

BAB 1 : PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja atau pubertas adalah usia antara 10-19 tahun dan merupakan peralihan dari masa kanak-kanak menjadi dewasa. Peristiwa penting yang terjadi pada gadis remaja adalah datangnya haid pertama yang dinamakan menarche¹. Kementerian Kesehatan RI 2024 mengatakan bahwa Menstruasi atau haid adalah keluarnya darah dan sel tubuh secara berkala dari vagina yang berasal dari dinding rahim wanita. Definisi lain juga dapat diartikan sebagai siklus alami yang terjadi secara rutin untuk mengkondisikan tubuh wanita setiap bulannya. Rata-rata siklus menstruasi wanita adalah 3 sampai 8 hari, dengan rata-rata siklus 28 hari per bulan. Dan masa haidnya sampai 15 hari.

Salah satu masalah yang sering dialami remaja putri tepatnya di perut bagian bawah adalah dismenore, atau nyeri haid. Mual, muntah, diare, berkeringat dingin, dan pusing adalah gejala penyakit yang sudah cukup lama dikenal sebagai dismenore. Namun, orang sekarang tahu bahwa nyeri haid tidak hanya terjadi di bagian bawah perut. Beberapa remaja kadang-kadang mengalami sensasi pada otot punggung bagian bawah, pinggang, panggul, dan paha hingga betis². Dismenore terbagi dalam dua jenis, yaitu primer dan sekunder. Dismenore primer adalah suatu penyakit dimana timbul nyeri pada perut bagian bawah pada saat menstruasi, padahal tidak ada kelainan atau penyakit pada panggul. Di sisi lain, dismenore sekunder adalah nyeri perut bagian bawah saat menstruasi yang berhubungan dengan kelainan atau penyakit panggul.

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2020, kejadian dismenorea adalah 1.769.425 (90%) wanita yang menderita dismenorea, dengan 10-16% menderita dismenorea berat. Angka kejadian dismenorea di dunia sangat

tinggi³. Di Eropa angka Di Eropa, dismenore pada wanita berkisar dari 45 hingga 97%, dengan tingkat terendah Bulgaria sebesar 8,8 % dan di Firlandia sebesar 94%. Di Amerika Serikat, dismenore berkisar dari 29 hingga 45% dan menjadi penyebab ketidakmampuan siswa untuk berangkat sekolah karena rasa nyeri yang disebabkan, terjadi pada perempuan berusia 18 hingga 45 tahun⁴. Menurut Kemenkes 2021 Kejadian dismenore di Indonesia tercatat sebanyak 72,89% dan sebanyak 54% terjadi pada remaja putri, bekerja sama dengan *Burnet Institute* yang melakukan penelitian tentang kejadian dismenore remaja putri melaporkan sebanyak 93,2% mengalami dismenore⁵. Menurut penelitian Saputri dkk, 2022 di Sumatera Barat angka kejadian dismenore mencapai 57,3% dari mereka yang mengeluh nyeri, 9% nyeri berat, 39% nyeri sedang dan 52% nyeri ringan. Kejadian ini menyebabkan 12% remaja sering tidak masuk sekolah⁶. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Suherman dkk, 2022 Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswi dari Fakultas Biologi Sains Universitas Negeri Padang mengalami nyeri haid sebanyak 87,7% dan tidak mengalaminya sebanyak 12,3%. Tingkatan nyeri haid yang dirasakan adalah ringan 27,4%, sedang 50,7%, berat 13,7%, dan tidak mengalami nyeri 8,2%⁷.

Dampak negatif dari Dismenorea ini bagi mahasiswi salah satunya bisa mengganggu rutinitas sehari-hari, mahasiswi tidak dapat menghadiri kuliah di kampus, mengganggu fokus dan konsentrasi, Nyeri yang muncul, terutama pada malam hari, dapat mengganggu kualitas tidur serta Nyeri yang berlangsung secara berulang setiap bulan. Dampak lainnya yaitu Peningkatan sensitivitas nyeri ini dapat meningkatkan kerentanan terhadap kondisi nyeri kronis lainnya di kemudian hari. Lebih lanjut, nyeri dismenorea memiliki dampak negatif langsung terhadap kualitas hidup, hingga beberapa hari setiap bulan. Wanita dengan dismenorea

primer memiliki kualitas hidup yang jauh lebih rendah, suasana hati yang lebih buruk, dan kualitas tidur⁸. Leyendecker dan rekan-rekannya baru-baru ini mengusulkan bahwa tekanan intrauterin yang tinggi, peristaltik, dan kontraksi miometrium yang menyebabkan nyeri dismenore primer, mengakibatkan ketegangan mekanis dan cedera pada rahim, dan akhirnya, dapat mendorong perkembangan adenomiosis. Hubungan yang diusulkan antara adenomiosis dan dismenore primer oleh kelompok ini terutama berasal dari hasil studi prospektif terbaru yang menunjukkan bahwa bentuk adenomiosis tertentu hanya ditemukan pada wanita dengan dismenore primer berat.

Numeric rating scale merupakan skala nyeri yang paling sering digunakan. Numeric Rating Scale (NRS) adalah alat untuk mengukur tingkat nyeri dengan skala 0 sampai 10. Angka 0 menunjukkan tidak ada rasa nyeri sama sekali, sedangkan angka 10 menunjukkan rasa nyeri yang sangat hebat atau tidak tertahankan⁹.

Bethari Karlinda,dkk 2022 menemukan bahwa sebagian besar berusia 19 tahun dengan jumlah 82 responden (51,6%) , dan usia menarche terbanyak usia 12 tahun dengan jumlah 64 responden (40,3%). Sedangkan sebagian besar responden mengalami dismenore pada intensitas nyeri sedang dengan jumlah 114 responden (71,7%).¹⁰ Sedangkan penelitian Ana Abreu dkk, 2020 di Universitas Huelva, Spanyol mengamati bahwa 62,8% ketidakhadiran mahasiswa Keperawatan disebabkan karena dismenore ¹¹.

Menurut Notoatmodjo (2005, Faktor risiko merupakan segala hal yang dapat meningkatkan peluang seseorang untuk mengalami masalah kesehatan tertentu. Secara umum, faktor risiko dibedakan menjadi dua kategori, yaitu faktor intrinsik dan ekstrinsik. Faktor intrinsik mencakup unsur-unsur yang berasal dari dalam

tubuh individu itu sendiri. Faktor ini terdiri dari tiga kelompok utama, yaitu jenis kelamin dan usia, struktur anatomi atau kondisi tubuh, serta asupan nutrisi. Di sisi lain, faktor ekstrinsik adalah faktor yang berasal dari luar individu, atau lingkungan sekitar, yang dapat mempermudah terjadinya penyakit. Faktor ini meliputi aspek fisik, kimiawi, biologis, psikologis, sosial budaya, serta perilaku.

Berbagai faktor risiko yang berkontribusi terhadap terjadinya dismenore primer mencakup aspek biologis, psikologis, sosial, gaya hidup, serta status gizi. Faktor biologis meliputi usia saat pertama kali menstruasi (menarche), panjang dan keteraturan siklus menstruasi, durasi haid, serta adanya riwayat keluarga yang mengalami dismenore. Dari sisi psikologis, kondisi seperti stres, kecemasan, dan depresi turut berperan. Sementara itu, dukungan sosial menjadi bagian dari faktor sosial yang memengaruhi. Gaya hidup yang tidak sehat juga berkaitan, seperti kebiasaan merokok, kurangnya aktivitas fisik, pola makan yang tidak seimbang, gangguan tidur, konsumsi makanan tidak bergizi, dan asupan kafein yang berlebihan.

Usia Menarche adalah usia remaja putri pertama kali mendapat menstruasi, biasanya antara usia 10 hingga 16 tahun. Rata-rata usia menstruasi pertama adalah 12,4 tahun. Umur menarche ini dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal yaitu seperti umur menarche ibu (genetik) dan hormon. Faktor eksternal yaitu asupan gizi, pengetahuan tentang seks, sosial ekonomi, keterpaparan media massa orang dewasa (pornografi), dan gaya hidup¹². Menurut penelitian Nurul Mouliza, 2019 mengamati bahwa dari 57 siswi remaja di Mts, terdapat usia menarche >12 tahun sebanyak 17 orang (29,8%), dan usia menarche <12 tahun sebanyak 40 orang (70,2%)².

Wanita yang memiliki riwayat dismenore pada keluarganya memiliki prevalensi yang lebih besar untuk terjadinya dismenore. Beberapa peneliti memperkirakan anak dari ibu yang memiliki masalah menstruasi juga mengalami menstruasi yang tidak menyenangkan, ini merupakan alasan yang dapat dihubungkan terhadap tingkah laku yang dipelajari dari ibu ¹³. Riwayat keluarga juga merupakan faktor genetik, di mana keadaan seseorang biasanya akan menduplikasi sifat dari orang tuanya. Karena seseorang secara anatomis dan fisiologis pada umumnya sama dengan keturunannya atau orang tuanya, riwayat keluarga merupakan faktor risiko untuk dismenore. Dari tiga wanita yang menderita dismenore primer, dua memiliki riwayat keluarga. Penelitian yang dilakukan oleh Puterida dkk, 2020 menemukan bahwa sebagian besar responden ada riwayat keluarga sebanyak 40 orang (62,5%) dan tidak ada riwayat keluarga 11 orang (27,5%) ¹⁴.

Salah satu penyebab dismenorea adalah faktor psikis, faktor psikis tersebut adalah stres. Stres merupakan suatu respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang dapat mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang untuk menanganinya. Stres dapat mengganggu kerja sistem endokrin sehingga dapat menyebabkan menstruasi yang tidak teratur dan rasa sakit saat menstruasi atau dismenorea. Faktor-faktor yang menyebabkan Stres dapat berasal dari rangsangan fisik, psikologis, atau keduanya. Stres fisik dapat berasal dari paparan terhadap faktor-faktor yang berbahaya bagi tubuh, seperti suhu rendah atau panas, infeksi, luka, atau luka, latihan fisik yang berat dan lama, atau hubungan sosial. Stres psikologis dapat berasal dari perubahan dalam hidup, hubungan sosial, perasaan marah, takut, atau depresi ¹⁵. Hasil penelitian oleh Vira Sandayanti dkk, 2019

menunjukkan bahwa ada hubungan antara stres dengan kejadian dismenoreia $p\text{-value} = 0,029$ ($p < 0,05$) dengan $r = 0,704$.

Aktivitas fisik merupakan aktivitas yang mengakibatkan peningkatan pengeluaran energi tubuh. Aktivitas fisik yang tidak mencukupi dapat menyebabkan nyeri saat menstruasi karena mengurangi distribusi oksigen dalam sirkulasi sistemik sehingga dapat menyebabkan dismenore. Wanita yang rutin berolahraga selama 30 hingga 60 menit, tiga hingga lima kali seminggu, dapat mencegah dismenore primer. Contoh aktivitas fisik berat antara lain aerobik dan bersepeda cepat, sedangkan aktivitas fisik sedang meliputi angkat beban ringan dan menyapu. Sedangkan aktivitas fisik ringan antara lain berjalan kaki. Tingkat aktivitas fisik remaja Indonesia masih tergolong rendah. Umumnya aktivitas yang dilakukan remaja pada masa aktifnya adalah belajar dan belajar, namun pada saat liburan mereka hanya melakukan aktivitas ringan saja¹⁶.

Penelitian yang dilakukan oleh Devi Arianti 2023 bahwa Terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian dismenore pada Remaja Putri di Banjar Kaja Desa Lembongan. Dengan hasil nilai perhitungan Chi square lebih tinggi dari nilai table distribusi Chi square dengan derajat kebebasan 6 dan taraf signifikansi 0,05 (12,592). Nilai tersebut menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian dismenore pada remaja putri pada taraf signifikansi 0,05. Ini dapat dibuktikan pada nilai $p\text{-value}$ sebesar 0,041¹⁷.

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi mahasiswi yang mengalami dismenoreia dengan membantu mereka memahami kondisi dan faktor-faktor yang mempengaruhinya. Responden dapat mengenali pola serta pemicu dismenoreia pada diri mereka, sehingga mampu melakukan pencegahan dan pengelolaan yang tepat. Hasil penelitian juga dapat membantu mereka

menyesuaikan gaya hidup dan mendapatkan informasi terbaru tentang penanganan nyeri yang efektif untuk meningkatkan kualitas hidup mereka.

Pemilihan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas sebagai lokasi penelitian didasarkan pada pertimbangan bahwa fakultas ini memiliki jumlah mahasiswi yang cukup besar dan berasal dari latar belakang sosial yang beragam, sehingga memungkinkan peneliti memperoleh data yang representatif. Selain itu, sebagai institusi pendidikan tinggi yang menekankan pentingnya kesehatan preventif dan promotif, Fakultas Kesehatan Masyarakat merupakan tempat yang tepat untuk meneliti isu-isu kesehatan reproduksi, termasuk dismenore. Dengan dilakukannya penelitian ini, diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi upaya peningkatan pengetahuan dan penanganan masalah dismenore di kalangan mahasiswa, khususnya di lingkungan kampus. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas melalui wawancara dengan 10 mahasiswi didapatkan bahwa 90% mahasiswi mengalami dismenore.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenorea Pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Andalas”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dia latar belakang maka dilakukan penelitian untuk mencari faktor faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenorea pada mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas 2024.

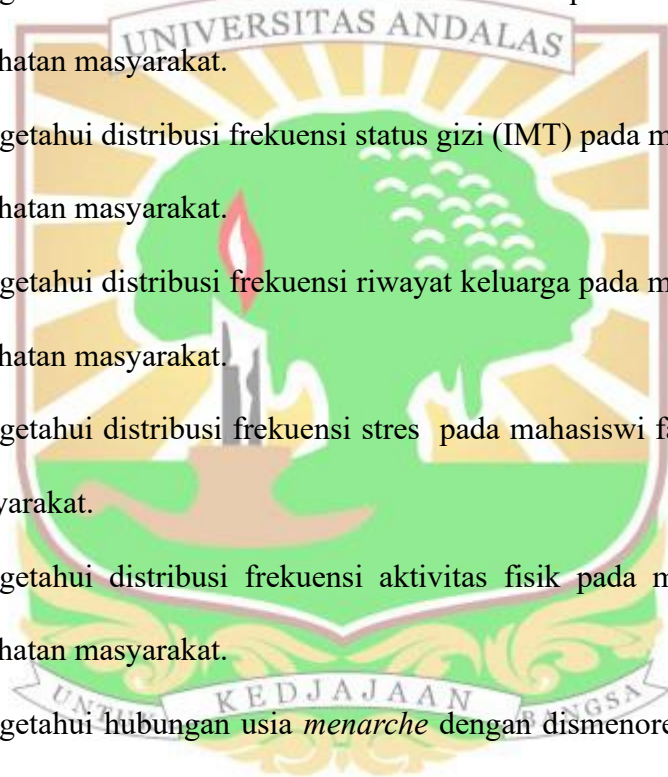
1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan dismenore pada mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi kejadian dismenore pada mahasiswi fakultas kesehatan masyarakat.
2. Mengetahui distribusi frekuensi usia menarche pada mahasiswi fakultas kesehatan masyarakat.
3. Mengetahui distribusi frekuensi status gizi (IMT) pada mahasiswi fakultas kesehatan masyarakat.
4. Mengetahui distribusi frekuensi riwayat keluarga pada mahasiswi fakultas kesehatan masyarakat.
5. Mengetahui distribusi frekuensi stres pada mahasiswi fakultas kesehatan masyarakat.
6. Mengetahui distribusi frekuensi aktivitas fisik pada mahasiswi fakultas kesehatan masyarakat.
7. Mengetahui hubungan usia *menarche* dengan dismenore pada mahasiswi fakultas kesehatan masyarakat.
8. Mengetahui hubungan status gizi (IMT) dengan dismenore pada mahasiswi fakultas kesehatan masyarakat.
9. Mengetahui hubungan riwayat keluarga dengan dismenore pada mahasiswi fakultas kesehatan masyarakat.
10. Mengetahui hubungan stres dengan dismenore pada mahasiswi fakultas kesehatan masyarakat.



11. Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan dismenore pada mahasiswi fakultas kesehatan masyarakat.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Bagi Universitas Andalas

Memberikan pemahaman mengenai berbagai faktor yang berkaitan dengan dismenore, sehingga dapat dijadikan dasar pertimbangan dalam merancang atau mengembangkan sistem pendidikan yang lebih responsif terhadap kebutuhan kesehatan reproduksi.

2. Bagi Fakultas kesehatan Masyarakat

Dapat menjadi kontribusi bagi pengembangan keilmuan di bidang kesehatan masyarakat, khususnya dalam aspek kesehatan reproduksi, serta menjadi referensi atau acuan untuk penelitian selanjutnya, terutama bagi mahasiswa Fakultas Kesehatan Masyarakat yang mengangkat topik serupa.

3. Bagi Mahasiswa FKM

Meningkatkan pemahaman dan wawasan terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat keparahan nyeri dismenore, sekaligus menjadi sarana penerapan ilmu yang telah diperoleh selama masa perkuliahan.

1.5 Ruang Lingkup

Penelitian ini dilakukan pada bulan Januari 2025 sampai bulan Desember 2025 dan bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Dismenore Primer pada mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi fakultas kesehatan masyarakat angkatan 22,23 dan 24 yang berjumlah 509 dan sampel pada penelitian ini berjumlah 122. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah

Accidental Sampling, yaitu responden yang kebetulan ditemui dan bersedia ikut serta dijadikan sampel penelitian. Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas, Kota Padang, sebagai lokasi penelitian.

Variabel dalam penelitian ini Variabel dalam penelitian ini terbagi menjadi variabel independen dan dependen. Variabel independen dalam penelitian ini adalah usia menarche, status gizi (IMT), riwayat keluarga, stres dan aktivitas fisik. Sedangkan variabel Dependen yang digunakan adalah Kejadian Dismenore Primer. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan menggunakan kuesioner terstruktur, Kuesioner digunakan untuk mengumpulkan data karakteristik responden, usia menarche, status gizi (IMT), riwayat keluarga, tingkat stres, aktivitas fisik, serta kejadian dismenore. Pengukuran tingkat nyeri dismenore menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS), pengukuran tingkat stres menggunakan *Depression Anxiety Stress Scales* (DASS), dan pengukuran aktivitas fisik menggunakan *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ). Data yang terkumpul kemudian diolah dan dianalisis untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan kejadian dismenore primer. Analisis uji statistik yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah analisis univariat (*descriptive statistics*) dan analisis bivariat (*uji fisher exact test*).