

BAB I

PENDAHULUAN

1.1.Latar Belakang Masalah

remaja merupakan kelompok usia yang berada pada masa peralihan dari anak menuju dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan dan perkembangan yang berlangsung cepat, baik secara fisik, psikologis, maupun biologis. Pada masa ini terjadi peningkatan kebutuhan zat gizi karena remaja mengalami percepatan pertumbuhan (*growth spurt*), perubahan komposisi tubuh, serta pematangan fungsi reproduksi sehingga pemenuhan gizi yang adekuat menjadi faktor penting untuk mendukung kesehatan dan perkembangan optimal (Hardinsyah dan Supariasa, 2017). Periode atau masa remaja identik dengan proses pematangan fisik (jasmani) dan psikologis (rohani). Pematangan fisik terutama pada fungsi seksual ditandai dengan menstruasi pada remaja perempuan (Rima et al., 2020). Periode ini rentan terhadap berbagai gangguan kesehatan reproduksi, salah satunya adalah dismenorea primer.

Dismenorea primer merupakan rasa nyeri saat menstruasi yang biasanya banyak dialami oleh wanita, kondisi dismenorea terjadi karena naik turunnya hormon prostaglandin yang dihasilkan selama siklus menstruasi berlangsung dan menyebabkan terjadinya kontraksi otot rahim yang menimbulkan rasa nyeri. Selain itu rasa nyeri juga disebabkan oleh adanya ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesteron di dalam tubuh (Sinaga et al., 2017). Keluhan ini umum dialami oleh remaja putri di seluruh dunia.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) melaporkan bahwa sekitar 64,25% remaja perempuan mengalami dismenorea, dengan 54,89% mengalami dismenorea primer dan 9,36% mengalami dismenorea sekunder, dengan prevalensi di antara 50 dan 90 persen wanita usia reproduktif (Kemenkes RI., 2022). Dinas Kesehatan Kota Medan melaporkan bahwa sekitar 45% pasien perempuan di puskesmas mengalami keluhan terkait dismenorea (Mawandri et al., 2025)

Dismenorea dapat berdampak buruk karena rasa sakit yang dialami dapat mengganggu konsentrasi siswi dalam belajar dan sering merasa lemas (Fahmiah et al., 2022). Dismenorea juga dapat menimbulkan dampak bagi remaja yaitu terganggunya kegiatan belajar, konsentrasi belajar dan kehadiran dalam mengikuti pembelajaran, sehingga dapat mempengaruhi prestasi belajar remaja wanita (Pangestu & Fatmarizka, 2022). Dismenorea terbagi menjadi dua jenis yaitu dismenorea primer dan dismenorea sekunder, dismenorea primer yaitu pada saat menstruasi terasa nyeri tetapi tidak disertai penyakit lain dan dismenorea sekunder yaitu nyeri saat menstruasi dikarenakan adanya penyakit penyerta seperti endometriosis, mioma, dan polip endometrium (Pramardika, 2020).

Status gizi merupakan salah satu penyebab terjadinya dismenorea, wanita yang sering mengalami kejadian dismenorea adalah wanita dengan status gizi dalam kategori abnormal (underweight dan overweight), jadi kondisi dismenorea dapat dicegah dengan memperbaiki status gizi menjadi normal (Melliniawati et al., 2021).

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmadhani & Widayati ada hubungan status gizi dengan kejadian dismenorea pada remaja putri di SMA MTA Surakarta hasil penelitian diketahui bahwa dari 53 responden (67,1%) dengan status gizi kurus

sebagian besar responden terjadi dismenorea yaitu 38 responden (48,1%), sedangkan responden dengan status gizi normal ada 26 orang dengan sebagian besar responden tidak terjadi dismenorea yaitu ada 14 responden (17,7%), sehingga dapat diketahui bahwa ada kecenderungan status gizi kurus maka akan cenderung terjadi dismenorea (Rahmadhani & Widayati, 2017). Menurut Ginting (2021) berdasarkan hasil penelitian diperoleh gambaran bahwa dari 58 responden (82.85%) yang mengalami dismenorea mayoritas status gizi kurus (55.17%) dan 12 responden (17.15%) yang tidak mengalami dismenorea mayoritas status gizi gemuk. Hasil penelitian ini menunjukkan nilai $p\text{-value}$ sebesar $0.015 < 0,05$ sehingga dinyatakan status gizi dengan dismenorea berhubungan nyata.

Survei awal yang peneliti lakukan di SMA AL Washliyah I Medan terhadap 20 siswi kategori kelas X sampai kelas XII diketahui bahwa 20 siswi mengalami haid teratur terdapat 9 siswi dengan keluhan dismenorea pada kategori ringan (45%), 5 siswi dengan keluhan dismenorea pada kategori nyeri berat (25%), dan 6 siswi dengan keluhan dismenorea pada kategori sedang (30 %). Terdapat 7 siswi dengan status gizi kurus (35%), 10 siswi dengan status gizi normal (50%), dan 3 siswi dengan status gizi *overweight* (15%).

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dipaparkan di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terkait hubungan status gizi dengan kejadian dismenorea primer pada remaja putri di SMA AL Washliyah I Medan.

1.2. Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah dalam penelitian ini antara lain:

1. Prevalensi dismenorea pada remaja putri cukup tinggi, dimana 9 siswi dengan keluhan dismenorea pada kategori ringan (45%), 5 siswi dengan keluhan dismenorea pada kategori nyeri berat (25%), dan 6 siswi dengan keluhan dismenorea pada kategori sedang (30 %).
2. Dismenorea dapat berdampak negatif pada remaja dapat mengganggu aktivitas sehari-hari.
3. Status gizi yang tidak normal dapat mengganggu perkembangan reproduksi yang akibatnya akan lebih beresiko mengalami dismenorea. Terdapat 2 siswi dengan status gizi sangat kurus (12,5%), 2 siswi dengan status gizi kurus (12,5%), 8 siswi dengan status gizi normal (80%), dan 4 siswi dengan status gizi *overweight* (25%).

1.3. Pembatasan Masalah

Penelitian ini berfokus pada 2 masalah yaitu:

1. Status gizi remaja putri di SMA AL Washliyah I Medan berdasarkan Z-Score IMT/U.
2. Kejadian dismenorea primer pada remaja putri di SMA AL Washliyah I Medan diukur dengan instrumen NRS (*Numeric Rating Scale*) dalam satu bulan terakhir

1.4. Perumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana karakteristik remaja putri di SMA AL Washliyah I Medan?
2. Bagaimana gambaran status gizi pada remaja putri di SMA AL Washliyah I Medan?

3. Bagaimana kejadian dismenorea primer pada remaja putri di SMA AL Washliyah I Medan?
4. Bagaimana hubungan status gizi dengan kejadian dismenoreaprimer pada remaja putri di SMA AL Washliyah I Medan?

1.5. Tujuan Masalah

Adapun penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Karakteristik remaja putri di SMA AL Washliyah I Medan.
2. Gambaran status gizi pada remaja putri di SMA AL Washliyah I Medan
3. Gambaran dismenorea primer pada remaja putri di SMA AL Washliyah I Medan.
4. Hubungan status gizi degan kejadian dismenoreaprimer pada remaja putri di SMA AL Washliyah I Medan.

1.6. Manfaat Penelitian

1. Manfaat di bidang keilmuan

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan tentang pentingnya menjaga status gizi untuk mencegah terjadinya kejadian dismenorea.

2. Manfaat bagi institusi

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan dalam proses mengajar dan dipertimbangkan untuk digunakan sebagai bahan bacaan untuk proses belajar.

3. Manfaat bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber informasi untuk meningkatkan status gizi dan asupan zat besi pada wanita guna mengantisipasi kejadian dismenorea.

