahui hubungan status gizi dengan dismenore pada siswi MTsN 2 Payakumbuh tahun 2023



10. Mengetahui hubungan stress dengan dismenore pada siswi MTsN 2 Payakumbuh tahun 2023
11. Mengetahui hubungan kebiasaan olahraga dengan dismenore pada siswi MTsN 2 Payakumbuh tahun 2023
12. Mengetahui faktor yang paling berhubungan dengan dismenore pada siswi MTsN 2 Payakumbuh tahun 2023

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat menambah informasi di bidang kesehatan reproduksi tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan dismenore pada remaja putri di MTsN 2 Payakumbuh tahun 2023.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Instansi Pendidikan

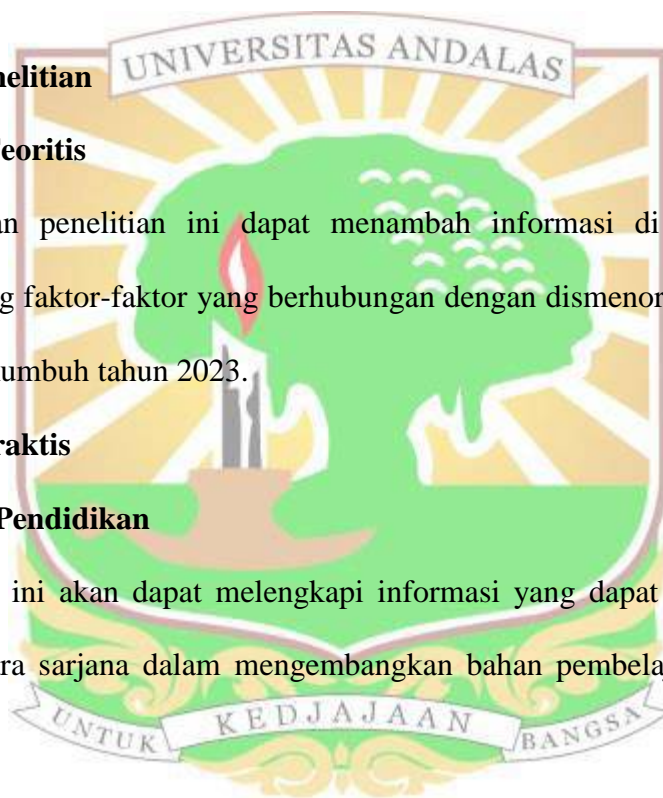
Penelitian ini akan dapat melengkapi informasi yang dapat digunakan sebagai masukan bagi para sarjana dalam mengembangkan bahan pembelajaran dan referensi bagi peneliti lain.

2. Bagi Remaja Putri

Penelitian ini akan memperkaya pengetahuan setiap remaja putri mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan dismenorea dan upaya penanggulangannya.

3. Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini bisa menambah pengetahuan dan pemahaman terkait Dismenore serta mampu menerapkan metode penelitian secara tepat dan benar, serta



hasil penelitian juga dapat dijadikan sebagai sumber informasi, bahan referensi bagi peneliti selanjutnya.

1. 5 Ruang Lingkup Penelitian

Ruang lingkup penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan prevalensi dismenore pada siswi di MTsN 2 Payakumbuh tahun 2023. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret hingga Oktober 2023 di MTsN 2 Payakumbuh. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswa kelas VII dan VIII di MTsN 2 Payakumbuh tahun 2023, dengan jumlah populasi 309 siswi, dan jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 189 siswi. Pengambilan sampel dengan menerapkan teknik *simple random sampling*. Mengumpulkan data melalui kuesioner. Variabel independen dalam penelitian ini terdiri dari usia *menarche*, riwayat keluarga, status gizi, tingkat stress, dan kebiasaan olahraga dan variabel dependen dalam penelitian ini adalah dismenore. Teknik analisis data menggunakan analisis univariat, bivariat dan multivariat.

