

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Menstruasi adalah fenomena alam yang melibatkan keluarnya darah dari rahim melalui vagina, yang terjadi dengan interval bulanan yang kurang lebih teratur selama masa reproduksi perempuan. Menstruasi normal pertama kali terjadi pada remaja berusia antara 11 dan 14 tahun, dengan suatu periode selama 7 hari atau kurang, dan panjang siklus normal 21 hingga 45 hari dengan rata-rata kehilangan darah 20-80ml.¹

Masalah kelainan menstruasi masih menjadi alasan utama perempuan usia subur berkonsultasi ke dokter. Permasalahan ini menjadi salah satu masalah ginekologi yang paling sering terjadi dan menyerang perempuan usia subur dengan tingkat kejadian 30-70% secara dunia.¹

Dismenore menjadi kelainan menstruasi dengan prevalensi kejadian tertinggi dibandingkan kelainan menstruasi yang lain. Dismenore diartikan sebagai rasa sakit yang dialami perempuan ketika menstruasi. Perempuan dengan dismenore akan merasa cemas akan gejala yang dialaminya. Kelainan menstruasi juga dapat menggambarkan kelainan lain yang sedang terjadi pada perempuan dengan gangguan hormonal.²

Pasien dengan dismenore tidak hanya lebih sering mengalami stress dan panik tetapi juga lebih cenderung memiliki indeks skor kualitas hidup yang lebih rendah dibandingkan dengan mereka yang tidak mengalami gangguan menstruasi dengan perbedaan hasil rata-rata skor WHOQOL-BREF 60.4% untuk perempuan normal dan 56.4% untuk perempuan dengan dismenorrhea. Dari beberapa kelainan menstruasi, pasien yang mengalami dismenore mungkin memiliki hubungan dua arah dengan Gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan, dan stres. Dengan kata lain, mengalami nyeri haid yang berulang setiap bulan dapat meningkatkan risiko mengalami depresi, kecemasan, atau stres, dan sebaliknya.³

Dismenore tidak hanya menimbulkan ketidaknyamanan fisik, tetapi juga berdampak signifikan terhadap kualitas hidup, produktivitas, dan kesejahteraan psikologis perempuan. Perempuan dengan dismenore merasa terganggu dalam aktivitas sehari-hari, baik di lingkungan kerja maupun kegiatan sosial. Pengelolaan

dismenore sering kali belum optimal dan banyak pasien yang tidak mendapatkan penanganan yang tepat, baik dari segi pengobatan maupun edukasi tentang kondisi yang dialaminya.⁴

Dismenore dapat menimbulkan efek negatif terhadap performa akademik mahasiswi. Dari hasil penelitian tersebut, 80% melaporkan ketidakhadiran di sekolah, 66,8% melaporkan kehilangan konsentrasi di kelas, 56,3% melaporkan ketidakhadiran di kelas, 47,4% melaporkan kehilangan partisipasi di kelas, 37,8% melaporkan terbatasnya partisipasi olahraga, 31,7% melaporkan keterbatasan dalam pergi bersama teman, dan 21% melaporkan ketidakmampuan untuk mengerjakan pekerjaan rumah.⁵

Sejumlah penelitian telah menganalisis dampak dismenore terhadap prestasi akademis.⁶ Di antara seluruh peserta penelitian nilai rata-rata dalam empat ujian terakhir adalah $7,61 \pm 0,90$ dari 10. Perbandingan nilai rata-rata antar kelompok pelajar dengan intensitas nyeri haid yang berbeda menunjukkan rata-rata $7,66 \pm 0,88$ untuk pelajar dengan nyeri ringan dan $7,53 \pm 0,89$ untuk pelajar dengan nyeri berat. Ini menunjukkan bahwa dismenore memiliki pengaruh dalam taraf tertentu terhadap nilai sebagai standar capaian prestasi akademis mahasiswi.⁷

Tingginya prevalensi dismenore dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti stres, makanan, olahraga, kondisi medis, kelainan hormonal dan status gizi.⁸ Status gizi seseorang dapat didefinisikan sebagai hasil antara asupan gizi yang diterima dan kebutuhan gizi, serta harus memungkinkan pemanfaatan zat gizi untuk mempertahankan cadangan dan mengkompensasi kehilangan.⁹

Status gizi yang buruk seperti kelebihan berat badan maupun kekurangan berat badan dikaitkan dengan peningkatan risiko kesehatan. Berdasarkan penelitian dari Amerika Serikat mengenai obesitas dari tahun 1999 – 2000 hingga 2017 – Maret 2020, mengalami peningkatan prevalensi dari 30,5% menjadi 41,9%. Pada saat yang sama, prevalensi obesitas berat meningkat dari 4,7% menjadi 9,2%.¹⁰

Prevalensi kelebihan berat badan bervariasi menurut wilayah. Asia Tenggara berada di angka 31% untuk penduduk dengan kelebihan berat badan berdasarkan WHO. Di Indonesia, prevalensi obesitas telah melonjak ke tingkat yang belum pernah terjadi sebelumnya. Indonesia menempati peringkat teratas di

Asia Tenggara untuk tingkat obesitas, dengan lebih dari 30% populasi orang dewasa tergolong kelebihan berat badan atau obesitas.¹¹

Persepsi mengenai potensi keuntungan suatu gaya hidup modern seperti peningkatan penggunaan kendaraan bermotor dan penurunan pengeluaran kalori, serta pola makan yang buruk (misal seperti pola makan yang meningkatkan konsumsi kalori melalui asupan makanan cepat saji yang kaya lemak dan gula), meningkat sebagai akibat dari globalisasi sosial dan budaya yang berkaitan dengan kenaikan prevalensi obesitas.¹²

Stress menjadi faktor lain tingginya prevalensi obesitas. Terdapat bukti bahwa pada kondisi stres akan terjadi peningkatan kadar hormon stres kortisol yang disebut *glukokortikoid* yang berperan penting dalam perkembangan obesitas. *Glukokortikoid* mendistribusikan kembali jaringan adiposa putih ke area tersebut dan meningkatkan rasa lapar dan keinginan akan makanan kaya energi seperti gula dan lemak yang disebut makanan yang menenangkan.¹³

Angka *underweight* atau kekurangan berat badan mengalami penurunan walaupun masih berada diangka yang cukup tinggi. Dari analisa yang dilakukan terhadap anak dibawah usia 5 tahun terdapat penurunan persentase dari 17,2% ditahun 2017 menjadi 14,8% pada tahun 2022 anak yang menderita kekurangan berat badan.¹⁴ Persentase kasus *underweight* di Indonesia mengalami kenaikan sebesar 0,1%, yaitu dari 17,0% menjadi 17,1% pada tahun 2021.¹⁵

Peningkatan risiko kesehatan jauh lebih besar pada kekurangan berat badan dibandingkan dengan berat badan berlebih meskipun mengalami penurunan. kekurangan berat badan dikaitkan dengan risiko kesehatan yang lebih parah dibandingkan gizi berlebih.¹⁰

Sementara itu, berdasarkan salah satu penelitian yang dilakukan di tingkat pelajar. Penelitian menunjukkan tidak terdapatnya hubungan signifikan antara status gizi dengan kejadian dismenore. Hal ini berbeda dengan penelitian lain yang menunjukkan hubungan signifikan antara kedua variabel.¹⁶

Melihat tingginya prevalensi, perbedaan hasil penelitian dan banyaknya efek negatif dismenore yang mungkin beresiko disebabkan oleh buruknya status gizi menarik perhatian peneliti untuk mencari hubungan antara status gizi dan kejadian dismenore.

Peneliti memilih mahasiswi pendidikan dokter Universitas Andalas di Padang, Sumatera Barat sebagai lokasi penelitian, karena lokasi ini masuk dalam rentang kriteria wanita usia subur yang sudah mengalami menstruasi dan mudah dijangkau oleh peneliti sehingga diharapkan penelitian bisa berjalan dengan lancar.

1.2. Rumusan Masalah

1. Bagaimana gambaran status gizi mahasiswi pendidikan dokter Universitas Andalas?
2. Bagaimana gambaran kejadian dismenore mahasiswi pendidikan dokter Universitas Andalas?
3. Bagaimana hubungan status gizi terhadap kejadian dismenore mahasiswi pendidikan dokter Universitas Andalas?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan status gizi terhadap kejadian dismenore pada mahasiswi pendidikan dokter Universitas Andalas, Padang, Sumatera Barat.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi status gizi mahasiswi pendidikan dokter Universitas Andalas
2. Mengetahui distribusi frekuensi kejadian dismenore mahasiswi pendidikan dokter Universitas Andalas
3. Mengetahui hubungan status gizi terhadap kejadian dismenore mahasiswi pendidikan dokter Universitas Andalas

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan teori yang berkaitan mengenai hubungan status gizi terhadap kejadian dismenore.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam memperkaya keilmuan dalam bidang medis, obstetri dan ginekologi.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Hasil penelitian ini bisa membantu peneliti lainnya dalam melakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan status gizi terhadap kejadian dismenore.
2. Hasil penelitian ini bisa memberikan informasi ilmiah mengenai hubungan status gizi terhadap kejadian dismenore.
3. Hasil penelitian ini memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang hubungan status gizi terhadap kejadian dismenore.
4. Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran masyarakat untuk membangun konsep diri yang positif sebagai modal awal ke arah kualitas hidup yang lebih baik.

